



ضغط الأقران بين المراهقين على وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات

د. حسام علي سلامة

الأستاذ المساعد - قسم الإعلام - كلية الآداب - جامعة أسيوط

مقدمة:

شهد التفاعل الاجتماعي وديناميكيات العلاقات بين الأقران تحولاً عميقاً في العصر الرقمي ولم يود انتشار المنصات على الإنترنت إلى تعزيز التنشئة الاجتماعية التقليدية للمراهقين فحسب بل أعاد تشكيلها، مما أدى إلى ظهور نماذج جديدة من الاتصال والتأثير، حيث يتنقل المراهقون اليوم في عالم تكون فيه تفاعلاتهم عبر الإنترنت ذات أهمية لا تقل عن تفاعلاتهم وجه لوجه إن لم تكن أكثر (Boyd, 2014) إضافة إلى أن منصات التواصل الاجتماعي تحرم الأفراد من القدرة على التحكم في النفس والتفكير بشكل مستقل، وبدلاً من ذلك تجعلهم يرون أنفسهم من خلال عيون الآخرين، والتقاط أساسيات الثقافة المادية وغير المادية، كما يعد التثاقف أحد الأنشطة المؤثرة لوسائل التواصل الاجتماعي إذا توفر القدرة على تكوين مجموعة من الأشخاص ذوي المتقاربين (Srijji, 2021) وهنا يشير مركز بيول للأبحاث أن 95% من المراهقين لديهم القدرة على الوصول إلى الهواتف الذكية، وأن 45% منهم متصلون بالإنترنت بشكل شبه مستمر، مما يسلب الضوء على الدور الفاعل للاتصالات الرقمية في حياتهم اليومية (Anderson & Jiang, 2018) ويناقد (Cialdini & Goldstein, 2004) العلاقة المعقدة بين التطلعات الإنسانية الأساسية - مثل الفهم الدقيق للواقع، والحفاظ على الروابط الاجتماعية، وتقدير الذات - وتأثير الضغوط المجتمعية، لا سيما في سياق التطابق مع الغير. وكيف يمكن لهذه التفاعلات أن تقود الأفراد دون وعي إلى تعديل سلوكهم استجابة للمؤشرات الاجتماعية الخارجية. علاوة على ذلك، فإنهم يتعمقون في كيفية تأثير الأفراد وتأثرهم بالسلوكيات والأعراف السائدة داخل دوائرهم الاجتماعية ولا شك إن إدراك أهمية هذه التفاعلات أمر مهم بشكل خاص خلال فترة المراهقة، وهي الفترة التي تشد فيها الرغبة في الحصول على موافقة الأقران وقبولهم والشعور بالانتماء إلى كيان كبير. (Cialdini & Goldstein, 2004)

وتبرز هذه التفاعلات في البيئة الرقمية في التأثيرات الخفية والضغط العنيفة، حيث يمكن أن يكون الخط الفاصل بين التأثير والإكراه غير واضح بصورة دقيقة. وعندما يتفاعل المراهقون مع وسائل التواصل الاجتماعي فإنهم يواجهون بسيل من المحتوى من أقرانهم الذين يمكن أن يؤثر على تشكيل قيمهم وتفضيلاتهم وسلوكياتهم، وتكون هذه التفاعلات بين المراهقين عبر وسائل التواصل الاجتماعي أحيانا بمثابة بوصلة اجتماعية، لتوجيههم نحو ما يعتبرونه مرغوبًا فيه. وتصيح ردود الفعل المستمرة من الإعجابات والتعليقات والمشاركات مقياسًا للمكانة الاجتماعية ومصدرًا لموافقة الأقران أو العكس. ولا شك إن تأثيرات هذه التفاعلات على تقدير الذات واضحة. حيث أكدت دراسة أجراها (Woods & Scott, 2016) حول العلاقة بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والجوانب المختلفة للصحة والرفاهية، بما في ذلك تقدير الذات والقلق أن المقارنة الاجتماعية والبحث عن التعليقات على وسائل التواصل الاجتماعي يمكن أن يؤثر بشكل كبير على تقدير المراهقين لذاتهم، من خلال آليات المقارنة التصاعديّة التي تجعلهم يشعرون بالنقص أمام الصور المنسقة بدقة لأقرانهم. وأن هذه المقارنات الاجتماعية عبر الإنترنت مرتبطة أحيانًا بالصحة النفسية، مما يعرضهم لمخاطر ملموسة ناتجة عن تأثير الأقران الرقمية. (Woods & Scott, 2016)

علاوة على ذلك، تحذر الأكاديمية الأمريكية للطب من «اكتئاب الفيسبوك»، وهو مصطلح تمت صياغته لوصف أعراض الاكتئاب التي يمكن أن تنشأ عن الاستخدام المكثف لوسائل التواصل الاجتماعي بين المراهقين ويتفاقم هذا بسبب ظاهرة «الخوف من تفويت الفرصة (FOMO)»، السائدة بين المراهقين الذين لديهم وعي شديد بأنشطة أقرانهم عبر الإنترنت، مما يؤدي إلى مشاعر القلق والاستبعاد (O'Keeffe & Clarke-Pearson, 2011)

وما تتيحه طبيعة التفاعلات عبر المنصات الرقمية من إخفاء الهوية الحقيقية يمكن أن يشجع المراهقين على ممارسة ضغط الأقران بطرق قد لا يمارسونها خارجها، مما يؤثر على سلوكيات أقرانهم وتقديرهم لذاتهم وتتراوح هذه السلوكيات من نشر التأثير الإيجابي إلى التمر، حيث يمكن لمنشور واحد أن يعزز أو يؤثر سلبًا على تقدير المراهق لذاته (Slonje, Smith, & Frisén, 2013) إن ضغط الأقران عبر وسائل التواصل الاجتماعي بين المراهقين حالة مستمرة حيث تعمل الوتيرة السريعة للتغير التكنولوجي على إعادة تشكيل التفاعلات الاجتماعية المؤثرة. وتسعى الدراسة إلى البحث في كيفية حدوث هذه التأثيرات واستيعابها من قبل المراهقين، في العصر الرقمي. وانعكاساتها على تقدير المراهقين لذاتهم، الأمر الذي يساعد في تعزيز بيئة رقمية إيجابية.

مشكلة الدراسة:

يزداد تأثير جماعات الأقران على أعضائها مع تعقد الحياة، وانشغال الأسرة بأمور قد تضعف من دورها التربوي؛ كما أن رغبة المراهق في الاستقلال المادي والعاطفي عن الأسرة مرتبط برغبة الانتماء إلى جماعات خارج إطار الأسرة وهذا نتيجة تفتح ميول المراهق واتساع دائرة اهتمامه فالانتماء عند المراهق فرصة للتحرر من السلطة الأبوية والانتقال إلى النمط الذي يناسبه (Sakour, 2017) في الوقت ذاته أصبحت منصات التواصل الاجتماعية جزءًا لا يتجزأ من حياة المراهقين، مما يجعل من الضروري فهم الفروق الدقيقة في التفاعلات بين الأقران وتأثيرها على سلوكهم عبر منصات التواصل

الاجتماعي. حيث تتيح هذه المنصات المراهقين فرصاً أكبر للتواصل والتعبير عن الذات والمشاركة مع الأقران لكن هذه الفرص لا تخلو من المخاطر، مثل احتمالية ضغط الأقران وأثاره على تقدير المراهقين لذاتهم. حيث غالباً ما تكون تفاعلات الأقران على هذه المنصات الرقمية محاطة بالرغبة في القبول الاجتماعي، من خلال السعي لنيل الإعجابات والتعليقات والمتابعين. ومن الأهمية بمكان معرفة كيف تتطور هذه التفاعلات الاجتماعية لتشكل السلوك عبر الإنترنت. من منطلق أن البيئة الرقمية أعادت صياغة ضغط الأقران التقليدي، مما أدى إلى أهمية السعي إلى التحقق من طبيعتها وتأثيرها على تقديرهم لذواتهم. لذلك فإن مشكلة الدراسة تتمثل في إلقاء الضوء على ضغط الأقران الذي يواجهه المراهقون على وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات لديهم» من خلال كشف طبيعة التفاعلات وآليات التأثير، وتحديد العوامل التي تؤدي إلى تفاقم أو تخفيف آثار ضغط الأقران. كخطوة نحو تمكين المراهقين من التنقل عبر وسائل التواصل الاجتماعي بمرونة، وتعزيز بيئة رقمية يتم فيها تقدير قيمتهم الذاتية بدلاً من تقويضها من قبل أقرانهم.

أهمية الدراسة:

- الأهمية النظرية:

- أهمية دور الأقران في عملية التنشئة الاجتماعية للفرد، فهي تؤثر في معايير الاجتماعية، وتمكنه من القيام بأدوار متعددة لا تيسر لها خارجها كما انها تعطي للفرد فرصة التعامل مع نظراء متساوين ومتشابهين معه، الأمر الذي قد لا تتيحه له الأسرة.
- أن تقدير الذات له علاقة بالسلامة النفسية، لذلك فإن البحث في ارتباطها بضغط الأقران عبر وسائل التواصل الاجتماعي يعد أمر مهما لتحديد طبيعة المخاطر التي قد يتعرض لها المراهقون وسبل الحماية.
- وسائل التواصل الاجتماعي باتت جزء أساس من عالم المراهقين يبنون من خلالها تصوراتهم وتحدد في كثير من الأحيان توجهاتهم الأمر الذي يؤكد أهمية فهم كيف تتشكل تفاعلاتهم من خلالها.
- معرفة آليات التأثير الاجتماعي بين المراهقين الأقران، وخاصة الفروق في التماثل عبر وسائل التواصل الاجتماعي.
- أهمية استكشاف كيفية تأثير البيئة الافتراضية لوسائل التواصل الاجتماعي على الجوانب النفسية والاجتماعية والسلوكية للفرد خلال مرحلة المراهقة.

الأهمية التطبيقية:

- يمكن أن تساهم نتائج الدراسة في وضع استراتيجيات لمواجهة السلوكيات السلبية عبر وسائل التواصل الاجتماعي، وترسيخ محددات لتفاعلات الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي تساعدهم في مواجهة الضغوط المحتملة.
- تعزيز التربية الإعلامية للمراهقين من خلال تعليم المراهقين كيفية إجراء تقييم نقدي للمحتوى والتفاعلات عبر الإنترنت.

