

## أثر متغيرات دافع الحماية (PMT) على العلاقة التنبؤية بإدمان مواقع التواصل الإجتماعي والشعور بالإكتئاب لدى طلاب الجامعات

د. انتصار محمد السيد سالم\*

### ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة إلى محاولة بناء مقياس ونموذج نظري مقترح في إطار بنيات نظرية الدافع للحماية للكشف عن أثره في العلاقة التنبؤية بالإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالإكتئاب. مع طرح نموذج لقياس تبني المبحوثين لتعديل وتنظيم السلوكيات الاتصالية بمواقع التواصل الاجتماعي لمقاومة الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالإكتئاب، تم تطبيق الدراسة على عينة من طلاب الجامعة، وبلغ عددهم (٤١٣) طالبًا من جامعة الزقازيق، منهم (١٩٨) طالبًا و (٢١٥) طالبة، حيث تم اختيار عينة الدراسة الميدانية وفقًا لطريقة العينة العشوائية تم توزيع استبيان مكون من ثلاثة مقاييس ونموذج عن طريق إرسال رابط النموذج إلى مجموعات الطلاب على Facebook و WhatsApp خلال شهر نوفمبر ٢٠٢٢. من خلال الأسئلة، تم قياس ثلاثة متغيرات: إدمان وسائل التواصل الاجتماعي، والشعور بالإكتئاب، وقياس البنى النظرية لدافع الحماية وأخيراً قياس استجابات المبحوثين للنموذج المقترح لتبني تعديل سلوك الاتصال على مواقع التواصل الاجتماعي. تشير نتائج الدراسة، وفقًا لنظرية الدافع لحماية PMT التي تم تطبيقها في هذه الدراسة، إلى أن مسار السلوكيات بشكل عام يشير إلى تفوق تأثير مسار تقييم (المواجهة) على تأثير مسار تقييم (التهديد) في عينة الدراسة، حيث يتضح تأثير البنيات (الكفاءة الذاتية والتكاليف المتصورة للاستجابة) على كل من العلاقة الطردية بالتنبؤ بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي والعلاقة العكسية مع الشعور بالإكتئاب، بينما يكون تأثير تقييم التهديد أكثر وضوحًا في العلاقة التنبؤية لإدمان مواقع الشبكات الاجتماعية. كما تؤكد نتائج الدراسة ثبوت إدمان طلاب جامعة الزقازيق محل الدراسة لمواقع التواصل الاجتماعي بدرجة متوسطة و أن مستوى الشعور بالإكتئاب لديهم مستوى منخفض

**الكلمات المفتاحية:** نظرية دافع الحماية، العلاقة التنبؤية، إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، الشعور بالإكتئاب، طلاب الجامعات

\* أستاذ مساعد بقسم الاعلام التربوي بكلية التربية النوعية- جامعة الزقازيق

## The effect of protective motivation (PMT) variables on the predictive relationship of addiction to social networking sites and feeling depressed among university students

### Abstract:

The effect of protection motivation constructs (PMT) on the predictive relationship with social networking sites addiction and depression among university students: The study aimed to attempt to construct a proposed theoretical model and scale within the framework of protection motivation theory constructs to reveal its impact on the predictive relationship with addiction to social networking sites and feelings of depression. With the introduction of a model to measure the respondents' adoption to modify and regulate communication behaviors on social networking sites to combat addiction to social networking sites and a sense of depression, the study was applied to a sample of university students, and their number reached (413) students from Zagazig University, of whom (198) were students and (215) female student, where the sample of the field study was selected according to the random sample method. A questionnaire consisting of three scales and a form were distributed by sending the link of the form to student groups on Facebook and WhatsApp during the month of November 2022 Through the questions, three variables were measured: social media addiction, feeling depressed, theoretical constructs for protection motivation, and finally, respondents' responses to the proposed model for adopting communication behavior modification on social networking sites. The results of the study indicate, according to the theory of motivation to protect PMT that was applied in this study, that the path of behaviors in general indicates the superiority of the impact of the evaluation path (confrontation) over the impact of the evaluation path (threat) in the study sample, as the effect of constructs (self-efficacy and costs) is evident (perceived response) on each of the positive relationship predictive of addiction to social networking sites and the inverse relationship with feeling depressed, while the effect of threat assessment is more clear in the predictive relationship of addiction to social networking sites. The level of depression was low, and the results revealed a direct relationship between the degree of addiction to social networking sites and the level of depression.

**Keywords:** protection motive theory - addiction to social networking sites - feeling depressed - university students

## مقدمة:

يعد موضوع الدافعية Motivation من أكثر موضوعات علم النفس أهمية ودلالة، سواء على المستوى الشخصي أو المجتمعي، فمن الصعب التصدي للعديد من المشكلات النفسية دون الاهتمام بدوافع الكائن الحي، التي تقوم بالدور الأساسي في تحديد قوة، ووجهه سلوكه، وكيفية التعبير عنه، وتمثل نظرية دافع الحماية Protection Motivation Theory (PMT) أحد النماذج التي تشرح سبب انخراط الأشخاص في ممارسات غير صحية ويقدم اقتراحات لتغيير تلك السلوكيات، مما يمكن وصفه بأنه نموذج تعليمي وتحفيزي. (Pechmann, 2003)

تستخدم نظرية دافع الحماية بشكل أساسي عند مناقشة القضايا الصحية وكيف يتفاعل الناس عند تشخيصهم بأمراض متعلقة بالصحة وقد تم تطوير نظرية دافع الحماية بواسطة روجرز Roland Rogers في عام ١٩٧٥ من أجل فهم نداءات الخوف بشكل أفضل وكيفية تعامل الناس معها، ومع ذلك، توسع روجرز Roland Rogers فيما بعد في النظرية في عام ١٩٨٣ إلى نظرية أكثر عمومية للاتصال المقنع. (Monat & Lazarus, 1991)

استندت النظرية في الأصل إلى عمل ريتشارد لازاروس، الذي بحث في كيفية تصرف الناس والتعامل مع المواقف العصبية، حيث يناقش لازاروس في كتابه، (الإجهاد، والتقييم، والتكيف)، فكرة عمليات التقييم المعرفي وكيفية ارتباطها بالتعامل مع الإجهاد. ويذكر أن الناس "يختلفون في حساسيتهم وضعفهم تجاه أنواع معينة من الأحداث، وكذلك في تفسيراتهم وردود أفعالهم. (Lazarus & Folkman, 1984) وبينما جاء لازاروس بالعديد من الأفكار الأساسية المستخدمة في نظرية دافع الحماية، كان روجرز Roland Rogers أول من طبق المصطلحات عند مناقشة نداءات الخوف، حيث تم إنشاء نظرية دافع الحماية (PMT) في الأصل للمساعدة في فهم الاستجابات البشرية الفردية لنداءات الخوف، وتقدم نظرية دافع الحماية أن يحمي الناس أنفسهم بناءً على عاملين: تقييم التهديد وتقييم التأقلم. يُقيم تقييم التهديد شدة الموقف ويفحص مدى خطورة الموقف، بينما تقييم التأقلم هو كيفية استجابة المرء للموقف. (Rogers, 1975)

ويتكون تقييم التهديد من الشدة المتصورة لحدث مهدد والاحتمال الملحوظ للوقوع أو الضعف، بينما يتكون تقييم المواجهة من فاعلية الاستجابة المتصورة، أو توقع الفرد أن تنفيذ الإجراء الموصى به سيزيل التهديد، والكفاءة الذاتية المتصورة، أو الإيمان بقدرة الفرد على تنفيذ مسارات العمل الموصى بها بنجاح. (Rogers, 1983) و تماشيًا مع الطريقة التقليدية لقياس عواقب السلوك، تم تفعيل فعالية الاستجابة من خلال ربط النتائج بالسلوك الموصى به بالإضافة إلى ما إذا كان الموضوع ينظر إلى النتائج على أنها نتائج محتملة للسلوك الموصى به. (Lwin & Saw., 2007)

وفقًا للدراسات التطبيقية من بين عوامل دوافع الحماية (الضعف، الخطورة، المكافآت الجوهرية، المكافآت الخارجية، فعالية الاستجابة، الكفاءة الذاتية، تكاليف الاستجابة)، الكفاءة الذاتية هي الأكثر ارتباطًا بدوافع الحماية، (Floyd & et al., 2000) و (Milne , & et al., 2000)

حيث صنفت مجالات البحث التطبيقي الدراسات حول نظرية دوافع الحماية بشكل تقليدي في سياقات الصحة الشخصية وقد كانت هذه الموضوعات مرتبطة بشكل مباشر أو غير مباشر بالصحة الجسدية الشخصية، ولكن امتد تطبيق نظرية دافع الحماية ليشمل مجالات أخرى، حيث تم استخدام بنيات النظرية وقياس الخوف في سياق أمني مؤسسي وقد تم دعم نموذج تباين العملية لنظرية دافع الحماية بقوة في هذا السياق. (Boss, Scott, et al., 2015)، كما عملت بعض الدراسات على اختبار فعالية توجيه حملات الاتصال بتطبيق نظرية دافعية الحماية حيث يمكن استخدام نداءات الخوف لتشجيع التغييرات السلوكية، حيث أثبتت نتائج الدراسات السابقة فعاليتها ومنها دراسة (Magdalena, Cismaru, 2011) وجدير بالذكر تسمية هذه النظرية بأكثر من مسمى منها نظرية تحفيز الحماية الممتدة- الدافعية للحماية- الدافع للحماية- دوافع الحماية - الحماية الذاتية.

لا شك أن تكنولوجيا مواقع التواصل الاجتماعي أضفت بعداً إيجابياً جديداً على حياة الملايين من البشر من إحداثها لتغييرات ثقافية واجتماعية وسياسية واقتصادية في حياة مجتمعات بأكملها، حيث أعادت التشكلات التفاعلية التي ظهرت في إطار ما يمكن تسميته بإعادة المفاهيم على نحو افتراضي. فبالنظر الى مواقع التواصل الاجتماعي نجد توافر خمس عناصر أساسية لتشكل المجتمع الفعلي والمتمثلة في: المجتمع، التفاعل، الروابط، المكان، الزمان، وعليه فإن التمثيل الرقمي لحركة شبكات التواصل الاجتماعي على الإنترنت أصبح يحوي مختلف الظواهر الاجتماعية بشكل الكتروني شاملاً بذلك التفاعل الاجتماعي برمته على مستوى الأفراد والجماعات في هذه البيئة العلائقية التي تكونت في المجتمع الافتراضي. (Anderson, 2001) وقد ظهر مفهوم الشبكات الاجتماعية على الإنترنت عندما أشار " ويرلر روبنسون" Rbenson لأول مرة عام ١٩٩٧ إلى تلك التطبيقات الاتصالية التي أنتجت التطورات التقنية التي طرأت على شبكة الإنترنت، وهي التطورات التي ارتبطت فيما بعد بنشأة ما أطلق عليه اسم " الجيل الثاني أو الويب " ٢,٠، لشبكة الإنترنت (Spence, 2018)

وإن تعددت دوافع استخدام مواقع التواصل الاجتماعي فيظل من أبرزها خاصة لدى الشباب الهروب من الواقع والمشكلات الاجتماعية والإقتصادية كما يقوم البعض بملء وقت الفراغ عن طريق التحاور مع بعض الأصدقاء وتكوين صداقات جديدة في محاولة منهم للقضاء على الشعور بالملل وخلق جو اجتماعي (باسم الجعبري، ٢٠٠٩)، فيلجأ الفرد إلى البحث عن أصدقاء جدد كمحاولة للبعد عن ذلك التوتر، كما أصبحت مواقع التواصل الاجتماعي ساحة للتحاور والنقاش وتبادل الأفكار وساحة لحرية الرأي والتعبير مما يدفع الشباب للتفاعل والتأثير والتأثر مع بعضهم البعض في هذه البيئة التفاعلية (خالد المقدادى، ٢٠١٤). وإذا كان النمو المتسارع للمجتمعات قد خلق بيئة لا تستغني عن استخدام الإنترنت، فشأنه شأن أي إنجاز آخر فإن بعض مستخدميهم يقضون أوقاتاً طويلة فيه، وهذا يمكن أن يقود إلى الإدمان على الإنترنت (Duran, 2003)

وقد أشارت (يونغ) إلى أن هناك تطبيقات محددة في الإنترنت مسببة للإدمان بدرجة أكبر وهي التطبيقات التفاعلية interactive، فضعف القابلية للاتصال مع الآخرين في العالم الواقعي تجعل الفرد يقدم نفسه كونه مرغوباً ويطور درجة من الارتباط مع بعض الأفراد في

هذه الفعاليات مما قد يجعله منغمسا إلى حد الإدمان في حين أن مجرد جمع المعلومات أو إرسال الإيميلات لا تجعل الفرد كذلك. (young, 1996)، وقد عرف البعض إدمان شبكات التواصل الاجتماعي على أنه متلازمة الاعتماد النفسي للمداومة على ممارسة التعامل مع شبكات التواصل الاجتماعي لفترات طويلة أو متزايدة ودون ضرورات مهنية أو أكاديمية (بل وعلى حساب هذه الضرورات وغيرها) مع ظهور المحكات التشخيصية المألوفة في الإدمانات التقليدية من قبيل التكرارية والنمطية والإلحاح والهروب والإنسحاب من الواقع الفعلي إلى واقع افتراضي، كما يكون السلوك في هذه الحالة قهريا ومتشبثا وعنيذا بحيث يصعب الإقلاع عنه دون مساعدة علاجية للتغلب على أعراض الإنسحابية النفسية. (young, 1996)، فقد أشير في دراسة أجراها (Zhou) إلى أن التركيب الكيميائي في الدماغ يتغير لدى الأفراد الذين يصنفون من قبل الباحثين على أنهم مدمنون على الإنترنت وهذا يشبه ما يحصل لدى الأفراد الذين يصنفون على أنهم مدمنون كيميائيا، وتشير تقارير عدة إلى أن بعض مستخدمي الإنترنت يصبحون مدمنين عليه بالأسلوب نفسه الذي يصبح به الآخرون مدمنين على الكحول أو المخدرات مما ينتج عنه نواحي عجز وقصور في المجالات الجسمية والأكاديمية والاجتماعية. (Zhou, et al, 2009)

إن النمو السريع لمواقع التواصل الاجتماعي وشعبيتها المتزايدة جعل المستخدمين لها عرضة لسلوكيات الإدمان والتي لها تأثيرات سلبية على صحتهم النفسية ومنها الشعور بالإكتئاب، حيث يعد الإكتئاب من أشهر و أبرز الإضطرابات المنتشرة حاليا مما جعل العديد من المختصين في علم النفس و الصحة النفسية يطلقون على الإكتئاب مرض العصر، و يتميز هذا الاضطراب الوجداني بالحزن الشديد و اليأس و الكرب الذي يمنع الفرد المصاب به من ممارسة حياته و انشطته بشكل طبيعي، و يفسر الباحثون مفهوم الإكتئاب على انه حالة نفسية او معنوية تتسم بمشاعر انكسار النفس و فقدان الامل والشعور بالكسل و الاسترخاء و البلادة و الشعور بعدم القيمة، و في بعض الحالات قد يشعر بفقدان الشهية و بعدم القدرة على النوم. (Youssef, et al, 2020)

من هنا أصبح من الأهمية بمكان ضرورة إجراء مزيد من الدراسات حول هذا الموضوع الحيوي الذي ينتشر بصورة كبيرة مع تطور التقنيات التكنولوجية. لذا وفي ضوء نظرية دافع الحماية تتساءل الدراسة الحالية: هل متغيرات نظرية دافع الحماية لها تأثير في العلاقات الارتباطية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالإكتئاب وكذلك القدرة على تبني السلوكيات الوقائية الإتصالية لمقاومة هذا المرض النفسي؟

### مشكلة الدراسة

من الملاحظ ظهور الكثير من الآثار والمشكلات والاضطرابات النفسية، التي تترتب على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بين طلاب الجامعات والذي قد وصل إلى حد الإدمان لاستخدام هذه المواقع.

وهناك تيار بحثي يتعامل مع إدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي كمتغير مستقل له تأثيرات مختلفة على المستوى النفسي، ومن أبرز مظاهر التأثير النفسي إصابة الأفراد بحالة من الإكتئاب، وقد دعمت هذا التيار نتائج الدراسات والبحوث في هذا المجال،

مما يعنى ثبوت العلاقة الارتباطية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالإكتئاب، وبينما اهتمت دراسات أخرى باختبار تأثير العوامل الوسيطة والديموجرافية في العلاقة الارتباطية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالإكتئاب فقد تغافلت عن دراسة متغير هام يمثل (الحماية الذاتية) للأفراد بناءً على بنيات معرفية بخطورة هذه العلاقة وبالتالي إدراك المخاطر الصحية المتوقعة لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي وما يتبعها من تأثيرات على تعديل السلوكيات الإتصالية بمواقع التواصل الاجتماعي لخفض مستوى إدمانها ولتعزز مقاومة الشعور بالإكتئاب.

وبناءً عليه تتحدد مشكلة الدراسة في محاولة بناء مقياس ونموذج نظري مقترح بالاعتماد على المعطيات العلمية لنظرية دافع الحماية لروجرز Roland Rogers، والتي ثبتت فعاليتها في دعم المقاصد السلوكية و القيام بالسلوك الآمن، لاختبار تطبيقه للكشف عن العلاقة التنبؤية بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي و الشعور بالإكتئاب لدى طلاب الجامعات المصرية، مع طرح نموذج لتعديل السلوك الاتصالي بما يؤثر ويسهم في تنظيم السلوكيات الاتصالية للأفراد في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، حيث تفترض الدراسة أن متغيرات دافع الحماية تمثل الحماية الذاتية لتفادي خطورة الإصابة بالإكتئاب جراء إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وسوف يحفز المبحوثين لتبني الإجراءات السلوكية الإتصالية بهذه المواقع لمقاومة إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالإكتئاب، مع اختبار كل من مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ومقياس الشعور بالإكتئاب للوقوف على درجة إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى الشعور بالإكتئاب لدى طلاب الجامعات.

#### أهمية الدراسة

من خلال دراسة العلاقات الارتباطية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي بين فئة طلاب الجامعات المصرية و الشعور بالإكتئاب لديهم والاستيعاب اللاحق للسلوكيات الوقائية الإتصالية بواسطة متغيرات نظرية الدافع للحماية تتمحور أهمية الدراسة في عدة جوانب، أهمها:

**الأهمية النظرية:** تسعى الدراسة عبر تصميم وتطبيق مقياس دافع الحماية لدى مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي من طلبة الجامعات المصرية في ضوء استخدام نظرية دافع الحماية PMT، بغرض توفير نموذج بنائي للعلاقات الارتباطية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والدافع للحماية والشعور بالإكتئاب ؛ بحيث يساعد هذا النموذج في خفض كل من درجة الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالإكتئاب لدى طلاب الجامعات.

- تعد الدراسة الحالية من البحوث النادرة التي اهتمت ببناء مقياس كنموذج نظري مقترح يهدف إلى التنبؤ بالعلاقات بين دافع الحماية و إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالإكتئاب وتبنى تعديل السلوك الاتصالي، كما يهدف الى تطبيقه في الدراسات المستقبلية لخفض العلاقات الارتباطية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالإكتئاب بالاعتماد على المعطيات العلمية لنظرية دافع الحماية لروجرز Roland Rogers.

- الدمج بين ثلاثة مقاييس نظرية الأول مقياس إدمان مواقع التواصل الإجتماعي والثاني نموذج لمقياس الشعور بالإكتئاب والثالث مقياس مقترح في ضوء نظرية دافع الحماية، والربط بينهم من خلال العلاقات الارتباطية بين متغيرات الدراسة وفقا للنموذج المقترح.

- تستمد الدراسة الحالية أهميتها من المجال الذي تهتم به وهو مجال إدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي الذي أصبح من المستجدات التكنولوجية الجديدة التي أفرزها التقدم العلمي والتكنولوجي الهائل وكذلك الأهداف التي تسعى لتحقيقها.

- يستمد البحث أهميته الموضوعية نتيجة لحدثة الموضوع في المكتبات العربية حيث يهتم هذا البحث بوضع نموذج لمقياس كعامل وسيط لمقاومة الشعور بالإكتئاب وخفض درجة إدمان مواقع التواصل الاجتماعي بين طلبة الجامعات المصرية.

- تظهر أهمية هذه الدراسة من خلال مساهمتها في إثراء المجال المعرفي الوقائي حول مخاطر الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي. فقد تزايد عدد مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي في الآونة الأخيرة بشكل واضح خاصة بين فئات الشباب، واتسع نطاق تأثيراتها المباشرة على ثقافة الأفراد والمجتمعات. الأمر الذي يدعو لدراسة هذه الظاهرة بين طلبة الجامعات بصورة علمية وشاملة بما يسهم في تحقيق التراكم المعرفي والبحثي .

**الأهمية التطبيقية:** تسعى هذه الدراسة للتعرف على نسبة انتشار إدمان مواقع التواصل الاجتماعي بين فئة طلبة الجامعات المصرية وعلاقته بالشعور بالإكتئاب، والعوامل الديموجرافية المرتبطة به،، حيث يُتوقع أن تسهم النتائج التي ستصل إليها الدراسة في تبنى طلاب الجامعات لتعديل السلوك الاتصالي بمواقع التواصل الاجتماعي كما يُتوقع أن تسهم النتائج في تقليل نسبة الإدمان عليها والحد من الآثار السلبية المترتبة عليه متمثلة في الشعور بالإكتئاب وكيفية تفادي مخاطرها.

#### الدراسات السابقة:

تم عرض الدراسات السابقة وفقا لمتغيرات الدراسة الحالية في موضوع البحث وبما يحقق الاستفادة منها في جميع الجوانب المنهجية والنظرية والتطبيقية على النحو التالي:

#### **المحور الأول: دراسات في نظرية دافع الحماية Protection Motivation Theory**

**(PMT)** لما كانت نظرية دافع الحماية إحدى نظريات العلوم النفسية الصحية فقد كانت تطبيقات النظرية في المجال الصحي بصورة ملحوظة **وحول تطبيق نظرية دافع الحماية في المجال الصحي** جاءت دراسة (ZofiaSzczyka,et al, 2023) دراسة طويلة تعتمد على نظرية تحفيز الحماية، استكشفت هذه الدراسة ما إذا كان الأخبار عن العدد الإجمالي لحالات COVID-19 / الوفيات والقلق العام مرتبطاً بالالتزام بغسل اليدين عبر المواقف وما إذا كانت هذه الارتباطات قد تم التوسط فيها بواسطة الإدراك الذاتي التنظيمي الخاص بـ PMT أجريت الدراسة في مارس - سبتمبر ٢٠٢٠ بين ١٢٥٦ بالغاً يقيمون في ١٤ دولة. وجدت الدراسة في نتائجها نمطاً معقداً من الارتباطات بين عدد حالات/ وفيات COVID-19، والقلق العام، و متغيرات PMT، والالتزام بغسل اليدين في المراحل المبكرة من الوباء. وفي نفس المجال بحثت دراسة (Nguyen Xuan Truong, 2022) آثار التعرض لوسائل

الإعلام على السلوكيات الوقائية لـ COVID-19 بين الفيتناميين باستخدام نظرية دافع الحماية الموسعة. تم إجراء طريقة مختلطة، بما في ذلك البحث النوعي من قبل مجموعة التركيز مع ١١ مشاركاً والبحث الكمي عن طريق المقطع العرضي مع ٦٠٩ مستجيبين. أظهرت النتائج أن التعرض لوسائل الإعلام كان مرتبطاً بشكل مباشر بزيادة الشدة المتصورة، والضعف الملحوظ، والكفاءة الذاتية المتصورة، والمعرفة حول COVID-19 ومرتبطة بشكل غير مباشر بالسلوكيات الوقائية لـ COVID-19 ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعات الفرعية حسب الجنس، ومكان الإقامة، والمستوى التعليمي. وتساءلت دراسة (فاطمة أبو الحسن، ٢٠٢١) هل تعزز أو تقلل الآليات المعرفية ونظرية دافع الحماية من تأثير مدركات الشخص الثالث على كل من المخاطر المتصورة المتعلقة بالتعرض للأخبار الخاصة بانتشار وباء كوفيد-١٩ وكذلك الإصابة بعدوى كوفيد-١٩ على الذات والآخرين وبالتالي القدرة على تبني السلوكيات الوقائية ضد هذا المرض وقد تم اختيار العينة العمدية على عينة قوامها ٤٦٠ امرأة مصرية، خلال صحيفة الاستقصاء الإلكترونية للمجموعات النسائية على الفيس بوك والواتساب. وجاءت الإجابة تبين أن متغيرات معالجة المعلومات متغيرات وسيطة مهمة لفهم المخاطر المتصورة للأخبار على الذات والآخرين وتبني المبحوثات للسلوكيات الوقائية والكفاءة الذاتية المتصورة. كما اتضح أن اندماج المبحوثات في الأخبار المتعلقة بكوفيد-١٩ زاد من ادراكهن لخطورة هذه الأخبار على نواتهن وعلى الآخرين، بينما لم يظهر تأثير ذلك على ادراكهن لخطورة إصابتهن بالوباء. وعن استخدام وسائل التواصل

الاجتماعي و دوافع الحماية في المعرفة حول COVID-19 بحثت دراسة (2021 Raluca Cozma, ) في عوامل نظرية دوافع الحماية التي تعكس التأثير السلبي لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي على الامتثال وسلوكيات الصحة الوقائية تم إجراء استطلاع عبر الإنترنت تمثلياً على المستوى الوطني في الولايات المتحدة في يوليو ٢٠٢٠ لفحص دور استخدام وسائل التواصل الاجتماعي في المعرفة حول COVID-19، والامتثال لإرشادات الصحة العامة، والسلوكيات الوقائية. بناءً على نظرية دافع الحماية، كشف التحليل أن تصورات شدة التهديد والكفاءة الذاتية، ولكن ليس تصورات الضعف، توسطت في التأثير السلبي لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي أثناء الوباء، تشير نتائج الدراسة إلى أنه بدلاً من إغراق وسائل التواصل الاجتماعي برسائل حول خطورة المرض، فإن التواصل بشأن المخاطر يلبي الجماهير أينما كانوا. ويمكن أن تؤدي تصورات الفعالية والخطورة إلى اعتماد أوسع للاستجابات الوقائية. وتوافقت معها دراسة (Razak, et al, 2021) حول نظرية دافع الحماية و استخدام وسائل التواصل الاجتماعي ومخاطر العناية بالبشرة، حيث أجريت الدراسة للتحقيق في مدى نية شراء منتجات العناية بالبشرة المحلية في ماليزيا والعلاقة التي تنطوي على متغيرات تم تبنيها جزئياً من نظرية دافع الحماية (PMT) مثل الشدة المتصورة وما إذا كان التأثير الاجتماعي يلعب أيضاً عنصرًا محفزاً في تلك العلاقة أيضاً بعد جمع المعلومات على المنصة الاجتماعية. تطبق هذه الدراسة تقنية التحليل باستخدام إصدار SmartPLS 3.4 الذي شمل ١٩٧ مشاركاً من الجيل النسائي من أعراق مختلفة في ماليزيا. اعتمدت هذه الدراسة جزئياً نظرية دافع الحماية (PMT) كإطار أساسي لمزيد من شرح المتغيرات المعنية. وفي إطار تبني الاستراتيجيات السلوكية الوقائية دراسة (2020 Majid Barat, et al, ) التي أجريت للتنبؤ بالسلوكيات الوقائية للعاملين في مجال الرعاية



