



اثار استخدام مواقع التواصل الاجتماعي

من قبل مراقبين على أفراد الأسرة

الانعكاسات - والحلول

أ.د. سميرة براهيمية

جامعة 8 ماي 1945 قالمة - الجزائر

المستخلص:

تعد الاسرة أحد مؤسسات التنشئة الاجتماعية لما لها دور في البناء النفسي والشخصي للطفل أين تتكون الشخصية القاعدية ضمن الخمس سنوات الأولى من حياته و تستمر رعاية هذا الطفل ضمن الأسرة لمراحل نمو ملاحقة ، أيضا في المراهقة، حتي يبلغ الرشد عبر ما توفر له من احتياجات مادية ومعنوية ونفسية. لكن الأسرة في وقتنا الراهن تعرف عدة تحديات قد تشكل لها في كثير من الأحيان عائقا حقيقيا في أداء وظائفها من انجاب ورعاية مادية ومعنوية وتربية ونقل للتراث الثقافي والاجتماعي بشكل المطلوب. ومن هذه التحديات ظاهرة الاستعمال المتزايد لمواقع التواصل الاجتماعي الاجتماعي ومنها الفيسبوك كنموذج خاصة من قبل مراقبين الذي انعكس سلبا على مستوى العلاقات الاجتماعية داخل الأسرة وسبب تراجعها و تباعدا بين أفرادها مما أصبح يهدد وحدتها وتماسكها في كثير من المجتمعات العربية ومنها مجتمعنا الجزائري . ومن ثم توجب التفكير وبقوة في حلول لاحتواء هذه الظاهرة والحد من أثارها والحفاظ على وحدة الأسرة خاصة أن الأمر يتعلق بأطفال ومراقبين هم في أمس الحاجة إلى أسرة متماسكة وقوية يستمدون منها قيمهم ومفاهيمهم الأساسية وتكون متنفسا لهم لما يحدث معهم خارجها من مشاكل وضغوط خارجية. وبما أن المدرسة المؤسسة الثانية بعد الأسرة في التنشئة الاجتماعية ارتأينا أن يكون تقديم حلول للظاهرة، بعرض مقترحات موجهة للآباء وأخرى للمؤسسة التربوية وهذا بعد التطرق طبعاً للآثار الإيجابية والسلبية لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي من قبل مراقبين.

Abstract:

Due to its vital role in shaping the psychological and personal development of the child, the family is considered one of the social development institutions. The first five years are characterised by the child`s foundation personality formation. The family continue to take care of the child through subsequent stages of growth including adolescence, until maturity. It provides them with all material, emotional, and psychological needs. However, nowadays families are facing several challenges that often hinder their ability to fulfill their functions,

such as procreation, physical and moral care, upbringing, and the transmission of cultural and social heritage as required. One of these prominent challenges is the increasing use of social media platforms, such as Facebook, especially by teenagers. This has negatively impacted the level of social relationships within the family resulting in a decline and separation among its members. Therefore, the unity and cohesion of families in many Arab societies, including our Algerian society are threatened. It is, thus, important to think seriously about solutions for the inclusion of this phenomenon, mitigating its effects, and preserve the unity of the family since children and teenagers are in great need of a strong and cohesive family. They draw their values and core concepts from it and find it a refuge from external problems and pressures.

As the school is the second institution after the family in social development, we have decided to propose solutions to this phenomenon addressed to parents as well as the educational institution. This is after discussing, of course, the positive and negative effects of teenagers' use of social media.

الكلمات المفتاحية:

مواقع التواصل الاجتماعي - العلاقات الأسرية - المراقبين - الآثار - الحلول

keywords:

Social media platforms, family relationships, teenagers, effects, solutions.