- كما أن رصد أساليب تعامل المراهقين بفعالية مع التفاعلات السلبية لأقرانهم عبر الإنترنت يمكن أن يمكنهم من صيانة الذات وتأكيداتها وبخاصة في مرحلة عمرية شديدة الحساسية للمؤثرات المحيطة بهم.
- التأكيد على الاستخدام المسؤول لوسائل التواصل الاجتماعي، وتعزيز قدرة المراهقين على المشاركة بشكل إيجابي عبر وسائل التواصل الاجتماعي.

أهداف الدراسة:

تسعى الدراسة إلى تحقيق هدف رئيسي وهو معرفة « ضغط الأقران بين المراهقين على وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات » وينبثق من هذا الهدف الرئيسي مجموعة من الأهداف الفرعية تتمثل في الآتي:

- تحديد وسائل التواصل الاجتماعي الأكثر استخداماً بين المراهقين وأنماط التفاعل السائدة بينهم
- معرفة الأنشطة المختلفة التي يقوم بها المراهقون أثناء تفاعلات الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي، والاهتمامات المشتركة.
- التحقق من مدى تعبير المراهقين عن آرائهم وأفكارهم عبر وسائل التواصل الاجتماعي، وما إذا كانوا يعدلون بناءً على ردود الأقران.
- فهم مدى تأثير تفاعلات الأقران عبر وسائل التواصل الاجتماعي على سلوكيات المراهقين، بما في ذلك تبني الاتجاهات والتفضيلات لمحتوى معين والمشاركة في الأنشطة الرقمية.
- تحديد الآثار الإيجابية لتفاعلات الأقران الداعمة والمؤيدة، فضلاً عن الآثار السلبية لضغط الأقران عبر وسائل التواصل.
- تبين ما إذا كانت تأثيرات تقدير الذات لتفاعلات الأقران على منصات وسائل التواصل الاجتماعي لها تأثير على تقديرهم لذاتهم.
- استكشاف دور النماذج الإيجابية في شبكات المراهقين (الأفراد) عبر الإنترنت وأثره على تقديرهم لذاتهم وقدرتهم على مقاومة ضغط الأقران السلبي.
- تأثير المقارنات التصاعدية والتنازلية على سلوك الأقران وتفاعلاتهم على وسائل التواصل الاجتماعي.

حدود الدراسة:

حدود موضوعية

الحدود الموضوعية لبحث "ضغط الأقران بين المراهقين على وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات" تم تحديدها من خلال التركيز على نتائج محددة لتفاعلات الأقران، مثل طبيعة تفاعلات الأقران على منصات التواصل الاجتماعي وما يصاحبها من ضغوطات بينهم وعلاقتها بتقدير الذات.

حدود بشرية

تم تحديد الحدود البشرية للدراسة حسب الفئة العمرية للمشاركين المراهقين، والتي تتراوح عادةً ما بين 11 إلى 12 عامًا، والتي تنقسم إلى مرحلة المراهقة المبكرة من 11-14 عام تليها مرحلة المراهقة المتوسطة من سن 15-17 ثم مرحلة المراهقة المتأخرة من سن 18-21 عام وهي التي تمثل المراحل العمرية للدراسين في المرحلة الثانوية أو فوق المتوسطة وكذلك الجامعية من الذين يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي ويتفاعلون بدرجات مختلفة مع أقرانهم وبالتالي تم استبعاد غير المستخدمين لها.

مصطلحات الدراسة:

المراهقون:

المراهقة هي مرحلة انتقالية من النمو والتطور بين الطفولة والبلوغ. وعلى الرغم من اختلاف وتعدد مراحلها إلا أن الدراسة اعتمدت المرحلة العمرية من 11-21 عاما والتي تنقسم إلى مرحلة المراهقة المبكرة من 11-14 عام تليها مرحلة المراهقة المتوسطة من سن 15-17 ثم مرحلة المراهقة المتأخرة من سن 18-21 عام وتنقسم كل مرحلة من هذه المراحل بتغيرات جسدية ونفسية كبيرة، حيث يمر الأفراد بمرحلة البلوغ، ويتكون لديهم شعور أكثر تعقيدًا بالذات والرغبة في الاستقلال. وغالبًا ما يتنقل المراهقون إلى أدوار اجتماعية جديدة، من أهمها الرغبة في تكوين علاقات اجتماعية خارج النطاق المعتاد لعائلاتهم، وفي سياق وسائل التواصل الاجتماعي، فإنهم يمثلون فئة عمرية نشطة للغاية، ويستخدمون هذه المنصات للتعبير عن الذات والتواصل الاجتماعي واستكشاف الاهتمامات الشخصية.

ضغط الأقران:

ضغط الأقران هو العملية التي من خلالها يؤثر أعضاء نفس المجموعة الاجتماعية على الأعضاء الآخرين للقيام بسلوكيات محددة أو التوافق مع معايير هذه المجموعات والقيام بأنشطة معينة، يمكن أن يكون صريحًا، حيث يكون الإقناع أو المطالبة المباشرة بشكل واضح، أو ضمنيًا، حيث يشعر الأفراد بضغط داخلي للتوافق مع التوقعات المتصورة لأقرانهم. ويمكن أن يؤثر ضغط الأقران بشكل كبير على اختيارات المراهق وسلوكياته، لا سيما في سياقات وسائل التواصل الاجتماعي، حيث تلقي الإعجابات والتعليقات والمشاركات مؤشرات قوية على موافقة المجموعة أو عدم موافقتها. وهي من العوامل المؤثرة والفاعلة في هذه المرحلة العمرية (Hartney, 2022)

تقدير الذات:

هو ما يشير إلى كيف نرى أنفسنا. ويعتمد على آرائنا ومعتقداتنا حول أنفسنا، والتي قد يكون من الصعب تغييرها. وهو يشمل المعتقدات المتعلقة بالنفس بالإضافة إلى الحالات العاطفية، مثل الإنجاز أو الإخفاق. غالبًا ما يكون تقدير المراهق لذاته حساس ومتغير، ويتأثر بعوامل خاصة به وكذلك من خلال دائرته الاجتماعية وتفاعلاته، وبخاصة أقرانه (n.d., mind.org.uk). وفي عصر وسائل التواصل الاجتماعي، يمكن للطبيعة الآنية وسرعة الانتشار للتعليقات أن تزيد من التأثيرات الإيجابية والسلبية على تقدير الفرد لذاته.

الدراسات السابقة:

يستعرض الباحث الدراسات السابقة التي تناولت ضغط الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي من خلال المجالات التي يتم من خلالها والتأثيرات التي يحدثها.

ضغط الأقران وبناء الإجماع

كشفت دراسة (Tervakari et al., 2012) على TUT Circle، وهي منصة للتواصل الاجتماعي، أن الطلاب يستهلكون المحتوى في الغالب دون مشاركة الآراء بشكل فعال أو المشاركة في المناقشات، وتسلط النتائج الضوء على تحديات تشجيع التفاعل الهادف عبر الإنترنت بين الطلاب (Tervakari et al., 2012) كما كشف البحث الذي أجراه (Estrada and Var- 2013. gas-Estrada) كيف يؤدي ضغط الأقران إلى الإجماع والقيادة داخل المجموعات الاجتماعية. وخلصت إلى أن ضغط الأقران يسرع من بناء الإجماع ويمكن أن يتغلب على المؤثرين المحليين. كما أشارت إلى أن قيادة المجموعة غالباً ما تنبع من الدور المركزي للفرد، مما يؤكد الدور المحوري لضغط الأقران في التفاعلات الاجتماعية وتبني الابتكار (Estrada & Vargas-Estra- da, 2013) وفي سياق أزمة اللاجئين تتعمق دراسة (Gustafsson, 2016). في تناول مشاركة الشباب السويدي مع وسائل التواصل الاجتماعي، و تفاعلات أقرانهم داخل شبكات مثل «مرحباً باللاجئين» حيث استخدم الباحثون المقابلات الجماعية المركزة لقياس استجابات الشباب السويدي للأزمة والتأكد من التفاعل بين الخطاب عبر الإنترنت والمحادثات خارج الإنترنت. وتوصلت إلى أنه على الرغم من أن الحوارات الوطنية كان لها تأثير كبير، إلا أن الاستجابة للأزمة كانت في الغالب مدفوعة بالتفاعلات داخل دوائر مترابطة من الأصدقاء (Gustafsson, 2016). وفي دراسة (Nesi, , Choukas-Bradley, & Prinstein, 2018). اتضح أن وسائل التواصل الاجتماعي تعمل بشكل أساسي على تحويل تجارب الأقران المراهقين، بما في ذلك إيذاء الأقران والمكانة والتأثير. أن وسائل التواصل الاجتماعي تغير ديناميكيات التفاعلات بين الأقران، مما يجعلها أكثر فوروية وانتشاراً (Nesi, Choukas-Bradley, & Prinstein, 2018) وتوصلت دراسة (Nesi, Choukas-Bradley, & Prinstein, 2018) إلى أن وسائل التواصل الاجتماعي تعمل على تسريع وتكثيف التفاعلات بين الأقران. كما أنها تزيد من ضغوط الأقران. و يستخدم بعض المراهقين وسائل التواصل الاجتماعي لتعزيز تفاعلاتهم خارج الإنترنت أو استبدالها، بينما يتبنى آخرون سلوكيات جديدة لا توجد إلا عبر الإنترنت. بشكل أساسي، تسلط الدراسة الضوء على التحول الذي طرأ على صداقات المراهقين في العصر الرقمي (Nesi, Choukas-Bradley, & Prinstein, 2018) أما دراسة (Smith et al., 2020) استخدمت نموذجاً جديداً للرنين المغناطيسي الوظيفي لمحاكاة Instagram ووجدت أن الإعجابات، لها تأثير كبير على كل من سلوك ونشاط الدماغ لدى المراهقين. وأن المراهقين أكثر عرضة لتأييد (الإعجاب) بالصور التي تحظى بأعداد أكبر من الإعجابات، مما يسلب الضوء على كيفية قيام وسائل التواصل الاجتماعي بتحفيز المراهقين على المشاركة في سلوكيات محفوفة بالمخاطر (Sherman et al., 2016) وتحدد الدراسة التي أجراها (de Bruijn, 2021) وجود صلة بين الخوف من تفويت الفرصة (FoMO) والاستخدام المتزايد لوسائل التواصل الاجتماعي بين المراهقين الهولنديين الذين تتراوح