الصحية تجاه الكوفيد-19 بناء على نظرية دافع الحماية. وأجريت الدراسة على ٧٦١ من العاملين في مجال الرعاية الصحية في مدينة همدان بإيران، حيث تم تقييم السلوكيات الوقائية ضد كوفيد-19، وبناء على نظرية دافع الحماية تبين أن التهديد وتقييم المواجهة تم تبنيهم لإجراء سلوكيات كوفيد-19 الوقائية. وكان قد سبقها دراسة (Margo, et al, 2018) حيث هدفت الى تقييم الدور الوسيط لدوافع الشرب والاستراتيجيات السلوكية الوقائية في الارتباطات التي تظهر عليها أعراض الاكتئاب مع استهلاك الكحول الأسبوعي المعتاد، والشرب الخطير، والعواقب السلبية المرتبطة بالكحول في عينة من يشربون الكحول من الطلاب الجامعيين. في السن التقليدية (على عدد ٥٦٦، ٧٣٪ نساء ؛ ٥٨٪ أبيض، غير إسباني) بتطبيق مقاييس كاملة للاكتئاب، تشير النتائج إلى أن الطلاب الذين يعانون من أعراض اكتئابية أكثر سوف يستفيدون من التدخلات السريرية المصممة للتعامل مع دوافع الشرب المعززة السلبية، وبالتالي زيادة استخدام الطلاب لدعم السلوك الإيجابي المتعلق بتقليل الضرر. وفي نفس الإتجاه هدفت دراسة Bin Cui, et al (2017) للتعرف على العوامل المرتبطة بتبني مزارعي الدواجن لسلوكيات الحماية الشخصية على أساس نظرية دافع الحماية، حيث تم إجراء مقابلة مع ٢٩٧ مزارع دواجن في ثلاث مدن بمقاطعة جيانجسو في الصين خلال الفترة من نوفمبر ٢٠١٣ إلى يناير ٢٠١٤. وتوصلت الدراسة إلى أن المستجيبين يرون ضعف التعرض للإصابة بفيروس (H7N9)، كما ارتبط العمر إيجابيا بالكفاءة الذاتية المدركة في السيطرة على الفيروس (H7N9)، كما ارتبط التعليم بشكل إيجابي بفاعلية الاستجابة المدركة. **وحول تطبيقات النظرية في المجال الاتصالي** سعت دراسة (منة الله دياب، ٢٠٢٢) إلى التعرف على طبيعة سلوك حماية الخصوصية الرقمية البيومترية لدى مستخدمي تطبيقات التزييف العميق من طلبة الجامعات المصرية وذلك في ضوء نظرية دافع الحماية PMT فقد تحددت عينة الدراسة في ٣٠٠ طالب، تم تطبيق مقياس دافع حماية الخصوصية البيومترية وفقا لنظرية دافع الحماية PMT الذي قامت الباحثة بإعداده. تبين وجود فروق بين الطلبة مستخدمي تطبيقات التزييف العميق وغير المستخدمين لها في الأبعاد الفرعية الخمسة (الشدة المدركة، القابلية للتأثير المدركة، الكفاءة الذاتية، فعالية الاستجابة، المكافآت) والدرجة الكلية لسلوك الحماية البيومترية؛ جاءت جميعها لصالح مجموعة الطلبة غير مستخدمي تطبيقات التزييف. وتوافقت معها دراسة (Renévan, et al, 2019) panel حول استخدام نظرية دوافع الحماية في تصميم التنبيهات لتحسين سلوك الأمان عبر الإنترنت أجريت تجربة عبر الإنترنت على عينة تمثيلية من مستخدمي الإنترنت في ألمانيا والسويد وبولندا وإسبانيا والمملكة المتحدة بلغت (2024) مبحوث لاستكشاف تأثير الإشعارات على السلوك الأمني. مستوحاة من نظرية دوافع الحماية (PMT)، نصحت رسالة المواجهة المشاركين حول كيفية تقليل تعرضهم للمخاطر، وسلط نداء للتهديد الضوء على العواقب السلبية المحتملة لعدم القيام بذلك. كلاهما زاد من السلوك الأمان - لكن رسالة التأقلم كانت تأثيرها أكثر بكثير من ذلك. كانت رسالة المواجهة أيضاً فعالة مثل كلتا الرسالتين مجتمعتين، ولكن ليس كجاذبية التهديد. كان لمواقف الخطر والعمر والبلد تأثير كبير على السلوك. وأشارت الدراسة الى انه يجب أن تركز المبادرات التي تسعى إلى تعزيز السلوك الأمان بشكل أكبر على رسائل المواجهة، إما بمفردها أو بالاشتراك مع نداءات

الخوف. وفي نفس الإطار كانت دراسة (SandyTsaia, et al, 2016), لفهم سلوكيات الأمان عبر الإنترنت من منظور نظرية دافع الحماية بعوامل تحفيزية جديدة يتم دمجها في إطار عمل اختبار PMT لأول مرة، تم إجراء مسح مقطعي لعدد 988 لمستخدمي Amazon Mechanical Turk (MTurk) لفحص كيفية توقع عوامل PMT الكلاسيكية والجديدة للنوايا الأمنية. كانت متغيرات تقييم المواجهة أقوى تنبئ بنوايا الأمان عبر الإنترنت، وخاصة قوة العادة وفعالية الاستجابة والمسؤولية الشخصية. كانت شدة التهديد أيضا مؤشرا هاما. أدى دمج عوامل إضافية (أي الخبرات السابقة والمعايير الذاتية وقوة العادة والدعم الأمني المتصور والمسؤولية الشخصية) في نموذج PMT التقليدي إلى زيادة القوة التفسيرية للنموذج بنسبة ١٥٪. أشارت الدراسة الى تطوير PMT في سياق الأمان عبر الإنترنت لمستخدمي الكمبيوتر المنزلي. وفي مجال تطبيق النظرية لتعديل السلوك الاجتماعي بحثت دراسة (panelMa, et al, 2022) في فعالية استجابة الفلبينيين في ظل الإعصار (2021 Jolina) باستخدام نظرية تحفيز الحماية الممتدة (PMT). لقياس العوامل وعلاقتهم بفاعلية الاستجابة بدقة، تم تطوير استبيان عبر الإنترنت وتوزيعه باستخدام طريقة أخذ العينات الملائمة إلى ٣٨٨ فلبينياً قبل أيام قليلة من ضرب الإعصار الفلبين. تم تحليل العديد من المتغيرات الكامنة في PMT مثل فهم الإعصار، والشدة المتصورة، وتكلفة الاستجابة، والكفاءة الذاتية، وفعالية الاستجابة جنباً إلى جنب مع بعض المتغيرات الكامنة الإضافية مثل تجربة الإعصار، والمنظور الجغرافي، والحساسية المتصورة في وقت واحد. أظهرت نمذجة المعادلة الهيكلية ((SEM أن الشدة المتصورة للإعصار والكفاءة الذاتية كانت من العوامل الرئيسية التي تؤثر على فعالية استجابة الفلبينيين في الاستعداد للإعصار جولينا. وفي إطار مغاير كانت دراسة (Zohre Mohammadi, et al, 2021) باعتبار إن كوفيد - ١٩ هو جائحة عالمي معدٍ أثر على السياحة في عام ٢٠٢٠. فإن سلوك السائح وصورة الوجهة السياحية يتأثر بشكل كبير بتصور السائح للسلامة والمخاطر. تركز هذه الرسالة البحثية على سلوك السفر بعد الجائحة من خلال فهم كيف يمكن للعوامل الوسيطة أن تغير العلاقة بين إدراك الوجهة ونوايا السفر بعد الأزمة. بالاعتماد على نموذج نظرية دافع الحماية، فإنه يقترح نموذجاً مكيفاً ويقدم رؤى جديدة مع إضافة أدوار الوساطة لسلوك السائح الوقائي للصحة ومشاركة وسائل الإعلام في التأثير على سفر السياح بعد COVID-19. وقد هدفت دراسة (panelArdvin, et al, 2021) إلى تقييم العوامل الدافعة التي تؤثر بشكل كبير على نية الاستعداد بين الفلبينيين للتخفيف من زلزال The Big One. مع تكامل نظرية دافع الحماية والنظرية الموسعة للسلوك المخطط، نظرت الدراسة في ٧٢٧ إجابة صالحة لقياس نية التحضير. تم قياس ثمانية كامنة وهي: (١) الضعف المتصور، (٢) الشدة المتصورة، (٣) المعيار الذاتي، (٤) التحكم السلوكي المدرك، (٥) الموقف، (٦) الوسائط، (٧) فهم الشيء الكبير، و (٨) نية التحضير. من خلال استخدام نمذجة المعادلات الهيكلية، تبين أن الوسائط، والمواقف، والشدة المتصورة والمعايير الذاتية كلها عوامل رئيسية تؤثر على نية الناس للاستعداد للكبير. علاوة على ذلك، فقد تبين أيضاً أن فهم الزلزال الكبير له تأثير غير مباشر على نية الاستعداد. يمكن استخدام البنية النموذجية للدراسة لتقييم أنواع أخرى من الكوارث الطبيعية في جميع أنحاء العالم. وفي إطار مشابه قامت دراسة (ArezuShafiei&HamidehMaleksaeidi, 2020) بتطبيق نظرية دوافع الحماية

كإطار لشرح السلوك المؤيد للبيئة لعينة من ٣١٠ طالب إيراني. أشار التحليل إلى أن بناء نظرية دافع الحماية جنباً إلى جنب مع الموقف البيئي قادران على شرح جزء كبير من التباين في السلوك المؤيد للبيئة. بناءً على النتائج، كان الموقف البيئي، والكفاءة الذاتية، والتكاليف المتصورة للسلوك المؤيد للبيئة والمكافآت الداخلية والخارجية المتصورة للسلوكيات الحالية غير الصديقة للبيئة هي المحددات المباشرة للسلوك المؤيد للبيئة، بينما أثرت المكافآت بشكل غير مباشر على السلوك المؤيد للبيئة. تكاليف الموقف والاستجابة. أيضاً، كان لفعالية الاستجابة من خلال الكفاءة الذاتية تأثير غير مباشر على السلوك المؤيد للبيئة. بشكل عام وقد توصلت الدراسة إلى عدم وجود فرق كبير بين درجات السلوك المؤيدة للبيئة للذكور والإناث.

وقد عنيت دراسة (Mei-Fang Chen, 2020) بتضمين الالتزامات الأخلاقية المتصورة في نموذج نظرية دافع الحماية (PMT) لشرح نوايا الناس للمشاركة في سلوكيات التخفيف من تغير المناخ في تايوان. وخلصت الدراسة إلى أن التهديد والتعامل مع تغير المناخ يؤثران على دافع الحماية، بالإضافة إلى ذلك، يؤثر الالتزام الأخلاقي المتصور على دافع الحماية، كما يعزز دافع الحماية نية المشاركة في سلوكيات التخفيف من تغير المناخ. وقد اقترحت (سيرين زعابطة, ٢٠١٦) برنامج وقائي قائم على نظرية دافع الحماية، فضلاً عن تقصي فعاليته في خفض التفاؤل غير الواقعي و تنمية سلوك السياقة الآمنة لدى عينة إجمالية من السائقين قدرها ٦٢ سائقاً اعتمد البحث الأساسي على المنهج التجريبي بتصميم المجموعات المتكافئة بقياس قبلي و بعدي بعد الانتهاء من جلسات البرنامج، توصل البحث إلى أن مستوى التفاؤل غير الواقعي وسلوك السياقة الآمنة لدى العينة الكلية في القياس القبلي متوسط. ولا يختلف استجابات أفراد العينة الضابطة عن استجابات أفراد العينة التجريبية على اختبار التفاؤل غير الواقعي. وفي إطار بحوث الدوافع الإنسانية اختبرت دراسة (2015, Constantine Sedikides, et al الثقافة الفطرية لتعزيز الذات ودوافع حماية الذات هل تعزز الذات / الحماية الذاتية واحترام الذات يعكس الدوافع الإنسانية الأساسية أم أنها أحداث مرتبطة ثقافياً؟ من خلال اقتراح نموذج تكتيكي موسع لتعزيز الذات. يطمح النموذج إلى حساب ظاهرتين متناقضتين ظاهرياً: الثبات عبر الثقافات (تكافؤ قوة الدافع الذاتي ورغبة احترام الذات عبر الثقافات) والتنوع بين الثقافات (المظاهر التفاضلية للدوافع الذاتية واحترام الذات عبر الثقافات). تتناول الافتراضات الرئيسية الأربعة لنموذج SCENT-R التباين بين الثقافات. وتوصلت نتائج الدراسة إلى أنه يمنح احترام الذات وتعزيز الذات / الحماية الذاتية مزايا موازية في الشرق والغرب ويعكس تعزيز الذات والحماية الذاتية، وكذلك احترام الذات، الدافع البشري الأساسي.

### المحور الثاني: دراسات في العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والاكنتاب:

فيما يتعلق بالعلاقات الارتباطية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والاكنتاب والأمراض النفسية بحثت دراسة ( Valkenburg, 2022 ) العلاقة بين تعرض المراهقين لمواقع التواصل الاجتماعي وبين ظهور أعراض الاكنتاب لديهم وتدهور صحتهم النفسية، وتم تطبيقها على ٤٢٠ مفردة بحثية من الشباب في المملكة المتحدة، وقد أشارت نتائج الدراسة أن ٩٥% من العينة ترى أن مواقع التواصل الاجتماعي لا تؤثر بشكل سلبي علي الصحة النفسية والعقلية لديهم، كما أشارت الدراسة أنه في بعض الحالات قد تؤدي مواقع

التواصل الاجتماعي إلى وجود الضغط النفسي والعقلي وظهور حالت الاكنتاب بين الأشخاص الذي قد يدفعه إلى الانتحار لكن ذلك مرتبط بوجود عوامل اجتماعية أيضا تؤدي إلى تعزيز الاكنتاب بين الشباب مثل التفكير الأسي، وفي نفس الإطار كانت دراسة (إيمان فيود، ٢٠٢٢) عن العلاقة بين مواقع التواصل الاجتماعي ومعدلات الاكنتاب والقلق لدى عينة من الشباب، واعتمدت الدراسة على منهج المسح الميداني لعينة من الشباب قوامها ٢٨٠ مفردة من محافظتي القاهرة والدقهلية باستخدام استمارة استقصاء، وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج أهمها) ثبوت صحة الفرض الذي ينص على وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين كثافة متابعة مواقع التواصل الاجتماعي وزيادة معدلات الاكنتاب لدى المبحوثين، بينما لم تثبت صحة الفرض الذي ينص على وجود علاقة ارتباطية ذات بين كثافة متابعة مواقع التواصل الاجتماعي وزيادة معدلات القلق لديهم. كما توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المبحوثين في التأثيرات النفسية التي تحدث لهم جراء متابعتهم لمواقع التواصل الاجتماعي وفقا لمتغيرات النوع/ الإقامة/ الدخل لمتغيري السن/ الشهري/ مدى الالتحاق بوظيفة بينما لم توجد فروق بين المبحوثين وفقاً للمستوى التعليمي. وتوصلت دراسة (Magdy, 2021) إلى وجود علاقة بين استخدام المراهقين لمواقع التواصل الاجتماعي والاكنتاب والغيرة حيث طبقت الدراسة على ٦٠٥ من المراهقين بالإضافة إلى مقابلات متعمقة مع ١٤ مراهق وتوصلت كذلك نتائج الدراسة أن هذه العلاقة يتوسطها الشعور بالحسد وتقدير الذات والنوع الاجتماعي كمتغيرات وسيطة. بينما دارت دراسة (الحسين ٢٠١٩) حول المقارنات الاجتماعية وعلاقتها بأعراض الاكنتاب لدى الفتيات بالتطبيق على عينة مكونة من ١٥٠ مفردة من الفتيات التي تتراوح أعمارهن ما بين ١٧-٢٨ عاما بالمنطقة الغربية بالمملكة العربية السعودية وقد بينت نتائج الدراسة ثبوت تمتع مقياس المقارنات الاجتماعية على مواقع التواصل الاجتماعي ومقياس الأعراض الاكتئابية بخصائص سيكومترية جيدة في البيئة السعودية. وفيما يختص بإدمان الانترنت اختبرت دراسة (Jeri-Yabar , et al , 2019) العلاقة بين استخدام الشباب الجامعي لشبكات التواصل الاجتماعي وأعراض الاكنتاب استخدمت الدراسة مقياس بيك للاكنتاب واختبار ادمان الانترنت بالتطبيق على عينة طبقية من طلاب الجامعة مقدارها ٢١٢ طالبا وقد اثبتت نتائج الدراسة وجود علاقة بين الاستخدام المفرط لوسائل التواصل الاجتماعي والشعور بالاكنتاب. وقد أجرى (Wang, et al., 2018) دراسة للبحث في العلاقة بين إدمان المراهقين الصينيين لمواقع التواصل الاجتماعي والاكنتاب في ضوء متغير الاجترار النفسي، ومعرفة ما إذا كان هناك دوراً وسيطاً مماثلاً لتقدير الذات، طبقت الدراسة على عينة قوامها ٣٦٥ مفردة، أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والاكنتاب، كما أكدت أن التفكير السلبي للمستخدم يؤدي دوراً وسيطاً في هذه العلاقة. وأجريت دراسة (Brailovskaia & Margraf, 2017) للتعرف على حجم إدمان الفيسبوك FAD Facebook addiction disorder وذلك على عينة من الطلاب بألمانيا خلال سنة. وبالرغم من عدم ارتفاع متوسط معدل إدمان الفيسبوك، إلا أن هناك زيادة في معدل الإقتراب من مستوى بداية الإدمان. كما وجدت بين معدل إدمان الدراسة وجود علاقة طردية دالة إحصائياً بين الفيسبوك والصفات النرجسية للشخصية بالإضافة إلى زيادة أعراض القلق

والإكتئاب والتوتر. كما أن إدمان الفيسبوك يتوسط العالقة بين النرجسية وأعراض القلق مما يؤكد أن الأشخاص الذين لديهم صفات نرجسية يقعون تحت خطر إدمان الفيسبوك وعن العلاقة بين الإدمان لمواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالإكتئاب والتفكير في الانتحار، أجرى كل من (Jasso-Medrano & López, 2018) دراسة استكشافية للتعرف على هذه العلاقة حيث أجريت الدراسة على عينة عشوائية قوامها ٣٧٤ مفردة من طلاب الجامعة بالمكسيك تم اختيارهم بطريقة عينة كرة الثلج، توصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية بين السلوك الإدماني وكل من الشعور بالإكتئاب والتفكير في الانتحار فالسلوك الإدماني يمكن أن يكون عاملاً وقائياً ضد التفكير الانتحاري حال استخدام مواقع التواصل الاجتماعي في التواصل مع الآخرين وحال تقديمهم للدعم الاجتماعي والنفسي لديهم. وفي نفس الإتجاه هدفت دراسة (Banjanin, et al, 2015) إلى استكشاف العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والاكتئاب والانتواء لدى طلاب المدارس في صربيا، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٣٣٦ مفردة متوسط أعمارهم ١٨ سنة، طبق عليهم مقياس الإدمان وقائمة الاكتئاب، أكدت النتائج عدم وجود علاقة بين الوقت المستغرق في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والإنترنت والشعور بالإكتئاب لدى عينة الدراسة، في حين يؤثر إدمان الأنشطة الاتصالية على مواقع التواصل الاجتماعي على درجة شعور الفرد بالإكتئاب، فطبيعة نشاط الطلاب على مواقع التواصل الاجتماعي يعطيهم شعور أعمق بالانتماء والاهتمام. ومن الدراسات التي اهتمت بدراسة المتغيرات الوسيطة في العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والاكتئاب جاءت دراسة (وليد عواد، ٢٠٢٢) للكشف عن العلاقة بين استخدامات الشباب لمواقع التواصل الاجتماعي وعلاقتها بمستوى الاكتئاب والوحدة النفسية لديهم في ظل عدة متغيرات منها كثافة الدخول لهذه المواقع ونوع الموضوعات التي يتابعها الشباب وعدد الاصدقاء على حساباتهم الخاصة والمتغيرات الديموجرافية طبقت الدراسة على عينة عمدية مقدارها ٤٠٠ مفردة من الشباب مستخدمى مواقع التواصل الاجتماعي وقد خلصت نتائج الدراسة الى وجود علاقة بين درجة الشعور بالإكتئاب والمتغيرات الديموجرافية متمثلة في متغير النوع حيث تبين فروق دالة احصائيا بين متغير النوع ودرجة الشعور بالإكتئاب لصالح الاناث وكذلك كثافة متابعة الموضوعات السياسية والساخرة والشعور بالإكتئاب. أما دراسة (Pontes, et al , 2018) فقد استخدمت بطارية من الأدوات النفسية القياسية لتقييم الخصائص الاجتماعية والديموجرافية للمدمنين، واختبار تفضيلات مواقع التواصل الاجتماعي وأنماط الاستخدام، ومقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، واختبار تفضيل التفاعل الاجتماعي عبر الإنترنت، واختبار الإدراك غير المتكيف، ومقياس الخوف من فقدان الهاتف (النوموفوبيا)، واختبار التنظيم العاطفي، ومقياس الاضطراب النفسي العام. أشارت النتائج إلى أن النوموفوبيا المتكيف والإدراك والاضطراب النفسي يمكنها التنبؤ بشكل كبير بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، إلا أن النوموفوبيا كانت لها المساهمة التنبؤية الأقوى بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي. وجاءت دراسة (Ineme, et al, 2017) لاستكشاف دور الاكتئاب والشعور بالإحباط والعوامل الديمجرافية كمؤشرات تتنبأ بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٤٩٢ مفردة من طلاب الجامعة في نيجيريا، تتراوح أعمارهم ما بين ٢١ و٤٥ سنة، وتوصلت الدراسة في نتائجها إلى جود علاقة ارتباطية بين زيادة الشعور بالإحباط وزيادة إدمان

مواقع التواصل الاجتماعي، كما أكدت النتائج أن المشاركين الذين يعانون من مستويات عالية من الاكْتئاب كانوا من الذكور والأصغر سناً وعطلاء عن العمل، كما كانوا غير متزوجين وينتمون لأسر مفككة، وبالتالي فقد زادت معدلات إدمانهم لمواقع التواصل الاجتماعي، كما بينت النتائج أن الإدمان له انعكاسات سلبية على العمل الأكاديمي والمهني والمسئوليات الاجتماعية. **وعن التمرر الإلكتروني كمؤثر وسيط بين إدمان الإنترنت وعلاقتة بأعراض القلق والاكتئاب**، توصلت دراسة (Holfeld & Sukhawathanakul, 2017) من خلال دراسة على 1101 طالب من طلاب المدارس الإعدادية، أنه كلما زاد الارتباط بالإنترنت attachment Internet كلما زاد التعرض للتمرر الإلكتروني و زادت أعراض القلق والاكتئاب. كما أن التعرض للتمرر الإلكتروني يتوسط العلاقة بين الارتباط بالإنترنت والقلق والاكتئاب، واتفقت معه دراسة (Corral- 2017, Pernía, et al) حيث تم إجراء دراسة للتعرف على العلاقة بين ممارسة أو التعرض للتمرر الإلكتروني وكل من مهارات الاتصال ومقاومة الشعور بالاكتئاب من خلال دراسة ميدانية على طلاب المدارس الثانوية بأسبانيا ووجدت الدراسة عدم وجود علاقة بين هذه المهارات وبين ممارسة التمرر الإلكتروني أو التعرض له. وأرجعوا السبب وراء ذلك إلى أن معظم الطلاب عينة الدراسة كانت لديهم هذه المهارات الاتصالية. وفي إطار مشابه لتأثير التمرر الإلكتروني وعلاقته بالمتغيرات الوسيطة سعت دراسة (ريهام سامي 2018) إلى التعرف على مدى تعرض الإناث في المجتمع المصري لظاهرة التمرر الإلكتروني، والكشف عن العلاقة بين زيادة استخدام مواقع التواصل الاجتماعي أو إدمان هذه المواقع وزيادة التعرض للتمرر الإلكتروني. وباختبار الفرض الرئيسي للدراسة، لم تكن هناك علاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والتعرض للتمرر الإلكتروني وقد يرجع ذلك إلى أهمية متغير الوعي بالمشكلة. فقد يزيد إدمان مواقع التواصل الاجتماعي من وعي الإناث بكيفية ضبط الخصوصية وحظر ومنع الغزيباء مما يقلل من فرص التعرض للتمرر الإلكتروني. بينما وفي إطار مغاير استهدفت دراسة (Almenayes, 2015) التعرف على دور الدين في الحد من المشاعر الإكْتئابية المرتبطة بـ لدى طلاب الجامعة الأمريكية، أجريت الدراسة على عينة قوامها 1327 مفردة من الطلاب الدارسين في بعض الجامعات الكبرى، بينت نتائج تحليل الانحدار أن الشخص كلما كان أكثر تديناً كان أقل إدماناً لمواقع التواصل الاجتماعي، كما أكدت النتائج على فاعلية متغير الدين في الحد من التأثيرات السلبية للإدمان على الجوانب الاجتماعية في المقابل ليس له أي تأثير على العلاقة بين الإدمان والمشاعر القهرية. **وعن دراسة حالة الاكْتئاب أثناء فترة وباء كوفيد 19** تبين من نتائج دراسة (Liu S , 2022) عن العلاقة بين تعرض المراهقين لمواقع التواصل الاجتماعي وبين ظهور حالات الاكْتئاب بينهم"، حيث قام الباحث باختيار عينة عمدية من المراهقين قدرها 175 مفردة بحثية وتم تطبيق استمارة استقصاء عليهم، وقد أشارت إلى وجود علاقة طردية إيجابية بين تعرض الشباب لمواقع التواصل الاجتماعي خلال جائحة كورونا وبين ظهور حالات الاكْتئاب لديهم، كما أشارت نتائج الدراسة أن العزلة والوحدة الاجتماعية لها دور كبير في تعزيز حالات الاكْتئاب لدى الشباب عند تعرضهم لمواقع التواصل الاجتماعي فكلما كان الفرد موجود في بيئة اجتماعية تفاعلية كان ذلك عاملاً مهمًا في التخفيف من وجود حالات الاكْتئاب لديهم. وهو

ما يتوافق مع ما أكدته دراسة ( Nusrat Armin, 2021 ) من خلال تحليل بيانات مواقع التواصل الاجتماعي بالتطبيق على ٦٠٠٠ تغريدة على موقع تويتر خلال العام ٢٠٢٠ باستخدام أداة تحليل الاتجاهات من خلال التحليل العنقودي ارتفاع نسبة الاكنتاب فيما يخص إجراءات التباعد الاجتماعي وهو ما يمثل المشاعر الشخصية فيما أثبتت الدراسة ان التعبير عن التعاطف والمواساة مع الآخرين احتلت الترتيب الاخير في مجموعات التصنيف. وفي مجال الكشف عن حالات الاكنتاب باعتبارها خطوة أساسية نحو العلاج كشفت دراسة ( Jamil Hussain , et al 2020 ) عن امكانية استخدام شبكات التواصل الاجتماعي في مجال الكشف عن حالات الاكنتاب باعتبارها خطوة أساسية نحو العلاج من خلال فحص البيانات الخاصة بمستخدمي الفيسبوك بالتطبيق على ٤٣٥٠ مستخدم باستخدام مقياس مركز الدراسات الوبائية للاكنتاب وأشارت نتائج الدراسة الى وجود فروق بين المكتئبين وغير المكتئبين فيما يخص الحرص على البحث عن المعلومات عبر شبكات التواصل من أجل التغلب على حالات الاكنتاب لصالح المكتئبين كما أثبتت الدراسة أن الخصائص الديموجرافية والتفاعلية على شبكات التواصل تمثل أهمية في الكشف عن حالات الاكنتاب. فيما سعت دراسة ( Alhassan, et al.,2018 ) إلى التعرف على العوامل المرتبطة بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، وعلاقته بالشعور بالاكنتاب لدى مستخدمي الهواتف الذكية في السعودية، أجريت الدراسة على عينة عشوائية قوامها ٩٣٥ مفردة تم اختيارهم بطريقة عينة كرة الثلج من مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي، أثبتت النتائج وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين إدمان التطبيقات الاجتماعية على الهاتف المحمول والشعور بالاكنتاب وقد بينت النتائج أن الأشخاص الذين يعانون من تدهور الظروف العاطفية والصحية هم أكثر عرضة لإساءة استخدام التطبيقات الاجتماعية على الهاتف المحمول، دون الانتباه إلى الآثار السلبية لهذا الاستخدام على الشعور بالسعادة والاستقرار العاطفي والاجتماعي والبدني والتي تسبب لهم أعراض اكتئابيه. وفيما يشير الى أهمية التوعية في مجال خطر الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي تم إجراء دراسة ( Bányai,et al,2017 ) على عينة من البالغين في المجر قوامها ٥٩٦١ مفردة، ووجدت الدراسة أن حوالي ٤,٥% من العينة تستخدم مواقع التواصل الاجتماعي بشكل يسبب المخاطر كما أن هؤلاء الأفراد سجلوا أقل درجات من الثقة بالنفس وأعلى معدلات الاكنتاب.

### التعقيب على الدراسات السابقة:

#### التعقيب على دراسات المحور الأول:

فيما يتعلق بالموضوعات: لما كانت نظرية دافع الحماية احدى نظريات العلوم النفسية الصحية فقد كانت تطبيقات النظرية في المجال الصحي بصورة ملحوظة ارتبط معظمها بقضية العصر وهي فيروس كورونا ودوافع الحماية في مجالين:

الأول: - فيما يتعلق بالمعرفة حول COVID-19 ومنها دراسة ( ZofiaSzczuka, et al,

2022) ودراسة (Nguyen Xuan Truong, 2023)

الثاني: فيما يرتبط باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي و دوافع الحماية في المعرفة حول COVID-19 مثل دراسة ( Razak & Nancy Muturi ,2021). وفي إطار تبني

الاستراتيجيات السلوكية الوقائية كانت دراسة (Majid Barat & et al, 2020). بينما اهتمت بعض هذه الدراسات بتبني لسلوكيات الحماية الشخصية مثل دراسة Bin Cui, et al, 2017) وفيما يتعلق بالعلاقة بين الدوافع والاكنتاب وجدت دراسة واحدة ل (Margo, et al, 2018) هدفت الى تقييم الدور الوسيط لدوافع الشرب والاستراتيجيات السلوكية الا أن بعض الدراسات اهتمت بتطبيقات النظرية في المجال الاتصالي منها دراسة (منة الله دياب، ٢٠٢٢) و (panelRenévan, et al., 2019) و (SandyTsaia, et al, 2016) وفي مجال تطبيق النظرية لتعديل السلوك الإجتماعي كانت دراسة (panelMa, etal, 2022) و دراسة (panelArdvin Kester S, et al) 2021، ودراستان هدفتا الى اقتراح برنامج وقائي قائم على نظرية دافع الحماية لزعابطة، ٢٠١٦) و (٢٠١٥ LowellGaertner).