مقدمة :

تحتل الأسرة أهمية خاصة باعتبارها أحد أهم مؤسسات التنشئة الاجتماعية ، إذ أن البحوث المختلفة تشير إلى أنها أكثر المنشئين أهمية من حيث مقدار ما تسهم به في هذا المجال مقارنة بالمنشئين الآخرين لما لها دور قي التشكيل والتوجيه التربوي لسلوك الطفل. وتعتبر الأسرة تركيب من تفاعلات اجتماعية معقدة، والطفل داخل هذا التركيب يرى ويجرب ويشارك ويتمثل ويتغير ويتعلم مشاعر وتوقعات مرتبطة بأوضاع و يتأثر بعوامل مؤثرة على الأسرة قد يتكون منها ما هو خارجي، إضافة إلى حجم الأسرة وطبقتها الاجتماعية التي تنمي إليها. وتعد الأسرة كذلك حلقة الاتصال بين الفرد و المجتمع من خلال عملية تنشئته، وبالرغم من الأهمية المسجلة للدور الذي تؤديه الأسرة كمنشئ، فإنها قد لا تتمكن من أداء هذا الدور بالشكل المطلوب في كافة الظروف، و هذا لاسيما إذا وردت على البيئة الأسرية معطيات تميزها متغيرات مؤثرة و قوية، قد تحدث شرخا في دائرة العلاقات الاجتماعية بداخلها. وتتجسد هذه الأخيرة في تكنولوجيا حديثة أخذت عدة صور منها الإنترنت و استخدام لمواقع التواصل الاجتماعي الذي ألغى الحواجز الزمنية و المكانية، و قد فتحت الإنترنت سبلا جديدة للكثيرين للتفاعل مع فئات مختلفة من أقرانهم في العالم من خلال بناء علاقات اجتماعية افتراضية بدل علاقات اجتماعية واقعية.

والأسرة الجزائرية ليست بمنأى عن هذا الغزو التكنولوجي و الاستعمال المتزايد للإنترنت و مواقع التواصل الاجتماعي خاصة الفايسبوك وهذا مع انتشار الهواتف الذكية، و صرنا اليوم نرى مشاهد تتكرر باستمرار، أطفالا وخاصة مراقبين يقضون ساعات مطولة مبحرين عبر مواقع التواصل الاجتماعي (فايسبوك، تويتر .. و غيرها من تلك العوالم). وهذا دون أن يكون لهم تواصل مع أفراد أسرهم بشكل طبيعي و حتى أقرانهم. وقد أوضحت بعض الدراسات في هذا الإطار أن نسبة 54% من المراقبين تحدثوا على مواقع التواصل الاجتماعي عن مواضيع محضرة شرعيا وقانونيا واجتماعيا كالجنس، الكحول، المخدرات والعنف الأمر الذي أثار قلق المختصين والأولياء تحول هذه السلوكيات إلى أفعال. (زواربي

أحمد خليفة، 2017، ص530). لأنهم في فترة حرجة لا زالت شخصيتهم في طور النمو و لم تتضح بعد وتكتسب واعيا كافيا لأمر عديدة، ومنها خطورة الإبحار في عالم افتراضي وإقامة علاقات مع أشخاص قد تكون حقيقتهم مغايرة تماما لما يظهرون بها على صفحات مواقع التواصل الاجتماعي. وخطورة تواجد شبكات للقرصنة تستغل الصور الخاصة وتقوم بنشرها.

وفي المقابل قد يمنحهم تصفح مواقع التواصل الاجتماعي خبرات مفيدة منها اكتساب المعلومة التي لا يحطون بها في المجال الدراسي الثقافي والاجتماعي بشكل أسرع وأسهل وفي شكل جذاب، إضافة إلى تكوين علاقات مع أفراد قد يكونون من بلدان وثقافات مختلفة.

واستنادا لما تقدم كانت هذه الورقة البحثية لتحاول تسليط الضوء على هذه الظاهرة و التي وضعت الأسئلة التالية منطلقات لها.

ما هي آثار استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على المراهقين؟ و ما هو دور الآباء و المدرسة حيال الاستخدام المتزايد لمواقع التواصل الاجتماعي؟

2-أهمية المقال:

- يهدف إلى تسليط الضوء على الآثار التي يتركها استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على المراهقين من المنظور الإيجابي و السلبي.