أعمارهم بين 16 و25 عامًا. ومن خلال دراسة استقصائية أجريت على 338 شابًا، أظهرت النتائج أن أولئك الذين يعانون من ارتفاع نسبة تميل مستويات FOMO إلى المشاركة بشكل مكثف لوسائل التواصل الاجتماعي. ويكون هذا الاتجاه أكثر وضوحًا بين المراهقين المعرضين لضغط الأقران (de Bruijn, 2021) كما أظهرت دراسة **Asch Boot, Dijkstra, & Zwaan** (2021). التأثير الكبير لتعليقات المستخدمين الأقران، وخاصة التعليقات السلبية، على كيفية معالجة المحتوى الإخباري وتقييمه على منصات التواصل الاجتماعي، وأدت التعليقات السلبية إلى انخفاض الرغبة في المشاركة، تسلط الدراسة الضوء على كيف يمكن لتعليقات الأقران، وخاصة السلبية، أن تؤثر بشكل كبير على تصورات المستخدمين وردود أفعالهم تجاه المعلومات عبر الإنترنت (Boot, Dijkstra, & Zwaan, 2021) وفي دراسة المراهقين الكوريين، (Kim and Lim, 2021) اتضح وجود علاقة كبيرة بين ضغط الأقران وإدمان وسائل التواصل الاجتماعي. شمل البحث 300 مراهق أكدت الدراسة على أهمية تطوير استراتيجيات دعم المراهقين المعرضين لتأثير ضغط الأقران عبر وسائل التواصل الاجتماعي (Kim & Lim, 2021)

تأثير الأقران والتعلم عبر وسائل التواصل الاجتماعي

(Kieslinger, 2015)، تناول تغلغل وسائل التواصل الاجتماعي في المجالات الأكاديمية، لا سيما في سياق التعلم المعزز بالتكنولوجيا. كشفت النتائج عن مدى واسع من التفاعل، بدءًا من الاستخدام العرضي إلى السلوكيات الإدمانية وكانت الملاحظة الرئيسية هي الدور المهم لضغط الأقران داخل المجتمع الأكاديمي في دفع اعتماد وسائل التواصل الاجتماعي. وقد سلطت الدراسة الضوء على الجوانب المتعلقة بدمج وسائل التواصل الاجتماعي في الممارسات العلمية. ((Kieslinger, 2015) ووجدت دراسة **Wang and Gu's 2019**) أن وسائل التواصل الاجتماعي تؤثر بشكل كبير على الهوية الأكاديمية بين خريجي المدارس الثانوية الصينية، وسلطت الدراسة الضوء على وجود علاقة إيجابية بين رأس المال الاجتماعي عبر الإنترنت والهوية الأكاديمية، من خلال علاقات الأقران. بالإضافة إلى ذلك، كشفت الدراسة أن الاختلافات بين الجنسين والمنطقة خفضت من تأثير التفاعلات الاجتماعية عبر الإنترنت على التصور الذاتي الأكاديمي للطلاب. (Wang & Gu, 2019) وفي الدراسة التي أجراها (Lai and Tai, 2021)، تم إجراء فحص دقيق لتأثير وسائل التواصل الاجتماعي على دافع تعلم اللغة بين 565 طالبًا بالمدارس الثانوية في هونغ كونغ. ميزت الدراسة بين الاستهلاك السلبي والمساهمة النشطة للمحتوى على المنصات الاجتماعية. وكشفت النتائج أن التعامل مع المحتوى السلبي والإيجابي أثر بشكل إيجابي على دافعية الطلاب لتعلم اللغات. (Lai & Tai, 2021) (Tang, 2022) القى الضوء حول ضغط الأقران الذي تعاني منه النساء الجامعيات. وكشف مسح الدراسة الذي شمل 225 امرأة أن الجامعة والعمل هما الاهتمامان الأساسيان، مما يشير إلى الحاجة إلى تدخلات لتحسين التواصل وتقديم الدعم في هذه المجالات. تؤكد النتائج على أهمية فهم ومعالجة مصادر التوتر بين طلاب الجامعات لتعزيز بيئة أكاديمية ومهنية أكثر صحة (Tang, 2022).

ضغط الأقران وادمان وسائل التواصل الاجتماعي

دراسة (Doan et al., 2022)). بحثت أنماط إدمان وسائل التواصل الاجتماعي بين الشباب الفيتنامي، وسلطت الضوء على تأثير التفاعلات بين الأقران. أشارت النتائج إلى وجود علاقة قوية بين الضغط الناتج عن إهمال الأقران، وزيادة إدمان وسائل التواصل الاجتماعي. المنصات الشهيرة التي تم تحديدها هي Facebook و Zalo و YouTube، حيث ترتبط الألعاب على وسائل التواصل الاجتماعي بشكل خاص بمستويات إدمان أعلى. (Doan et al., 2022) وتناولت دراسة Xu, Han, & Liu (2023)، العلاقة بين ضغط الأقران وإدمان المراهقين لوسائل التواصل الاجتماعي على الهاتف المحمول. من خلال مسح على 830 مراهقاً، وجد أن أولئك الذين يتمتعون بتقدير أعلى للذات ومفهوم ذاتي أكثر وضوحاً كانوا أقل عرضة للتأثيرات الإدمانية لوسائل التواصل الاجتماعي، حتى عندما يواجهون ضغط الأقران. مما يشير إلى أن على أن احترام الذات ووضوح مفهوم الذات يمكن أن يكونا بمثابة حواجز، مما يخفف من خطر إدمان وسائل التواصل الاجتماعي بين المراهقين المتأثرين بأقرانهم. (Xu et al., 2023)

ضغط الأقران والتصورات الذاتية

يستكشف (Merritt, 2010) العوامل المختلفة التي تؤثر على التصور الذاتي وسلوك الملابس للفتيات المراهقات في الولايات المتحدة، مع التركيز على تأثير وسائل الإعلام، وضغط الأقران، وأهمية المظهر على إدراك الجسم وطريقة الملابس بين الفتيات المراهقات. وشارك في البحث 214 فتاة تتراوح أعمارهن بين 14 و 19 عام، في حين حددت اراسة الاختلافات العرقية في تأثير وسائل الإعلام وصورة الجسد، فإن ضغط الأقران وأهمية المظهر كانا متسقين عبر الأعراق المختلفة. يقدم هذا البحث رؤية للديناميكيات التي تشكل التصور الذاتي للشابات والدور المحتمل لضغط الأقران في التأثير على سلوكهن في الملابس وصورتهم الذاتية. (Merritt, 2010) (Ferguson, et al., 2014). حول تأثير التلفزيون ووسائل التواصل الاجتماعي والمنافسة بين الأقران على عدم الرضا عن الجسم، والرضا عن الحياة، وأعراض اضطراب الأكل لدى الفتيات المراهقات، فقد وجد أن وسائل التواصل الاجتماعي تزيد من المنافسة بين الأقران بمرور الوقت، مما يشير إلى تأثيرات غير مباشرة على النتائج المتعلقة بالجسم (Ferguson et al., 2014) ركزت دراسة (Busari, 2015) على عادات القراءة لدى طلاب المدارس الثانوية العليا في ولاية أويو بنيجيريا، ودراسة تأثير تقدير الذات، وضغط الأقران، واستخدام وسائل التواصل الاجتماعي. ومن خلال استطلاع آراء 2468 طالباً في 140 مدرسة، أظهرت الدراسة أنه في حين أن استخدام وسائل التواصل الاجتماعي وتأثير الأقران يرتبطان بشكل كبير بعادات القراءة، إلا أن تقدير الذات لم يكن له تأثير مماثل. يشير هذا إلى الدور الكبير الذي يلعبه الأقران ووسائل التواصل الاجتماعي في تشكيل السلوكيات التعليمية ويسلط الضوء على فرصة الاستراتيجيات التعليمية للاستفادة من هذه التأثيرات. (Busari, 2015)

وتوضح دراسة (Chua, & Chang, 2016). عن الفتيات المراهقات السنغافوريات كيف تؤثر وسائل التواصل الاجتماعي، وخاصة إنستغرام، على تصورهن للجمال وعرض الذات. يكشف البحث عن وجود تعارض بين معتقدات الجمال الشخصية ومعايير الأقران، مما يدفع الفتيات إلى الحصول على موافقة الأقران من خلال الصور المعدلة، والتي يتم قياسها من خلال «الإعجابات» و«المتابعين». يؤكد هذا السلوك على الصراع مع الصورة الذاتية والتأثير القوي للمقارنة بين الأقران على التقدير الذاتي.