**فيما يتعلق بتطبيق النظرية و أدوات ونوع الدراسات ومنهجها:** اعتمدت غالبية هذه الدراسات في هذا المحور باستخدام منهج المسح فمعظم هذه الدراسات عنى بوصف الظاهرة وتفسيرها ولذلك اعتمدت هذه الدراسات على صحيفة الاستقصاء الالكترونية والقليل منها استخدم المقابلة ويرجع ذلك لطبيعة الموضوعات المرتبطة بفترة ذروة الفيروس فترة إجراء الدراسة. فيما تم إجراء طريقة مختلطة، بما في ذلك البحث النوعي من قبل مجموعة التركيز مع ١١ مشاركا والبحث الكمي في دراسة (Nguyen Xuan, 2022) وتبين وجود دراسة واحدة تجريبية (لسيرين زعابطة، ٢٠١٦). بينما وجدت دراسة واحدة طبقت تقنية التحليل باستخدام إصدار SmartPLS 3.4 في دراسة (Razak, et al, 2021)، وكان قد سبقها دراسة (2018, Margo C. Villarosa, et al) بتطبيق مقاييس كاملة للاكتئاب، ودوافع الشرب، واستراتيجيات السلوك الوقائي. وتم تطبيق مقياس بنيات دافع الحماية في أكثر من دراسة منها دراسة (منة الله دياب، ٢٠٢٢) ودراسة (panelArdvin Kester, et al, 2021)

**فيما يتعلق بنتائج الدراسة:** من خلال نتائج الدراسات السابقة في هذا المحور والمتمركزة بالأساس على تطبيق نظرية دافع الحماية فقد أظهرت النتائج أن التعرض لوسائل الإعلام كان مرتبطاً بشكل مباشر بزيادة الشدة المتصورة، والضعف الملحوظ، والكفاءة الذاتية المتصورة، والمعرفة ومرتبطة بشكل غير مباشر بالسلوكيات الوقائية خاصة دراسات COVID-19. كما تبين أهمية المتغيرات الوسيطة لفهم المخاطر المتصورة وتبني السلوكيات الوقائية والكفاءة الذاتية المتصورة. كما ارتبط العمر إيجابياً بالكفاءة الذاتية المدركة في بعض الدراسات، كما ارتبط التعليم بشكل إيجابي بفاعلية الاستجابة المدركة. وقد كان لمواقف الخطر والعمر والجنس، ومكان الإقامة، والمستوى التعليمي تأثير كبير على السلوك (panelRenévan, et al, 2019)

- وبالنظر إلى تأثير استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على المعرفة السياسية والصحية، تشير نتائج الدراسة إلى أنه بدلاً من إغراق وسائل التواصل الاجتماعي برسائل حول خطورة المرض، فإن التواصل بشأن المخاطر يلبي الجماهير أينما كانوا، يمكن أن تؤدي تصورات الفعالية والخطورة إلى اعتماد أوسع للاستجابات الوقائية. وأشارت الدراسات الى انه يجب أن تركز المبادرات التي تسعى إلى تعزيز السلوك الآمن بشكل أكبر على رسائل المواجهة، إما بمفردها أو بالاشتراك مع نداءات الخوف و أن التهديد وتقييم المواجهة تم



تبنينهم لإجراء السلوكيات الوقائية وبالتالي زيادة استخدام المبحوثين لدعم السلوك الإيجابي المتعلق بتقليل الضرر. وقد تبين من نتائج الدراسات في هذا المحور أيضاً أن الوسائط، والمواقف، والشدة المتصورة والمعايير الذاتية كلها عوامل رئيسية تؤثر على نية الأفراد لتبنى السلوكيات مثل (panel Ardvin Kester, et al) (2021) ودراسة (ArezuShafiei) (2020)، ودراسة (Mei-Fang Chen,2020)

### التعليق على دراسات المحور الثاني:

**فيما يتعلق بالموضوعات:** ارتبطت الدراسات السابقة في هذا المحور بدراسة العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والإكتئاب وبعض الدراسات الأخرى بحثت في العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والإكتئاب والمشكلات النفسية منها الانطواء والانتحار والغيرة و الوحدة النفسية، والشعور بالحسد وتقدير الذات والنوع الاجتماعي كمتغيرات وسيطة مثل دراسة (Dina Magdy , 2021) في العلاقة بين إدمان المراهقين الصينيين لمواقع التواصل الاجتماعي والإكتئاب في ضوء متغير الاجترار النفسي والشعور بالإحباط والقلق (Wang, et al,2018)

- بحثت بعض الدراسات بدراسة المتغيرات الوسيطة في العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والإكتئاب و خلصت نتائج الدراسات الى وجود علاقة بين درجة الشعور بالإكتئاب والمتغيرات الديموجرافية متمثلة في متغير النوع وكذلك كثافة متابعة الموضوعات السياسية والساخرة والشعور بالإكتئاب منها دراسة (وليد عواد، ٢٠٢٢)، و في إطار مغاير للعلاقات توصلت نتائج دراسة (ريهام سامي، ٢٠١٨) الى العلاقة بين زيادة استخدام مواقع التواصل الاجتماعي أو إدمان هذه المواقع وزيادة التعرض للتتمر الالكتروني.

- استخدمت بعض الدراسات بطارية من الأدوات النفسية القياسية لتقييم الخصائص الاجتماعية والديموجرافية للمدمنين، ومقياس الخوف من فقدان الهاتف النوميوفوبيا الذي أثبتت نتائج الدراسة أن النوميوفوبيا كانت لها المساهمة التنبؤية الأقوى بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي دراسة (Pontes & Stavropoulos, 2018)، كما أكدت النتائج على فاعلية متغير الدين في الحد من التأثيرات السلبية للإدمان على الجوانب الاجتماعية. دراسة (Almenayes, 2015)

**فيما يتعلق بتطبيق النظرية و أدوات ونوع الدراسات ومنهجها:** اعتمدت غالبية الدراسات على منهج المسح الميداني لعينات الشباب باستخدام استمارة الاستقصاء والقليل منها اعتمد طريقة عينة كرة الثلج من مستخدمي مواقع التواصل و استخدمت بعضها مقياس بيك للاكتئاب واختبار ادمان الانترنت الاجتماعي (Alhassan, et al,2018) و (Jasso-Medrano & López-Rosales,2018) ودراسة واحدة اعتمدت على تحليل بيانات مواقع التواصل الاجتماعي (Nusrat Armin, 2021) باستخدام أداة تحليل الاتجاهات من خلال التحليل العقودي ودراسة استكشافية واحدة قام بها (Jasso-Medrano & López-Rosales, 2018). كما أثبتت الدراسات أن الخصائص الديموجرافية والتفاعلية على شبكات التواصل تمثل أهمية في الكشف عن حالات الاكتئاب.

**فيما يتعلق بالنتائج:** فقد اثبتت نتائج الدراسات وجود علاقة بين الاستخدام المفرط لوسائل التواصل الاجتماعي والشعور بالاكتئاب كما أن العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والاكتئاب مرتبطة بوجود عوامل اجتماعية تؤدي إلى تعزيز الاكتئاب بين الشباب. فقد أشارت نتائج الدراسات أن العزلة والوحدة الاجتماعية لها دور كبير في تعزيز حالات الاكتئاب لدى الشباب عند تعرضهم لمواقع التواصل الاجتماعي فكلما كان الفرد موجود في بيئة اجتماعية تفاعلية كان ذلك عاملاً مهمًا في التخفيف من وجود حالات الاكتئاب لديهم. وارتبطت تطبيقات دراسات العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والاكتئاب على الشباب بصورة غالبية بالإضافة إلى بعض الدراسات التي طبقت الدراسات على المراهقين وهو ما ينطوي على ما أكدته المعارف النظرية بإرتباط الإكتئاب والإدمان بهذه الفئات للمراحل العمرية. كما توصلت الدراسات إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المبحوثين في التأثيرات النفسية التي تحدث لهم جراء متابعتهم لمواقع التواصل الاجتماعي وفقاً لمتغيرات (النوع/ الإقامة/ الدخل لمتغيري) (السن/ الشهري/ مدى الالتحاق بوظيفة، بينما لم توجد فروق بين المبحوثين وفقاً للمستوى التعليمي. كما بينت النتائج أن الأشخاص الذين يعانون من تدهور الظروف العاطفية والصحية هم أكثر عرضة لإساءة استخدام التطبيقات الاجتماعية على الهاتف المحمول، دون الانتباه إلى الآثار السلبية لهذا الاستخدام. - كما أكدت الدراسات أن التفكير السلبي للمستخدم يؤدي دوراً وسيطاً في هذه العلاقة (Wang, et al, 2018) كما أكدت النتائج عدم وجود علاقة بين الوقت المستغرق في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والإنترنت والشعور بالاكتئاب، في حين يؤثر إدمان الأنشطة الاتصالية على مواقع التواصل الاجتماعي على درجة شعور الفرد بالاكتئاب. وقد أشارت الدراسات إلى إمكانية استخدام شبكات التواصل الاجتماعي في مجال الكشف عن حالات الاكتئاب باعتبارها خطوة أساسية نحو العلاج (Jamil Hussain , et al, 2020)

**أوجه إستفادة الدراسة الحالية من الدراسات السابقة:** فيما يتعلق بكلا المحورين محل الدراسة فإن الدراسة الحالية قد استفادت من الدراسات السابقة في النقاط التالية:

- تحديد متغيرات الدراسة باعتبار بنيات دافع الحماية يمثل متغير في العلاقة الارتباطية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى الشعور بالإدمان.
- تحديد الدراسة الحالية للمقاييس المستخدمة ومنها مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ومقياس الإكتئاب ومقياس بنيات الدافع للحماية السبعة من إعداد الباحثة.
- أكدت الدراسات السابقة في مجال دافع الحماية على نتائج تعديل السلوك السلبي أو تبني السلوك الإيجابي المرغوب وهو ما دفع الدراسة الحالية إلى طرح نموذج لتعديل السلوك الإتصالي بمواقع التواصل الاجتماعي لتفادي إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والإصابة بالإكتئاب.
- أفادت الدراسات السابقة الدراسة الحالية في تحديد منهج وأدوات الدراسة وعينة الشباب الجامعي وفقاً لما توصلت إليه نتائج الدراسات السابقة من أهمية التطبيق على طلاب الجامعة الأكثر تأثراً بالإضطرابات النفسية ومنها الإكتئاب.

- أشارت نتائج الدراسات السابقة الى أهمية بعض المتغيرات الديموجرافية كمتغيرات وسيطة فى العلاقة الارتباطية بين إدمان مواقع التواصل الإجتماعى ومستوى الشعور بالإدمان وبناءً عليه حددت الدراسة الحالية متغيرين أساسيين من المتغيرات الديموجرافية التى تفترض الدراسة أهميتهم كمتغير وسيط وهما (النوع ومحل الإقامة).

#### أهداف الدراسة:

#### تتمثل أهداف الدراسة فى النقاط التالية:

١- اختبار كل من مقياس إدمان مواقع التواصل الإجتماعى ومقياس الشعور بالإكتئاب للوقوف على درجة إدمان مواقع التواصل الإجتماعى ومستوى الشعور بالإكتئاب ومقياس بنيات دافع الحماية للكشف عن تأثير بنيات دافع الحماية على العلاقة التنبؤية بإدمان مواقع التواصل الإجتماعى ومستوى الشعور بالإكتئاب لدى طلاب الجامعات المصرية.

٢- قياس الفروق فى استجابة طلاب الجامعات المصرية على مقاييس الدراسة الثلاث ونموذج تبني تعديل السلوك الاتصالي بمواقع التواصل الإجتماعى وفقاً للمتغيرات الديموجرافية للمبحوثين متغير النوع ( ذكور/ إناث) ومحل الإقامة ( حضر/ ريف).

٣. بناء نموذج لمقياس نظري يتوسط بين الإدمان على مواقع التواصل الإجتماعى والشعور بالإكتئاب فى إطار نظرية دافع الحماية لإختبار فعاليته فى تعديل السلوك الإتصالي ؛ حيث يفترض هذا النموذج أن بنيات دافع الحماية تمثل الحماية الذاتية لتفادى خطورة الإصابة بمرض الإكتئاب المرتبط بإدمان مواقع التواصل الإجتماعى ويوفر محفزات تؤدي إلى تبني تعديل السلوك الإتصالي بمواقع التواصل الإجتماعى.

٤- اختبار العلاقة التنبؤية بين الأبعاد السبعة لبنيات دافع الحماية (الخطورة – الضعف- المكافآت الجوهرية – المكافآت الخارجية- الكفاءة الذاتية – فعالية الإستجابة - تكاليف الإستجابة ) وكل من الإدمان على مواقع التواصل الإجتماعى ومستوى الشعور بالإكتئاب.

٥- الكشف عن العلاقة الارتباطية بين (الدرجة الكلية وكذلك الأبعاد الفرعية) بين كل من إدمان مواقع التواصل الإجتماعى و بنيات الدافع للحماية و الشعور بالإكتئاب لدى المبحوثين وفقاً للمقاييس المستخدمة.

#### فروض الدراسة:

الفرض الأول: توجد علاقة ارتباطية بين (الدرجة الكلية وكذلك الأبعاد الفرعية) بين كل من إدمان مواقع التواصل الإجتماعى و بنيات الدافع للحماية و الشعور بالإكتئاب لدى المبحوثين وفقاً للمقاييس المستخدمة.

الفرض الثاني: تؤثر بنيات الدافع للحماية السبعة (الخطورة – الضعف- المكافآت الجوهرية – المكافآت الخارجية- الكفاءة الذاتية – فعالية الإستجابة - تكاليف الإستجابة ) فى العلاقة التنبؤية بإدمان مواقع التواصل الإجتماعى والشعور بالإكتئاب لدى المبحوثين.

الفرض الثالث: توجد فروق بين استجابات المبحوثين وفقا لمتغيرات النوع ( ذكر/انثى) ومحل الإقامة ( حضر/ ريف) على العلاقة التنبؤية بين كل من (بنيات الدافع للحماية) و (إدمان مواقع التواصل الإجتماعي) و (الشعور بالإكتئاب) و(تبنى تعديل السلوك الإتصالي) لدى المبحوثين.

### الإطار النظري والمعرفي للدراسة:

### نظرية دافع الحماية (PMT) Protection motivation theory

نظرية دافع الحماية (PMT) Protection motivation theory قدمها روجرز Rogers في العام ١٩٧٥ لشرح سلوكيات الوقاية من المخاطر، وهي إطار واسع الاستخدام لفهم الاستجابات للمحفزات التي تقي الأفراد من تهديد محتمل تشمل هذه المحفزات رسائل الخوف التي تشجع الأفراد على اتخاذ تدابير وقائية أو الامتناع عن الأنشطة التي قد تضر أنفسهم حيث توفر هذه النظرية إطارا لفهم الخوف وطرق محاولة الناس حماية أنفسهم من التهديدات الصحية، وتفترض نظرية دافع الحماية أن قرار الأفراد بالمشاركة في السلوكيات الوقائية من المخاطر يتم على أساس دافعهم لحماية أنفسهم من التهديدات، Ronald W. Rogers (1983)

كما يفترض PMT أن الأفراد يُقيّمون الاستجابة المحتملة من خلال تقييم التهديدات وعملية تقييم المواجهة، حيث تتضمن عملية تقييم التهديد تقييم شدة التهديد واحتمال حدوثه (أي قابلية التأثر). وتتضمن عملية تقييم المواجهة النظر في فعالية الاستجابة، ومدى صعوبة تنفيذ الاستجابة أي (تكلفة الاستجابة)، والكفاءة الذاتية المتصورة لاستجابة المواجهة. فإذا كان تقييم التهديد أقوى من تقييم المواجهة، فسيتم ذلك استجابة غير قادرة على التكيف. يمكن أن يشمل ذلك الإنكار أو التقليل من التهديد أو تجاهله. إذا كانت استجابة المواجهة، التي تتضمن الإيمان بفعالية الاستجابة والكفاءة الذاتية المتصورة، أقوى، يتم تحقيق دافع الحماية. (Ronald W. Rogers 1983) وتتبنى نظرية دافع الحماية المتغيرات التالية:

أولاً: تقييم التهديد threat appraisal: من الناحية النظرية، يرتبط تقييم التهديد بمفهوم Lazarus للتقييم الأولي، لا سيما بالطريقة التي يهدد بها الحدث التزامات الفرد أو أهدافه أو قيمه، يتم تمييز تقييم التهديد عن تقييم التوتر أو تأثير الحدث في أن تقييم ما هو مهدد، بدلاً من مجرد درجة الإجهاد أو السلبية لحدث ما. يختلف تقييم التهديد أيضاً عن الأساليب المعرفية السلبية، لأنه يقيّم التقييمات السلبية للأفراد المبلغ عنها لأحداث معينة في حياتهم بدلاً من أسلوبهم المعتاد في الاستجابة للأحداث المجهدة، ويجب أن تؤدي التقييمات العالية للتهديدات إلى الاستثارة السلبية والتكيف وزيادة الأعراض النفسية. (et al, 2009) Prentice-Dunn, ويركز على مصدر التهديد والعوامل التي تزيد أو تقلل من احتمالية السلوكيات غير القادرة على التكيف (Plotnikoff, Ronald C& Trinh, Linda 2010). وتتكون عملية تقييم التهديد من:

الشدة severity وتعنى شدة حافز التهديد المحتمل إذا توقع أن يتأثر به أي الشدة المدركة perceived severity أي التقديرات الذاتية لخطورة مرض ما، Perceived

probability of the occurrence حيث تشير الشدة إلى درجة الضرر الناجم عن السلوك غير الصحي.

الضعف vulnerability ويعنى الضعف الشخصي للتهديد المحدد وهو توقع تأثره أي الضعف المدرك: perceived Vulnerability أي التقديرات الذاتية لفرصة الإصابة بمرض ما وهذا يعني أنه إذا اكتشف الناس أنهم معرضون لخطر محسوس وقيموا التهديد على أنه شديد، فإن مستوى الخوف يزداد، مما يؤدي إلى زيادة الدافع لحماية أنفسهم- (Mei Fang Chen, 2020)

فعالية السلوك الموصى به الوقائي Perceived Response Efficacy, or the efficacy of the recommended preventive behavior أي الاعتقاد بأن السلوكيات الوقائية الموجودة فعالة في الحد من خطر المرض أو فاعلية الاستجابة وهي: توقع الفرد أن تنفيذ التوصيات يمكن أن يزيل التهديد (Ronald W. Rogers, 1983)

الكفاءة الذاتية المتصورة Perceived Self-efficacy أي الاعتقاد بأن المرء يمكن أن يأخذ بنجاح السلوكيات الوقائية، وهي الإيمان بقدرة المرء على تنفيذ الإجراءات الموصى بها بنجاح، وهذا يعني أن الوقت والمال والمعرفة والمهارات والشبكات الاجتماعية والدعم المؤسسي... وغيرها لإزالة التهديد والثقة لأداء السلوكيات الموصى به. Mei-Fang (Chen, 2020) وهناك جانب آخر من جوانب تقييم التهديد هو المكافآت: حيث تشير المكافآت إلى الجوانب الإيجابية لبدء أو استمرار السلوك غير الصحي. لحساب مقدار التهديد الذي تم التعرض له، خذ مزيجًا من الخطورة والضعف، ثم اطرح المكافآت. يشير تقييم التهديد إلى تقييم الأفراد لدرجة تأثير الحدث على رفاهيتهم. (Maddux & Rogers, 1983)

ثانياً: تقييم التأقلم (التكيف) the coping appraisal: وتسمى أيضاً عملية تقييم المواجهة ويعنى بكيف يستجيب المرء للموقف تركز عملية تقييم التأقلم أو المواجهة على الاستجابات التكيفية وقدرة الفرد على التعامل مع التهديد وتجنبه ويتكون تقييم المواجهة من:

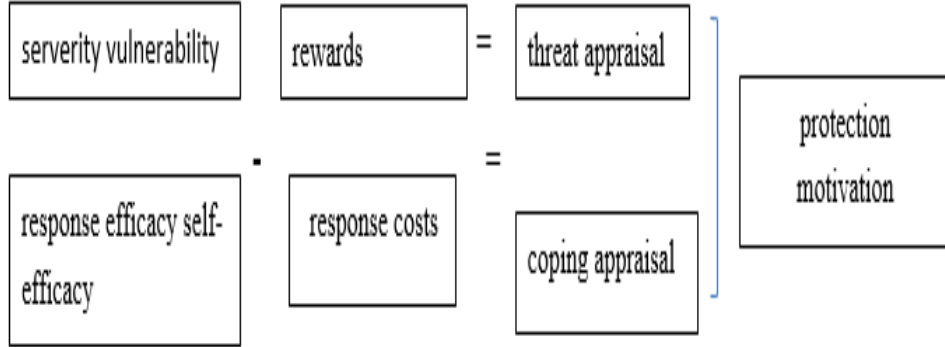
فعالية الاستجابة: هي فعالية السلوك الموصى به في إزالة أو منع الضرر المحتمل. وتتعلق فعالية الاستجابة بالمعتقدات القائلة بأن تبني استجابة سلوكية معينة سيكون فعالاً في الحد من تهديد الأمراض والفعالية الذاتية هي الاعتقاد بأنه يمكن للمرء أن يؤدي استجابة التأقلم بنجاح.

الكفاءة الذاتية: هي الاعتقاد بأنه يمكن للمرء أن يسن السلوك الموصى به بنجاح.

تكاليف الاستجابة: هي التكاليف المرتبطة بالسلوك الموصى به. (Van der velde, 1991)

وتقييم المواجهة هو مجموع تقييمات فعالية الاستجابات والكفاءة الذاتية، مطروحاً منه أي "تكاليف" جسدية أو نفسية لاعتماد الاستجابة الوقائية الموصى بها. وتتحد متغيرات تقييم التهديد والتأقلم بطريقة مباشرة إلى حد ما، على الرغم من أن التركيز النسبي قد يختلف من موضوع إلى آخر ومع الفئة المستهدفة. ويذكر رينشارد لازاروس "أن دراسات التأقلم تشير إلى أن أنماط التأقلم المختلفة مرتبطة بنتائج صحية محددة. (Lazarus & Folkman, 1984)

والعملية المعرفية لنظرية دافع الحماية التي طورها رونالد دبليو روجرز في عام ١٩٨٣ لتطبيقات المقاييس يتم فيها قياس كل عامل مؤثر بشكل عام عن طريق طرح الأسئلة من خلال المسح. وفي الشكل رقم (١) شرح للعمليات المعرفية لدافع الحماية كما طرحها روجرز في العام ١٩٨٣



شكل رقم (١)

شرح للعمليات المعرفية لدافع الحماية كما طرحها روجرز في العام ١٩٨٣

حيث يشير الشكل السابق رقم (١) الى العملية المعرفية لنظرية دافع الحماية وفقاً لرولاندر روجرز عام ١٩٨٣ وقد أشار فيها الى بنيات دافع الحماية وهي تقييم التهديد ويشمل كل من: الضعف المتصور والمكافآت أما تقييم التأقلم يشمل كل من: تكاليف الاستجابة واستجابة فعالية الكفاءة الذاتية.

#### إدمان مواقع التواصل الاجتماعي:

ان النمو المتسارع للمجتمعات قد خلق بيئة لا تستغني عن استخدام الإنترنت الذي توفرت إمكانية وصوله عالمياً إلى أي شخص يرغب فيه، وشأنه شأن أي انجاز آخر فإن بعض مستخدميها بدعوا بقضاء اوقاتا طويلة فيه، وهذا يمكن أن يقود إلى الإدمان addiction ويقال عن الأفراد الذين يدخلون في هذا المسار أنهم يعانون من مصطلح مشخص حديثاً من قبل الباحثين على أنه اضطراب الإدمان على الانترنت internet addiction disorder ويرمز له (IAD). (Duran, 2003) وقد أقرت الجمعية الأمريكية للطب النفسي APA على وضع الإدمان على الانترنت ضمن عناصر الإدمان الأخرى، وعرفته على أنه "اضطراب يظهر حاجة سيكولوجية قسرية نتيجة عدم الإشباع من استخدام الإنترنت والمصاب بهذا الإضطراب يعاني من أعراض عديدة.

وقد كانت عالمة النفس الأمريكية Kimberly young أول من كان لها السبق في صياغة مصطلح اضطراب الإدمان على الإنترنت وشبكات التواصل الاجتماعي، وقد وصفت استخدام الانترنت المفرط والمشكل على أنه إدماناً على أنه استخدام الإنترنت ومواقع

التواصل الاجتماعي لأكثر من (٣٨) ساعة أسبوعياً. (Kimberly, young, 1995) وتعرف young ادمان الانترنت بأنه اضطراب السيطرة على الاندفاع في استخدام الانترنت و الذي لا يتضمن السكر او فقدان الوعي، كما عرفته بأنه اضطراب او اعتلال في القدرة على ترك الاستخدام المفرط للانترنت و يتميز باعراض انسحابية و مشكلات نفسية و اكااديمية و مهنية وإجتماعية (murali & George, 2007) ومن ثم سعى الباحثون إلي بيان أسباب وقوع الشخص فريسة لإدمان الإنترنت، وبالطبع تختلف التفسيرات باختلاف الفئات النظرية، والأساليب والطرق المنهجية المتبعة في دراسة إدمان الإنترنت، إن إدمان الإنترنت إنما ينشربسبب مكونات معرفية تعبر عن سوء التوافق الذي يؤدي إلي اضطرابات وجدانية وسلوكية. ويسلم أنصار التوجه المعرفي بأن معارف الشخص ومعتقداته يمثلان مصدراً رئيسياً للسلوك السوي، أو السلوك المضطرب. وكون الفرد مدمناعلى الإنترنت هو ظاهرة مؤقتة temporary بالنسبة لغالبية الأفراد ومن المحتمل أنها ترتبط بالقيمة الجديدة الأساسية وأنها تتناقص تدريجياً مع زيادة الاستعمال والتألف (widyanto & McMurrans, 2004).

وقد حدد (Davis, 2001) أربعة أساليب معرفية ترتبط بدرجات متفاوتة باضطرابات السلوك ومنها إدمان الإنترنت، وهذه الأساليب هي: تقدير الذات المنخفض، والتفكير الاجتراري (Ruminative thinking)، الأفكار الاكتئابية (Depressive Ideas)، وانخفاض أهلية الذات (Low self – worth). (Davis, R., 2001) وقد أظهرت الدراسات أن هناك جملة من الآثار السلبية لإدمان شبكة التواصل الاجتماعي وفي المقابل وعلى خلاف تلك الفئات النظرية أظهرت نتائج بعض الدراسات أن استخدام شبكة التواصل الاجتماعي تسهم على نحو إيجابي عموماً، والإفراط فيه خصوصاً حتى ولو كان بغير سبب موضوعي يعزز فرص التواصل مع الأقران بما يعكس إيجابياً على تعزيز الشعور بالثقة بالنفس، وقد أشارت مورجان الى أن استخدام الإنترنت له علاقة بانخفاض معدل الاكتئاب، إذ أن استخدامات شبكة التواصل الاجتماعي قد تسهم في تكوين علاقات جديدة، ويوفر دعماً اجتماعياً للأفراد يسهم في إيجاد حل ذاتي لكثير من مشكلاتهم كما يكسبهم تدريباً على المهارات الاجتماعية بل إن التواصل عبر شبكة التواصل الاجتماعي يسهم في توفير بديل مناسب يشبع رغبات المستخدمين في التفاعل الاجتماعي الآمن مما يؤدي إلي تخفيف الاكتئاب والقلق الاجتماعي. (Morgan & Cotton, 2003)

**الوقاية من إدمان مواقع التواصل الاجتماعي:** يؤكد الفريد فريدمان (Freedman) أن برامج الوقاية من الإدمان تمر بثلاثة مراحل: **مرحلة الوقاية الأولية**، وتهدف الى منع حدوث الإدمان، أو تقليل حدوثة في المجتمع، من خلال تقديم التوعية والإرشاد للفئات الأكثر عرضه له. و**مرحلة الوقاية الثانوية**، وتهدف الى التعرف المبكر على الإدمان، وبمعنى آخر محاولة تشخيص الإدمان في مراحله الأولى بقدر الإمكان للمبادرة في العلاج المبكر وتجنب المضاعفات، أما **مرحلة الوقاية الثالثة**، فتهدف الى تقليل آثار الإدمان المتبقية بعد الشفاء منه (حامد زهران, ١٩٩٠)، والجدير بالذكر هنا أن العديد من الدراسات السابقة قد أكدت على أهمية الإرشاد الوقائي في التعامل الأمثل مع مشكلة الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي منها، دراسة (Wu, al et., 2013) والتي خلصت نتائجها إلى أن العوامل النفسية توفر وصفاً أفضل للميول الإدمانية لمستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي، مقارنة بالعوامل الديموجرافية.