- توضيح تلك الآثار المتعلقة بالجانب الصحي و النفسي و الاجتماعي.

- تقديم مقترحات لمواجهة الظاهرة موجهة للأولياء و المدرسة بغرض توعوي.

1-التنشئة الأسرية و المراهقة :

تتميز التنشئة الاجتماعية بكونها عملية مركبة، حيث يمر الفرد بمواقف و خبرات متعددة يتفاعل فيها مع الآخرين، و قد يكون هذا التفاعل بشكل مباشر و غير مباشر يؤثر فيهم أو قد يتأثر بها، و من أهم مؤسسات التنشئة الاجتماعية تأتي الأسرة التي تمثل الجماعة الاجتماعية الأولى التي تحتضن الفرد و تقوم برعايته و إشباع حاجياته حتى يصل إلى مرحلة النضج الذي يمكنه من الاعتماد على نفسه، إذن فالأسرة هي العامل الأول في صبح سلوك الطفل بصبغة اجتماعية .

إن للأسرة دورا في تكوين شخصية الطفل و اكتسابه سمات سوية و قد تبين أن أسلوب تقبل الوالدين للأبناء، و التعاطف معهم، و استخدام أسلوب الإقناع، و إشراك الطفل في تحمل المسؤولية بحيث يتكون لديه الميل للاستقلال، يرتبط بالتوافق النفسي و الاجتماعي لهؤلاء الأبناء (زين العابدين درويش ، 2011، ص 84). و طفل اليوم هو مراهق الغد يحتاج مناخا أسريا تشيع فيه الطمأنينة و الأمن و انتهاج أساليب سوية في التنشئة الاجتماعية كالسماحة و التقبل و المتابعة و المرافقة بدل التسلط، للوصول به إلى درجة من الاتزان العاطفي، و النضج، و تكوين شخصية قوية قادرة على مواجهة ما قد تنتجه العولمة و تطور تكنولوجيا الاتصال من إنترنت و شبكات اجتماعية للتواصل من آثار سلبية ، و أن يكون توجهه نحوها يتصف بالعقلانية .لأن المراهقة كمفهوم عبر نظرة نفسية تخبرنا أنها الميلاد الحقيقي للفرد كذات فردية و هي أيضا البحث عن الاستقلالية و التحرر من التبعية، الأمر الذي يؤدي إلى تغيرات بالنسبة للفرد على المستوى الشخصي في علاقاته بين الأنا و المحيط فبالنسبة له مرحلة جديدة (بهادر سعيدة محمد علي، 1980 ، ص 47). و هذا فضلا عن التغيرات الجسدية التي تحدث له بعد البلوغ و لعل ما ورد في هذه الجزئية عن الأسرة و المراهقة يقودنا إلى أهمية التطرق إلى أنماط العلاقات الأسرية، و علاقة المراهق بالوالدين و هذا نظرا لأهميتها في رسم المناخ السائد في الأسرة.

2- أنماط العلاقات الأسرية:

إن الأسرة ليست وحدة اجتماعية بسيطة وإنما هي نظام مركب و معقد (سناء الخولي ، 2004 ، ص3). و تسود هذا النظام جملة من العلاقات الأسرية و التي في مجمل أنواعها تشير إلى التكامل الأسري من جراء الاتصال القائم بين أفرادها و هذا التكامل يمثل انعكاسا لجملة من العلاقات الأسرية السائدة بين زوج و زوجة و بين الآباء و الأبناء و هذه العلاقات كلما كانت قوية و دعمت أكثر كان التفاعل ايجابيا و إما إذا ضعفت تلك العلاقات و أهملت كان التفاعل بداخلها سلبيا و كانت النتيجة أسر هشة تسود أعضائها مشاعر الكراهية و الأنانية و تهدد كيانها المشكلات الاجتماعية ، و تنقسم العلاقات الأسرية إلى قسمين :

(سناء الخولي، 2008، ص 219).