(Chua & Chang, 2016)

أما دراسة (عبد الرحيم درويش - داليا عثمان 2017) والتي سعت إلى استكشاف العلاقة بين استخدام الشباب الجامعي للإنترنت وتقدير الذات. كشفت عن وجود علاقة بين تقدير الذات كمفهوم نفسي واجتماعي وإدمان الانترنت كظاهرة سلبية لها العديد من المؤثرات على الصحة النفسية والاجتماعية للشباب، كما توضح أهمية العوامل الاجتماعية والنفسية التي تتداخل مع معدلات استخدام الانترنت لدى الشباب (Darwish & Metwally, 2017)

استكشفت الدراسة التي أجراها (Wing Yi Tsang, 2017) العلاقات بين تأثير الأقران، وتأثير وسائل الإعلام، وتقدير الذات، وتصور صورة الجسم بين طلاب الجامعات في هونغ كونغ. أشارت النتائج إلى وجود علاقة سلبية بين تأثير الأقران وتصور صورة الجسم ووجود علاقة إيجابية كبيرة بين تقدير الذات وتصور صورة الجسم (Tsang, 2017) (Santarossa, & Woodruff 2017) في دراستهما الارتباطات المحتملة بين استخدام مواقع الشبكات الاجتماعية (SNS) وتصورات صورة الجسم، وتقدير الذات، وأعراض اضطراب الأكل بين 147 من الشباب. كشفت النتائج أن الإناث يقضين ما معدله 4.1 ساعة على مواقع التواصل الاجتماعي يوميًا، وحدد البحث وجود صلة بين مخاوف صورة الجسم واحترام الذات وأعراض اضطرابات الأكل (Santarossa & Woodruff, 2017) وتناولت دراسة (Luo, Yeung, and Li, 2020) العلاقة بين تعدد المهام في وسائل الإعلام وتقدير الذات لدى المراهقين الصينيين، مع التركيز على الأدوار الوسيطة لتأثير الأقران. ومن خلال تحليل بيانات عينة مكونة من 725 مراهقًا صينيًا، اتضح وجود علاقة سلبية بين تعدد المهام في وسائل الإعلام واحترام الذات. وأن تأثير الأقران له دور مهم في هذه العلاقة. (Luo, Yeung, & Li, 2020) استكشفت دراسة (Steinsbekk, 2020) في « كيف تؤثر الأنواع المختلفة من استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على تقدير الذات لدى المراهقين. بالتركيز على 725 طفلاً تتراوح أعمارهم بين 10 و12 و14 عامًا، وتشير الدراسة إلى أن التفاعل السلبي مع وسائل التواصل الاجتماعي، يمكن أن يؤثر سلباً على احترام الفتيات الصغيرات لذاتهن، (Steinsbekk et al., 2021) وأجرى (Amara, Rao, & Siddiqui, 2022). دراسة، بهدف استكشاف العلاقة بين احترام الذات وضغط الأقران بين الذكور المراهقين المتورطين في تعاطي المخدرات، وشملت 155 من المراهقين الذكور من مراكز إعادة التأهيل في كراتشي، وكشفت أن الشباب المتورطين في المخدرات يتعرضون لضغوط أقرانهم العالية وتدني تقدير الذات، وأن هناك علاقة عكسية بين تقدير الذات وضغط الأقران. (Amara, Rao, & Siddiqui, 2023)

ضغط الأقران والولاء للعلامات التجارية

ركزت الدراسة التي أجراها (Vlachopoulou, Boutsouki, & Chatzithomas, 2012). على تبني المراهقين لوسائل التواصل الاجتماعي وتأثيرها على سلوكيات التواصل لديهم، وهدفت إلى التحقق من كيفية ارتباط السمات الشخصية مثل الشخصية والولاء للعلامة التجارية والقابلية لضغط الأقران باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي. وكشفت الدراسة عن وجود علاقة إيجابية بين استخدام الفيسبوك وعوامل مثل السمات الشخصية للمراهقين، والولاء للعلامة التجارية، وتأثير ضغط الأقران. (Vlachopoulou, Boutsouki, & Chatzithomas, 2012) وقام (Sheth 2013). بتحليل

دور ضغط الأقران في التسويق عبر وسائل التواصل الاجتماعي، وسلط الضوء على تأثيره على تصور العلامة التجارية وقرارات الشراء لدى المستهلك. وأكدت الدراسة على أهمية فهم كيف يمكن لتفاعلات الأقران على منصات التواصل الاجتماعي التأثير على مواقف المستخدمين تجاه العلامات التجارية وتحفيز سلوك الشراء. (Sheth, 2013) كما بحثت دراسة (Sheth & Kim, 2017) تأثير وسائل التواصل الاجتماعي كوسيلة اتصال فورية تسمح للمستهلكين بإنشاء ومشاركة المحتوى المتعلقة بالعلامات التجارية. من خلال تقييم آثار عوامل مثل نشر المعلومات، وتأثير الأقران، على منصات وسائل التواصل الاجتماعي في تشكيل مواقف المستخدمين تجاه العلامات التجارية، والتأثير على نواياهم الشرائية. لفهم التفاعلات بين المستهلك والعلامة التجارية على وسائل التواصل الاجتماعي وتطوير الاستراتيجيات التي تستفيد من هذه الديناميكيات لتعزيز فعالية التسويق. (Sheth & Kim, 2017)

ضغط الأقران والتأثير السلوكي

أجرى (Paluck, 2011) دراسة لاستكشاف كيف يمكن أن يؤثر تأثير الأقران على التحيز بين المجموعات داخل الشبكات الاجتماعية، تم تدريب قادة الطلاب، الذين يطلق عليهم «المدرّبون الأقران» لمواجهة التحيز بين المجموعات في بعض المدارس. أكدت نتائج الدراسة على إمكانية الاستفادة من الشبكات الاجتماعية لتعزيز الحد من التحيز وتعزيز التغيير الاجتماعي (Paluck, 2011) أما في دراسة (Elaheebocus, Weal, Morrison, & Yardley, 2018) تمت مراجعة لتقييم كيفية دمج ميزات وسائل التواصل الاجتماعي في تدخلات تغيير السلوك الرقمي، وتحليل 143 دراسة. أسفرت المراجعة عن تصنيف 36 ميزة لوسائل التواصل الاجتماعي إلى 7 فئات. من خلال تسليط الضوء على أهمية وسائل التواصل الاجتماعي في التأثير على تغيير السلوك، خاصة في سياق تأثير الأقران وتفاعلات المجموعة (Elaheebocus et al., 2018) وركزت الدراسة التي أجراها Demir (2018). على استخدام فيسبوك كأداة لتقييم الأقران بين الطلاب في تركيا، 24 مشاركاً من خلال المقابلات شبه المنظمة، وجدت الدراسة أن تقييم الأقران عبر الفيسبوك أدى إلى ردود فعل غير متحيزة وزيادة المشاركة في الفصول الدراسية بين الطلاب. أفاد المشاركون بأنهم وجدوا أن هذه الطريقة محفزة وفعالة، مما يشير إلى الفوائد المحتملة لدمج منصات الوسائط الاجتماعية لتقييم الأقران التعليمي. (Demir, 2018) وفي دراسة (Matthew, & Alausa, 2021)، أجرى الباحثون دراسة استقصائية على 200 مراهق في نيجيريا، للعلاقة بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي، وضغط الأقران، والسلوك العدواني، ثبت أن تأثير ضغط الأقران يفوق تأثيرات وسائل التواصل الاجتماعي. (Sabboh & Alausa, 2021)

ضغط الأقران والخيارات الغذائية واضطرابات الطعام

تناولت دراسة (Ferguson, et al., 2014) تأثير التلفزيون ووسائل التواصل الاجتماعي بين الأقران على عدم الرضا عن الجسم، والرضا عن الحياة، وأعراض اضطرابات الأكل لدى الفتيات المراهقات، وجدت الدراسة أن لا التلفزيون ولا وسائل التواصل الاجتماعي أثر بشكل مباشر على هذه النتائج لدى الفتيات، باستثناء وجود علاقة بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والرضا عن الحياة.

(Ferguson et al., 2014) وفي دراسة (Al-Sheyab, Gharaibeh, & Kheirallah, 2018) ، حول العلاقة بين ضغط الأقران وسلوكيات الأكل المضطربة (DEBs) بين المراهقين الأردنيين. ثبت وجود اختلافات واضحة في درجات تأثير الأقران بين المراهقين الذين يعانون من DEBs وأولئك الذين لا يعانون منها، مما يسلط الضوء على الاختلافات بين الجنسين في تجارب ضغط الأقران. وأكدت الدراسة على الدور الفعال لضغط الأقران في التأثير على DEBs وأهمية وضع استراتيجيات الوقاية على مستوى المدرسة. (Al-Sheyab et al., 2018) أما (Chung et al., 2021) أجرى دراسة تأثير استخدام وسائل التواصل الاجتماعي بين الأقران المراهقين على سلوكيات الأكل. ومن خلال 1225 مراهقًا من مختلف البلدان، وجدت الدراسة أن المنصات الشهيرة مثل Instagram و Facebook لعبت أدوارًا في الترويج لعادات الأكل الصحية وتعريض المستخدمين لإعلانات الوجبات السريعة. ولعبت المنتديات والمدونات عبر الإنترنت دورًا فعالًا في منع انتكاسات اضطرابات الأكل. اتسم تأثير وسائل التواصل الاجتماعي على سلوكيات الأكل لدى المراهقين بأربعة مواضيع رئيسية: الجاذبية البصرية، ونشر المحتوى، والاتصالات الرقمية الاجتماعية، والمؤثرين المراهقين. (Chung et al., 2021) (Aslam et al., 2021) .. استكشفت العلاقة بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي وتأثير الأقران وعادات الأكل لدى الطلاب في جامعة لاهور. ووجد أن تأثير الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي، وخاصة على منصات مثل Instagram، له تأثير كبير على خياراتهن الغذائية، مما يؤدي غالبًا إلى زيادة استهلاك الوجبات السريعة عند التفاعل مع أقرانهن. (Aslam et al., 2021) اتبعت مراجعة النطاق التي تم إجراؤها إرشادات PRISMA للتحقيق في تأثير وسائل التواصل الاجتماعي على سلوكيات الأكل لدى المراهقين. وأكدت النتائج الدور الهام الذي تلعبه منصات وسائل التواصل الاجتماعي مثل إنستغرام وفيسبوك في التأثير على عادات الأكل الصحية وغير الصحية. ظهرت موضوعات رئيسية توضح كيف أن الجاذبية البصرية لصور الطعام، وقابلية انتشار المحتوى، والاتصالات الاجتماعية الرقمية حول الطعام، والقوة المقنعة للمؤثرين الشباب الذين يروجون للاتجاهات والمنتجات الغذائية، تشكل مجتمعة سلوكيات تناول الطعام لدى المراهقين. (Chung et al., 2021)