## الإكتئاب:

الإكتئاب يسمى ب (الاضطراب الاكتئابي الرئيسي) هو مرض طبي وعقلي شائع وخطير يؤثر سلبيًا على الشعور وطريقة التفكير وكيفية التصرف ويمكن أن يؤدي إلى مجموعة متنوعة من المشاكل العاطفية والجسدية وهو حالة من الحزن المستمر، لا يدرك الفرد مصدرها على الرغم من أنها تنجم عن خبرات أليمة وأحداث مؤثرة انفعاليا قد مرت به، وتتميز هذه الحالة بهبوط في الطاقة النفسية والحركية والشعور بالإعياء والقلق وفقدان الاهتمام بالأشخاص والأشياء والأحداث والنشاطات والهوايات والترفيه، و سيطرة مشاعر اليأس والذنب وفقدان القيمة والثقة بالنفس واللامبالاة بالأحداث الجارية، وفقدان القدرة على التركيز والتحكم أو الضبط والتوجيه الذاتي، كما يصاحب بعض الحالات أوهام وهلاوس، كما تشيع لدى الحالات الحادة أفكارا أكثر سوداوية تدور حول الموت ومحاولة الانتحار. (Young & Rogers, 1998)

ويعرف كذلك على أنه اضطراب نفسي مرضي، وأحد التقلبات المعتدة للمزاج للمواقف الاليمية التي تصادفها وهو أحياناً استجابة علامة من علامات مرض ما، بل هو موجود لدى كل المرضى أيا كان المرض الذي يعانون منه. (ثائر عاشور، ٢٠١٧)، ومعظم الأفراد يصيبهم اكتئاب خفيف، استجابة للعديد من الأحداث الصادمة في حياتهم اليومية، بينما عدد أقل لديهم رد فعل اكتئابي شديد تجاه نفس هذه الأحداث، ويعتمد تشخيص الاكتئاب لدى الأفراد أو قابليتهم للإصابة به على عوامل عديدة كالعوامل البيولوجية والوراثية، والعوامل النفسية، إضافة إلى العوامل الخارجية وغيرها. وعلى الصعيد العالمي، تشير التقديرات إلى أن ٥٪ من البالغين يعانون من الاكتئاب. وتتأثر النساء بالاكتئاب أكثر من الرجال إلا أنه يمكن علاجه أيضاً حيث يعتبر الاكتئاب من أكثر الاضطرابات النفسية قابلية للعلاج. ما بين ٨٠٪ و ٩٠٪ من المصابين بالاكتئاب يستجيبون بشكل جيد للعلاج في نهاية المطاف. (World Health Organization, 2021)

**علاج الاكتئاب:** يوجد علاج فعال للاكتئاب الخفيف والمتوسط والشديد، حيث تُسلط خطة عمل منظمة الصحة العالمية للصحة العقلية ٢٠١٣-٢٠٣٠ الضوء على الخطوات المطلوبة لتوفير التدخلات المناسبة للأشخاص الذين يعانون من اضطرابات نفسية بما في ذلك الاكتئاب. حيث يعتبر أحد الحالات ذات الأولوية التي يغطيها برنامج عمل فجوة الصحة العقلية التابع لمنظمة الصحة العالمية (mhGAP). حيث يهدف البرنامج إلى مساعدة البلدان على زيادة الخدمات للأشخاص الذين يعانون من اضطرابات نفسية وعصبية. (World Health Organization, 2021)

**العوامل المساهمة والوقاية:** ثبت أن برامج الوقاية تقلل الاكتئاب. حيث تشمل المناهج المجتمعية الفعالة للوقاية من الاكتئاب برامج مدرسية لتعزيز نمط التأقلم الإيجابي لدى الأطفال والمراهقين. ويمكن أن تكون برامج التمرين لكبار السن فعالة أيضاً في الوقاية من الاكتئاب. **الحماية الذاتية والاكتئاب:** تعرف المكتبة القومية الأمريكية للطب [NLA] (معاهد الصحة القومية) الاكتئاب بأنه: "مرض طبي يمكن علاجه فالإكتئاب مرض حقيقي والمساعدة متاحة حيث يمكن للأشخاص القيام بأشياء للمساعدة في تقليل أعراض الاكتئاب، كالمساعدة الذاتية



والتأقلم، فعندما تشعر تقبلا عميقا لذاتك ولأفكارك تعكس أفكارك ذلك النضج بشكل آلي، إن قدرة الاتصال غير الكلامي إيضاح آخر للقول بأن الكلمات أو الأفكار لا تحدد كيف يشعر الناس نحو أنفسهم. (تونى همفريز، ٢٠٠٣)

### النظريات المفسرة للاكنتاب وعلاقته بالدافع

**النظرية النفسية:** أشار Karl Abraham إلى الاكنتاب الأولي وهو تكرار الفترات الاكنتابية عند نفس الشخص، وتستخدم Melanie Klein مفهوم الوضعية الاكنتابية وكما كتبه Bergeret فيكون الاكنتاب دليل فشل في بذل الجهد من أجل تحقيق علاقات موضوعية جيدة وتقص إيجابي، وهناك بعض الأشخاص ممن لهم سمات تؤهلهم عن غيرهم للإصابة بالاكنتاب، ومنها الروح الانهزامية والاعتمادية على الغير المتأثرون بالمتغيرات الخارجية والشخصيات التي لها دائما نظرة تشاؤمية للأمر (ويمكن طرح قضية تأثير صفحات المؤثرون على مواقع التواصل الاجتماعي في هذا الشأن).

**نظرية التحليل النفسي:** يعتبر فرويد أب نظريات التحليل النفسي، بحيث أنه فسر مرض الاكنتاب واعتبره تفاعل قائم بين الدوافع والعواطف وقارن بين الحزن والاكنتاب، وافترض أنه في الحزن يكون الأنا سليم وفقدانه يكون على مستوى اللاشعور، ويتضح من ذلك طبيعة العلاقة بين الاكنتاب وموضوعه بحيث أنها تتسم بالنرجسية إلى حد كبير، أي أنه لا يحب الموضوع ذاته بل أنه بحاجة إليه كي يحتفظ باتزان الانفعالي من حيث تنظيم الدفاعات الغريزية من حب وعدوانية فإذا ما أختفي الموضوع شعر الشخص المكتئب بخسارة أهم جزء من نفسه فيجد في نفسه وجها لوجه أمام عدوانيته.

**النظرية السلوكية:** توجد عدة نظريات حول الاكنتاب المشتقة من الاشتراط الإجرائي (Conditionnement operant) والنموذج الأكثر انتشارا هو العجز المكتسب. وانطلاقا من نظريات الاشتراط الإجرائي لقد بين الباحثون أن غياب الأحداث المفرحة في المحيط ينقص الدافعية لدى الشخص، والسلوك الذي يكون خال من العواقب الإيجابية (conséquence positives) ينتهي بالانطفاء، كذلك كثرة الأحداث السلبية المفاجئة (aversifs) يؤدي إلى نفس النتيجة.

**النظرية المعرفية:** يقوم العلاج المعرفي على فرصة قوامها أن سلوك الإنسان ومشاعره وعواطفه تتحدد من خلال نظراته وأفكاره عن الأحداث التي يتعرض لها، ولذلك يعتمد هذا النوع من العلاج النفسي على تغيير أسلوب التفكير ونظراته للأمر وبذلك تتغير مشاعره وعواطفه وسلوكه تبعا لتغير أفكاره، ويستعمل هذا النوع من العلاج في الاكنتاب والقلق أو التوتر النفسي، ومن الجانب المعرفي، أصحاب النموذج المعرفي للاكنتاب (بيك وشركائه ١٩٧٩) ينادون بنموذج معالجة المعلومة. حيث يجهل المكتئب المعلومة الإيجابية ويتمسك بالمعلومة السلبية.

**الاكنتاب في التحليل الوظيفي:** لكي يكون تمثيل دقيق للتحليل الوظيفي للاكنتاب وضع جون كوترو شبكة التحليل الوظيفي التي تجمع العناصر التالية: منبه، عاطفة، أفكار، سلوك، توقعات وعلاقتهم بالمحيط الاجتماعي.

**العلاج السلوكي للاكتئاب:** يقوم على مبدأ أن السلوك الإنساني ينشأ من التعلم ولذا يمكن تغييره من خلال تعليمه سلوكاً آخر جديد، ويعمل العلاج السلوكي على إزالة هذا السلوك المرضي مثل الاكتئاب، ومن العناصر المهمة في المعالجة السلوكية أنها تتطلب من المريض المشاركة الفعالة والتعاون الإيجابي من خلال القيام بالتدريبات المطلوبة، والعلاج السلوكي له أنواع متعددة مثل الأقدام المتدرج، المكافأة.

**العلاج السلوكي المعرفي للاكتئاب:** يقوم على محاولة تغيير المعارف السلبية لدى المريض و جعله يفكر بشكل أكثر منطقية و عقلانية، هذا بدوره يؤدي إلى تغيير وجدان و سلوك المريض كما يجب تعلم المريض كيفية تؤكد ذاته في المواقف و الأنشطة الاجتماعية المختلفة.

كما يفترض النموذج المعرفي أن المعرفة و السلوك جميعها مكونات مهمة في السلوك الاكتئابي فالعلاج المعرفي يعلم المريض الاكتئابي كيف يظهر أفكاره الآلية و مخططات سوء توافقه و عندئذ توضح هذه المعارف موضع الاختيار من خلال فحص الدلائل، و تصميم مواقف تجريبية حية، و موازنة المزايا مقابل العواقب و يغير نمط سلوكه الغير توافقي، و تأتي هذه التغييرات بوصفها نتائج مباشرة بالتخطيط و معاونة الذات. (قويدربن احمد، ٢٠١٨) (كوام مكنزي ٢٠١٣)، (جمال زهار، ٢٠١٦)، (سامية بن دهنون، ٢٠١٧).

#### التعريفات الإجرائية للدراسة:

#### إدمان مواقع التواصل الإجتماعي :

يقصد بالإدمان على مواقع التواصل الإجتماعي في هذه الدراسة بما عرفه Andreassen & Pallesen (2014) بأنه "القلق المفرط المصاحب لاستخدام مواقع التواصل الإجتماعي، ويكون الفرد فيه مدفوعاً بدافع قوي لتسجيل الدخول إلى أو استخدام تلك المواقع، وتكرير الكثير من الوقت والجهد لها بشكل يعرقل أنشطته الاجتماعية الأخرى، الدراسة أو العمل، علاقاته الشخصية، وصحته النفسية والبدنية". ويقاس بالدرجة التي يحصل عليها المبحوثين من خلال تطبيق مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي المستند الى مقاييس سابقة تم اختبارها في الدراسات السابقة والمعدل من قبل الباحثة.

#### الدافع للحماية:

يقصد به في هذه الدراسة بنيات نظرية دافع الحماية السبعة (الخطورة – الضعف- المكافآت الجوهرية – المكافآت الخارجية- الكفاءة الذاتية – فعالية الإستجابة - تكاليف الإستجابة ) التي طورها رونالد روجرز في عام ١٩٨٣ بتطبيقات المقاييس ويتم قياس كل عامل مؤثر بشكل عام عن طريق طرح الأسئلة من خلال المقياس المعد من قبل الباحثة ويطبق من خلال المسح. ويقاس بالدرجة التي يحصل عليها المبحوثين من خلال تطبيق مقياس دافع الحماية من إعداد الباحثة.

#### الشعور بالإكتئاب:

يقصد به في هذه الدراسة هو حالة من الحزن المستمر، لا يدرك الفرد مصدرها والشعور بالإعياء والقلق و سيطرة مشاعر اليأس والذنب وفقدان القيمة والثقة بالنفس

واللامبالاة بالأحداث الجارية وغيرها. ويُقاس بالدرجة التي يحصل عليها المبحوثين من خلال تطبيق مقياس بيك للأعراض الاكتئابية والمعدل من قبل الباحثة.

### الإطار المنهجي للدراسة

**نوع الدراسة ومنهجها:** تنتمي هذه الدراسة الى الدراسات الوصفية التفسيرية التي تستهدف وصف الظاهرة و اختبار العلاقات الارتباطية بين متغيرات الدراسة في وضعها الراهن، ولا تقف عند حدود الوصف المجرد للظاهرة بل تتعداه لتحليل العلاقات المتبادلة فيها، والوصول إلى استنتاجات و خلاصات لما يمكن عمله لتغيير الظروف والعوامل المحيطة بالظاهرة موضوع البحث نتيجة إجراء هذا النوع من الدراسات. وبحسب (أنجرس): يُحدد نوع المنهج الذي يتم استخدامه في الدراسة من نوع المشكلة المراد دراستها والمنهج بصفة عامة هو مجموعة من العمليات تسعى لبلوغ الهدف (أنجرس، ٢٠٠٤)، وبما أن موضوع الدراسة يتعلق بظاهرة نريد وصفها وتقديم معلومات شاملة ومفصلة حولها لذا تعتمد الدراسة على المناهج التالية:

١- **منهج المسح Survey** بشقيه الوصفي والتحليلي وذلك عن طريق مسح عينة من الشباب الجامعي من مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي ميدانياً وذلك للتعرف على مستوى الشعور بالإكتئاب جراء إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وكذلك اختبار تأثير بنيت الدافع للحماية على هذه العلاقة.

٢- **المنهج الارتباطي (Correlation Method)** الذي يهدف إلى تقرير العلاقة بين متغيرين أو أكثر وتحديد قدر هذه العلاقة (محمد عبد الحميد، ٢٠١٥)، حيث تفترض الدراسة الحالية أن بنيت دافع الحماية تؤثر على العلاقة التنبؤية بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالإكتئاب. مع تبنى تعديل السلوك الإتصالي بهذه المواقع.

### عينة الدراسة

**عينة الدراسة الاستطلاعية:** اعتمدت الباحثة في التحقق من الخصائص السيكومترية (الصدق، والثبات) لمقاييس الدراسة على عينة من طلبة المرحلة الجامعية من مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي، تكونت من ٢٠٠ طالباً وطالبة في جامعة الزقازيق.

**عينة الدراسة الأساسية:** وهي العينة الفعلية التي تم تطبيق مقاييس الدراسة عليها وقد بلغت (٤١٣) طالباً من طلاب جامعة الزقازيق، بواقع (١٩٨) من الذكور و(٢١٥) من الاناث، حيث تم اختيار عينة الدراسة الميدانية وفقاً لأسلوب العينة العمدية على مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي من طلاب الجامعة لتمثل (عينة أساسية)، خلال الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ٢٠٢٢/٢٠٢٣، حيث تم تطبيق الإستمارة إلكترونياً على العينة من خلال إرسال لينك الإستمارة على المجموعات الطلابية على الفيس بوك والواتساب. وقد لجأت الباحثة الى تحديد العينة العمدية من طلاب جامعة الزقازيق لضمان توافر المعايير الأساسية المطلوبة لطلاب الجامعة والخصائص الديموغرافية والظروف الاتصالية والاقتصادية والاجتماعية والثقافية الى حد قريب من جميع أفراد العينة لضمان قياس عبارات المقاييس

أثر متغيرات دافع الحماية (PMT) على العلاقة التنبؤية بإدمان مواقع التواصل الإجتماعي والشعور بالإكتئاب لدى طلاب الجامعات

بصورة أكثر حيادية ومنطقية. وكذلك لسهولة الوصول الى أفراد العينة وضمان فهم واستيعاب محاور وعبارات المقاييس.

#### **أدوات جمع البيانات ومقاييس الدراسة:**

تم توزيع صحيفة إستقصاء مكونة من ثلاثة مقاييس ونموذج من خلال إرسال لينك الاستمارة على المجموعات الطلابية على الفيس بوك والواتسأب خلال شهر نوفمبر ٢٠٢٢ على عينة من طلاب جامعة الزقازيق ومن خلال الأسئلة تم قياس ثلاث متغيرات هي: إدمان مواقع التواصل الإجتماعي و الشعور بالإكتئاب ومقياس بنيات نظرية دافع الحماية وأخيراً قياس استجابات المبحوثين على النموذج المقترح لتبني تعديل السلوك الإتصالي بمواقع التواصل الإجتماعي. تحتوي الاستمارة أولاً محور البيانات الشخصية حول المبحوث وذلك حول النوع / محل الإقامة، ويطلب منهم الإجابة على المقاييس المجمعمة وبناءً على إطلاع الباحثة على الدراسات والبحوث في كل من إدمان مواقع التواصل الإجتماعي والإكتئاب ودافع الحماية بهدف الإستفادة منها في بناء المقياس قامت الباحثة بترجمة العبارات والأسئلة واعادة صياغتها بالحذف والإضافة والتعديل مع الإستعانة بالمفردات الأكثر شيوعاً في المقاييس السابقة التطبيق لضمان صدق المفاهيم والعبارات.

#### **الأساليب الإحصائية المستخدمة:**

- ١- المتوسط الحسابي.
- ٢- الإنحراف المعياري.
- ٣- معامل ألفا كرونباخ.
- ٤- التجزئة النصفية لـ "سبيرمان براون، جتمان".
- ٥- معامل الارتباط البسيط.
- ٦- معامل الارتباط المتعدد.
- ٧- إختبار "ت" للمقارنة بين مجموعتين مستقلتين.
- ٨- تحليل الإنحدار الخطي المتعدد

#### **مقياس إدمان مواقع التواصل الإجتماعي:**

تم قياس متغير إدمان مواقع التواصل الإجتماعي من خلال مقياس تم استخدامه في دراسات سابقة لقياس إدمان مواقع التواصل الإجتماعي منها دراسة **Baysak,**

**Kaya, Dalgac Candansayar,2016)**

**وصف المقياس:** يتكون المقياس من ١٨ سؤال، مقسم وفقاً لست مجموعات تحتوي كل مجموعة على ثلاثة أسئلة:

المجموعة الاولى تقيس دور مواقع التواصل الإجتماعي في تحسين المزاج Mood Modification وتضمنت الأسئلة رقم ١،٢،٣

أثر متغيرات دافع الحماية (PMT) على العلاقة التنبؤية بإدمان مواقع التواصل الإجتماعي والشعور بالإكتئاب لدى طلاب الجامعات

المجموعة الثانية تقيس أهمية مواقع التواصل الإجتماعي لدى الفرد-Salience وكانت الأسئلة متضمنة رقم ٤،٥،٦:

المجموعة الثالثة تقيس تحقيق المتعة من خلال قضاء وقت أكبر على هذه المواقع Tolerance وكانت الأسئلة رقم ٧،٨،٩

المجموعة الرابعة تقيس أعراض الإنسحاب withdrawal وكانت الأسئلة متضمنة رقم ١١،١٢،١٠

المجموعة الخامسة تقيس الصراع مع الآخرين بسبب تلك المواقع Conflicts وكانت الاسئلة رقم ١٣،١٤،١٥

المجموعة السادسة تقيس مدى قدرة الأفراد على العودة إلى معدلات الإستخدام الطبيعية. وكانت الأسئلة رقم ١٦،١٧،١٨

وكانت الإجابات ما بين: (٥، كثيرا) (٤، عادة) (٣، أحيانا) (٢، نادرا) (١، أبدا)

**الخصائص السيكومترية لمقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي:**

١- حساب معاملات الصدق لمقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي:

يقصد بالصدق: أن المقياس الصادق مقياس يقيس الوظيفة التي يجب أن يقيسها ولا يقيس شيئا آخر بدلا منها أو بالإضافة إليها.

أولاً:صدق المحكمين:

تأكدنا من صدق مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي بعرضه على مجموعة من المحكمين الذين اجتمعوا على أن فقرات المقياس تقيس بنود المقياس بأبعاده المستهدفة. حيث تم عرض المقياس على مجموعة من الأساتذة المتخصصين في الاعلام وعلم النفس وعلم النفس التربوي، وذلك لتحديد الصدق الظاهري للمقياس، ومدى ملاءمة صياغة المفردات لخصائص عينة الدراسة، وقد بلغت نسبة اتفاق المحكمين على مفردات المقياس ككل ٩٤,٣ % وهي نسبة مرتفعة تدل على صلاحية مفردات المقياس لقياس الجوانب المختلفة، وقد شملت التعديلات التي أدخلت على المقياس وفقا لأراء المحكمين:

أ- تعديل معيار التقييم من ثلاثي إلى خماسي.

ب-إعادة صياغة بعض الألفاظ والعبارات بما يتناسب مع الهدف من الدراسة.

ثانياً: المعاملات الإحصائية:

لإيجاد معامل الصدق لمقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي قامت الباحثة بالحصول على إستجابات عينة الدراسة الإستطلاعية البالغ عددها (٢٠٠) طالب وطالبة من طلاب جامعة الزقازيق، بواقع (١٠٠) طالب من (الذكور)، (١٠٠) من الطالبات (إناث)، ثم قامت

أثر متغيرات دافع الحماية (PMT) على العلاقة التنبؤية بإدمان مواقع التواصل الإجتماعى والشعور بالإكتئاب لدى طلاب الجامعات

بترتيب الدرجات تنازلياً، حيث تم حساب صدق المقارنة الطرفية عن طريق إيجاد معنوية الفروق بين متوسطي الإربعيين (الأعلى و الأدنى)، وكما يتضح فى جدول (١).

جدول (١) دلالة الفروق بين متوسطى درجات الإربعيين (الأعلى – الأدنى) لإستجابات عينة الدراسة الإستطلاعية فى مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعى قيد الدراسة

$$ن = ٢ = ٥٤$$

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	الإربعى الأدنى		الإربعى الأعلى		الأبعاد
		٢ع	٢م	١ع	١م	
٠,٠١	**٢٧,٦٩٧	٠,٨٩٢	٦,١٨٥	١,٢٥٩	١٢,٠٠٠	المجموعة الأولى
٠,٠١	**٣٢,٩٤٧	١,١٩٢	٦,٢٩٦	٠,٨٦١	١٢,٨٨٩	المجموعة الثانية
٠,٠١	**٢٩,٦٤٧	١,٧٨٠	٥,٧٥٩	٠,٩٤٥	١٣,٨٨٩	المجموعة الثالثة
٠,٠١	**٥٥,٢٥٦	٠,٧٥١	٤,٢٤١	٠,٩٣٥	١٣,٢٥٩	المجموعة الرابعة
٠,٠١	**٢٢,١٨٧	١,٠٨٩	٧,٠٥٦	١,٣٠٤	١٢,١٨٥	المجموعة الخامسة
٠,٠١	**٢٦,٢٦٢	٠,٧٢٦	٦,٠٣٧	٠,٨٦٦	١٠,٠٧٤	المجموعة السادسة
٠,٠١	**٣٤,٠٣٦	٦,١٣٣	٣٥,٥٧٤	٥,٦٨٢	٧٤,٢٩٦	الدرجة الكلية

يتضح من جدول (١) أنه توجد فروق جوهرية دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠,٠١) بين متوسطي درجات الإربعيين (الأعلى، الأدنى) فى الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعى، وذلك لصالح متوسط درجات الإربعى الأعلى، مما يدل على صدق هذا المقياس وقدرته على التمييز بين الدرجات المرتفعة والمنخفضة لدى طلاب العينة الإستطلاعية قيد الدراسة.

٢- حساب الإتساق الداخلى لمقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعى:

قامت الباحثة بتطبيق مقياس (إدمان مواقع التواصل الاجتماعى) لدى طلاب العينة الإستطلاعية البالغ عددها (٢٠٠) طالب وطالبة من مجتمع البحث وبخلاف العينة الأساسية، حيث تم حساب الإتساق الداخلى للمقياس بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه المفردة، ثم حساب معامل الارتباط بين درجة كل بُعد والدرجة الكلية للمقياس، وكما يتضح فى الجدولين (٢)، (٣).

جدول (٢) حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه المفردة لمقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعى قيد الدراسة ن = ٢٠٠

البعد	رقم المفردة	معامل الارتباط	البعد	رقم المفردة	معامل الارتباط
١/ المجموعة الأولى	١	**٠,٧٠٩	٢/ المجموعة الثالثة	٧	**٠,٨٦٦
	٢	**٠,٧١٩		٨	**٠,٨٦٨
	٣	**٠,٦١٢		٩	**٠,٨٦٨
٣/ المجموعة الثانية	٤	**٠,٧٢٦	٤/ المجموعة الرابعة	١٠	**٠,٨٩٠
	٥	**٠,٨١١		١١	**٠,٨٠٦
	٦	**٠,٨٥٠		١٢	**٠,٨٦٣

\*\* دال عند مستوى (٠,٠١)

أثر متغيرات دافع الحماية (PMT) على العلاقة التنبؤية بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالإكتئاب لدى طلاب الجامعات

يتضح من جدول (٢) أنه توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه كل مفردة في مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، ويوضح جدول (٣) حساب معامل الارتباط بين درجة كل بُعد والدرجة الكلية لمقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي قيد الدراسة.

جدول (٣) حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بُعد والدرجة الكلية لمقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي قيد الدراسة  
ن = ٢٠٠

م	أبعاد مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
١	المجموعة الأولى	**٠,٧٠٧	٠,٠١
٢	المجموعة الثانية	**٠,٨٢٠	٠,٠١
٣	المجموعة الثالثة	**٠,٧٢٣	٠,٠١
٤	المجموعة الرابعة	**٠,٧٧١	٠,٠١
٥	المجموعة الخامسة	**٠,٥٥٠	٠,٠١
٦	المجموعة السادسة	*٠,١٧٦	٠,٠٥

يتضح من جدول (٣) أنه توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجة كل بُعد والدرجة الكلية لمقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلاب عينة الدراسة الإستطلاعية، مما يدل على أن هناك إتساق ما بين المفردات والأبعاد الخاصة بمقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي قيد الدراسة.

٣ / حساب معامل الثبات لمقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي:

تم حساب معامل الثبات لمقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلاب عينة الدراسة الإستطلاعية بطريقتين مختلفتين ( ألفا كرونباخ، التجزئة النصفية لسبيرمان - براون، جتمان)، وكما يتضح في جدول (٤).

جدول (٤) حساب معامل الثبات لأبعاد مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي

لدى طلاب عينة الدراسة الإستطلاعية بطريقة ( ألفا كرونباخ) ن = ٢٠٠

م	الأبعاد	التجزئة النصفية	
		ألفا كرونباخ	سبيرمان - براون
١	المجموعة الأولى	٠,٧٢٦	٠,٨٧٢
٢	المجموعة الثانية	٠,٧٠٥	٠,٩١٣
٣	المجموعة الثالثة	٠,٧١٠	٠,٩٤٥
٤	المجموعة الرابعة	٠,٦٩٨	٠,٩٥٠
٥	المجموعة الخامسة	٠,٧٤٦	٠,٨٢١
٦	المجموعة السادسة	٠,٧٤٩	٠,٦٠٣

\* قيمة ألفا كرونباخ الكلية = ٠,٧٥٨

يتضح من جدول (٤) أن معاملات الثبات للأبعاد الخاصة بمقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي قد حققت قيم مرتفعة في جميع أبعاده حيث تراوحت بطريقة ألفا كرونباخ ما بين

(٠,٦٩٨، ٠,٧٤٩)، كما لوحظ تقارب متجه معاملات الثبات الخاصة بأبعاد المقياس في كل من طريقتي " سبيرمان - براون، جتمان " حيث تراوحت في سبيرمان - براون ما بين (٠,٦٠٣، ٠,٩٥٠) وفي جتمان ما بين (٠,٥٦٦، ٠,٨٤٦)، وبمقارنة قيم ألفا كرونباخ المحسوبة بالقيم الكلية يتضح أن جميع قيم ألفا كرونباخ المحسوبة كانت أقل من القيمة الكلية والتي تبلغ (٠,٧٥٨)، مما يدل على تمتع أبعاد مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي بدرجة عالية من الثبات.