أ- العلاقات الأسرية الداخلية و تشمل ما يلي:

- **علاقة الزوج بالزوجة:** إن علاقة الزوج بالزوجة تعد من أهم العلاقات داخل إطار الأسرة، يعتمد استقرار الأسرة على استقرارها إلى حد كبير على هذه العلاقة و ينبغي لهذه العلاقة أن لا تتأثر بمشكلات الحياة اليومية المواجهة و أن تظل لغة الحوار و النقاش حاضرة رغم هذه المشكلات إضافة للاحترام المتبادل.

- **العلاقة بين الآباء و الأبناء:** هي ثاني العلاقات الأسرية التي يحس الطفل من خلالها بالأمن و الطمأنينة لأن الأب يشكل رمز السلطة الأعلى. و كلما تميزت علاقة الآباء و الأبناء بالعطف و الحنان كان لهذا تأثيرا على نموه العقلي و النفسي بشكل ايجابي. و قد يحدث العكس إذا كانت العلاقات بين الآباء و الأبناء لا تتسم بالعطف و الحنان.

و في ذات السياق هناك دراسات تثبت أن العلاقات داخل الأسرة يمكن أن تسهم في تشكيل السلوك المنحرف و أن السلوك العدواني ينشأ محصلة لنوع من العلاقات في الأسرة، بينما تمهد أنماط علاقات أسرية لظهور الجناح الاجتماعي، كما تمهد علاقات من طراز ثالث إلى ظهور السلوك العصابي (زين العابدين درويش، مرجع سابق، ص 70) .

- **العلاقة بين الأم و الأبناء :** إن الطفل منذ ولادته يكون شديد الارتباط بأمه، حيث لا يستطيع الابتعاد عنها، و تسهم العلاقة بين الطفل و الأم في تكوين شخصيته إلى حد كبير و هذا عبر إشباع حاجياته و لعب دور هام في مجال تنشئته و عليها الإنصات لما يقوله الأبناء و عدم تجاهلهم و الشعور بالتوتر و تجنب الصراعات داخل الأسرة لأن هذا من شأنه أن يؤثر على نفسياتهم و سلوكياتهم و تجنب توبيخهم و انتهاج أسلوب التسلط معهم .

عبر ما تقدم يمكن القول أن العلاقات المنسجمة بين الوالدين و الأبناء و التي تميزها حسن المعاملة و العناية و التوجيه الجيد تؤدي إلى إشباع حاجيات الطفل النفسية و الاجتماعية من حب و أمان و تجنب أسلوب الحماية المفرطة و التسلط و التمييز بين الأبناء خاصة إن كان من بين هؤلاء الأبناء مراقب أين يمر هذا الأخير بفترة حرجة و جد حساسة نتيجة التغيرات الانفعالية و الجسمية التي تحدث خلال هذه الفترة .

-علاقة المراهق بوالديه :

إن العلاقات المنسجمة البعيدة عن الصراعات بين المراهق و والديه لها انعكاس مباشر على النمو النفسي و الاجتماعي ، و نجد كل من الأب و الأم يؤديان دور متكامل في تعرض تنشئة أبنائهما و عليهما أن يعاملا أبنائهم بالتساوي و لا يفضلون أحد على آخر و أثناء عملية التفاعل لا يتأثر المراهق بوالديه و إنما يتأثر أيضا بمظهره و شكله، و تكون قدراته العقلية متأثرة بنوعية العلاقة التفاعلية الأسرية السائدة مع والديه. و من هنا نرى أن التغيرات التي تطرأ على المراهق منذ ميلاده و حتى بلوغه الرشد تحددها عملية التنشئة الاجتماعية .

و نخلص مما سبق إلى أن الأسرة تمثل جماعة أولية ذات أهمية كبيرة في تنشئة الأبناء، كما أن السياق النفسي الاجتماعي السائد بها ممثلا في أساليب التنشئة يعد على جانب كبير من الأهمية ، نظرا لدوره في ظهور أنماط معينة من السلوك لدى الأبناء (زين العابدين درويش، 2011، ص 21).