ضغط الأقران والقرارات المالية واستهلاك المنتجات والأزياء

أوضحت دراسة (Wang, Yu & Wei, 2012) أن التواصل بين الأقران عبر وسائل التواصل الاجتماعي يؤثر على قرارات الشراء لديهم، حيث تعتبر الاتصالات الفردية عوامل مهمة. تسلط الدراسة الضوء على أن المناقشات بين الأقران تشكل بشكل مباشر وغير مباشر سلوك الشراء، في حين أن رغبة المستهلك في التردد يمكن أن تخفف من تأثيرات الأقران. (Wang, Yu, & Wei, 2012) كما كشفت دراسة (Sun & Guo, 2013) كيف يؤثر ضغط الأقران، على مشاركة الموازة بين المستهلكين الصينيين الشباب، مع تسليط الضوء على أن المقارنة الاجتماعية تلعب دورًا مهمًا في هذه التفاعلات (Sun & Guo, 2013) كما قام (Heimer, 2014) بدراسة تأثير الشبكات الاجتماعية على اتخاذ القرارات المالية، وتحديداً في الاستثمار. وكشفت الدراسة أن زيادة الوصول إلى المعلومات عبر الشبكات الاجتماعية زاد من هذا التأثير، والذي ينطوي على البيع المبكر للأصول المربحة والاحتفاظ بالأصول الخاسرة. وأن الدور القوي لتأثير الأقران وتبادل المعلومات يساهم في تشكيل القرارات المالية داخل الشبكات الاجتماعية. (Heimer, 2014)

(2014) وأظهرت دراسة أجريت عام 2016 على QQ أن تأثير الأقران يؤثر بشكل كبير على نوايا الشراء، حيث يكون المستخدمون أكثر عرضة للشراء إذا قام أصدقاؤهم المباشرون أيضًا بالشراء، مما يؤكد أهمية الدوائر الاجتماعية المباشرة في عملية صنع القرار. (Zhu et al., 2016) الدراسة التي أجراها (Gil, Dwivedi, & Johnson, 2017). حول تأثير ضغط الأقران على تصورات المراهقين البرازيليين للمنتجات الفاخرة، كشف أن وضوح مفهوم الذات يؤثر بشكل كبير على هذه الديناميكيات الاجتماعية. وأظهرت النتائج أن ضغط الأقران والرغبة في الشعبية أثرا بشكل مباشر على دوافع المراهقين لاستهلاك السلع الفاخرة، مما سلط الضوء على أهمية هذه العوامل الاجتماعية في تشكيل السلوك الاستهلاكي للمراهقين. (Gil, Dwivedi, & Johnson, 2017) واستكشفت دراسة (Wang's 2017) كيف يؤثر ضغط الأقران على خيارات شراء الأزياء البيئية بين جيل Y وجيل Z، خاصة عند الترويج لها على وسائل التواصل الاجتماعي. أظهرت النتائج أن جيل الألفية يتأثر بشكل ملحوظ بضغط الأقران لشراء الأزياء البيئية. ومع ذلك، فإن الجيل Z يتأثر أكثر عندما يتم التواصل معه عبر Instagram. يلعب ضغط الأقران دورًا مزدوجًا: كمؤثر مباشر ووسيط بين الجيل ونوايا الشراء، مع اختلاف التأثير بناءً على منصة التواصل الاجتماعي. (Wang, 2017) تعمق مراجعة (Kaijanto 2018) بعنوان «تأثير الأقران في وسائل التواصل الاجتماعي» في عالم تأثير الأقران على منصات التواصل الاجتماعي، ويسلط الضوء على فعالية استراتيجيات التسويق عبر وسائل التواصل الاجتماعي، وصعود المؤثرين داخل هذه المنصات. وتؤكد على تأثير كبير للمؤثرين في مشهد وسائل التواصل الاجتماعي. (Kaijanto, 2018) وفي الدراسة التي أجراها (Li, et al., 2021). حول العوامل المؤثرة على الشراء الاندفاعي، خاصة أثناء جائحة كوفيد-19. باستخدام نموذج تأكيد التوقعات (ECM)، يسلط البحث الضوء على تأثير تأكيد المشاهير عبر الإنترنت وضغط الأقران على عمليات الشراء الاندفاعية عبر الإنترنت. (Li et al., 2021) يستكشف (Gopal, Lian, & Kaur, 2022) دوافع الشراء المندفع عبر الإنترنت بين طلاب الجامعات الماليزية، مع التركيز بشكل خاص على تأثير ضغط الأقران. تبحث الدراسة في كيفية تأثير خصومات الأسعار على قرارات الشراء لدى الشباب. مع تسليط الضوء على دور ضغط الأقران في عملية الشراء الاندفاعي، يقدم البحث رؤى للشركات التي تستهدف فئة الشباب البالغين في السوق الرقمية. وتتعرف الدراسة أيضًا بالقبود المحتملة بسبب التقويمات الأكاديمية. (Gopal, Lian, & Kaur, 2022) تؤكد دراسة (Rungsisawat & Chankoson, 2020) على دور توصيات الأقران على منصات مثل فيسبوك وتويتير في تشكيل تصورات العلامة التجارية وسلوك المستهلك. والتأثير الكبير لوسائل التواصل الاجتماعي في توجيه المستهلك، مما يعكس قوة المنصة في دفع نوايا الشراء من خلال التفاعلات بين الأقران. (Rungsisawat & Chankoson, 2020) وبحث دراسة (Senevirathna 2020). في تأثير ضغط الأقران على شراء الأزياء بين جيل الألفية السريلانكي، حيث ظهر التأثير المعلوماتي من خلال الكلام الشفهي خارج الإنترنت باعتباره أقوى محرك لعمليات الشراء المندفعة. وكشفت الدراسة عن اختلافات بين الجنسين، حيث أن جيل الألفية الإناث أكثر عرضة للشراء المندفع تحت ضغط الأقران. (Senevirathna, 2020) كشف البحث الذي أجراه (Jayanthi, & Reddy, 2015) في حيدر أباد أن التواصل بين الأقران يؤثر بشكل كبير على سلوكيات الشراء لدى المراهقين منذ سن مبكرة. وأن المراهقين يتأثرون بشدة بمجموعات أقرانهم، خاصة من خلال منصات التواصل الاجتماعي مثل فيسبوك وتويتير.

تعمل هذه المنصات على تعزيز تأثير تفاعلات الأقران على الوعي بالعلامة التجارية وقرارات الشراء. ومع ذلك، يأخذ المراهقون أيضًا في الاعتبار تفضيلاتهم الشخصية تجاه المنتجات، مما يشير إلى تفاعل معقد بين تأثير الأقران والاختيار الفردي في أنماط استهلاكهم. (Jayanthi & Reddy, 2015)

ضغط الأقران والسلوكيات القهرية والضارة

في دراسة (Schaefer, Adams, Haas, 2013). اتضح أن تأثير الأقران والمكانة الاجتماعية للمدخنين ضمن المجموعات عوامل مهمة في عادات التدخين لدى المراهقين، مما يكشف عن تفاعلات متغيرة للعوامل الاجتماعية التي تؤثر على التدخين بين الشباب. (Schaefer, Ad-ams, & Haas, 2013) أما دراسة (Vanden Abeele, et al., 2014). سعت للتحقق في تأثير تفاعلات الأقران على إرسال محتوى غير أخلاقي. أشارت النتائج إلى ارتباط استهلاك المراهقين للمحتوى بضغط الأقران (Vanden Abeele et al., 2014) وفي الدراسة التي أجراها (Hamm, et al., 2015). جرت مراجعة شاملة للمنشورات التي بحثت في الآثار الصحية للتمر عبر الإنترنت على الأطفال والمراهقين من خلال وسائل التواصل الاجتماعي. ومن بين 36 دراسة في 34 منشورًا، وجد أن متوسط انتشار التمر عبر الإنترنت يبلغ 23%. ويرجع ذلك في المقام الأول إلى مشاكل في العلاقات، وغالبًا ما كان المبحوثين يفتقرون إلى الوعي أو الثقة في معالجة المشكلة (Hamm et al., 2015) كما في دراسة (Heimer, 2016) حول العلاقة بين ضغط الأقران وجنوح الأحداث. باستخدام المقابلات، يسلط البحث الضوء على الحاجة إلى تمكين التدخلات، مثل تطبيقات الوسائط الاجتماعية وخطوط المساعدة، لمواجهة ضغط الأقران السلبي. وتؤكد النتائج أنه في حين أن ضغط الأقران يمكن أن يدفع الأحداث نحو الأنشطة الإجرامية، فإن التدخلات الاستراتيجية يمكن أن تخفف من هذه الآثار وتشجع السلوكيات الإيجابية. (Heimer, 2016)

كما بحث (Turel & Osatuyi, 2017). في المخاوف المتزايدة المحيطة بأنماط الاستخدام القهري بين بعض مستخدمي مواقع الشبكات الاجتماعية (SNS). وسعت إلى فهم محددات تأثير الأقران لاستخدام خدمات الشبكات الاجتماعية، واكتشفوا أن الزيادة في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي من قبل الأقران تؤدي إلى تصعيد السلوك القهري، في حين أن الكفاءة الذاتية في التعامل مع الضغط الاجتماعي تتصدى له. (Turel & Osatuyi, 2017) كما سلطت دراسة (Lavis, & Winter, 2020) الضوء على دور وسائل التواصل الاجتماعي في سياق إيذاء النفس بين الشباب. ووجدت أن العديد من الشباب المتورطين بالفعل في سلوكيات إيذاء النفس يلجأون إلى منصات مثل تويتر، وإنستغرام للحصول على دعم الأقران وطلب المساعدة، مما يشير إلى أن تأثيرات مختلفة للضرر والمنفعة، تتأثر بشكل كبير بتفاعلات الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي. (Lavis & Winter, 2020) كما بحثت دراسة (Gao, et al., 2021). الروابط بين الإيذاء عبر الإنترنت وضغط الأقران وأعراض الاكتئاب بين المراهقين. وتحليل بيانات 2407 مشارك، اوضحت نتائج الدراسة أن ضغط الأقران يساهم بشكل كبير في تأثير الإيذاء عبر الإنترنت على الصحة النفسية، مما يشير إلى الحاجة إلى تدخلات مستهدفة تعالج هذه القضايا المترابطة بين المراهقين. (Gao et al., 2021) وكشفت دراسة (Dalisy, et al., 2022). التي شملت 670 من طلاب المدارس المتوسطة أن التعرض لمحتوى التبغ على وسائل التواصل الاجتماعي دفع المراهقين إلى اعتبار هذه المواد أقل ضررا. علاوة على ذلك، زاد هذا التعرض من قابلية