### مقياس beck للاكتئاب

مقياس بيك (Beck) للاكتئاب هو من أشهر المقاييس وأكثرها استخداما في مجال قياس الاكتئاب تعد قائمة بيك الثانية لقياس الاكتئاب أحدث صورة لقوائم بيك، لقياس شدة الاكتئاب ابتداء من عمر ١٦ سنة وتم إجراء تعديلات على القائمة سواء في صورتها الأولى ١٩٦١ أو في صورتها الثانية ١٩٧٩، كان تعليمات المقياس ان يختار المبحوث ما يناسبه من العبارة على حالته ذلك اليوم، أما الصورة الثانية المعدلة سنة ١٩٩٦، فالتعليمات هي أن يختار المبحوث ما يناسبه من العبارة على حالته ذلك اليوم وخلال الأسبوعين الأخيرين. والأعراض ال (٢١) التي تقيسها قائمة Beck للاكتئاب هي:

- ١- الحزن، ٢ - التشاؤم، ٣ - الفشل في السابق، ٤ - فقدان الاستمتاع، ٥ - مشاعر الإثم، ٦ - مشاعر العقاب، ٧ - الإحساس بعدم حب الذات، ٨ - فقدان الذات، ٩ - الأفكار الانتحارية، ١٠ - البكاء، ١١-التهيج والاستثارة، ١٢ - فقدان الاهتمام أو الانسحاب الاجتماعي، ١٣ - التردد في اتخاذ القرار، ١٤ - انعدام القيمة، ١٥ - فقدان الطاقة، ١٦- تغيرات في نمط النوم، ١٧ - القابلية للغضب أو الانزعاج، ١٨ - تغيرات في الشهية، ١٩ -صعوبة التركيز، ٢٠ - الإرهاق أو الإجهاد، ٢١ - فقدان الاهتمام بالعاطفة. ويهدف المقياس إلى التعرف على الأعراض الاكتئابية وخاصة الاكتئاب الشديد وتحديد هذه الأعراض.(Beck, 1997, 45)

وصف المقياس:

يحتوي المقياس أولا محور البيانات الشخصية حول المبحوث وذلك حول النوع / محل الإقامة، ويطلب منهم الإجابة على مجموعات المقياس، بحيث تمثل كل مجموعة أعراض الاكتئاب، وعلى المبحوثين قراءة كل عبارة ووضع دائرة أو إشارة على العبارة التي تنطبق على مشاعره أو حالته. ويتكون المقياس من (٢١) سؤال، كل سؤال سلسلة متدرجة من أربع بدائل مرتبة حسب شدتها، والتي تمثل أعراض الاكتئاب، وتستخدم الأرقام من (٠-٣) لتوضيح مدى شدة الأعراض. وتتمثل طريقة تطبيق وتصحيح مقياس بيك للاكتئاب في ان درجة كل سؤال هي رقم العبارة، التي اختارها المبحوث، فمثلا إذا اختار المبحوث البديل رقم (٣) فإن درجته لهذا السؤال هي (٣)... وهكذا.



### حساب الخصائص السيكومترية لمقياس Beck (الشعور بالإكتئاب):

١- حساب معاملات الصدق لمقياس مستوى الشعور بالإكتئاب:

أولاً: صدق المحكمين:

للتأكد من صدق مقياس الشعور بالإكتئاب تم عرضه على مجموعة من المحكمين الذين اجتمعوا على أن فقرات المقياس تقيس بنود المقياس ببنياته المستهدفة. حيث تم عرض المقياس على مجموعة من الأساتذة المتخصصين في الاعلام وعلم النفس، وعلم النفس التربوي وذلك لتحديد الصدق الظاهري للمقياس، ومدى ملاءمة صياغة المفردات لخصائص عينة الدراسة، وقد بلغت نسبة اتفاق المحكمين على مفردات المقياس ككل ٩٥,٥ % وهي نسبة مرتفعة تدل على صلاحية مفردات المقياس لقياس الجوانب المختلفة، وقد شملت التعديلات التي أدخلت على المقياس وفقاً لآراء المحكمين:

- تعديل بعض العبارات بما يتناسب مع أهداف الدراسة والعينة المدروسة.

- ونظراً للتأثير المحتمل للشعور بالإكتئاب من قبل من يخضع لبرنامج صحية لإنقاص الوزن فقد روعى في السؤال (١٨) أن يسأل المبحوث هل هو خاضع حالياً لبرنامج لإنقاذ الوزن؟ فإذا كان الجواب نعم، يعطى صفر، وإذا كان لا، يعطى الدرجة بحسب اختياره من البدائل، وتجمع الدرجة الكلية، وبناءً عليه تم تعديل حساب هذا البعد وفقاً لتعديلات السادة المحكمين.

ثانياً: - المعاملات الإحصائية لحساب معاملات الصدق لمقياس مستوى الشعور بالإكتئاب:

جدول (٥) دلالة الفروق بين متوسطى درجات الإربعين (الأعلى - الأدنى) لإستجابات عينة الدراسة الإستطلاعية في مقياس مستوى الشعور بالإكتئاب قيد الدراسة ن ١ = ٢ = ٥٤

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	الإربعي الأدنى		الإربعي الأعلى		مستوى الشعور بالإكتئاب
		٢ع	٢م	١ع	١م	
٠,٠١	**٣٨,٠٢٨	٣,٧٣١	٤,٠٣٧	٥,٠٦٠	٣٦,٥٧٤	

يتضح من جدول (٥) أنه توجد فروق جوهريّة دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠,٠١) بين متوسطي درجات الإربعين (الأعلى، الأدنى) في الدرجة الكلية لمقياس مستوى الشعور بالإكتئاب، وذلك لصالح متوسط درجات الإربعي الأعلى، مما يدل على صدق هذا المقياس وقدرته على التمييز بين الدرجات المرتفعة والمنخفضة لدى طلاب العينة الإستطلاعية قيد الدراسة.

٢- حساب الإتساق الداخلي لمقياس مستوى الشعور بالإكتئاب:

قامت الباحثة بتطبيق مقياس (مستوى الشعور بالإكتئاب) لدى طلاب العينة الإستطلاعية البالغ عددها (٢٠٠) طالب وطالبة من مجتمع البحث وبخلاف العينة الأساسية حيث تم حساب الإتساق الداخلي للمقياس بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس، وكما يتضح في جدول (٦).

أثر متغيرات دافع الحماية (PMT) على العلاقة التنبؤية بإدمان مواقع التواصل الإجتماعي والشعور بالإكتئاب لدى طلاب الجامعات

جدول (٦) حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية لمقياس مستوى الشعور بالإكتئاب قيد الدراسة  
 $n = 200$

رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط
١	**٠,٧٧٤	٨	**٠,٦٦٧	١٥	**٠,٧٢١
٢	**٠,٧١٥	٩	**٠,٧٠٩	١٦	**٠,٧١٧
٣	**٠,٧٧٢	١٠	**٠,٦٢٧	١٧	**٠,٧٠٨
٤	**٠,٦٦٤	١١	**٠,٥٧٧	١٨	**٠,٦٤٥
٥	**٠,٦٨٦	١٢	**٠,٦٢٦	١٩	**٠,٤٠٥
٦	**٠,٦١٠	١٣	**٠,٦٧٠	٢٠	**٠,٦٠٣
٧	**٠,٧٤٥	١٤	**٠,٧٥١	٢١	**٠,٥٧٤

\*\* دال عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من جدول (٦) أنه توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية لمقياس مستوى الشعور بالإكتئاب.

٣ / حساب معامل الثبات لمقياس مستوى الشعور بالإكتئاب:

تم حساب معامل الثبات لمقياس مستوى الشعور بالإكتئاب لدى طلاب عينة الدراسة الإستطلاعية بطريقة (ألفا كرونباخ)، وكما يتضح في جدول (٧).

جدول (٧) حساب معامل الثبات لمفردات مقياس مستوى الشعور بالإكتئاب لدى طلاب عينة الدراسة الإستطلاعية بطريقة (ألفا كرونباخ)  $n = 200$

م	ألفا كرونباخ	م	ألفا كرونباخ	م	ألفا كرونباخ
١	٠,٧٤٥	٨	٠,٧٤٥	١٥	٠,٧٤٧
٢	٠,٧٤٣	٩	٠,٧٤٢	١٦	٠,٧٤٢
٣	٠,٧٤٤	١٠	٠,٧٤٣	١٧	٠,٧٤٧
٤	٠,٧٤٦	١١	٠,٧٤٥	١٨	٠,٧٤٧
٥	٠,٧٤٦	١٢	٠,٧٤٦	١٩	٠,٧٥١
٦	٠,٧٤٤	١٣	٠,٧٤٥	٢٠	٠,٧٤٦
٧	٠,٧٤٧	١٤	٠,٧٤٣	٢١	٠,٧٤٦

\* قيمة ألفا كرونباخ الكلية = ٠,٧٥٦

يتضح من جدول (٧) أن معاملات الثبات للمفردات الخاصة بمقياس مستوى الشعور بالإكتئاب قد حققت قيم مرتفعة في جميع مفرداته حيث تراوحت بطريقة ألفا كرونباخ ما بين (٠,٧٤٢، ٠,٧٥١)، وبمقارنة قيم ألفا كرونباخ المحسوبة بالقيم الكلية يتضح أن جميع قيم ألفا كرونباخ المحسوبة كانت أقل من القيمة الكلية والتي تبلغ (٠,٧٥٦)، مما يدل على تمتع مفردات مقياس مستوى الشعور بالإكتئاب بدرجة عالية من الثبات.

مقياس بنيات نظرية دافع الحماية

يتكون مقياس PMT الذي تم تطويره لهذه الدراسة من ٢١ عنصراً تم إنشاء ثلاثة عناصر لكل من التركيبات السبعة لاختبار PMT، لذلك تم إنتاج ما مجموعه ٢١ سؤالاً يجب على المبحوث

أثر متغيرات دافع الحماية (PMT) على العلاقة التنبؤية بإدمان مواقع التواصل الإجتماعي والشعور بالإكتئاب لدى طلاب الجامعات

الإجابة عليها باستخدام مقياس ليكرت المكون من خمس نقاط (لا أوافق بشدة، لا أوافق إلى حد ما، أوافق، أوافق إلى حد ما، أوافق بشدة)، لتقييم قياس عناصر المقياس وتتضمن:

البُعد الأول: الشدة (الخطورة) المدركة perceived severity: العناصر الثلاثة التي تتألف منها درجة الخطورة تقيم العواقب الصحية السلبية المتصورة لإدمان مواقع التواصل الإجتماعي متمثلة في الشعور بالإدمان، في العبارات رقم ١،٢،٣

البُعد الثاني: الضعف المتصور perceived vulnerability تقيس العناصر الثلاثة لبناء الضعف الاحتمالية المتصورة للتأثر بالعواقب الصحية السلبية المرتبطة بإدمان مواقع التواصل الإجتماعي، في العبارات رقم ٤،٥،٦

البُعد الثالث: المكافآت الجوهرية Intrinsic rewards: تركز عناصر المكافآت الجوهرية على الآثار البيولوجية والنفسية الإيجابية المتصورة لإدمان مواقع التواصل الإجتماعي، في العبارات رقم ٧،٨،٩

البُعد الرابع: المكافآت الخارجية external rewards: تُقيّم العناصر الثلاثة التي تهدد المكافآت الخارجية الفوائد النفسية والاجتماعية المتصورة لإدمان مواقع التواصل الإجتماعي، في العبارات رقم ١٠،١١،١٢

البُعد الخامس: الكفاءة الذاتية Self-efficacy تُقيّم عناصر الكفاءة الذاتية اعتقاد الفرد بقدرته على رفض إدمان مواقع التواصل الإجتماعي في العبارات رقم ١٣،١٤،١٥

البُعد السادس: فعالية الاستجابة Response efficacy: تركز عناصر فعالية الاستجابة على اعتقاد الفرد بأن عدم إدمان مواقع التواصل الإجتماعي هو نهج فعال من أجل صحة جيدة. في العبارات رقم ١٦،١٧،١٨

البُعد السابع: تكاليف الاستجابة response costs العناصر الثلاثة التي تعرض تكاليف الاستجابة للخطر تقوم بتقييم التكاليف النفسية والاجتماعية المتصورة التي يتم تكبدها من عدم إدمان مواقع التواصل الإجتماعي في العبارات رقم ١٩،٢٠،٢١

**حساب الخصائص السيكومترية لمقياس نيات دافع الحماية:**

١- حساب معاملات الصدق لمقياس نيات دافع الحماية:

أولاً: صدق المحكمين:

تأكدنا من صدق مقياس نيات دافع الحماية بعرضه على مجموعة من المحكمين للتأكد من صدق مقياس نيات دافع الحماية والذين اجتمعوا على أن فقرات المقياس تقيس بنود المقياس ببنياته المستهدفة. حيث تم عرض المقياس على مجموعة من الأساتذة المتخصصين في الاعلام وعلم النفس وعلم النفس التربوي، وذلك لتحديد الصدق الظاهري للمقياس، ومدى ملاءمة صياغة المفردات لخصائص عينة الدراسة، وقد بلغت نسبة اتفاق المحكمين على مفردات المقياس ككل ٩٣,٨ % وهي نسبة مرتفعة

أثر متغيرات دافع الحماية (PMT) على العلاقة التنبؤية بإدمان مواقع التواصل الإجتماعي والشعور بالإكتئاب لدى طلاب الجامعات

تدل على صلاحية مفردات المقياس لقياس الجوانب المختلفة، وقد شملت التعديلات التي أدخلت على المقياس وفقاً لآراء المحكمين:

أ- تعديل معيار التقييم من ثلاثي إلى خماسي.

ب- إعادة صياغة بعض الألفاظ والعبارات بما يتناسب مع الهدف من الدراسة.

ج- إعادة حساب تقدير درجات بعض الأبعاد في المقياس بما يضمن الموضوعية في التقديرات

ثانياً: حساب معاملات الصدق لمقياس بنيات دافع الحماية:

لإيجاد معامل الصدق لمقياس بنيات دافع الحماية قامت الباحثة بالحصول على إستجابات عينة الدراسة الإستطلاعية البالغ عددها (٢٠٠) طالبة وطالبة من طلاب جامعة الزقازيق، ثم تم حساب صدق المقارنة الطرفية عن طريق إيجاد معنوية الفروق بين متوسطي الإرباعيين (الأعلى و الأدنى)، وكما يتضح في جدول (٨).

جدول (٨) دلالة الفروق بين متوسطي درجات الإرباعيين (الأعلى - الأدنى) لإستجابات عينة الدراسة الإستطلاعية في مقياس بنيات دافع الحماية قيد الدراسة

$$n = 2 = 54$$

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	الإرباعي الأدنى		الإرباعي الأعلى		الأبعاد
		٢ع	٢م	١ع	١م	
٠,٠١	**٢٤,٢٨٩	١,٤٤٩	٥,٨٨٩	١,٤٤٣	١٢,٦٤٨	الشدة (الخطورة) المدركة
٠,٠١	**٢٢,٦٥٨	١,٩١٠	٧,١١١	٠,٠٠٠	١٣,٠٠٠	الضعف المتصور
٠,٠١	**١٧,٥٣٨	٢,٠٠٠	٥,٨١٥	٠,٥٩٥	١٠,٧٩٦	المكافآت الجوهرية
٠,٠١	**٢٠,٧٦٩	١,١٣٠	٦,٣١٥	١,٢١٣	١١,٠٠٠	المكافآت الخارجية
٠,٠١	**١٩,٩٨٩	١,٨٩١	٧,٥٠٠	٠,٨٠٧	١٣,٠٩٣	الكفاءة الذاتية
٠,٠١	**٢٣,٥٧٨	١,٩٥٦	٧,٧٩٦	٠,٨١٣	١٤,٥٩٣	فعالية الاستجابة
٠,٠١	**٢٣,٤٦٤	٠,٧٣٤	٥,٦٣٠	١,٨٤٣	١١,٩٦٣	تكاليف الاستجابة
٠,٠١	**٢٤,٨٥٢	١٠,٤٦٢	٤٦,٠٥٦	٦,١٤٧	٨٧,٠٩٣	الدرجة الكلية

يتضح من جدول (٨) أنه توجد فروق جوهرية دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠,٠١) بين متوسطي درجات الإرباعيين (الأعلى، الأدنى) في الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس بنيات دافع الحماية، وذلك لصالح متوسط درجات الإرباعي الأعلى، مما يدل على صدق هذا المقياس وقدرته على التمييز بين الدرجات المرتفعة والمنخفضة لدى طلاب العينة الإستطلاعية قيد الدراسة.

٢- حساب الإتساق الداخلي لمقياس بنيات دافع الحماية:

قامت الباحثة بتطبيق مقياس (بنيات دافع الحماية) لدى طلاب العينة الإستطلاعية البالغ عددها (٢٠٠) طالب وطالبة من مجتمع البحث وبخلاف العينة الأساسية حيث تم حساب الإتساق الداخلي للمقياس بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه المفردة، ثم حساب معامل الارتباط بين درجة كل بُعد والدرجة الكلية للمقياس، وكما يتضح في الجدولين (٩)، (١٠).

أثر متغيرات دافع الحماية (PMT) على العلاقة التنبؤية بإدمان مواقع التواصل الإجتماعي والشعور بالإكتئاب لدى طلاب الجامعات

جدول (٩) حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة ودرجة البُعد الذي تنتمي إليه المفردة لمقياس بنيات دافع الحماية قيد الدراسة  
ن = ٢٠٠

البيد	رقم المفردة	معامل الارتباط	البيد	رقم المفردة	معامل الارتباط	البيد	رقم المفردة	معامل الارتباط
البيد ١ / الشدة (الخطورة) ٢	١	***,٨٧٨	البيد ٤ / المكافآت الخارجية	١٠	***,٥٨٥	البيد ٣ / فعالية الاستجابة	١٦	***,٨٤٥
	٢	***,٩٠٦		١١	***,٦٥٧		١٧	***,٨٩٩
	٣	***,٤٦٢		١٢	***,٣٥٤		١٨	***,٨٤٤
البيد ٣ / الضعف المتصور	٤	***,٨١٤	البيد ٥ / الكفاءة الذاتية	١٣	***,٧٢٤	البيد ٧ / تكاليف الاستجابة	١٩	***,٧١٠
	٥	***,٧٧٤		١٤	***,٨١٢		٢٠	***,٧٨٩
	٦	***,٤١٠		١٥	***,٥٦١		٢١	***,٦٥٧
البيد ٣ / المكافآت الجوهرية	٧	***,٥٧٤						
	٨	***,٧٥٤						
	٩	***,٦٨٣						

\*\* دال عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من جدول (٩) أنه توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة في مقياس بنيات دافع الحماية، ويوضح جدول (١٠) حساب معامل الارتباط بين درجة كل بُعد والدرجة الكلية لمقياس بنيات دافع الحماية قيد الدراسة.

جدول (١٠) حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بُعد والدرجة الكلية لمقياس بنيات دافع الحماية قيد الدراسة  
ن = ٢٠٠

م	أبعاد مقياس بنيات دافع الحماية	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
١	الشدة (الخطورة) المدركة	***,٥٥٥	٠,٠١
٢	الضعف المتصور	***,٧١٤	٠,٠١
٣	المكافآت الجوهرية	***,٥٢٦	٠,٠١
٤	المكافآت الخارجية	***,٣٥١	٠,٠١
٥	الكفاءة الذاتية	***,٦٥١	٠,٠١
٦	فعالية الاستجابة	***,٧٨٣	٠,٠١
٧	تكاليف الاستجابة	***,٦٨٥	٠,٠١

يتضح من جدول (١٠) أنه توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين درجة كل بُعد والدرجة الكلية لمقياس بنيات دافع الحماية لدى طلاب عينة الدراسة الإستطلاعية، مما يدل على أن هناك إتساق ما بين المفردات والأبعاد الخاصة بمقياس بنيات دافع الحماية قيد الدراسة.

٣ / حساب معامل الثبات لمقياس بنيات دافع الحماية:

تم حساب معامل الثبات لمقياس بنيات دافع الحماية لدى طلاب عينة الدراسة الإستطلاعية بطريقتين مختلفتين ( ألفا كرونباخ، التجزئة النصفية لسبيرمان - براون، جتمان)، وكما يتضح في جدول (١١).

أثر متغيرات دافع الحماية (PMT) على العلاقة التنبؤية بإدمان مواقع التواصل الإجتماعي والشعور بالإكتئاب لدى طلاب الجامعات

جدول (١١) حساب معامل الثبات لأبعاد مقياس بنيات دافع الحماية لدى طلاب عينة الدراسة الإستطلاعية بطريقة ( ألفا كرونباخ )  
ن = ٢٠٠

م	الأبعاد	ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية
			سيبرمان – براون
			جتمان
١	الشدة (الخطورة) المدركة	٠,٧١٨	٠,٨٨٩
٢	الضعف المتصور	٠,٧٠٠	٠,٨٥١
٣	المكافآت الجوهرية	٠,٧٢٥	٠,٨٢٨
٤	المكافآت الخارجية	٠,٧٤٠	٠,٦٨٧
٥	الكفاءة الذاتية	٠,٧١٠	٠,٨٥٦
٦	فعالية الاستجابة	٠,٦٨٢	٠,٩٤٦
٧	تكاليف الاستجابة	٠,٧٠١	٠,٨٦٨

\* قيمة ألفا كرونباخ الكلية = ٠,٧٤١

يتضح من جدول (١١) أن معاملات الثبات للأبعاد الخاصة بمقياس بنيات دافع الحماية قد حققت قيم مرتفعة في جميع أبعاده حيث تراوحت بطريقة ألفا كرونباخ ما بين (٠,٦٨٢، ٠,٧٤٠)، كما لوحظ تقارب متجه معاملات الثبات الخاصة بأبعاد المقياس في كل من طريقتي " سيبرمان – براون، جتمان " حيث تراوحت في سيبرمان – براون ما بين ( ٠,٦٨٧، ٠,٩٤٦ ) وفي جتمان ما بين ( ٠,٦٦٥، ٠,٨٦٦ )، وبمقارنة قيم ألفا كرونباخ المحسوبة بالقيم الكلية يتضح أن جميع قيم ألفا كرونباخ المحسوبة كانت أقل من القيمة الكلية والتي تبلغ (٠,٧٤١)، مما يدل على تمتع أبعاد مقياس بنيات دافع الحماية بدرجة عالية من الثبات.

#### النموذج المقترح لتنظيم وتعديل السلوك الإتصالي بمواقع التواصل الاجتماعي

طرحت الدراسة الحالية نموذج مقترح لتقييم تبني طلاب الجامعات السلوك المقترح لتعديل السلوك الإتصالي بمواقع التواصل الاجتماعي لتقليل احتمالية الخطر المحتمل والمتمثل في هذه الدراسة في إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالشعور بالإكتئاب. تم وضع النموذج وفقاً لما أشارت إليه الدراسات النفسية الحديثة من خلال الإطلاع على الدراسات السابقة في هذا المجال والمجال المعرفي المرتبط به، تم إنتاج ما مجموعه ١٠ عبارات يجب على المبحوث الإجابة عليها باستخدام مقياس ليكرت المكون من خمس نقاط (لا أوافق بشدة، لا أوافق إلى حد ما، أوافق، أوافق إلى حد ما، أوافق بشدة). لتقييم قياس عناصر النموذج وتتضمن خطوات مقترحة لعلاج إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وتشمل تعديل السلوك الإتصالي العبارات من ١ إلى ١٠ وتتضمن:

- عكس الفعل الإتصالي الحالي في العبارة رقم ١

- التحكم في وقت الإستخدام العبارات ٢،٣

- المساعدة الخارجية العبارات رقم ٤،٧

- القدرة الذاتية على التكيف العبارات رقم ٥،٦،٨،٩،١٠

### حساب الخصائص السيكومترية لنموذج تعديل السلوك الاتصالي:

١ / حساب معاملات الصدق لنموذج تعديل السلوك الاتصالي:

أولاً: صدق المحكمين:

تأكدنا من صدق نموذج تعديل السلوك الاتصالي: بعد عرضه على مجموعة من المحكمين الذين اجتمعوا على أن عبارات النموذج تقيس البنود المستهدفة. حيث تم عرض النموذج على مجموعة من الأساتذة المتخصصين في الاعلام وعلم النفس، وذلك لتحديد الصدق الظاهري للمقياس، ومدى ملائمة صياغة المفردات لخصائص عينة الدراسة، وقد بلغت نسبة اتفاق المحكمين على مفردات المقياس ككل ٩٤,٢ % وهي نسبة مرتفعة تدل على صلاحية مفردات المقياس لقياس الجوانب المختلفة، وقد شملت التعديلات التي أدخلت على النموذج وفقاً لآراء المحكمين:

أ- تعديل معيار التقييم من ثلاثي إلى خماسي.

ب- كان النموذج قبل التعديل يحتوي على ١٨ عبارة تم دمج بعض العبارات وحذف أخرى حتى أصبح عددها ١٠ عبارات تفي التحقق من الهدف من الدراسة

ثانياً: حساب معاملات الصدق لنموذج تعديل السلوك الاتصالي:

جدول (١٢) دلالة الفروق بين متوسطي درجات الإربعين (الأعلى – الأدنى) لإستجابات عينة الدراسة الإستطلاعية في نموذج تعديل السلوك الاتصالي قيد الدراسة

$$N = 1 \quad N = 2 \quad N = 54$$

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	الإربعي الأدنى		الإربعي الأعلى		نموذج تعديل السلوك الاتصالي
		٢ع	٢م	١ع	١م	
٠,٠١	**٣٠,٧١٣	٣,٠٠٦	٢٦,٢٧٨	٣,٠٥٣	٤٤,١٨٥	

يتضح من جدول (١٢) أنه توجد فروق جوهرية دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠,٠١) بين متوسطي درجات الإربعين (الأعلى، الأدنى) في الدرجة الكلية لنموذج تعديل السلوك الاتصالي، وذلك لصالح متوسط درجات الإربعي الأعلى، مما يدل على صدق هذا المقياس وقدرته على التمييز بين الدرجات المرتفعة والمنخفضة لدى طلاب العينة الإستطلاعية قيد الدراسة.

٢- حساب الإتساق الداخلي لنموذج تعديل السلوك الاتصالي:

قامت الباحثة بتطبيق نموذج (تعديل السلوك الاتصالي) لدى طلاب العينة الإستطلاعية البالغ عددها (٢٠٠) طالب وطالبة من مجتمع البحث وبخلاف العينة الأساسية حيث تم حساب الإتساق الداخلي للنموذج بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للنموذج، وكما يتضح في جدول (١٣).

أثر متغيرات دافع الحماية (PMT) على العلاقة التنبؤية بإدمان مواقع التواصل الإجتماعي والشعور بالإكتئاب لدى طلاب الجامعات

جدول (١٣) حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية لنموذج تعديل السلوك الاتصالي قيد الدراسة ن = ٢٠٠

رقم المفردة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	رقم المفردة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
١	**٠,٤١٠	٠,٠١	٦	**٠,٤٨٥	٠,٠١
٢	**٠,٧١٧	٠,٠١	٧	**٠,٧١٩	٠,٠١
٣	**٠,٧٧٢	٠,٠١	٨	**٠,٦٤٦	٠,٠١
٤	**٠,٧٣٧	٠,٠١	٩	**٠,٧٧٥	٠,٠١
٥	**٠,٦٩٣	٠,٠١	١٠	**٠,٨٠٥	٠,٠١

يتضح من جدول (١٣) أنه توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية لمقياس نموذج تعديل السلوك الاتصالي قيد الدراسة.

٣ / حساب معامل الثبات لنموذج تعديل السلوك الاتصالي:

تم حساب معامل الثبات لنموذج تعديل السلوك الاتصالي لدى طلاب عينة الدراسة الإستطلاعية بطريقة (ألفا كرونباخ)، وكما يتضح في جدول (١٤)

جدول (١٤) حساب معامل الثبات لمفردات نموذج تعديل السلوك الاتصالي لدى طلاب عينة الدراسة الإستطلاعية بطريقة (ألفا كرونباخ) ن = ٢٠٠

م	ألفا كرونباخ	م	ألفا كرونباخ
١	٠,٧٥٨	٦	٠,٧٥٤
٢	٠,٧٤٠	٧	٠,٧٤١
٣	٠,٧٣٦	٨	٠,٧٤٦
٤	٠,٧٤٠	٩	٠,٧٤١
٥	٠,٧٣٩	١٠	٠,٧٣٧

\* قيمة ألفا كرونباخ الكلية = ٠,٧٦٤

يتضح من جدول (١٤) أن معاملات الثبات للمفردات الخاصة بمفردات نموذج تعديل السلوك الاتصالي قد حققت قيم مرتفعة في جميع مفرداته حيث تراوحت بطريقة ألفا كرونباخ ما بين (٠,٧٣٦، ٠,٧٥٨)، وبمقارنة قيم ألفا كرونباخ المحسوبة بالقيم الكلية يتضح أن جميع قيم ألفا كرونباخ المحسوبة كانت أقل من القيمة الكلية والتي تبلغ (٠,٧٦٤)، مما يدل على تمتع مفردات مقياس نموذج تعديل السلوك الاتصالي بدرجة عالية من الثبات.

### البيانات الوصفية لمتغيرات الدراسة

جدول (١٥) البيانات الوصفية للمتغيرات قيد الدراسة

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
المجموعة الأولى	٨,٨١١	٢,٤٠٨
المجموعة الثانية	٩,٩٦٦	٢,٧٠٦
المجموعة الثالثة	١٠,٣٤١	٣,٤٧٠
المجموعة الرابعة	٨,٥٢٨	٣,٦٠١
المجموعة الخامسة	٩,٦٣٢	٢,١٧٢
المجموعة السادسة	٨,١٠٧	١,٦٧٣
الدرجة الكلية	٥٥,٣٨٥	١٠,٧١٣



أثر متغيرات دافع الحماية (PMT) على العلاقة التنبؤية بإدمان مواقع التواصل الإجتماعي والشعور بالإكتئاب لدى طلاب الجامعات

مقياس مستوى الشعور بالإكتئاب		متوسط	مرتفع
الشدة (الخطورة) المدركة	٢٠,٨٢٣	١٣,٤٠٣	٢,٧٥٠
الضعف المتصور	٩,٤٧٧	٢,٤٩٧	٢,٤٩٧
المكافآت الجوهرية	١٠,٤٥٣	٢,٢٤٦	٢,٠٤٠
المكافآت الخارجية	٨,٣٧٣	٢,٣٩٣	٢,٩٢٥
الكفاءة الذاتية	٨,٥٢٥	١٠,٣٨٣	٢,٦٩٦
فعالية الاستجابة	١٠,٩٧٦	١٠,٩٧٦	١٠,٧٧٢
تكاليف الاستجابة	٨,١٨٦	٢,٦٩٦	٧,٣١٢
الدرجة الكلية	٦٦,٣٧٣	١٠,٧٧٢	٧,٣١٢
نموذج تعديل السلوك الاتصالي		٣٥,٥٧٩	

جدول (١٦) درجة إدمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى العينة قيد الدراسة

إدمان مواقع التواصل الاجتماعي	منخفض	متوسط	مرتفع
	٣٠ درجة فأقل	٣١ - درجة ٦٧	٦٨ درجة فأكثر

يشير الجدول السابق رقم ( ١٦ ) ووفقاً لما أشارت اليه بيانات جدول البيانات الوصفية للمتغيرات رقم ( ١٥ ) ثبوت إدمان طلاب الجامعة محل الدراسة لمواقع التواصل الاجتماعي بدرجة متوسطة حيث بلغ المتوسط الحسابي للدرجة الكلية لمقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي بمقدار ٥٥,٣٨٥ و بانحراف معياري ١٠,٧١٣ .