لذلك ينبغي أن تتسم العلاقة بين الوالدين وخاصة المراهقين بالانسجام و التفاهم و هذا من شأنها أن يفتح المجال للمراهق لنمو قدراته و التعبير عن طموحاته و رغباته و العمل على إشباعها بما يتوافق مع المعايير المقبولة اجتماعيا بهدف تجنب المراهق المشكلات النفسية و السلوكية كالانحراف و الإدمان مثلا على تصفح مواقع التواصل الاجتماعي بحثا عن اشباعات توفرها علاقات افتراضية بدل أن تكون علاقات واقعية يوفرها الاتصال بين أفراد أسرته و أصدقائه .

3- تعريف مواقع التواصل الاجتماعي:

هي عبارة عن مجموعة من المواقع على شبكة الإنترنت العالمية حيث تتيح التواصل بين الأفراد في بيئة مجتمع افتراضي، يجمعهم الاهتمام أو الانتماء لبلد أو مدرسة أو فئة معينة، في نظام عالمي لنقل المعلومات. و جاء تعريف الشبكات الاجتماعية (كخدمة الكترونية تسمح للمستخدمين بإنشاء و تنظيم ملفات شخصية لهم كما تسمح لهم بالتواصل مع الآخرين) ، و يعد الفاسبوك من أكثر المواقع الاجتماعية من قبل المراهقين تفضيلا في الاستخدام. (بدر الدين بلعباس، 2015، ص 41).

4- أثر مواقع التواصل الاجتماعي على المراهقين بين الإيجابيات و السلبيات:

إن ظاهرة التزاوج بين تكنولوجيات الاتصال الحديثة و تطبيقات شبكة الانترنت أنجبت ما يعرف بمواقع التواصل الاجتماعي الذي أضاف بعدا ثقافيا و اجتماعيا و سياسيا للتكنولوجيا الحديثة و خلقت مجتمعات افتراضية غير تلك المتعارف عليها لدى علماء الاجتماع و هي نتاج التعقيد التقني الذي تشهدها المجتمعات الحالية بفعل التطور التكنولوجي خاصة الإنترنت التي أصبحت موضوع دراسات و أبحاث العديد من المفكرين (فيصل لحكل، 2017، ص 2018).

و تميل الانترنت و تصفح مواقع التواصل الاجتماعي إلى أن تكون المرجع الأساسي لاستخدامات كثير من الأفراد خاصة من فئة المراهقين المتمدرسين في المرحلة الثانوية لقضاء حاجاتهم البحثية العلمية و لدرجة تكاد الإنترنت أن تحل محل مكتبة كونها تقدم الحل الأسرع و الأسهل في الاستكشاف و البحث و سرعة التواصل المباشر القائم على المناقشات و الدردشة و تبادل الخبرات مثل (الفاييس بوك، المسنجر ، التويتر، الواتس...) و غيرها من تلك المواقع. في حقيقة الأمر هناك جوانب ايجابية كثيرة للانترنت و تصفح مواقع التواصل الاجتماعي بالنسبة للمراهقين فيما يتعلق بنهل العلوم و المعارف و التواصل العلمي المعرفي، و التواصل الاجتماعي أيضا الذي قد يربطهم بأفراد مختلفين اجتماعيا و ثقافيا و اقتصاديا ويمكنهم التعبير عن آرائهم و ما يكتسبونه من خبرات منها داخل أسرته، إلا أنه في الجهة المقابلة هناك سلبيات كثيرة تطرح بالنسبة للمراهقين الذين لديهم استخدام متزايد لمواقع التواصل الاجتماعي. و هذا لأن شخصيتهم لم تنضج بعد و هم في فترة حرجة من نموهم الانفعالي و العقلي و الاجتماعي، وبتالي تأثرهم يكون عالي بما حولهم من مؤثرات خارجية خلال هذه المرحلة العمرية، و قد يكون لهذا الأمر انعكاس سلبي على اتزانهم النفسي و العقلي و على علاقاتهم الاجتماعية، فقد يصل المراهق المستخدم لمواقع التواصل الاجتماعي إلى عزلة اجتماعية بسبب جلوسه لفترات مطولة مبحرا في مواقع التواصل الاجتماعي خاصة الفاييسبوك الذي يعد من أكثر المواقع التي تلقى رواجاً عند المراهق عن باقي المواقع وهناك احصائيات في الجزائر قدمتها شركة امار للبحوث و الاستشارات عن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والانترنات أن الفئة العمرية من أفراد العينة متوسط أعمارهم ما بين (15-24) وأن الفيس بوك أكثر المواقع زيارة بمقدار 9,7 مليون زيارة يوميا. و هذا للمرونة و السهولة في نقل الأخبار و الصور و مقاطع