تعرضهم لتأثير الأقران فيما يتعلق باستخدام التبغ. وتسلط الدراسة الضوء على كيف يمكن لوسائل التواصل الاجتماعي أن تشكل بشكل كبير مواقف وسلوكيات الشباب، مما يعزز الدور المؤثر لضغط الأقران في عمليات صنع القرار. (Dalisay et al., 2022) أما دراسة (Ou, & Colley, 2022). حول تأثير ضغط الأقران، مع التركيز بشكل خاص على سلوكيات الغش بين الطلاب، وأكدت الدراسة على الدور المهم الذي يلعبه ضغط الأقران في التأثير على عملية صنع القرار وتسلط الضوء على مخاطر الامتثال الأعمى للأغلبية. (ou et al., 2022) أما الدراسة التي أجراها (Teh, Tam, & Yap, 2023). بحثت العلاقة بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي وخطر تجربة السجائر الإلكترونية بين طلاب الجامعات الماليزية، وأوضحت أن الاستخدام المرتفع لوسائل التواصل الاجتماعي ينبئ بزيادة خطر تجربة السجائر الإلكترونية، ومع ذلك، فإن مقاومة تأثير الأقران تتوسط بشكل كامل العلاقة بين تقدير الذات وخطر التجريب، مما يشير إلى أن القدرة على مقاومة ضغط الأقران هي آلية رئيسية يؤثر من خلالها تقدير الذات على احتمالية استخدام السجائر الإلكترونية. (Teh, Tam, & Yap, 2023) وكذلك دراسة (داليا المتبولي -2023) والتي سعت "للكشف عن العلاقة بين اعتماد الشباب على مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى الشعور بالاكتئاب والقلق المستقبلي لديهم وتوصلت إلى وجود علاقة بين معدلات تعرض واعتماد الشباب على مواقع التواصل الاجتماعي في حياتهم اليومية ودرجة الإكتئاب لديهم نتيجة تعرضهم أو اعتمادهم على هذه المواقع. (Al-Matbouli, 2023)

ضغط الأقران والعلاقة بين المراهقين

بحثت دراسة (Bennett, 2017) في تأثير مشاركة الفيسبوك على ضغط الأقران الملحوظ والاهتمام بالعلاقات الرومانسية بين المراهقين الذين تتراوح أعمارهم بين 14 و 17 عامًا. وعلى الرغم من الزيادة في استخدام الفيسبوك بين هذه الفئة العمرية، فإن الدراسة، التي شملت 42 مشاركًا، لم تجد ارتباطات واضحة بين ضغط الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي والاهتمامات الرومانسية (Bennett, 2017) كما بحثت دراسة (Williams, 2020). كشفت أن المراهقين غالبًا ما يحتفظون بحسابين على إنستغرام: حساب «رئيسي» عام لتقديم الذات بشكل مثالي، وحساب خاص للتعبير الحقيقي عن الذات. وسلطت الدراسة الضوء على أنه في حين مارس الحساب «الرئيسي» ضغوطًا للحفاظ على الصورة المثالية، فإن الحساب الآخر سمح بمشاركة أكثر أصالة أظهر هذا الاستخدام المزدوج لوسائل التواصل الاجتماعي مدى تعقيد التعامل مع الذات وضغط الأقران في العصر الرقمي. (Williams, 2020) وركزت دراسة (Lambton-Howard, et al., 2021). على دعم الأقران القائم على تطبيق WhatsApp والمصمم للأفراد الذين يتعاملون مع مرض السكري من خلال فقدان الوزن، تبين أن النظام يسهل بشكل فعال دعم الأقران الحقيقي ويتكيف مع عادات المستخدمين على وسائل التواصل الاجتماعي. (Lambton-Howard et al., 2021) كما بحث (Roche, 2021) في دور تأثير الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي في تشكيل سلوك التبرع تجاه المنظمات غير الربحية ذات الأهداف الاجتماعية، تناولت الدراسة المنصات الرقمية. مع التركيز على مستخدمي وسائل التواصل الاجتماعي الذكور الذين تتراوح أعمارهم بين 20 إلى 40 عامًا، إحدى النتائج البارزة كانت تأثير الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي على ميول التبرع. (Roche, 2021) يستكشف

(Wang, Chen, R. R. and Yang, 2023) , الاستخدام القهري لوسائل التواصل الاجتماعي من خلال تحليل الاحتياجات الفردية (مثل الحاجة إلى الانتماء والحاجة إلى التفرد) وتأثيرات الأقران. ومن خلال استطلاع آراء 459 من مستخدمي WeChat ، اكتشفوا أنه في حين تساهم الاحتياجات الشخصية وضغوط الأقران في الاستخدام القهري ، فإن تأثير الأقران يتضاءل بالنسبة لأولئك الذين لديهم رؤية ذاتية قوية ومستقلة (Wang & Yang, 2023)

ضغط الأقران والترابط الاجتماعي

بحثت (Wang & Zaman, 2019) في تأثير ضغط الأقران على الإنفاق في الألعاب متعددة اللاعبين عبر الإنترنت مثل League of Legends وOverwatch. واتضح وجود علاقة إيجابية بين حجم قائمة أصدقاء اللاعب وإنفاقه داخل اللعبة. والبحث يسلط الضوء على تأثير ديناميكيات الأقران في بيئات الألعاب عبر الإنترنت. (Wang & Zaman, 2019) كما بحثت دراسة (Joseph, & D'Mello, 2021) تأثير استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على علاقات المراهقين، مع التركيز على الارتباط بالأباء والأقران. تم إجراء البحث على 66 شابًا. وأوضحت النتائج أنه بينما يلجأ المراهقون إلى وسائل التواصل الاجتماعي لسد الفجوات الاجتماعية، فإن هذا قد يؤدي إلى إضعاف الاتصالات مع دوائرهم الاجتماعية المباشرة. (Joseph & D'Mello, 2021) اما دراسة (Armstrong-Carter, et al., 2023) استكشفت آثار استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على الترابط الاجتماعي لدى المراهقين بالتركيز على 212 مراهقًا في جنوب شرق الولايات المتحدة، وجدت أن أولئك الأكثر عرضة لتأثير الأقران شعروا بأنهم أقل ارتباطًا اجتماعيًا ويسعون إلى المزيد من التفاعل الاجتماعي والتجارب الجديدة بعد استخدام وسائل التواصل الاجتماعي. (Armstrong-Carter et al., 2023)

التعليق على الدراسات السابقة:

- تناولت الدراسات تأثير استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على الصحة النفسية للمراهقين. وكذلك تأثير التمر عبر الإنترنت، والمخاوف المتعلقة بصورة الجسد.
- في حين قامت دراسات أخرى بإلقاء الضوء حول تأثير ضغط الأقران عبر الإنترنت على سلوكيات مثل الاندفاع إلى الشراء، والمشاركة في الأنشطة. وأخرى على تأثير وسائل التواصل الاجتماعي وتأثير الأقران على سلوكيات الصحة العامة، مثل عادات التغذية الصحية.
- بحثت بعض الدراسات كيفية تأثير تفاعلات الأقران على منصات التواصل على الجوانب الأكاديمية، وعادات الدراسة، ودوافع التعلم وبخاصة في التعليم الجامعي كما سعت لاستكشاف التحول الذي طرأ على علاقات الأقران ، وظهور سلوكيات جديدة عبر الإنترنت.
- سلطت بعض الدراسات الضوء على الاختلافات الثقافية والإقليمية في تأثير وسائل التواصل الاجتماعي وضغط الأقران، مثل الدراسات التي تركز على بلدان أو مناطق محددة.
- وفي كل تلك الدراسات كان ضغط الأقران بين المراهقين على وسائل التواصل حاضرا وبقوة في تكوين اتجاه أو تشكيل سلوك، أو الدفع لاتخاذ موقف لم يكن يحدث لولا ضغط الأقران وكذلك الرغبة في الانتماء أو التطابق، إلا ان ذلك كان يصطدم بأصحاب الرؤية الذاتية والباحثين عن التفرد.

حدود الاستفادة من الدراسات السابقة:

- استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في تحديد مشكلة الدراسة، والمنهج المستخدم، وكذلك عينة الدراسة ومن الملاحظ أنه في حين تم ملاحظة التأثير العام لضغط الأقران، إلا أن تأثيره على سلوكيات محددة عبر الإنترنت، مثل مشاركة المحتوى، والتعليق، وطبيعة التفاعلات عبر الإنترنت، وكيف تؤثر هذه السلوكيات ودورها في تقدير الذات كان أقل استكشافاً وهو ما سعت إليه الدراسة إلى الحالية.
- كما تتناول الدراسة الحالي آليات التعامل مع ضغط الأقران من خلال استكشاف كيفية تعامل المراهقين مع ضغط الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي وكيف تؤثر آليات التكيف على تقديرهم لذاتهم.
- لذلك يمكن للدراسة الحالية أن تساهم في معالجة فجوات وتقديم رؤى جديدة لاستكشاف أكثر دقة لكيفية تأثير ضغط الأقران على منصات وسائل التواصل الاجتماعي على وجه التحديد على تقدير الذات بين المراهقين.

الإطار النظري للدراسة :

نظرية المقارنة الاجتماعية

قدم عالم النفس الاجتماعي ليون فيستنجر نظرية المقارنة الاجتماعية في عام 1954. وهي تشرح كيف يقوم الأفراد بتقييم آرائهم ورغباتهم من خلال مقارنة أنفسهم بالآخرين. الإطار الأساسي للنظرية هو فكرة أن هناك دافعاً داخل الأفراد للنظر إلى الصور الخارجية من أجل تقييم آرائهم وقدراتهم. قد تكون هذه الصور إشارة إلى الواقع المادي أو بالمقارنة مع أشخاص آخرين. ينظر الناس إلى الصور التي يصورها الآخرون على أنها واقعية ويمكن الحصول عليها، ومن ثم يقومون بإجراء مقارنات فيما بينهم ومع الآخرين.