جدول (١٧) درجة مستوى الشعور بالإكتئاب لدى العينة قيد الدراسة

مستوى الشعور بالإكتئاب	منخفض	متوسط	مرتفع
	٢١ درجة فأقل	٢٢ - ٤٧ درجة	٤٨ درجة فأكثر

يشير الجدول السابق رقم ( ١٧ ) ووفقاً لما أشار اليه بيانات جدول البيانات الوصفية للمتغيرات رقم ( ١٥ ) ثبوت الشعور بالإكتئاب لدى طلاب الجامعة محل الدراسة بمستوى منخفض حيث بلغ المتوسط الحسابي للدرجة الكلية لمقياس مستوى الشعور بالإكتئاب ١٣,٤٠٣ و بانحراف معياري ٢٠,٨٢٣ .

جدول (١٨) مستوى دافع الحماية قيد الدراسة

مقياس دافع الحماية	منخفض	متوسط	مرتفع
	٣٥ درجة فأقل	٣٦ - ٧٩ درجة	٨٠ درجة فأكثر

يشير الجدول السابق رقم ( ١٨ ) ووفقاً لما أشار اليه بيانات جدول البيانات الوصفية للمتغيرات رقم ( ١٥ ) ان مستوى مقياس بنيات دافع الحماية لدى طلاب الجامعة محل الدراسة متوسط حيث بلغ المتوسط الحسابي للدرجة الكلية لمقياس بنيات دافع الحماية ٦٦,٣٧٣ و بانحراف معياري ١٠,٧٧٢ .

جدول (١٩) مستوى تبني تعديل السلوك الاتصالي لدى عينة الدراسة

نموذج تعديل السلوك الاتصالي	منخفض	متوسط	مرتفع
	١٧ درجة فأقل	١٨ - ٣٨ درجة	٣٩ درجة فأكثر

يشير الجدول السابق رقم ( ١٩ ) ووفقاً لما أشار اليه بيانات جدول البيانات الوصفية للمتغيرات رقم ( ١٥ ) ان مستوى تبني تعديل السلوك الاتصالي لدى طلاب الجامعة محل الدراسة متوسط حيث بلغ المتوسط الحسابي للدرجة الكلية لنموذج تعديل السلوك الاتصالي ٣٥,٥٧٩ و بانحراف معياري ٧,٣١٢ .

## نتائج اختبار فروض الدراسة:

### اختبار الفرض الأول:

جدول (٢٠) حساب معامل الارتباط المتعدد بين الأبعاد والدرجة الكلية لإدمان مواقع التواصل الإجتماعي و الشعور بالإكتئاب والأبعاد والدرجة الكلية لبنيات دافع الحماية قيد الدراسة  
ن = ٤١٣

الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس إيمان مواقع التواصل الإجتماعي							المتغيرات
الدرجة الكلية	المجموعة السابعة	المجموعة الخامسة	المجموعة الرابعة	المجموعة الثالثة	المجموعة الثانية	المجموعة الأولى	
**٠,٥٦٧	**٠,٢٥٣	**٠,٢٨٦	**٠,٢٧١	**٠,٥٤٦	**٠,٥٢٣	**٠,٤٧٩	مستوى الشعور بالإكتئاب
**٠,٢١٣	**٠,٢٠٨	**٠,١٨٧	٠,٠٥١	**٠,٢٦٠	**٠,٣٢٦	**٠,٤٤٤	الشدة (الخطورة) المدركة
٠,٠٤٢	٠,٠١٧	٠,٠٦٤	**٠,٢٢٥	**٠,١٤٥	٠,٠٣٦	**٠,٣٣٧	الضعف المتصور
**٠,٢٥٣	٠,٠٢٠	**٠,١٤٦	**٠,٣٢٥	٠,٠٠٣	**٠,٣٣١	**٠,١٤٤	المكافآت الجوهرية
**٠,٢٩٥	**٠,١٦٣	**٠,١٦٧	**٠,١٥٠	**٠,٣١٧	**٠,٢٧٧	**٠,٢٨٢	المكافآت الخارجية
**٠,٤٢٢	**٠,١٣١	٠,٠٣٣	**٠,١٧٥	**٠,٣٤٢	**٠,٤٧٠	**٠,٤٧٤	الكفاءة الذاتية
**٠,٣١١	٠,٠١٥	٠,٠٨١	**٠,١٢٧	**٠,٣٩٢	**٠,٢١٤	**٠,٣٢٨	فعالية الاستجابة
**٠,٢٩٥	**٠,١٠٢	٠,٠٥٩	٠,٠٥٣	**٠,٥٦٨	**٠,٢٦٥	**٠,٢٤٣	تكاليف الاستجابة
**٠,٢٠٨	٠,٠٠٦	**٠,١١٠	٠,٠٤٩	**٠,٣٦٤	**٠,١٨٢	**٠,٣٦٣	الدرجة الكلية

يتضح من جدول (٢٠) ثبوت علاقة ارتباطية موجبة بين الدرجة الكلية والأبعاد الفرعية بين مقاييس الدراسة لدى عينة المبحوثين، والبيانات التفصيلية كما يلي:

- ١- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين (المجموعة الأولى) كأحد أبعاد مقياس إدمان مواقع التواصل الإجتماعي وكل من مقياس (الشعور بالإكتئاب)، والأبعاد والدرجة الكلية لمقياس بنيات دافع الحماية.
- ٢- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين (المجموعة الثانية) كأحد أبعاد مقياس إدمان مواقع التواصل الإجتماعي وكل من مقياس (الشعور بالإكتئاب)، والأبعاد والدرجة الكلية لمقياس بنيات دافع الحماية، بإستثناء بُعد (الضعف المتصور).
- ٣- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين (المجموعة الثالثة) كأحد أبعاد مقياس إدمان مواقع التواصل الإجتماعي وكل من (مستوى الشعور بالإكتئاب)، والأبعاد والدرجة الكلية لمقياس بنيات دافع الحماية، بإستثناء بُعد (المكافآت الجوهرية).
- ٤- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين (المجموعة الرابعة) كأحد أبعاد مقياس إدمان مواقع التواصل الإجتماعي وكل من (مستوى الشعور بالإكتئاب)، والأبعاد الخاصة بمقياس بنيات دافع الحماية، بإستثناء الأبعاد (الشدة "الخطورة" المدركة)، (تكاليف الاستجابة)، (الدرجة الكلية).
- ٥- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين (المجموعة الخامسة) كأحد أبعاد مقياس إدمان مواقع التواصل الإجتماعي وكل من (مستوى الشعور بالإكتئاب)، والأبعاد والدرجة الكلية لمقياس بنيات دافع الحماية، بإستثناء الأبعاد (الضعف المتصور)، (الكفاءة الذاتية)، (فعالية الاستجابة)، (تكاليف الاستجابة).

أثر متغيرات دافع الحماية (PMT) على العلاقة التنبؤية بإدمان مواقع التواصل الإجتماعي والشعور بالإكتئاب لدى طلاب الجامعات

٦- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين (المجموعة السادسة) كأحد أبعاد مقياس إدمان مواقع التواصل الإجتماعي وكل من (مستوى الشعور بالإكتئاب)، والأبعاد الخاصة بمقياس بنيت دافع الحماية، بإستثناء الأبعاد (المكافآت الجوهرية)، (فعالية الاستجابة)، (الدرجة الكلية).

٧- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين (الدرجة الكلية) لمقياس إدمان مواقع التواصل الإجتماعي وكل من (مستوى الشعور بالإكتئاب)، والأبعاد والدرجة الكلية لمقياس بنيت دافع الحماية، بإستثناء بُعد (الضعف المتصور).

وبالتالي تتحقق صحة الفرض الأول لهذه الدراسة والذي ينص على أنه (توجد علاقة ارتباطية بين الدرجة الكلية والأبعاد الفرعية لمقاييس كل من إدمان مواقع التواصل الإجتماعي والدافع للحماية ومستوى الشعور بالإكتئاب لدى المبحوثين وفقاً للمقاييس المستخدمة).

### الفرض الثاني:

جدول (٢١) حساب معامل إنحدار بنيت الدافع للحماية على درجة إدمان مواقع

#### التوصل الإجتماعي لدى المبحوثين عينة الدراسة

المتغيرات المستقلة	معامل الإنحدار (ب)	الخطأ المعياري	معامل الإنحدار (ب) المعيارى (بيتا)	قيمة " ت "	قيمة (ر)	تباين الإنحدار R2 (ر)	قيمة (ف) ودلالاتها
ثبات الإنحدار	٦١,٣٨٥	٣,١٠٥	-	١٩,٧٧٣	٠,٦١٦	٠,٣٧٩	٣٥,٢٨٧
الشدة (الخطورة) المدركة	٠,٤٥١	٠,٢٠٩	٠,١١٦	٢,١٥٥	٠,٨١٠		
الضعف المتصور	٠,١٨٤	٠,٢٢٧	٠,٠٤٣	٠,٨١٠	٠,٨١٠		
المكافآت الجوهرية	٢,٠٤٥	٠,٢٥٢	٠,٤٢٩	٨,١١٩	٠,٠٠٠		
المكافآت الخارجية	٠,٢٦٦	٠,٢٥٧	٠,٠٥١	١,٠٣٦	٠,٣١٦		
الكفاءة الذاتية	١,١٥٢	٠,٢٢٨	٠,٣٦٩	٥,٠٤٥	٠,٠٠٠		
فعالية الاستجابة	٠,٢٣٤	٠,٢١٨	٠,٠٩١	١,٥٣٣	٠,٢١٦		
تكاليف الامتناعية	١,٣١٥	٠,٢٢٠	٠,٣٣١	٥,٩٩٢	٠,٠٠٠		

يتضح من جدول (٢١) ثبوت علاقة ارتباطية طردية موجبة بين كل من بنيت الدافع للحماية و إدمان مواقع التواصل الإجتماعي لدى المبحوثين عينة الدراسة والبيانات التفصيلية تشير الى ما يلي:-

١- أن قيمة " ف " قد بلغت (٣٥,٢٨٧) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، مما يدل على إن المتغيرات المستقلة والتي تتمثل في الأبعاد السبعة (الشدة "الخطورة" المدركة، الضعف المتصور، المكافآت الجوهرية، المكافآت الخارجية، الكفاءة الذاتية، فعالية الاستجابة، تكاليف الاستجابة) مجتمعة لها تأثير معنوي على التنبؤ بإدمان مواقع التواصل الإجتماعي أو أن متغير واحد منها على الأقل له تأثير على التنبؤ بها.

٢- تختلف إسهامات المتغيرات مستقلة في التنبؤ بإدمان مواقع التواصل الإجتماعي كمتغير تابع، حيث كانت قيمة (ر) للمتغيرات المستقلة المنبئة (٠,٣٧٩)، أي أن نسبة التباين تبلغ (٣٨%) تقريباً.

٣- أن بُعد (المكافآت الجوهرية) أكثر تأثيراً من حيث قدرته على التنبؤ بإدمان مواقع التواصل الإجتماعي، حيث بلغ معامل الإنحدار (٢,٠٤٥)، وكانت قيمة "ت" (٨,١١٩)،

وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، بمعنى أن التغير في درجة بُعد (المكافآت الجوهرية) بالزيادة درجة واحدة يؤدي إلى زيادة الدرجة الكلية لإدمان مواقع التواصل الإجتماعي بمقدار (٢) درجتان تقريباً، مع افتراض ثبات باقي المتغيرات.

٤- يليه في التأثير بُعد (الكفاءة الذاتية) حيث بلغ معامل الانحدار (١,٦٥٢)، وكانت قيمة "ت" (٧,٢٤٥)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، بمعنى أن التغير في بُعد (الكفاءة الذاتية) بالزيادة درجة واحدة يؤدي إلى زيادة الدرجة الكلية لإدمان مواقع التواصل الإجتماعي بمقدار (١,٧) درجة تقريباً، مع افتراض ثبات باقي المتغيرات.

٥- ثم يليه في التأثير بُعد (تكاليف الاستجابة)، حيث بلغ معامل الانحدار (١,٣١٥)، وكانت قيمة "ت" (٥,٩٩٢)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥)، بمعنى أن التغير في بُعد (تكاليف الاستجابة) بالزيادة درجة واحدة يؤدي إلى زيادة الدرجة الكلية لإدمان مواقع التواصل الإجتماعي بمقدار (١,٣) درجة تقريباً، مع افتراض ثبات باقي المتغيرات.

٦- ثم يليه في التأثير بُعد (الشدة "الخطورة" المدركة)، حيث بلغ معامل الانحدار (٠,٤٥١)، وكانت قيمة "ت" (٢,١٥٥)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥)، بمعنى أن التغير في بُعد (الشدة المدركة) بالزيادة درجة واحدة يؤدي إلى زيادة الدرجة الكلية لإدمان مواقع التواصل الإجتماعي بمقدار (٠,٥) درجة تقريباً، مع افتراض ثبات باقي المتغيرات.

وبلغ ثابت الانحدار (٦١,٣٨٥)، حيث بلغت قيمة "ت" (١٩,٧٧٣)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، وبالتالي يمكن صياغة معادلة الانحدار على النحو التالي

$$\text{إدمان مواقع التواصل الإجتماعي} = ٦١,٣٨٥ + ٢,٠٤٥ (\text{المكافآت الجوهرية}) + ١,٦٥٢ (\text{الكفاءة الذاتية}) + ١,٣١٥ (\text{تكاليف الاستجابة}) + ٠,٤٥١ (\text{الشدة المدركة}).$$

مما يدل على وجود تأثير دال إحصائياً لكل من الأبعاد (المكافآت الجوهرية، الكفاءة الذاتية، تكاليف الاستجابة، الشدة المدركة) على إدمان مواقع التواصل الإجتماعي وبالتالي إمكانية التنبؤ بها من هذه الأبعاد، ويوصي بإبقائها في نموذج الانحدار.

أما باقي المتغيرات فقد جاءت غير منبئة للدرجة الكلية لإدمان مواقع التواصل الإجتماعي، حيث تراوحت قيم معامل الانحدار لباقي أبعاد بنيت الدافع للحماية ما بين (٠,١٨٤) - (٠,٣٣٤)، وجميعها قيم غير دالة إحصائياً.

جدول (٢٢) حساب معامل إنحدار بنيت الدافع للحماية على مستوى الشعور بالإكتئاب لدى المبحوثين عينة الدراسة

المتغيرات المستقلة	معامل الانحدار (ب)	الخطأ المعياري	معامل الانحدار المعياري (بيتا)	قيمة " ت " ودلالاتها	قيمة (ر)	تباين الانحدار (R2 (٢ ر))	قيمة(ف) ودلالاتها
ثابت الانحدار	٣٥,٦٦٢	٤,٢٦٤	-	**٨,٣٦٤	٠,٥٠٢	٠,٢٥٢	**١٩,٤٤٣
الشدة (الخطورة) المدركة	- ٠,٢٧٩	٠,٢٨٩	٠,٠٥٧	٠,٩٧٢			
الضعف المنصور	- ٠,١٩٤	٠,٣١١	٠,٠٣٦	٠,٦٢٤			
المكافآت الجوهرية	- ١,٥٣٣	٠,٣٤٦	٠,٢٥٧	**٤,٤٣١			
المكافآت الخارجية	- ٠,١٤٧	٠,٣٥٣	٠,٠٢٢	٠,٤١٦			
الكفاءة الذاتية	- ٠,٠٣٩	٠,٣١٣	٠,٠٠٧	٠,١٢٤			
فعالية الاستجابة	- ٠,٩٩٠	٠,٢٩٩	٠,٢١٦	**٣,٣١٢			
تكاليف الاستجابة	- ١,٥٨٥	٠,٣٠١	٠,٣١٩	**٥,٢٥٦			

يتضح من جدول (٢٢) ثبوت علاقة ارتباطية عكسية سالبة بين بنيات الدافع للحماية على مستوى الشعور بالإكتئاب لدى المبحوثين عينة الدراسة والبيانات التفصيلية تشير الى ما يلي:-

١- أن قيمة " ف " قد بلغت (٣٥,٢٨٧) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، مما يدل على إن المتغيرات المستقلة والتي تتمثل في الأبعاد السبعة (الشدة "الخطورة" المدركة، الضعف المتصور، المكافآت الجوهرية، المكافآت الخارجية، الكفاءة الذاتية، فعالية الاستجابة، تكاليف الاستجابة) مجتمعة لها تأثير معنوي على التنبؤ بمستوى الشعور بالإكتئاب أو أن متغير واحد منها على الأقل له تأثير على التنبؤ بها.

٢- تختلف إسهامات المتغيرات مستقلة في التنبؤ بمستوى الشعور بالإكتئاب كمتغير تابع، حيث كانت قيمة (ر) للمتغيرات المستقلة المنبئة (٠,٢٥٢)، أي أن نسبة التباين تبلغ (٢٥%) تقريباً.

٣- أن بُعد (تكاليف الاستجابة) أكثر تأثيراً من حيث قدرته على التنبؤ بمستوى الشعور بالإكتئاب، حيث بلغ معامل الانحدار (- ١,٥٨٥)، وكانت قيمة "ت" (٥,٢٥٦)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، بمعنى أن التغير في درجة بُعد (تكاليف الاستجابة) بالزيادة درجة واحدة يؤدي إلى نقص الدرجة الكلية لمستوى الشعور بالإكتئاب بمقدار (١,٦) درجة تقريباً، مع إفتراض ثبات باقي المتغيرات.

٤- يليه في التأثير بُعد (المكافآت الجوهرية) حيث بلغ معامل الانحدار (- ١,٥٣٣)، وكانت قيمة "ت" (٤,٤٣١)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، بمعنى أن التغير في بُعد (المكافآت الجوهرية) بالزيادة درجة واحدة يؤدي إلى نقص الدرجة الكلية لمستوى الشعور بالإكتئاب بمقدار (١,٥) درجة تقريباً، مع إفتراض ثبات باقي المتغيرات.

٥- ثم يليه في التأثير بُعد (فعالية الاستجابة)، حيث بلغ معامل الانحدار (- ٠,٩٩٠)، وكانت قيمة "ت" (٣,٣١٢)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، بمعنى أن التغير في بُعد (فعالية الاستجابة) بالزيادة درجة واحدة يؤدي إلى نقص الدرجة الكلية لمستوى الشعور بالإكتئاب بمقدار (١,٠٠) درجة تقريباً، مع إفتراض ثبات باقي المتغيرات

وبلغ ثابت الانحدار (٣٥,٦٦٢)، حيث بلغت قيمة "ت" (٨,٣٦٤)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، وبالتالي يمكن صياغة معادلة الانحدار على النحو التالي

مستوى الشعور بالإكتئاب = ٣٥,٦٦٢ - ١,٥٨٥ (تكاليف الاستجابة) - ١,٥٣٣ (المكافآت الجوهرية) - ٠,٩٩٠ (فعالية الاستجابة).

مما يدل على وجود تأثير دال إحصائياً لكل من الأبعاد (تكاليف الاستجابة، المكافآت الجوهرية، فعالية الاستجابة) على مستوى الشعور بالإكتئاب وبالتالي إمكانية التنبؤ به من خلال هذه الأبعاد، ويوصي بإبقائها في نموذج الانحدار.

أما باقي المتغيرات فقد جاءت غير منبئة للدرجة الكلية لمستوى الشعور بالإكتئاب، حيث تراوحت قيم معامل الانحدار لباقي أبعاد بنيات الدافع للحماية ما بين (٠,٠٣٩ - ٠,٢٧٩)، وجميعها قيم غير دالة إحصائياً.

مما سبق وفي ضوء نتائج الجدولين (٢١)، (٢٢) تتحقق صحة الفرض الثاني لهذه الدراسة والذي ينص على أنه (تؤثر بنيات الدافع للحماية السبعة "الخطورة – الضعف – المكافآت الجوهرية – المكافآت الخارجية – الكفاءة الذاتية – فعالية الإستجابة – تكاليف الإستجابة" في التنبؤ بدرجة إدمان مواقع التواصل الإجتماعي ومستوى الشعور بالإكتئاب لدى المبحوثين).

### الفرض الثالث:

جدول (٢٣) دلالة الفروق بين متوسطى درجات المبحوثين وفقاً لمتغير النوع (ذكر – أنثى)

على الدرجة الكلية لمقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي قيد الدراسة

الأبعاد	ذكور ن = ١٩٨		إناث ن = ٢١٥		قيمة "ت"	مستوى الدلالة
	١م	١ع	٢م	٢ع		
المجموعة الأولى	٨,٧٥٨	٢,٣٥٥	٨,٨٦١	٢,٤٦١	٠,٤٣٣	غير دال
المجموعة الثانية	١٠,٦٣٦	٢,٩٧٠	٩,٣٤٩	٢,٢٧٦	**٤,٩٦٧	٠,٠١
المجموعة الثالثة	١١,٣٩٤	٣,٢١٧	٩,٣٧٢	٣,٤١٨	**٦,١٧٦	٠,٠١
المجموعة الرابعة	٩,٦٠٦	٣,٩٣٣	٧,٥٣٥	٢,٩٤٣	**٦,٠٩٠	٠,٠١
المجموعة الخامسة	١٠,٠٩١	٢,١٠٠	٩,٢٠٩	٢,١٥٧	**٤,٢٠٣	٠,٠١
المجموعة السادسة	٨,٢٧٣	١,٥٦٦	٧,٩٥٤	١,٧٥٦	١,٩٤٤	غير دال
الدرجة الكلية	٥٨,٧٥٨	١١,٤٢٥	٥٢,٢٧٩	٨,٩٧٦	**٦,٤٣٣	٠,٠١

يتضح من جدول (٢٣) أنه توجد فروق جوهرية دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠,٠١) بين متوسطي درجات المبحوثين في الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وفقاً لمتغير النوع (ذكور – إناث)، وذلك لصالح متوسط درجات (الذكور)، بإستثناء كل من (المجموعة الأولى)، (المجموعة السادسة) حيث تشير نتائج الجدول إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في هذين البعدين.

جدول (٢٤) دلالة الفروق بين متوسطى درجات المبحوثين وفقاً لمتغير محل الإقامة (حضر – ريف) على الدرجة الكلية لمقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي قيد الدراسة

الأبعاد	حضر ن = ١٣١		ريف ن = ٢٨٢		قيمة "ت"	مستوى الدلالة
	١م	١ع	٢م	٢ع		
المجموعة الأولى	٨,٢٨٢	٢,٤٦٩	٩,٠٥٧	٢,٣٤٣	**٣,٠٧٢	٠,٠١
المجموعة الثانية	٩,٨٠٩	٣,٠١٦	١٠,٠٣٩	٢,٥٥٢	٠,٨٠٣	غير دال
المجموعة الثالثة	١٠,٣٨٩	٣,٤٧٩	١٠,٣١٩	٣,٤٧٢	٠,١٩١	غير دال
المجموعة الرابعة	٨,٠٧٦	٣,٦٤٧	٨,٧٣٨	٣,٥٦٧	١,٧٤١	غير دال
المجموعة الخامسة	٩,٦٤٩	٢,١٥٥	٩,٦٢٤	٢,١٨٤	٠,١٠٨	غير دال
المجموعة السادسة	٨,٤٥٠	١,٦٨٣	٧,٩٤٧	١,٦٤٧	**٢,٨٧١	٠,٠١
الدرجة الكلية	٥٤,٦٥٧	١١,٠١٧	٥٥,٧٢٣	١٠,٥٧٢	٠,٩٤٢	غير دال

يتضح من جدول (٢٤) أنه توجد فروق جوهرية دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠,٠١) بين متوسطي درجات المبحوثين في الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وفقاً لمتغير محل الإقامة (حضر – ريف)، وذلك لصالح متوسط درجات المقيمين في (الريف) في بُعد (المجموعة الأولى)، ولصالح متوسط درجات المقيمين في

أثر متغيرات دافع الحماية (PMT) على العلاقة التنبؤية بإدمان مواقع التواصل الإجتماعي والشعور بالإكتئاب لدى طلاب الجامعات

(الحضر) في بُعد (المجموعة السادسة)، كما تشير نتائج الجدول إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المقيمين في الحضر والريف في باقي الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي.

جدول (٢٥) دلالة الفروق بين متوسطي درجات المبحوثين وفقاً لمتغير النوع (ذكر – أنثى)

على الدرجة الكلية لمقياس مستوى الشعور بالإكتئاب قيد الدراسة

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	إناث ن = ٢١٥		ذكور ن = ١٩٨		مستوى الشعور بالإكتئاب
		٢ع	٢م	١ع	١م	
٠,٠١	**٣,٩٤٠	١٤,١٦٧	١٨,٣٧٢	١٢,٠٠٠	٢٣,٤٨٥	

يتضح من جدول (٢٥) أنه توجد فروق جوهريّة دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠,٠١) بين متوسطي درجات المبحوثين في مستوى الشعور بالإكتئاب وفقاً لمتغير النوع (ذكور – إناث)، وذلك لصالح متوسط درجات (الذكور).

جدول (٢٦) دلالة الفروق بين متوسطي درجات المبحوثين وفقاً لمتغير محل الإقامة (حضر – ريف)

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	ريف ن = ٢٨٢		حضر ن = ١٣١		مستوى الشعور بالإكتئاب
		٢ع	٢م	١ع	١م	
غير دال	١,٠٢٧	١٣,٢٦٣	٢٠,٣٦٢	١٣,٦٩٩	٢١,٨١٧	

يتضح من جدول (٢٦) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المبحوثين في مستوى الشعور بالإكتئاب وفقاً لمتغير محل الإقامة (حضر – ريف).

جدول (٢٧) دلالة الفروق بين متوسطي درجات المبحوثين وفقاً لمتغير النوع (ذكر – أنثى)

على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس بنيات دافع الحماية قيد الدراسة

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	إناث ن = ٢١٥		ذكور ن = ١٩٨		الأبعاد
		٢ع	٢م	١ع	١م	
٠,٠١	**٣,٥٤٣	٢,٩٥٢	٩,٠٢٣	٢,٤٢٤	٩,٩٧٠	الشدة (الخطورة) المدركة
٠,٠١	**٦,٧٤١	٢,٩٠٥	٩,٦٩٨	١,٦٠٥	١١,٢٧٣	الضعف المتصور
غير دال	١,٧٦٦	٢,٥٠٤	٨,١٨٦	١,٩١٢	٨,٥٧٦	المكافآت الجوهرية
٠,٠١	**٤,٣٣٨	٢,٣١٠	٨,١١٦	١,٥٩٠	٨,٩٧٠	المكافآت الخارجية
غير دال	١,١٤٢	٢,٩٦٧	١٠,٥١٢	١,٥٤٢	١٠,٢٤٢	الكفاءة الذاتية
٠,٠١	**٣,٩٤٨	٣,١٠٥	١١,٥١٢	٢,٦٠٠	١٠,٣٩٤	فعالية الاستجابة
٠,٠١	**٤,٢٨٦	٢,٨٧٠	٨,٧٢١	٢,٣٦٧	٧,٦٠٦	تكاليف الاستجابة
غير دال	١,١٩١	١٢,٦٨٩	٦٥,٧٦٧	٨,١٨٠	٦٧,٠٣٠	الدرجة الكلية

يتضح من جدول (٢٧) أنه توجد فروق جوهريّة دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠,٠١) بين متوسطي درجات المبحوثين في الأبعاد الخاصة بمقياس بنيات دافع الحماية وفقاً لمتغير النوع (ذكور – إناث)، وذلك لصالح متوسط درجات (الذكور) في أبعاد (الشدة "الخطورة" المدركة)، (الضعف المتصور)، (المكافآت الخارجية)، بينما كانت الفروق لصالح (الإناث) في بُعد (فعالية الاستجابة)، (تكاليف الاستجابة)، كما تشير نتائج الجدول إلى أنه لا توجد

أثر متغيرات دافع الحماية (PMT) على العلاقة التنبؤية بإدمان مواقع التواصل الإجتماعي والشعور بالإكتئاب لدى طلاب الجامعات

فروق ذات دلالة إحصائية في كل من بُعدي (المكافآت الجوهرية)، (الكفاءة الذاتية)، (الدرجة الكلية) لمقياس بنيات دافع الحماية قيد الدراسة.