الفيديو، و لا تترك العزلة الاجتماعية للمراقب التي قد يجد نفسه فيها فرصة لأن تكون له علاقات مع أفراد أسرته بها مساحة من المشاعر العاطفية و تبادل القيم.

في ذات الاتجاه نجد أن ظاهرة الاستعمال المفرط لشبكات التواصل الاجتماعي، قد يؤدي بالمراقب إلى فقدان الإحساس بالانتماء إلى مجموعاته الاجتماعية كالأسرة، الرفاق، الجيران و غيرها من جماعات الانتماء التي قد كانت في وقت مضى من أفضل الجماعات في تكوين شخصية الشاب، و هذا عبر ما تنميه باستمرار من خلال جلسات الحوار و المناقشة الجماعية في عمليات المشاركة و ما تحمله من صور تلاحم و تفاعل اجتماعي يتم من خلالها نقل التراث الثقافي من قيم إسلامية و وطنية تغذيها عادات جزائرية.

- و من سلبيات التصفح المتزايد لمواقع التواصل الاجتماعي عبر شبكة الإنترنت و الأجهزة الالكترونية هو استخدام لغة خاصة بغرف الدردشة و كتابة الرسائل القصيرة تميل لمواكبة العصر عبر عنصري الاختصار و تحقيق السرعة اللذان يميزنها، و يوظفها الشباب من متصفح مواقع التواصل الاجتماعي، و قد انعكس هذا الأمر على مستواهم في اللغة العربية و حتى الأجنبية لأن تلك اللغة الموظفة في غرف الدردشة هي لغة عامية، و هذا ما أثبتته لنا الملاحظة اليومية عبر التجربة التدريسية للطلاب في الجامعة و بقوة، و قد نتج عن استخدام هذه اللغة العامية بدل اللغة العربية، غياب عوامل كثيرة بالنسبة للمراقبين متعلقة بهوية ثقافية عربية إسلامية و شخصية مغاربية تحملها اللغة العربية.

و نضيف عن سلبيات التصفح بشكل متزايد لمواقع التواصل الاجتماعي، هو ذلك الصراع القيمي الذي وجد الشباب أنفسهم واقعين فيه و يعيشونه بشكل يومي من جراء ما يعرض عبر مواقع التواصل الاجتماعي من سلوكيات نابغة من ثقافة دخيلة على المجتمع (العربي الجزائري)، و استند خالها في شخصياتهم لتتناقض مع تم تعلمه عبر عمليات التنشئة الأسرية، و من صور هذا الصراع، تلك الاختلافات التي تقع بين المراقبين و أبناءهم نتيجة تباينات في وجهات النظر. فالطابع الثقافي التقليدي لكثير من المجتمعات العربية بدأ ينهار أمام حثثيات التطور و التحديث.