في رؤيته الأولية، افترض فيستنجر. أن البشر لديهم دافع لتقييم أنفسهم من خلال فحص آرائهم وقدراتهم مقارنة بالآخرين. وأضاف أن الميل إلى مقارنة الذات مع شخص آخر يتناقص كلما أصبح الفرق بين رأي ذلك الشخص أو قدرته أكثر تباعدًا.

كما افترض أن هناك توجهًا تصاعديًا نحو تحقيق قدرات أكبر، لكن هناك قيودًا تجعل تغييرها شبه مستحيل، وأن التوقف عن المقارنة بين النفس والآخرين يسبب العداة والاستخفاف بالآراء. كما ذكرت فرضياته أن التحول في أهمية مجموعة المقارنة سيزيد من الضغط نحو التماثل مع تلك المجموعة. ومع ذلك إذا كان الشخص أو مجموعة المقارنة متباعدة جدًا، فإن الميل إلى تضييق نطاق المقارنة يصبح أقوى.

يعتقد فيستنجر أن الأفراد عمومًا يفضلون المعلومات الموضوعية لتقييم موقفهم بشأن سمة معينة، ولكن عندما لا تكون هذه المعلومات متاحة، يلجؤون إلى الآخرين للحصول على معلومات اجتماعية، وشدد على العواقب الشخصية للمقارنة الاجتماعية. كل شخص يفعل ذلك من وقت لآخر، لأنه في الغالب يمكن أن يؤدي وظائف أساسية، مثل توفير معلومات مفيدة حول مكانة الفرد في عالمه الاجتماعي، والشعور بالرضا عن نفسه، وتعلم كيفية التكيف مع المواقف الصعبة. (Buunk & Gib-)

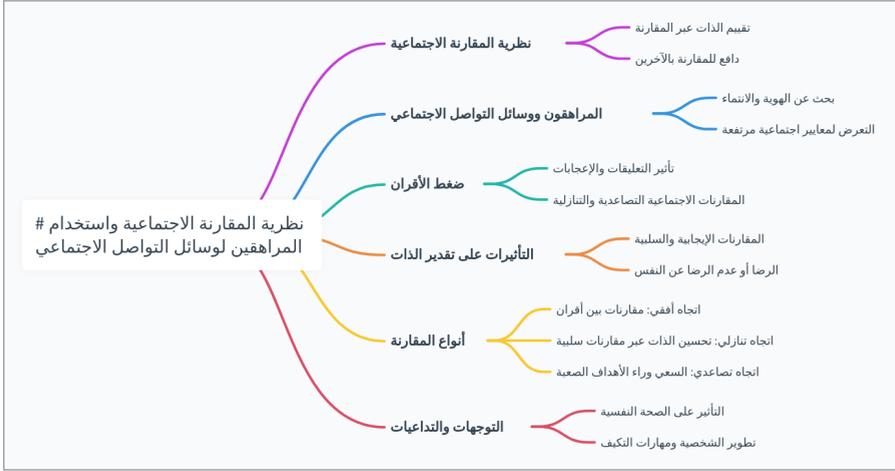
(bons, 2007)

كما أشار إلى وجود نوعان رئيسيان من المقارنات الاجتماعية: للأعلى والأسفل. تحدث المقارنة الاجتماعية التصاعدية عندما يقارن الأفراد أنفسهم بالآخرين الذين يعتبرونهم اجتماعيًا أعلى منهم بطريقة ما. يقارن الناس أنفسهم عمدا مع الآخرين حتى يتمكنوا من جعل وجهات نظرهم الذاتية أكثر إيجابية. في هذا النوع من المقارنة، يريد الناس أن يصدقوا أنهم جزء من النخبة، وأن يقوموا بإجراء مقارنات توضح أوجه التشابه في أنفسهم وفي مجموعة المقارنة التصاعدية، من ناحية أخرى تعمل المقارنة الاجتماعية التنازلية في الاتجاه المعاكس باعتبارها تمثل ميل دفاعي لتقييم الذات مع مجموعة تكون مشاكلها أكثر خطورة من مشاكل الفرد. ويحدث هذا عندما ينظر الأشخاص المهددون إلى الآخرين الذين هم أقل حظًا منهم. تؤكد النظرية أن المقارنة التنازلية يميل الناس إلى إجرائها عندما يرغبون في الشعور بالسعادة وتعزيز الذات. (Suls, Martin, & Wheeler, 2002)

وبشكل أكثر تحديدًا، بالإضافة إلى التقييم الذاتي، قد يقارن الأفراد أنفسهم مع الآخرين لتحسين مهاراتهم أو قدراتهم (تحسين الذات) ولحماية أو تعزيز احترامهم لذاتهم لتعزيز الذات، وبالتالي فإن المفهوم الحالي والأوسع لنظرية المقارنة الاجتماعية يشمل «أي عملية يربط فيها الأفراد خصائصهم بخصائص الآخرين» وتشمل مقارنات على ابعاد المختلفة. (Dijkstra, Gibbons, & Buunk, 2010)

ووفقا لهذه النظرية يمكن تقسيم المقارنة الاجتماعية إلى ثلاثة أنواع مختلفة لها وظائف متباينة: **اتجاه أفقي:** حيث تكون المقارنة بين أشخاص متساويين وتكون أكثر فائدة لجمع معلومات عن شخص، وأوضحت الأبحاث أن الأشخاص يميلون إلى مقارنة أنفسهم بمن يشبههم. (Wills, 1981) **اتجاه تنازلي:** حيث يميل الأشخاص غالبا إلى مقارنة أنفسهم بأشخاص أسوأ حالا لأن من شأن ذلك تحسين تقدير الذات. وتم ربط المقارنة التنازلية بنتائج إيجابية للصحة النفسية مثل انخفاض القلق (Steers, Wickham, & Acitelli, 2014)

اتجاه تصاعدي: يتضمن المقارنة بأشخاص يعتقد بأن أدائهم أفضل، في هذا النوع من المقارنة، يريد الناس أن يصدقوا أنهم جزء من النخبة (Bäzner et al., 2006) والمقارنة الاجتماعية التصاعدية قائمة على المنافسة، بينما المقارنة التنازلية قائمة على تحديد أوجه التشابه والاختلاف في الأفكار والمواقف والقيم والمعتقدات، والمواقع الاجتماعية (Ibrahim, 2023)



تساؤلات الدراسة :

- ما معدل استخدام المراهقين لوسائل التواصل الاجتماعي؟
- ما الأسباب التي تدفع المراهقين لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي؟
- ما الموضوعات التي يفضل الأفراد متابعتها على وسائل التواصل الاجتماعي؟
- ما مدى تفاعل المراهقين مع أقرانهم على وسائل التواصل الاجتماعي؟
- ماهي وسائل التواصل الاجتماعي التي يفضل المراهقين استخدامها للتفاعل مع أقرانهم؟
- ما الأنشطة التي يشارك المراهقين أقرانهم على منصات التواصل الاجتماعي؟
- العوامل المؤثرة على سلوك المراهقين على منصات التواصل الاجتماعي؟
- ما مدى تأثير تفاعلات المراهقين مع أقرانهم على وسائل التواصل الاجتماعي على مواقفهم وتفضيلاتهم؟
- ما مدى تأثير تفاعلات المراهقين مع أقرانهم على وسائل التواصل الاجتماعي على تقديمهم لأنفسهم على منصات وسائل التواصل الاجتماعي؟
- ما مدى الشعور بالضغط من قبل المراهقين للتوافق مع سلوكيات وخيارات بسبب التفاعلات مع أقرانهم على وسائل التواصل الاجتماعي؟
- كيف تؤثر تفاعلات المراهقين مع الأقران على تقديرهم لذاتهم؟
- ما تأثير التفاعلات الإيجابية والسلبية للأقران على وسائل التواصل الاجتماعي على تقدير المراهقين لذاتهم؟
- ما طبيعة المقارنة الاجتماعية التصاعدية والتنازلية مع الأقران وتقدير المراهقين لذاتهم؟

متغيرات الدراسة :

متغيرات مستقلة

- مدى تفاعل الأفراد مع أقرانهم على وسائل التواصل الاجتماعي
- مدى الشعور بالضغط من قبل الأفراد للتوافق مع سلوكيات وخيارات بسبب التفاعلات مع أقرانهم على وسائل التواصل الاجتماعي
- طبيعة المقارنة الاجتماعية (تصاعدية - تنازلية) التي يقوم بها الفرد في تفاعله مع الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي

متغيرات تابعة

- تقدير الأفراد لذاتهم
 - مدى التوافق مع الأقران التي يتم التفاعل معهم
 - تقديم الأفراد لأنفسهم على وسائل التواصل الاجتماعي
- #### متغيرات وسيطة
- العوامل الديموجرافية (النوع - السن - مستوى التعليم)

فروض الدراسة:

- **الفرض الأول:** توجد علاقة ارتباطية دالة بين الشعور بالضغط من الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي وبين التأثير على سلوك المراهقين
- **الفرض الثاني:** توجد علاقة ارتباطية دالة بين الشعور بالضغط من الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي وبين المقارنة (التنازلية- التصاعدية)
- **الفرض الثالث:** توجد علاقة ارتباطية دالة بين مدى شعور المراهق بضغط الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي وبين تقدير الذات.
- **الفرض الرابع:** توجد علاقة ارتباطية دالة بين المقارنة الاجتماعية (التنازلية - التصاعدية) على وسائل التواصل الاجتماعي وبين تقدير المراهق لذاته.
- **الفرض الخامس:** توجد علاقة ارتباطية دالة بين تأثير التفاعلات (السلبية- الإيجابية) بين المراهقين الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي وبين تقدير الذات.
- **الفرض السادس:** توجد فروق ذات دلالة بين قيام المراهقين بالمقارنة التنازلية على وسائل التواصل الاجتماعي بحسب خصائصهم الديموجرافية (السن- النوع - المستوى التعليمي)
- **الفرض السابع:** توجد فروق ذات دلالة بين قيام المراهقين بالمقارنة التصاعدية على وسائل التواصل الاجتماعي بحسب خصائصهم الديموجرافية (السن- النوع - المستوى التعليمي).