جدول (٢٨) دلالة الفروق بين متوسطي درجات المبحوثين وفقاً لمتغير محل الإقامة (حضر - ريف) على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس بنيات دافع الحماية قيد الدراسة

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	ريف ن = ٢٨٢		حضر ن = ١٣١		الأبعاد
		٢ع	٢م	١ع	١م	
٠,٠١	**٥,٠٠٥	٢,٥٨٢	٩,٠٢٨	٢,٨٥٩	١٠,٤٤٣	الشدة (الخطورة) المدركة
٠,٠١	**٣,٥٩٥	٢,٧٦٢	١٠,١٥٦	١,٦٣٤	١١,٠٩٢	الضعف المتصور
غير دال	١,٣٧٤	٢,٢٩٩	٨,٢٧٠	٢,١١٩	٨,٥٩٥	المكافآت الجوهرية
غير دال	٠,٠٩٥	٢,١٤١	٨,٥٣٢	١,٨١٢	٨,٥١٢	المكافآت الخارجية
غير دال	١,٤٥٥	٢,٦٤٧	١٠,٢٦٦	١,٧٠٦	١٠,٦٣٤	الكفاءة الذاتية
غير دال	٠,٦٠٨	٢,٨٨٢	١١,٠٣٦	٣,٠٢٢	١٠,٨٤٧	فعالية الاستجابة
غير دال	٠,٤٥٤	٢,٧٣٦	٨,١٤٥	٢,٦١٧	٨,٢٧٥	تكاليف الاستجابة
٠,٠١	**٢,٦٢١	١١,٠٩٧	٦٥,٤٣٣	٩,٧٧٢	٦٨,٣٩٧	الدرجة الكلية

يتضح من جدول (٢٨) أنه توجد فروق جوهرية دالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠,٠١) بين متوسطي درجات المبحوثين في الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس بنيات دافع الحماية وفقاً لمتغير محل الإقامة (حضر - ريف)، في كل من بُعدي (الشدة "الخطورة" المدركة)، (الضعف المتصور)، و(الدرجة الكلية) لمقياس بنيات دافع الحماية، ولصالح متوسط درجات المقيمين في (الحضر)، كما تشير نتائج الجدول إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المقيمين في الحضر والريف في باقي الأبعاد الخاصة بمقياس بنيات دافع الحماية قيد الدراسة.

جدول (٢٩) دلالة الفروق بين متوسطي درجات المبحوثين وفقاً لمتغير النوع (ذكر - أنثى)

على الدرجة الكلية لنموذج تعديل السلوك الاتصالي قيد الدراسة

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	إناث ن = ٢١٥		ذكور ن = ١٩٨		نموذج تعديل السلوك الاتصالي
		٢ع	٢م	١ع	١م	
غير دال	٠,٨٠٠	٨,٢١٦	٣٥,٣٠٢	٦,١٨٩	٣٥,٨٧٩	

يتضح من جدول (٢٩) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المبحوثين في الدرجة الكلية لنموذج تعديل السلوك الاتصالي وفقاً لمتغير النوع (ذكور - إناث)

جدول (٣٠) دلالة الفروق بين متوسطي درجات المبحوثين وفقاً لمتغير محل الإقامة (حضر - ريف) على الدرجة الكلية لنموذج تعديل السلوك الاتصالي قيد الدراسة

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	ريف ن = ٢٨٢		حضر ن = ١٣١		نموذج تعديل السلوك الاتصالي
		٢ع	٢م	١ع	١م	
٠,٠١	**٣,٢٠٥	٧,٤١٤	٣٤,٨٠١	٦,٨١٨	٣٧,٢٥٢	

يتضح من جدول (٣٠) أنه توجد فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين متوسطي درجات المبحوثين في الدرجة الكلية لمقياس نموذج تعديل السلوك الاتصالي وفقاً لمتغير محل الإقامة (حضر - ريف)، وذلك لصالح متوسط درجات المقيمين في (الحضر).



مما سبق وفي ضوء نتائج الجداول (٢٣ - ٣٠) تتحقق صحة الفرض الثالث لهذه الدراسة والذي ينص على أنه (توجد فروق بين إستجابات المبحوثين وفقاً لمتغيرات النوع (ذكر / أنثى) ومحل الإقامة (حضر / ريف) على الدرجة الكلية لكل من مقياس الدافع للحماية، ومقياس إدمان مواقع التواصل الإجتماعي، ومقياس مستوى الشعور بالإكتئاب، والنموذج المقترح لتبني تعديل السلوك الإتصالي لدى المبحوثين).

### مناقشة نتائج الدراسة:

تشير نتائج الدراسة وفقاً لنظرية الدافع للحماية (PMT) الذي تم تطبيقه في هذه الدراسة أن مسار السلوكيات عموماً يشير الى تفوق أثر مسار تقييم المواجهة (التأقلم) عن أثر مسار تقييم التهديد لدى عينة الدراسة حيث يتضح أثر بنيات (الكفاءة الذاتية والتكاليف المتصورة للاستجابة) على كل من العلاقة الطردية التنبؤية بإدمان مواقع التواصل الإجتماعي وعلى العلاقة العكسية بالشعور بالإكتئاب بينما يتضح أثر تقييم التهديد بصورة اكبر في العلاقة التنبؤية بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، وقد أظهرت النتائج اشتراك أثر بنية (المكافآت الجوهرية) بمسار تقييم التهديد في كل من العلاقة التنبؤية الطردية بإدمان مواقع التواصل الإجتماعي وعلى العلاقة العكسية بالشعور بالإكتئاب ويتضح تأثيرها القوي في كلا العلاقات الارتباطية محل الدراسة الا أن تأثيرها أقوى في التنبؤ بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، وهذه النتائج تختلف مع ما أشارت اليه الدراسات السابقة من أنه من بين عوامل دوافع الحماية السبعة فإن الكفاءة الذاتية هي الأكثر ارتباطاً بدوافع الحماية، وفقاً لدراسات (Floyd & et al., 2000) و (Milne , & et al, 2000) كما يتضح من نتائج الدراسة استبعاد بنيات (الضعف المتصور والمكافآت الخارجية) من مسار تقييم التهديد كبنيات لدافع الحماية مؤثرة على العلاقة بكل من التنبؤ بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي أو الشعور بالإكتئاب.

- تؤكد نتائج الدراسة ثبوت إدمان طلاب جامعة الزقازيق محل الدراسة لمواقع التواصل الاجتماعي بدرجة متوسطة و ان مستوى الشعور بالإكتئاب لديهم مستوى منخفض، وأنه توجد علاقة طردية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالإكتئاب وتتفق هذه النتائج مع ما توصلت اليه دراسة (Koc , & Gulyagci 2013) التي أظهرت قدرة تنبؤية عالية لمتغير، الاكتئاب الشديد، في التنبؤ بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي بينما تختلف هذه النتيجة مع نتائج دراسة (Brailovskaia & Margraf, 2017) التي أفادت بأنه بالرغم من عدم إرتفاع متوسط معدل إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، الا أن هناك زيادة في معدل الإقتراب من مستوى بداية الاكتئاب.

- وتشير النتائج كذلك الى ان مستوى مقياس بنيات دافع الحماية لدى عينة الدراسة (متوسط) و ان مستوى تبني تعديل السلوك الاتصالي لدى طلاب الجامعة محل الدراسة (متوسط).

- فيما يتعلق بالعلاقة الارتباطية بين أبعاد مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي ومقياس الشعور بالإكتئاب في إطار مقياس بنيات دافع الحماية السبعة فقد اتضح من نتائج الدراسة تحقق العلاقة الارتباطية بين كل من إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والدافع للحماية والشعور بالإكتئاب لدى المبحوثين وفقاً للمقاييس المستخدمة. وقد أثبتت نتائج دراسة (Jeri-Yabar , et al 2019) و دراسة (Wang, et al., 2018) وجود علاقة ارتباطية

إيجابية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالإكتئاب وأكدت دراسة (فيود، ٢٠٢٢) ثبوت علاقة ارتباطية بين كثافة متابعة مواقع التواصل الاجتماعي وزيادة معدلات الاكتئاب لدى المبحوثين. بينما اتفقت هذه النتيجة جزئياً مع دراسة (Banjanin, et al., 2015) حيث أكدت النتائج تأثير إدمان الأنشطة الاتصالية على مواقع التواصل الاجتماعي على درجة شعور الفرد بالإكتئاب، فطبيعة نشاط الطلاب على مواقع التواصل الاجتماعي يعطيهم شعور أعمق بالانتماء والاهتمام. وقد تبين من نتائج دراسة (Liu S , 2022) العلاقة بين التعرض لمواقع التواصل الاجتماعي وبين ظهور حالات الاكتئاب.

**فيما يتعلق بالعلاقة بين أبعاد مقياس بنيات دافع الحماية وأبعاد مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي** تبين أن العلاقة الارتباطية بين بنيات دافع الحماية وأبعاد مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي هي علاقة ارتباطية طردية موجبة.

وبناءً على ثبوت العلاقات الارتباطية بين جميع أبعاد مقياسي إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وبنيات دافع الحماية مع جميع عبارات مقياس الشعور بالإكتئاب فقد أشارت النتائج التفصيلية إلى العلاقة الارتباطية الطردية الموجبة بين جميع أبعاد مقياس بنيات دافع الحماية السبعة وجميع عبارات مقياس الشعور بالإكتئاب مع البعد الأول لمقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والذي يقيس دور مواقع التواصل الاجتماعي في تحسين المزاج. إلا أنه لم يثبت العلاقات الارتباطية الطردية بين بعض أبعاد مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وبعض أبعاد مقياس بنيات دافع الحماية ويمكن تبين عدم ثبوت العلاقات الارتباطية بين الأبعاد الفرعية في كلا المقياسين فيما يلي:

تبين عدم وجود تأثير لبنية بُعد (الضعف المتصور) من أبعاد مقياس بنيات دافع الحماية على العلاقة الارتباطية الطردية الموجبة مع (المجموعة الثانية) والتي تقيس أهمية مواقع التواصل الاجتماعي لدى المبحوثين كأحد أبعاد مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي. وهو ما يتفق مع ما توصلت إليه نتائج دراسة (Raluca Cozma , 2021) في عوامل نظرية دوافع الحماية التي تعكس التأثير السلبي لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي على الامتثال وسلوكيات الصحة الوقائية من أن تصورات شدة التهديد والكفاءة الذاتية، ولكن ليس تصورات الضعف، توسطت في التأثير السلبي لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي.

بينما لم يتضح تأثير بُعد (المكافآت الجوهرية) فيما يتعلق بالمجموعة الثالثة كأحد أبعاد مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي. والتي تقيس تحقيق المتعة من خلال قضاء وقت أكبر على هذه المواقع، وهو ما لا يتفق مع ما أشارت إليه نتائج دراسة (J Addict Res Ther 2014) حيث كانت المكافآت المتصورة وبنيتها مرتبطة بشكل إيجابي بالنية والسلوك الفعلي لدى المبحوثين. وقد ثبت استثناء تأثير الأبعاد (الشدة "الخطورة" المدركة)، (تكاليف الاستجابة)، (الدرجة الكلية) من أبعاد مقياس بنيات دافع الحماية على العلاقة الارتباطية الطردية فيما يتعلق ب(المجموعة الرابعة) والتي تقيس أعراض الإنسحاب كأحد أبعاد مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي. وقد تبين وفي أكثر من بُعد عدم تأثير الأبعاد (الضعف المتصور)، (الكفاءة الذاتية)، (فعالية الاستجابة)، (تكاليف الاستجابة) في العلاقة الارتباطية الطردية الموجبة بين (المجموعة الخامسة) والتي تقيس الصراع مع

الأخرين بسبب تلك المواقع كأحد أبعاد مقياس إدمان مواقع التواصل الإجتماعي، مما يعنى قوة هذه الأبعاد في بنية دافع الحماية فيما يتعلق بالصراع مع الآخرين بسبب تلك المواقع. وقد أشارت، دراسة (J Addict Res Ther, 2014) ان ارتفاع الكفاءة الذاتية وزيادة فاعلية الاستجابة ارتبطت سلبًا بقصد سلوك التدخين وتدابير التدخين. فيما تم استثناء الأبعاد (المكافآت الجوهرية)، (فعالية الاستجابة)، (الدرجة الكلية) على العلاقة الارتباطية بين (المجموعة السادسة) والتي تقيس مدى قدرة الأفراد على العودة إلى معدلات الاستخدام الطبيعية كأحد أبعاد مقياس إدمان مواقع التواصل الإجتماعي. وهو ما يتفق مع نتائج دراسة (J Addict Res Ther 2014) والتي أشارت الى أن زيادة فاعلية الاستجابة ارتبطت سلبًا بقصد التدخين.

- وقد بينت النتائج ثبوت العلاقة الارتباطية الطردية الموجبة بين (الدرجة الكلية) لمقياس إدمان مواقع التواصل الإجتماعي وكل من مقياس (الشعور بالإكتئاب)، والأبعاد والدرجة الكلية لمقياس بنيات دافع الحماية، بإستثناء بُعد (الضعف المتصور).

فيما يتعلق بالعلاقة الارتباطية بين أبعاد مقياس بنيات دافع الحماية على افتراض انه المتغير المستقل ومقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على انه المتغير التابع فإن المتغيرات المستقلة والتي تتمثل في الأبعاد السبعة (الشدة "الخطورة" المدركة، الضعف المتصور، المكافآت الجوهرية، المكافآت الخارجية، الكفاءة الذاتية، فعالية الاستجابة، تكاليف الاستجابة) مجتمعة لها تأثير معنوي على التنبؤ بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي أو أن متغير واحد منها على الأقل له تأثير على التنبؤ بها. وتختلف إسهامات المتغيرات المستقلة في التنبؤ بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي كمتغير تابع. حيث تبين وجود تأثير دال إحصائياً لكل من الأبعاد (المكافآت الجوهرية، الكفاءة الذاتية، تكاليف الاستجابة، الشدة المدركة) على إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وبالتالي إمكانية التنبؤ به من هذه الأبعاد، أما باقي المتغيرات فقد جاءت غير منبئة للدرجة الكلية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي فجميعها قيم غير دالة إحصائياً. **وقد كان ترتيب هذه الأبعاد في التأثير على النحو التالي:**

تبين أن بُعد (المكافآت الجوهرية) هو الأكثر تأثيراً في بنيات دافع الحماية من حيث قدرته على التنبؤ بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، حيث أن التغير في درجة بُعد (المكافآت الجوهرية) بالزيادة درجة واحدة يؤدي إلى زيادة الدرجة الكلية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي بمقدار (٢) درجتان تقريباً، مع افتراض ثبات باقي المتغيرات يليه في التأثير بُعد (الكفاءة الذاتية) حيث أن التغير في بُعد (الكفاءة الذاتية) بالزيادة درجة واحدة يؤدي إلى زيادة الدرجة الكلية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي بمقدار (١,٧) درجة تقريباً، مع افتراض ثبات باقي المتغيرات. ثم يليه في التأثير بُعد (تكاليف الاستجابة)، حيث أن التغير في بُعد (تكاليف الاستجابة) بالزيادة درجة واحدة يؤدي إلى زيادة الدرجة الكلية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي بمقدار (١,٣) درجة تقريباً، مع افتراض ثبات باقي المتغيرات. ثم يليه في التأثير بُعد (الشدة "الخطورة" المدركة)، حيث أن التغير في بُعد (الشدة المدركة) بالزيادة درجة واحدة يؤدي إلى زيادة الدرجة الكلية لإدمان مواقع التواصل الاجتماعي بمقدار (٠,٥) درجة تقريباً، مع افتراض ثبات باقي المتغيرات وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه

أثر متغيرات دافع الحماية (PMT) على العلاقة التنبؤية بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالإكتئاب لدى طلاب الجامعات

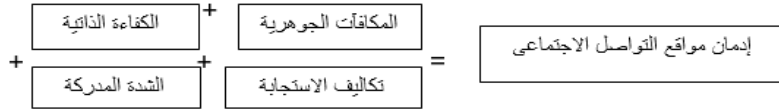
دراسة. (panelMa, et al 2022) من أن الشدة المتصورة والكفاءة الذاتية كانت من العوامل الرئيسية التي تؤثر على فعالية الاستجابة.

ويمكن تفسير العلاقة الارتباطية الطردية الموجبة بين أبعاد مقياس بنيات دافع الحماية ومقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي في ضوء ما أشار إليه (Ruth Shillair, 2020) حيث تتضمن عملية تقييم التهديد تقييم شدة التهديد واحتمال حدوثه (أي قابلية التأثر). ومدى صعوبة تنفيذ الاستجابة (على سبيل المثال، تكلفة الاستجابة)، والكفاءة الذاتية المتصورة لسن استجابة المواجهة. فإذا كان تقييم التهديد أقوى من تقييم المواجهة، فسيستبع ذلك استجابة غير قادرة على التكيف.

وفيما يلي تصور النموذج المقترح للعلاقات الارتباطية لأثر بنيات الدافع للحماية على إدمان مواقع التواصل الاجتماعي: (حيث قيمة ثابت الإنحدار = 61,385)

إدمان مواقع التواصل الاجتماعي = 61,385 + 2,045 (المكافآت الجوهرية) + 1,652 (الكفاءة الذاتية) + 1,315 (تكاليف الاستجابة) + 0,451 (الشدة المدركة).

والشكل التالي تقترحه الدراسة يوضح أثر بنيات الدافع للحماية على مستوى إدمان مواقع التواصل الاجتماعي



شكل رقم (٢)

### وفيما يتعلق بالعلاقة بين أبعاد مقياس بنيات دافع الحماية ومقياس الشعور بالإكتئاب

- تبين أن العلاقة الارتباطية بين بنيات دافع الحماية وأبعاد مقياس الشعور بالإكتئاب هي علاقة عكسية سلبية.

أما فيما يتعلق بالعلاقة الارتباطية بين أبعاد مقياس بنيات دافع الحماية على افتراض انه المتغير المستقل ومقياس الشعور بالإكتئاب على انه المتغير التابع فإن المتغيرات المستقلة والتي تتمثل في الأبعاد السبعة (الشدة "الخطورة" المدركة، الضعف المتصور، المكافآت الجوهرية، المكافآت الخارجية، الكفاءة الذاتية، فعالية الاستجابة، تكاليف الاستجابة) مجتمعة لها تأثير معنوي على التنبؤ بمستوى الشعور بالإكتئاب أو أن متغير واحد منها على الأقل له تأثير على التنبؤ به. كما أنه تختلف إسهامات المتغيرات مستقلة في التنبؤ بمستوى الشعور بالإكتئاب كمتغير تابع. فقد تبين وجود تأثير دال إحصائياً لكل من الأبعاد (تكاليف الاستجابة، المكافآت الجوهرية، فعالية الاستجابة) على مستوى الشعور بالإكتئاب وبالتالي إمكانية التنبؤ به من خلال هذه الأبعاد، أما باقي المتغيرات فقد جاءت غير منبئة للدرجة الكلية لمستوى الشعور بالإكتئاب، حيث قيم معامل الإنحدار لباقي أبعاد بنيات الدافع للحماية جميعها قيم غير دالة إحصائياً، وقد كان ترتيب هذه الأبعاد في التأثير على النحو التالي:

- ثبت أن بُعد (تكاليف الاستجابة) هو الأكثر تأثيراً من حيث قدرته على التنبؤ بالعلاقة الارتباطية العكسية السلبية بالشعور بالإكتئاب حيث أن التغيير في درجة بُعد (تكاليف الاستجابة) بالزيادة درجة واحدة يؤدي إلى نقص الدرجة الكلية لمستوى الشعور بالإكتئاب بمقدار (١,٦) درجة تقريباً، مع افتراض ثبات باقي المتغيرات، يليه في التأثير بُعد (المكافآت الجوهرية) حيث أن التغيير في بُعد (المكافآت الجوهرية) بالزيادة درجة واحدة يؤدي إلى نقص الدرجة الكلية لمستوى الشعور بالإكتئاب بمقدار (١,٥) درجة تقريباً، مع افتراض ثبات باقي المتغيرات، ثم يليه في التأثير بُعد (فعالية الاستجابة)، حيث أن التغيير في بُعد (فعالية الاستجابة) بالزيادة درجة واحدة يؤدي إلى نقص الدرجة الكلية لمستوى الشعور بالإكتئاب بمقدار (١,٠٠) درجة تقريباً، مع افتراض ثبات باقي المتغيرات.

ويمكن تفسير نتائج العلاقة الارتباطية العكسية السلبية بين أبعاد مقياس بنيات دافع الحماية ومقياس الشعور بالإكتئاب في إطار ما أشار إليه (Ruth Shillair, 2020) حيث يفترض PMT أن الأفراد يقيمون الاستجابة المحتملة من خلال تقييم التهديدات وعملية تقييم المواجهة، والتي تتضمن النظر في فعالية الاستجابة، فإذا كانت استجابة المواجهة، التي تتضمن الإيمان بفعالية الاستجابة والكفاءة الذاتية المتصورة، أقوى، يتم تحقيق دافع الحماية. وفيما يلي تصور النموذج المقترح للعلاقات الارتباطية لأثر بنيات الدافع للحماية على مستوى الشعور بالإكتئاب: (حيث قيمة ثابت الإنحدار = ٣٥,٦٦٢)

مستوى الشعور بالإكتئاب = ٣٥,٦٦٢ - ١,٥٨٥ (تكاليف الاستجابة) - ١,٥٣٣ (المكافآت الجوهرية) - ٠,٩٩٠ (فعالية الاستجابة).

والشكل التالي رقم (٣) يوضح أثر بنيات الدافع للحماية على مستوى الشعور بالإكتئاب

$$\text{مستوى الشعور بالإكتئاب} = \text{تكاليف الاستجابة} - \text{المكافآت الجوهرية} - \text{فعالية الاستجابة}$$

شكل رقم (٣)

### النموذج المتصور لبنيات نظرية دافع الحماية بالتطبيق على الدراسة الحالية:

أثبتت أبحاث السلوك الصحي التي أجريت في البلدان الأكثر تقدماً أهمية النهج القائم على النظرية في البحث المسبب للمرض لمعالجة السلوكيات التي تنطوي على مخاطر صحية.

ويتمثل أحد التحديات الواضحة في تطبيق النظرية الافتقار إلى مقاييس القياس ذات الصلة للتركيبات الأساسية في النهج النظري، وفي هذه الدراسة، تم تطوير واختبار مقياس PMT الذي يشمل عناصر القياس الفردية والمقاييس الفرعية بناءً على بنيات نظرية دافع الحماية (PMT). وأثره في العلاقة التنبؤية بإدمان مواقع التواصل والشعور بالإكتئاب بين طلاب الجامعات في مصر. ويتضمن اختبار PMT كلاً من تقييمات التهديد والتأقلم، مما يجعله مفيداً

أثر متغيرات دافع الحماية (PMT) على العلاقة التنبؤية بإدمان مواقع التواصل الإجتماعي والشعور بالإكتئاب لدى طلاب الجامعات

بشكل خاص في شرح سبب انخراط الأشخاص في السلوكيات غير الصحية، مثل إدمان مواقع التواصل الإجتماعي، على الرغم من المخاطر الصحية المعروفة ومنها الإكتئاب.

### **وصف النموذج**

يتكون اختبار PMT من مسارين للسلوكيات التي تقود الفرد نحو سلوكيات خطيرة على الصحة أو إلى عواقب ضارة هما:

### **تقييم التهديد و تقييم المواجهة**

**أولاً: تقييم التهديد:** يتكون مسار تقييم التهديد من أربعة تراكيب في مجموعتين:

**المجموعة الأولى: التهديد المتصور:** ويتكون التهديد المتصور من بنيتين: الخطورة والضعف

أ- الخطورة: و'تقيم الخطورة النتائج السلبية المتصورة للسلوك المحفوف بالمخاطر، وفي هذه الدراسة ينطوى على تقييم النتائج السلبية المتصورة لإدمان مواقع التواصل الإجتماعي والمخاطر المحفوف بها متمثلة في الشعور بالإكتئاب.

ب- الضعف: 'تقيم نقاط الضعف الاحتمالية المتصورة لتأثر الفرد بالنتائج السلبية المحتملة وينطبق تقييم الضعف في هذه الدراسة على تقييم احتمالية تأثر طلاب الجامعات بالإصابة بالشعور بالإكتئاب.

**٢- المجموعة الثانية المكافآت المتصورة:** تشمل المكافآت المتصورة أيضاً على بنائين: المكافآت الجوهرية والمكافآت الخارجية:

أ- المكافآت الجوهرية: 'تقيم المكافآت الجوهرية التأثير الجسدي والنفسي الإيجابي المتصور من الانخراط في سلوك محفوف بالمخاطر، وينطبق في الدراسة الحالية على تقييم التأثير الجسدي والنفسي الإيجابي من إدمان مواقع التواصل الإجتماعي على الرغم من كونه سلوك محفوف بالمخاطر ومنها الشعور بالإكتئاب.

ب- المكافآت الخارجية: وتقوم بتقييم ردود الفعل الاجتماعية الإيجابية المتصورة أو عواقب الانخراط في السلوك المحفوف بالمخاطر، وتتنطبق في الدراسة الحالية على تقييم ردود الفعل الاجتماعية الإيجابية من وجهة نظر طلاب الجامعات فيما يتعلق بإدمان مواقع التواصل الإجتماعي.

**ثانياً: تقييم المواجهة:** ويتكون مسار تقييم المواجهة PMT من ثلاثة تركيبات في مجموعتين:

**المجموعة الأولى: الفعالية المتصورة** وتتكون الفعالية المتصورة من بنائين:

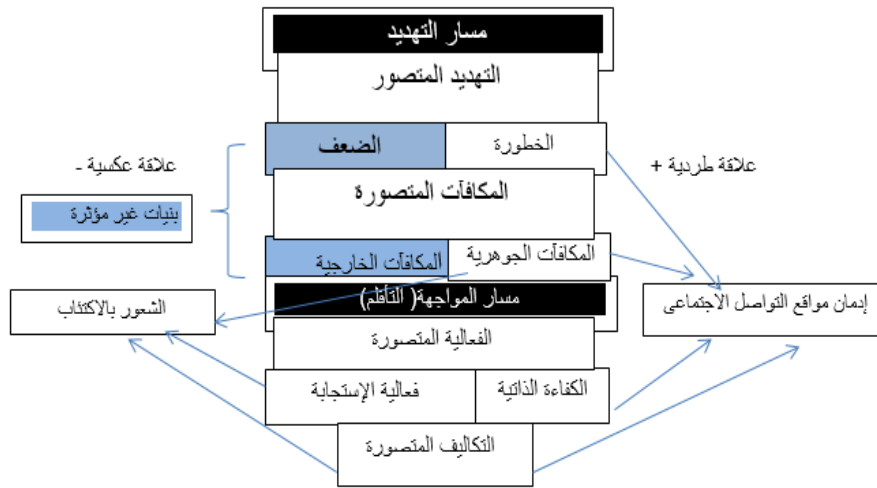
أ- الكفاءة الذاتية: و تقيم الكفاءة الذاتية القدرة المتصورة على تكييف السلوك الوقائي، وينطبق في الدراسة الحالية على تقييم القدرة المتصورة من قبل طلاب الجامعات على تكييف السلوك الوقائي والمتمثل في تعديل السلوك الإتصالي بمواقع التواصل الإجتماعي للحماية من الشعور بالإكتئاب.

أثر متغيرات دافع الحماية (PMT) على العلاقة التنبؤية بإدمان مواقع التواصل الإجتماعي والشعور بالإكتئاب لدى طلاب الجامعات

ب- فعالية الاستجابة: تقيم فعالية الاستجابة فعالية السلوك الوقائي في تقليل التهديد الصحي وينطبق في الدراسة الحالية على تقييم فعالية تعديل السلوك الاتصالي بمواقع التواصل الاجتماعي في تقليل التهديد الصحي المتمثل هنا في الشعور بالإكتئاب.

**المجموعة الثانية: التكاليف المتصورة:** تتكون التكاليف المتصورة من بنية واحدة، وهي **تكاليف الاستجابة**، والتي تقيس التكاليف الاجتماعية والنقدية والشخصية والوقت والجهد المتصورة من تكييف الحماية الوقائية. وينطبق في الدراسة الحالية على تقييم قياس التكاليف الاجتماعية والنقدية والشخصية والوقت والجهد المتصورة من تكييف الحماية الوقائية من إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وما يترتب عليه من احتمالية الإصابة بالإكتئاب.

ووفقاً لما طرحته نتائج الدراسة يوضح الشكل رقم (٤) النموذج المقترح لتوضيح العلاقات الارتباطية لأثر بنيات نظرية دافع الحماية على كل من إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالإكتئاب وفقاً لما طرحته نتائج الدراسة.



شكل رقم (٤)

الشكل السابق رقم (٤) يوضح نموذج العلاقات الارتباطية لأثر بنيات نظرية دافع الحماية على كل من إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والشعور بالإكتئاب كما تطرحه الدراسة الحالية.