و في حقيقة الأمر هناك سلبيات كثيرة للاستعمال المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي قد لا يتسع المجال لذكرها في معرضنا هذا، و قد يكون أخطرها الوصول إلى درجة الإدمان على تصفح هذه المواقع مما قد يعيق التوافق النفسي و الاجتماعي للمراقبين . و يهدد كيانهم و الأسر التي ينتمون إليها و من ثم توجب وبقوة التفكير بحلول لمحاربة الظاهرة . -

5- حلول و مقترحات للوقاية من الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي للمراقبين:

- دور الآباء و الأسرة:

إن الدور المنوط بالآباء و الأسرة منذ ميلاد الطفل حتى انتهاء فترة المراهقة جد هام و من ثم توجب تدخل الأهل لمحاولة الحد من التأثيرات السلبية للاستخدام غير العقلاني لوسائل التواصل الاجتماعي من قبل المراقبين عبر انتهاج ما يعرف بالتربية الوقائية و نضع على سبيل ذلك من مجموعة من الأدوار :

- الاطلاع على فترة المراهقة عبر الكتابات العلمية حول هذه المرحلة الهامة من النمو الإنساني و ما يحدث في نفسية المراقب خلال هذه المرحلة و تفهم حاجاته أو مراجعة مختص نفسي لطلب معلومات عن هذه المرحلة و لغة التعامل معه للحيلولة دون وقوع مشكلات نفسية خطيرة له .

- انتهاج مبدأ الوسطية في التعامل مع الأبناء أي عدم الإفراط في المنع أو تحقيق كافة المتطلبات.

- الاهتمام بالمراقبين و توفير الجو المناسب للحيلولة دون إفراط استخدام الأجهزة الالكترونية و الانترنت.

- السعي أن يتم وضع الحواسيب في أماكن عامة من المنزل وبرامج مراقبة على هذه الحواسيب .
 - فتح جلسات حوار جماعية و مناقشات عائلية بشكل منظم حول محتويات تعرض على مواقع التواصل الاجتماعي المستخدمة في إطار غير ملائم .
 - توعية المراهقين حول الانترنت و مخاطرها و كذلك الأجهزة الالكترونية في حالة إساءة استخدامها على المستوى الصحي و العقلي و النفسي و كذلك الاجتماعي .
 - بناء علاقات أسرية مع المراهق خاصة في مرحلة المراهقة المبكرة بغرض إشباع حاجياته الاتصالية داخل أسرته.
 - محاولة تنظيم الأولياء لأوقات استخدامات أبنائهم للإنترنت و تصفح مواقع التواصل الاجتماعي بشكل لا يتعارض مع التزاماتهم المدرسية.
 - ضرورة أن يكون الأولياء على اطلاع على أساسيات استخدامات الإنترنت و ما يعرض ضمن مواقع التواصل الاجتماعي
- دور المؤسسة التربوية:**

- تعد المدرسة مؤسسة اجتماعية هامة أوجدها المجتمع نتيجة التطور الحضاري المستمر لتشارك الأسرة أعبائها في تنشئة الأفراد و تلبية حاجياتهم لاسيما الأطفال و المراهقين و للوقاية من آثار الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي يمكن للمدرسة أن تلعب الأدوار التالية :
- الاهتمام بتبصير المراهقين لخطورة مرحلة المراهقة و شرح لهم ما يحدث في أنفسهم من تغيرات و تبصرهم لواقعهم و كيفية التعامل مع مشكلاتهم .
 - تعليم المراهقين كيفية الاستغلال الأمثل لتكنولوجيا المعلومات و الاستفادة بشكل عملي و مفيد من خدمات الإنترنت و تجنب كل ما هو ذا تأثير سلبي.
 - إدراج مواد تعليمية ضمن صفوف التعليم المتوسط و الثانوي (مراحل تعليمية تواكب سن المراهقة) ذات محتوى تعليمي لا يقتصر على التعريف بجهاز الحاسوب بل و خدماته بل يتعداه إلى كيفية جعل الانترنت وسيلة تعليمية بطريقة عملية و إيجاد مواقع مفيدة و بديلة عن التي يكون تصفحها ذا تأثير سلبي عن التلاميذ
 - تقديم المساعدة النفسية و التربوية للمراهقين المتمدرسين المدمنين على تصفح مواقع التواصل الاجتماعي من قبل المعلمين أولاً و أن يكون هناك مختص نفسي داخل كل مؤسسة يتكفل بنماذج عن هذه الحالات، و أن تحول هذه الحالات إلى مراكز متخصصة عند الضرورة للعلاج و تكون تعمل بالتنسيق مع مؤسستي الأسرة و المؤسسة .
 - الاهتمام بمادة التربية الإسلامية كمادة للتربية الاجتماعية و مضاعفة الحجم الساعي لهذه المادة و هي وسيلة ناجعة لترقية العقل و تنمية القيم و السلوكات المتزنة و الإيجابية، التي قد لا تتأثر بما تحدثه الإنترنت من تأثير سلبي و ينبغي أن يساير منهج التربية الإسلامية تقنيات العصر و يستشرف المستقبل.
 - و يكون الاهتمام بالتربية الإسلامية بالنسبة للمراهقين في مراحل مبكرة أي منذ الطفولة و المراحل التعليمية الأولى لأهمية هذه المرحلة في تكوين الشخصية بهذه الصورة.
 - أن يكون القائم بالتدريس في مرحلة التعليم المتوسط أو الثانوي على دراية بتكنولوجيا المعلومات و وسائل التواصل الاجتماعي للتوجيه عند الضرورة للمواقع التي هي أكثر اترانا للتلاميذ .