### فيما يتعلق بالمتغيرات الديموجرافية:

فيما يتعلق بالمتغيرات الديموجرافية يتضح أنه توجد فروق جوهرية بين متوسطي درجات المبحوثين في الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وفقاً لمتغير النوع (ذكور – إناث)، وذلك لصالح متوسط درجات (الذكور)، وجاءت هذه النتيجة متفقة مع دراسة (Ineme, et al., 2017) التي أكدت نتائجها أن المشاركين الذين يعانون من مستويات عالية من الاكتئاب كانوا من الذكور. بينما كان الاستثناء لكل من (المجموعة الأولى) والتي تقيس دور مواقع التواصل الاجتماعي في تحسين المزاج، على اعتبار أنه متغير نفسي و (المجموعة السادسة) والتي تقيس مدى قدرة الأفراد على العودة إلى معدلات الاستخدام الطبيعية على اعتبار أنه متغير سلوكي نفسي حيث تشير النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في هذين البعدين، مما يشير إلى إمكانية التعميم على التأثيرات النفسية والنفوس سلوكية في مجال دراسات إدمان الشباب لمواقع التواصل الاجتماعي، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة Koc, M., & Gulyagci, S., (2013). حيث لم تظهر علاقة دالة إحصائية للجنس وبعض المتغيرات الديموجرافية في الكشف عن إدمان مواقع التواصل الاجتماعي.

- وقد ثبت وجود فروق جوهرية بين متوسطي درجات المبحوثين في الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وفقاً لمتغير محل الإقامة (حضر – ريف)، وذلك لصالح متوسط درجات المقيمين في (الريف) في بُعد (المجموعة الأولى)، والتي تقيس دور مواقع التواصل الاجتماعي في تحسين المزاج ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء الطبيعة السكانية والحضرية لمعظم طلاب جامعة الزقازيق باعتبارها جامعة اقليمية ينتمي معظم ملتحقها بالمناطق الريفية وتتشابه ظروف معيشتهم إلى حد كبير. ولصالح متوسط درجات المقيمين في (الحضر) في بُعد (المجموعة السادسة)، والتي تقيس مدى قدرة الأفراد على العودة إلى معدلات الاستخدام الطبيعية كما تشير نتائج الجدول إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المقيمين في الحضر والريف في باقي الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي.

- يتضح من نتائج الدراسة أنه توجد فروق جوهرية بين متوسطي درجات المبحوثين في مستوى الشعور بالإكتئاب وفقاً لمتغير النوع (ذكور – إناث)، وذلك لصالح متوسط درجات (الذكور). بينما لا توجد فروق بين متوسطي درجات المبحوثين في مستوى الشعور بالإكتئاب وفقاً لمتغير محل الإقامة (حضر – ريف). وتتفق هذه النتيجة جزئياً مع نتائج دراسة (إيمان فيود، ٢٠٢٢) حيث ثبت وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المبحوثين في التأثيرات النفسية التي تحدث لهم جراء متابعتهم لمواقع التواصل الاجتماعي وفقاً لكلا المتغيرين: النوع/ الإقامة، بينما تتفق هذه النتيجة مع ما أثبتته الدراسات السابقة في أن الخصائص الديموجرافية والتفاعلية على شبكات التواصل تمثل أهمية في الكشف عن حالات الاكتئاب.

- يتضح أنه توجد فروق جوهرية بين متوسطي درجات المبحوثين في الأبعاد الخاصة بمقياس بنيات دافع الحماية وفقاً لمتغير النوع (ذكور – إناث)، وذلك لصالح متوسط



درجات (الذكور) في أبعاد (الشدة "الخطورة" المدركة)، (الضعف المتصور)، (المكافآت الخارجية)، بينما كانت الفروق لصالح (الإناث) في بُعدي (فعالية الاستجابة)، (تكاليف الاستجابة)، كما تشير نتائج الجدول إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في كل من بُعدي (المكافآت الجوهرية)، (الكفاءة الذاتية)، (الدرجة الكلية) لمقياس بنيات دافع الحماية قيد الدراسة.

- تشير النتائج أنه توجد فروق جوهرية بين متوسطي درجات المبحوثين في الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس بنيات دافع الحماية وفقاً لمتغير محل الإقامة (حضر – ريف)، في كل من بُعدي (الشدة "الخطورة" المدركة)، (الضعف المتصور)، و(الدرجة الكلية) لمقياس بنيات دافع الحماية، ولصالح متوسط درجات المقيمين في (الحضر)، كما تشير نتائج الجدول إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المقيمين في الحضر والريف في باقي الأبعاد الخاصة بمقياس بنيات دافع الحماية قيد الدراسة. وهو ما يتفق مع ما توصلت إليه نتائج دراسة (Nguyen Xuan Truong, 2022)، حيث لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعات الفرعية حسب الجنس، ومكان الإقامة.

- وحيث يشير متوسط الدرجات لتركيبات PMT السبعة إلى أنه كلما زادت الدرجة، زادت النية في تعديل السلوك الاتصالي بمواقع التواصل فقد تبين أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المبحوثين في الدرجة الكلية لنموذج تبني تعديل السلوك الاتصالي وفقاً لمتغير النوع (ذكور – إناث) وهي نتيجة تتفق مع دراسة (ArezuShafiei, 2020) بتطبيق نظرية دافع الحماية.

- وقد توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق بين درجات تعديل السلوك للذكور والإناث، بينما توجد فروق جوهرية بين متوسطي درجات المبحوثين في الدرجة الكلية لنموذج تعديل السلوك الاتصالي وفقاً لمتغير محل الإقامة (حضر – ريف)، وذلك لصالح متوسط درجات المقيمين في (الحضر). وقد أشارت الدراسات السابقة وتدعم الدراسة الحالية الاتجاهات النظرية بتطبيق البرامج الإرشادية الرسمية والمجتمعية وما يرتبط بمجال العلاج السلوكي لتعديل السلوكيات الاتصالية بالانترنت وخاصة بمواقع التواصل الاجتماعي، لخفض وعلاج الاضطرابات النفسية المترتبة على استخدامها و إدمانها وعلى وجه الخصوص للشباب والمراهقين بالريف.

ومن خلال ما تم عرضه من المرجعية المنهجية والنظرية والمعرفية ونتائج الدراسة الحالية تقترح الدراسة إنشاء مراكز بحثية مشتركة في مجال (علم النفس الاعلامي والاجتماعي) داخل الجامعات تكون تابعة للأقسام العلمية في علم النفس والصحة النفسية وعلم الاجتماع والاعلام، وتكون مهمتها الكشف عن الاضطرابات النفسية المرتبطة بالتطور التكنولوجي والاجتماعي، وتختص بقياس الاضطرابات النفسية لطلاب الجامعات وعلى وجه الخصوص بالجامعات الاقليمية بخاصة نظراً للتطورات التكنولوجية والاجتماعية والسياسية والاقتصادية التي تطرأ على المجتمع المحلي والدولي وكل هذه التغيرات تؤثر بصورة مباشرة او غير مباشرة على الاصابة بالاضطرابات النفسية لدى الشباب مما يزيد الامر صعوبة بإمكانية اتجاه الشباب الى انواع الإدمان المختلفة ومنها ادمان مواقع

التواصل الاجتماعى كحل للهروب من الواقع الفعلى وقدأشارت نتائج الدراسات السابقة الى امكانية استخدام شبكات التواصل الاجتماعى في مجال الكشف عن حالات الاكتئاب باعتبارها خطوة أساسية نحو العلاج دراسة (Jamil Hussain , et al, 2020)، مع إجراء المزيد من الدراسات المقارنة بين المجتمعات المختلفة لقياس علاقة تطورتكنولوجيا الاتصال بالإضطرابات النفسية لدى الشباب وعلاقته بالازمات العالمية الصحية والسياسية والاقتصادية للوصول الى تحديد المتغيرات المؤثرة على علاقة الاضطرابات النفسية لدى الشباب بتطورتكنولوجيا الاتصال والأزمات العالمية.

## المراجع:

أولاً: المراجع العربية:

١. أبو الحسن، فاطمة شعبان (٢٠٢١): تأثير الآليات المعرفية ودافع الحماية على مدركات الشخص الثالث، المجلة المصرية لبحوث الرأي العام، المجلد ٢٠، العدد ١، يناير ٢٠٢١ ص-ص ٣٧٣-٤٢٠.
٢. أنجرس، موريس، (٢٠٠٤) منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية ترجمة: مصطفى، ماضي وصحراوي، بوزيد، دار القصة، ص، ١٤.
٣. البركاتي، مشاعل الحسين (٢٠١٩): المقارنات الاجتماعية على مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقتها بأعراض الاكتئاب لدى عينة من الفتيات بالمنطقة الغربية بالمملكة العربية السعودية، مجلة الارشاد النفسي، العدد ٥٨ ص ص ٢٠٥ - ٢٢٤، متاح على
٤. [https://cpc.journals.ekb.eg/article\\_42926.html](https://cpc.journals.ekb.eg/article_42926.html)
٤. المسلمي، إبراهيم عبد الله (٢٠٠٨): مناهج البحث في الدراسات الاعلامية، القاهرة: دار الفكر العربي، ص ١٢٧
٥. الجعيري، باسم (٢٠٠٩): الانترنت ومواقع التواصل الاجتماعي، الرواد للنشر والتوزيع، الطبعة الأولى، ص ١٢١.
٦. المقدادي، خالد غسان (٢٠١٤): ثورة الشبكات الاجتماعية- ماهية مواقع التواصل الاجتماعي وأبعادها، دار النفائس للنشر والتوزيع، الطبعة الأولى، ص ٣٥
٧. بن دهنون، سامية شيرين (٢٠١٧): بعض الخصائص النفسية للاكتئاب و الوحدة النفسية و علاقتها بتقدير الذات في ضوء متغير الجنس و المستوى التعليمي. اطروحة دكتوراه علم النفس العيادي. جامعة وهران. الجزائر، متاح على <http://bib.univ-oeb.dz:8080/jspui/bitstream/123456789/3138/1/%D8%A7%D9%84%D8% pdf>
٨. دياب،منة الله كامل (٢٠٢٢): سلوك حماية الخصوصية الرقمية البيومترية لدى مستخدمي تطبيقات التزييف العميق من طلبة الجامعات المصرية، المجلة العربية لبحوث الإعلام والاتصال العدد ٣٧ - أبريل/ يونيو , ص ص ١٨٤-٢٣٩
٩. زعابطة، سيرين هاجر (٢٠١٦):فاعلية برنامج وقائي مقترح قائم على نظرية دافع الحماية في خفض التفاؤل غير الواقعي و تنمية سلوك السياقة الأمانة لدى السائقين،رسالة دكتوراه جامعة العربي بن مهيدي،ام البواقي كلية العلوم الاجتماعية والانسانية، متاح على <http://bib.univ-oeb.dz:8080/jspui/bitstream/123456789/3138/1/%D8%A7%D9%84%D8% pdf>
١٠. زهار، جمال (٢٠١٦): علم النفس الرياضي، دار النشر جيطلي، الجزائر، ص ١١٤
١١. زهران، حامد (١٩٩٠): علم نفس النمو: الطفولة والمراهقة، ط٥، القاهرة، عالم الكتب، ص ٤٥.
١٢. سامي، ريهام (٢٠٠٣) المجلة العربية لبحوث الاعلام والاتصال - العدد ٢٢ - يوليو / سبتمبر

١٣. عاشور، ثائر (٢٠١٧): الإكتئاب: أسبابه - اعراضه - انواعه - طرق علاجه، عمان، دار الخليج للطباعة والنشر، ص ١٦
١٤. عبد الحميد، محمد (٢٠١٥)، البحث العلمي في الدراسات الإعلامية، (القاهرة: عالم الكتب، ط٥، ص ٢٩٠، ٢٩١
١٥. عواد، وليد محمد الهادي (٢٠٢٢) المجلة المصرية لبحوث الإعلام - عدد ٧٩ ابريل/ يونيو ص ص ٤٧-١
١٦. فيود، إيمان عوض (٢٠٢٢) العلاقة بين مواقع التواصل الاجتماعي ومعدلات الاكتئاب والقلق لدى عينة من الشباب، مجلة تكنولوجيا التعليم والتعلم الرقمي المجلد الثالث، العدد السادس، فبراير ص ص ١١٥-١٦٢
١٧. قويدر، بن أحمد (. ٢٠١٨). الإكتئاب والتمثلات الثقافية في المسار العلاجي، دراسة عيادية ط(١)، الجزائر دار الحامد للنشر والتوزيع، ص ٧٣.
١٨. مكنزي، كوام (٢٠١٣). الإكتئاب. كتاب العربية. الرياض. السعودية، ص ٣٤
١٩. همفريز، توني: قدرة التفكير السلبي، تعريب فاطمة عصام صبري، مكتبة العبيكان، المملكة العربية السعودية، ص ٥٥.
- ثانياً: المراجع الأجنبية:

- 1- Alhassan, A. A., Alqadhib, E. M., Taha, N. W., Alahmari, R. A., Salam, M., & Almutairi, A. F. (2018). The relationship between addiction to smartphone usage and depression among adults: a cross sectional study. *BMC psychiatry*, 18(1), 2-8. Retrieved from <https://bmcp psychiatry.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12888-018-1745-4>.
- 2- Almenayes, J. J. (2015). Empirical analysis of religiosity as predictor of social media addiction. *Journal of Arts and Humanities*, 4(10), 44-52. Retrieved from <https://www.theartsjournal.org/index.php/site/article/view/826>.
- 3- Anderson, K. J. (2001). Internet use among college students, An exploratory study, *Journal of Psychology*.
- 4- Andreassen, C. S., & Pallesen, S. (2014). Social network site addiction: An overview. *Current Pharmaceutical Design*, 20, 4053– 4061. <http://dx.doi.org/10.2174/13816128113199990616>.
- 5- Arezu Shafiei & Hamideh Maleksaeidi. (2020). "Pro-environmental behavior of university students: Application of protection motivation theory", in *Global Ecology and Conservation*, June, p:2-3. Available at <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S2212420921004283>

6-Armin, N. (2021). Understanding Depression During the COVID-19 Pandemic Through Social Media Data (Doctoral dissertation, The University of Mississippi). Retrieve from <https://www.proquest.com>

7-Banjanin, N., Banjanin, N., Dimitrijevic, I., & Pantic, I. (2015). Relationship between internet use and depression: focus on physiological mood oscillations, social networking and online addictive behavior. *Computers in Human Behavior*, 43, 308-312. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563214005925>.

8-Baysak, E., Kaya, F. D., Dalgat, I Candansayar, S. (2016). Online Game Development and Validation of the Turkish Version of Game Addiction Scale. *Klinik Addiction in a Sample from Turkey: .Psikofarmakoloji Bulteni*, 26(1), 21-31 doi:10.5455/bcp.20150502073016.[https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Protection\\_motivation\\_theory.png#/media/File:Protection\\_motivation\\_theory.png](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Protection_motivation_theory.png#/media/File:Protection_motivation_theory.png)

9-Bin Cui, et al. (2017). Avian influenza A/H7N9 risk perception, information trust and adoption of protective behaviors among poultry farmers in iangsu Province, China”, in: *BMC Public Health*: p p 416:463 Available at <https://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889>.

10-Boss, Scott R.; Galletta, Dennis F.; Benjamin Lowry, Paul; Moody, Gregory D.; Polak, Peter.(2015). "What do users have to fear? Using fear appeals to engender threats and fear that motivate protective behaviors in users". *MIS Quarterly*. 39 (4): 837–864. doi:10.25300/MISQ/2015/39.4.5. SSRN 2607190.

11-Brailovskaia, J., & Margraf, J. (2017). Facebook Brailovskaia,& Margraf,(2017): Addiction Disorder (FAD) among German students—A longitudinal approach. *Plos ONE*, 12(12), 1-15. doi:10.1371/journal.pone.0189719.

12-ConstantineSedikides,LowellGaertner.(2015). Chapter Six - On the Panculturality of Self-enhancement and Self-protection Motivation: The Case for the Universality of Self-esteem Advances in Motivation Science Volume 2, , Pages 185-241.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S2215091915000036>

13- Corral-Pernía, J. A., Chacón-Borrego, F Fernández Gavira, J., & Del Rey, R. (2017). Bullying and cyberbullying according to moderate vigorous physical activity (MVPA in Secondary School's Students. *Revista De Psicología Del Deporte*, 2770-75.

- 14- Ronald W. Rogers (1983). Cognitive process of protection motivation theory  
[https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Protection\\_motivation\\_theory.png#/media/File:Protection\\_motivation\\_theory.png](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Protection_motivation_theory.png#/media/File:Protection_motivation_theory.png)
- 15-Davis, R. (2001). A cognitive- behavioral model of pathological internet use. *Computers in Human Behavior*, 17, 178-195.
- 16-Duran, M. (2003). internet addiction Disorder. *Allpsych Journal* December, 14.16-<https://www.psyco-dz.info/2020/10/depression.htm>
- 17- Elekes, Z., Griffiths, M. D., &... Demetrovics. Bányai, F., Zsila, Á., Király, O., Maraz Results from a Large-Scale Nationally Z. (2017). Problematic Social Media Use Representative Adolescent Sample. *Plos One*, 12(1), e0169839. doi:10.1371/journal.pone.016983.
- 18-Floyd, D. L.; Prentice; Dunn, S.; Rogers, R. W. (2000). A meta-analysis of research on protection motivation theory". *Journal of Applied Social Psychology*. 30 (2): 407–429. doi:10.1111/j.1559-1816.2000.tb02323.x.
- Holfeld, B., & Sukhawathanakul, P. (2017). 19-Cyber Victimization, Internalizing Symptoms, Associations Between Internet Attachment Among Adolescents. *Cyberpsychology Behavior & Social Networking*, 20(2), 91-96 doi:10.1089/cyber.2016.0194.  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3903136/>
- 20-Hussain, J., et al. (2020). Exploring the dominant features of social media for depression detection. *Journal of Information Science*, 46(6), 739-759. Retrieve from: DOI: 10.1177/0165551519860469.  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2351989419305955><https://www.researchgate.net/publication/338485560>
- 21-Ineme, M. E., Ineme, K. M., Akpabio, G. A., & Osinowo, H. O. (2017). Predictive Roles of Depression and Demographic Factors in social networking addiction: A Cross-Sectional Study of Students in a Nigerian University. *International Journal of Cyber Criminology*, 11(1),10-23.Retrieved from <http://www.cybercrimejournal.com/Inimeetallvol11issue1IJCC2017.pdf>.
- 22-J Addict Res Ther.( 2014).A Protection Motivation Theory-Based Scale for Tobacco Research among Chinese Youth available in PMC 2014 Jan 27

23-Jasso-Medrano, J. L., & López-Rosales, F. (2018). Measuring the relationship between social media use and addictive behavior and depression and suicide ideation among university students. *Computers in Human Behavior*, 87, 183-191. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563218302292>

24-Jeri-Yabar & et al. (2019). Association between social media use (Twitter, Instagram, Facebook) and depressive symptoms: Are Twitter users at higher risk?. *International Journal of Social Psychiatry*, 65(1), 14-19 Retrieve from: DOI: 10.1177/0020764018814270.

25-Kimberly Holland.(2018). Can Stress and Anxiety Cause Erectile Dysfunction?" Health line, Retrieved -7-16 available at <https://mawdoo3.com/%D8%AA%D8%B9%D8%B1%D9%8A%D9%8>.

26-Koc, M., & Gulyagci, S. (2013). Facebook addiction among Turkish college students: the role of psychological health, demographic, and usage characteristics. *Cyberpsychol Behav Soc Netw.*, 16, 279–84.

27-Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Publishing Company, Inc.

28- Liu, s. (2022). The acute and persisting impact of COVID-19 on trajectories of adolescent depression: Sex differences and social connectedness, *Journal of Affective Disorders* 246–255.

29-Lwin, M., & Saw, S. (2007). Protecting children from myopia: A PMT perspective for improving health marketing communications. *Journal of Health Communication*, 12.

30-Maddux, J.E.; Rogers, R. W. (1983). "Protection motivation theory and self-efficacy: A revised theory of fear appeals and attitude change". *Journal of Experimental Social Psychology*. 19 (5): 469–479. doi:10.1016/0022-1031(83)90023-9.

31-Magdalena, Cismaru, Ph.D., Romulus Cismaru, M.S.( 2011). Act on Climate Change?: An Application of Protection Motivation Theory authors and affiliations Volume 17 Issue 3, September. <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1080/15245004.2011.595539>

32-Magdy, D. Maurice. (2021). The Relationship between Adolescents' Use of Social Networking Sites and Depression", Doctoral dissertation, Cairo University.

33-Majid Barat.( 2020).Factors Associated with Preventive Behaviours of COVID19 among Hospital Staff in Iran in 2020: An Application of the Protection Motivation Theory”, in: Journal of Hospital Infection, Available online,28April , Available at<https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0195670120302103>

34-Margo C. Villarosa, et al,( 2018). Depressive Symptoms and Drinking Outcomes: The Mediating Role of Drinking Motives and Protective Behavioral Strategies Among College Students Substance Use & Misuse Volume 53, - Issue 1 Pages 143-153.  
<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/10826084.2017.1327974>

35-Mei-Fang Chen.( 2020).Moral extension of the protection motivation theory model to predict climate change mitigation behavioral intentions in Taiwan”, in: Environmental Science and Pollution Research,(Published online: 7 February, 13714 – 13725 Available at: <https://doi.org/10.1007/s11356-020-07963-6>, p: 13716.

36-Milne, S.; Sheeran, P.; Orbell, S. (2000). Prediction and intervention in health-related behavior: A meta-analytic review of protection motivation theory". Journal of Applied Social Psychology. 30 (1): 106–143. doi:10.1111/j.1559-1816.2000.tb02308.x.

37-Monat, A, & Lazarus, R (1991). Stress and coping: an anthology.New York: Columbia University Press.

38-Morgan, C., & Cotton, S. (2003). The relationship between internet activities and depressive symptoms in a sample of college freshman. Cyber Psychology and Behavior, 6, 133- 142.

39-Murali, V., & George , S. (2007). Advances in psychiatric treatment, 13 (2), 24 – 30.

40- Nancy Muturi&Valkenburg, P. (2022). Social media use and its impact on adolescent mental health: An umbrella review of the evidence, Current Opinion in Psychology  
<http://askzad.com/viewer?imageCount=170&imageName=BK00007685-001&referrelUrl=http%3A%2F%2Faskzad.com>

41-Nguyen Xuan Truong.(2022 ).The Impacts of Media Exposure on COVID-19 Preventive Behaviors Among Vietnamese People: Evidence Using Expanded Protection Motivation Theory <https://orcid.org/0000-0002-9255-5171>  
ts.truong@ufm.edu.vn, Bui Hoang Ngoc.  
<https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/21582440221096129>



42-panel Ardvin Kester S. et al. (2021). Factors affecting intention to prepare for mitigation of "the big one" earthquake in the Philippines: Integrating protection motivation theory and extended theory of planned behavior International Journal of Disaster Risk Reduction Volume 63, September, 102467 <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S2212420921004283>

43-panel Ma. Janice J. et al. (2022). Determination of factors affecting the response efficacy of Filipinos under Typhoon Conson 2021 (Jolina): An extended protection motivation theory approach International Journal of Disaster Risk Reduction Volume 70, 15 February 102759 <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S221242092100720>

44-panel René van , et al. (2019). Using protection motivation theory in designing alerts to improve online safety behavior , International Journal of Human-Computer Studies, Volume 123, March, Pages 29-39. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1071581918306475>

45-Pechmann, C; Goldberg, M; Reibling, E. (2003). What to convey in antismoking advertisements for adolescents: The Use of protection motivation theory to identify effective message themes". Journal of Marketing. 67 (2): 1–18. doi:10.1509/jmkg.67.2.1.18607.

46-Plotnikoff, Ronald C.; Trinh, Linda. (2010). Protection Motivation Theory". Exercise and Sport Sciences Reviews. 38 (2): 91–98. doi:10.1097/JES.0b013e3181d49612. PMID 20335741.

47-Pontes, H. M., Taylor, M., & Stavropoulos, V. (2018). Beyond —Facebook Addiction!: The Role of Cognitive Related Factors and Psychiatric Distress in Social Networking Site Addiction. Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 21(4), 240-247.

48-Prentice-Dunn, S, Mcmath, B, & Cramer, R. (2009). Protection motivation theory and stages of change in sun protective behavior. Journal of Health Psychology , 14.

Published online 2013 Jul 8. doi: 10.4172/2155-6105.1000154.

49-Raluca Cozma.(2021). Protection Motivation Theory Factors That Reverse the Negative Impact of Social Media Use on Compliance and Protective Health Behaviors Vol. 37 No. 1.

50-Razak, et al. ( 2021). Protection Motivation Theory and Skincare Risks: The Role of Social Influence towards Purchasing Intentions of Local Cosmetic Products. International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences 2021, Vol. 11, No. 11, , Pg. 1416 – 1424.

51-Rogers, R. W.(1975). A protection motivation theory of fear appeals and attitude change". Journal of Psychology. 91 (1): 93–114. doi:10.1080/00223980.1975.9915803. PMID 28136248.

52-Rogers, R.W. (1983). Cognitive and physiological processes in fear appeals and attitude change: A Revised theory of protection motivation. In J. Cacioppo & R. Petty (Eds.), Social Psychophysiology. New York: Guilford Press. P.p: 157 – 160

53-Ronald W. Rogers, (1983). Cognitive and physiological processes in fear appeals and attitude change: A Revised theory of protection motivation in: J. Cacioppo & R. Petty (Eds.), Social Psychophysiology. New York: Guilford Press., P: 157 – 160. Available at: <https://www.researchgate.net/publication/229068371>

54-Ronald W. Rogers.(1983).Protection Motivation and Self-Efficacy: A Revised of Fear Appeals and Attitude Change”, in: Journal of Theory Experimental Social Psychology, September, 19: p: 470 Available at: <https://www.researchgate.net/publication/222055931>.

55-Ruth Shillair.( 2020). Protection Motivation Theory <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/9781119011071.iemp0188> First published: 09 September 2020 <https://doi.org/10.1002/9781119011071.iemp0188>

56-SandyTsaia, et al.( 2016).Understanding online safety behaviors: A protection motivation theory perspective Computers & SecurityHsin-yi Volume 59, June, Pages 138-150. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0167404816300190>

Southwestern Mass Communication Journal / Articles <https://swecjmc-ojs-txstate.tdl.org/swecjmc/index.php/swecjmc/article/view/99>

57-Spence, D. (2018). Grassroots 2.0., Social Change Through The social WebMaster Thesis, Depart of Communication, Faculty of Arts: University of Ottawa.

58-Van der velde, F.W.; van der Plight, J. (1991). AIDS-related health behavior: Coping, protection, motivation, and previous behavior, (PDF). Journal of Behavioral Medicine. 14 (5): 429–451. doi:10.1007/bf00845103. PMID 1744908

59-Wang, P., Wang, X., Wu, Y., Xie, X., Wang, X., Zhao, F. & Lei, L. (2018). Social networking sites addiction and adolescent depression: A moderated mediation model of rumination and self-esteem. *Personality and Individual Differences*, 127, 162-167. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0191886918300746>.

60-Widyanto , L., & Mcmurran, M. (2004). the psychometric properties of the internet addiction test. *cyber psychology & Behavior*, 7 (4), 443-450.

61-World Health Organization 13September 2021<https://www.who.int>.

62-Wu, A. M. S., Cheng, V. I., Ku, L.,& Hung, E. P. W. (2023). Psychological risk factors of addiction to social networking sites among Chinese smartphone users. *J Behav Addict.*, 2,160–6 <https://www.psychiatry.org/patients-families/depression/depression>.

Young, K. & Rogers, J. (1998). Internet addiction. The emergence of a new disorders. *Cyberpsychology. behavior*, 1(3), 237-244

64-Young, K. (1996). internet addiction the emergence of anew clinical disorder, *ceberpsychology and Behavior* , 1 (3)pp 237- 244

65-young, K. (1996). psychology of computer use: xl. Addictive use of the internet: A case that breaks the stereotype.:*psychological Reports* 79 (2) , 899 – 202

66-Youssef, L., Hallit, R., Kheir, N., Obeid, S., & Hallit, S. (2020). Social media use disorder and loneliness: any association between the two? Results of a crosssectional study among Lebanese adults. *BMC psychology*, 8, 1-7. Retrieve from<https://doi.org/10.1186/s40359-020-00421-5>

67-Zhou, y, Lin, E.DU, Y , & Qin, L. (2009). Gray Matter abnormalities in internet addiction: *Euro peon Journal of Radiology* , 10 ,105.

68-ZofiaSzczyka,et,al Handwashing.(2023). adherence during the COVID-19 pandemic: A longitudinal study based on protection motivation theory *Social Science & Medicine* Volume 317, January, 115569.

69-Zohre Mohammadi,,et,al,( 2021)Motivating or manipulating: the influence of health-protective behaviour and media engagement on post-COVID-19 travel, -Tan *Current Issues in Tourism* Volume 24 - Issue 15 <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/13683500.2020.1819970>