خاتمة :

إن مواكبة العولمة و تكنولوجيا الاتصال من استخدام للإنترنت و مواقع التواصل الاجتماعي حتمية لا بد منها فرضتها مقتضيات العصر الراهن لأن فيها من الايجابيات ما يستحيل العيش دونه ، و لكن حتى نبقى في اتصال مع الأثر الايجابي لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي وتجنب الأثر السلبي الذي قد ينتج عنها بالنسبة لأبنائنا المراهقين الذين يعتبرون الفئة الأكثر تأثرا بمواقع التواصل الاجتماعي نظرا من الأسباب المتداخلة وهي مرتبطة بالتغيرات الفسيولوجية، الذهنية، النفسية و الاجتماعية المحيطة . نوصي بأن يكون هناك تكاتف و تآزر للجهود بين كافة المؤسسات الخاصة بالتنشئة الاجتماعية خاصة بين الأسرة والمدرسة لأن لهما العديد من الأدوار الرائدة التي بالإمكان تأديتها في هذا المجال. والأمر لا يتوقف عندهما فحسب بل يتسع ليشمل مؤسسات أخرى وهي: وسائل الإعلام ، المساجد و هذ بإعداد خطط و برامج رفقة مختصين (نفسانيين ، تربويين، أخصائيين اجتماعيين ، معدوا برامج الكترونية) لمواجهة مشكلة الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي ، إلى جانب دراسة هذه الظاهرة من كافة الجوانب للفهم الأشمل لها وهذا من قبل الباحثين حفاظا على أبنائنا و كياناتهم و أسرنا من أي عوامل مهددة للتكامل و الوحدة الأسرية

قائمة المراجع:

- أحمد خليفة زواري ، 2017، إستخدام الشبكة العنكبوتية (الأنترنات) وسط المراهقين بين التهويل والتقليل، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة الوادي، العدد30
- زين العابدين درويش، 2010، علم النفس الاجتماعي أسسه و تطبيقاته، دار الفكر العربي، القاهرة.
- بهادر سعدية محمد علي ، 1980، في سيكولوجية المراهقة، دار الصفاء للنشر و التوزيع ، عمان.
- سناء الخولي، 2004، الأسرة في عالم متغير، دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية .
- سناء الخولي ، 2008، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية .
- بدر الدين بلعباس، 2015، شبكات التواصل الاجتماعي و الهوية الثقافية عند الطلبة الجامعيين، (فايسبوك نموذج). رسالة دكتوراة غير منشورة، جامعة بسكرة.
- فيصل لكحل، 2017، أثر مواقع التواصل الاجتماعي على المجتمع المعاصر، مجلة العلوم الاجتماعية، جامعة تيارت، العدد 25 .
- يونس بورنان، 13 مليون جزائري يستخدمون الانترنت والفيس بوك الأول، نشر بتاريخ 2017/4/17 (<https://al-ain.com/article/13-million-algerians-surf-the-internet>)