نوع الدراسة :

تنتهي هذه الدراسة إلى الدراسات الوصفية التي تهدف إلى وصف الخصائص أو السلوكيات الموجودة في مجموعة محددة وتقديم صورة دقيقة وشاملة للظاهرة المدروسة. وتسعى الدراسة لوصف وتحليل كيف يؤثر ضغط الأقران بين المراهقين على وسائل التواصل الاجتماعي في تقدير الفرد لذاته، مع التركيز على فهم العلاقات بين المتغيرات المختلفة.

منهج الدراسة :

تعتمد الدراسة على منهج المسح الذي يساعد في الحصول على معلومات حول الظاهرة، ويفيد المسح هنا في جمع معلومات حول كيفية تأثير التفاعلات بين المراهقين الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقته بتقديرهم للذات وقد تم الاعتماد على منهج المسح التفسيري.

عينة الدراسة :

تمثلت عينة الدراسة في 300 مفردة من الذين يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي من المراهقين بمستويات عمرية وتعليمية مختلفة من 11 إلى 21 سنة في إطار مرحلة المراهقة الثلاثة (مرحلة المراهقة المبكرة 11-14، ثم مرحلة المراهقة المتوسطة من 15-17، ثم مرحلة المراهقة المتأخرة من 18-21 سنة وقد تم اختيار العينة بشكل عمدي بناء على متطلبات محددة تلي متطلبات الدراسة راعت فيها استخدام وسائل التواصل، والتفاعل مع غيرهم من المستخدمين وبمستويات مختلفة.

خصائص عينة الدراسة :

جدول رقم (1) خصائص عينة الدراسة (ن=300)

%	ك	خصائص عينة الدراسة	
		النوع	السن
44%	132	ذكر	
56%	168	أنثى	
21.4%	64	14-11	السن
34%	102	17-15	
44.6%	134	21-18	
22.7%	68	إعدادي	المستوى الدراسي
30.6%	92	ثانوي	
46.7%	140	جامعي	

أداة جمع البيانات:

الاستبيان

اعتمدت الدراسة على استبيان الكتروني على المراهقين الذين يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي في المرحلة العمرية للمراهقة والتي تبدأ من المراهقة المبكرة من سن 11-14 ثم المراهقة المتوسطة من سن 15-17 ثم المراهقة المتأخرة من سن 18-21 بما يساعد على اختيار الوقت والمكان الملائمين ويزيد من مردود الاستجابات. واشتملت على أسئلة تتعلق بمعدل استخدام لوسائل التواصل الاجتماعي، ومدى التفاعل مع أقرانهم، وتأثير ذلك على تقديمهم لأنفسهم على منصات وسائل التواصل الاجتماعي، ونوع المقارنة الاجتماعية مع الأقران وعلاقتها بتقدير الذات.

مقاييس الدراسة:

جدول رقم (2) مقاييس الدراسة

تصنيف المبحوثين	توزيع الدرجات	المتغيرات
(27-9) منخفض (9-14) متوسط (15-21) مرتفع (22-27)	موافق (3 درجات) محايد (درجتين) معارض (درجة)	التأثير على سلوكهم على وسائل التواصل الاجتماعي
(27-9) منخفض (9-14) متوسط (15-21) مرتفع (22-27)	موافق (3 درجات) محايد (درجتين) معارض (درجة)	تأثير التفاعلات السلبية على وسائل التواصل الاجتماعي
(24-8) منخفض (8-13) متوسط (14-18) مرتفع (19-24)	موافق (3 درجات) محايد (درجتين) معارض (درجة)	تقدير الذات
(21-7) منخفض (7-11) متوسط (12-16) مرتفع (17-21)	موافق (3 درجات) محايد (درجتين) معارض (درجة)	الانتماء والمطابقة
(24-8) منخفض (8-13) متوسط (14-18) مرتفع (19-24)	موافق (3 درجات) محايد (درجتين) معارض (درجة)	المقارنة الاجتماعية التنافسية
(24-8) منخفض (8-13) متوسط (14-18) مرتفع (19-24)	موافق (3 درجات) محايد (درجتين) معارض (درجة)	المقارنة الاجتماعية التصاعدية

صدق المقاييس وثباتها:

جدول رقم (3) صدق المقاييس وثباتها

معامل الصدق الذاتي	ثبات ألفا كرونباخ	المتغيرات
0.902	0.814	التأثير على سلوكهم على وسائل التواصل الاجتماعي
0.908	0.825	تأثير التفاعلات السلبية على وسائل التواصل الاجتماعي
0.893	0.798	تقدير الذات
0.898	0.807	الانتماء والمطابقة
0.914	0.836	المقارنة الاجتماعية التنازلية
0.884	0.781	المقارنة الاجتماعية التصاعدية

يتضح من بيانات الجدول السابق أن جميع المقاييس (ثبات ألفا كرونباخ- معامل الصدق الذاتي) أثبتت درجة مرتفعة من الثبات والصدق، مما يشير إلى أن العناصر الموجودة داخل كل مقياس متسقة في قياس ما يجب قياسه، وتضمن قياس ضغط الأقران وتقدير الذات والمقارنة الاجتماعية والأبعاد المرتبطة بهما بدقة.

النتائج العامة للدراسة:

نتائج الدراسة الميدانية:

1 - معدل التعرض لوسائل التواصل الاجتماعي

جدول رقم (4) معدل التعرض لوسائل التواصل الاجتماعي

%	ك	معدل التعرض
2%	6	نادراً
14.7%	44	أحياناً
83.3%	250	دائماً
100%	300	الإجمالي

يتضح من بيانات الجدول السابق أن غالبية المراهقين عينة الدراسة يتعرضون لوسائل التواصل الاجتماعي (83.3%) بوتيرة مستمرة. ما يعني أن وسائل التواصل الاجتماعي تمثل جزء ثابت من سلوكهم اليومي، إضافة إلى أن (14.7%) يتعرضون لوسائل التواصل أحياناً، في حين إن نسبة صغيرة جداً (2%) من المراهقين نادراً ما يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي لتلقي النتائج الضوء على استخدام عينة الدراسة لوسائل التواصل على نطاق واسع .

2 - عدد أيام التعرض لوسائل التواصل الاجتماعي أسبوعيًا

جدول رقم (5) عدد أيام التعرض لوسائل التواصل الاجتماعي أسبوعيًا

عدد الأيام	ك	%
يوم واحد	13	4.3%
من يومين إلى ثلاثة أيام	26	8.7%
من أربعة إلى خمسة أيام	17	5.7%
كل يوم	244	81.3%
الإجمالي	300	100%

يتضح من بيانات الجدول السابق على الحضور الواضح لوسائل التواصل الاجتماعي في حياة المراهقين، حيث أشار 81.3% إلى أنهم يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي كل يوم. يؤكد هذا المستوى من المشاركة اليومية على العادات الاتصالية التي باتت وسائل التواصل جزء رئيس منها، كما أن هذه النتيجة توضح أن هذه المنصات يتعامل معها المراهقون وفق نمط مستمر تشير النسب المئوية للمراهقين الذين يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي ليوم واحد فقط (4.3%) أو يومين إلى ثلاثة أيام (8.7%) أسبوعيًا إلى أن الاستخدام المتقطع غير شائع هذه المرحلة العمرية.

1 - عدد ساعات التعرض لوسائل التواصل الاجتماعي في اليوم.

جدول رقم (6) عدد ساعات التعرض لوسائل التواصل الاجتماعي في اليوم

عدد الساعات	ك	%
أقل من ساعة	25	8.3%
من ساعتين لأقل من ثلاث ساعات	86	28.7%
ثلاث ساعات فأكثر	189	63%
الإجمالي	300	100%

تشير النتائج في هذا الجدول إلى تعرض يومي واضح مع وسائل التواصل الاجتماعي بين المراهقين، حيث تقضي الأغلبية (63%) ثلاث ساعات فأكثر على هذه المنصات كل يوم. يشير هذا المستوى من المشاركة إلى أن وسائل التواصل الاجتماعي تلعب دورًا كبيرًا في حياتهم اليومية. وأن النسبة الأقل من المشاركين (8.3%) الذين يقضون أقل من ساعة على وسائل التواصل الاجتماعي يوميًا مما يشير إلى طبيعة انتشار هذه المنصات بين المراهقين. وتؤكد نسبة (28.7%) أنها تقضي ساعتين إلى ثلاث ساعات على تلك المنصات.

2 - أسباب متابعة وسائل التواصل الاجتماعي

جدول رقم (7) أسباب متابعة وسائل التواصل الاجتماعي (ن=300)

أسباب المتابعة	ك	%
البقاء على تواصل مع الآخرين	240	80%
الترفيه: للمتعة والترفيه	238	79.3%
الحصول على المعلومات والأخبار	224	74.7%
عدم الشعور بالوحدة	93	31%
التعليم من خلال التعرف على موضوعات مختلفة	157	52.3%
الترويج لأعمال الشخصية	91	30.3%
التعبير عن الذات من خلال مشاركة الأفكار أو مقاطع الفيديو أو الصور	109	36.3%
للعثور على محتوى تحفيزي أو قصص ملهمة	125	41.7%
التسوق والحصول على المنتجات أو الخدمات	144	48%
عادة ملازمة لنشاطي اليومي	103	34.3%

جاء البقاء على اتصال مع الآخرين (80%) والبحث عن الترفيه (79.3%) في مقدمة دوافع متابعة المراهقين عينة الدراسة لوسائل التواصل الاجتماعي، وتؤكد الأدوار الاجتماعية والترفيهية التي تلعبها وسائل التواصل الاجتماعي في حياة المراهقين. ثم الحصول على المعلومات والأخبار (74.7%) وهو ما يشير إلى أهميتها كمصدر للمعرفة. ويعكس الاستخدام التعليمي (52.3%) الدوافع النفسية لوسائل التواصل الاجتماعي كما يجذب المحتوى التحفيزي والقصص الملهمة (41.7%)، مما يشير إلى أن العديد من المستخدمين الشباب يبحثون عن محتوى إيجابي ومحفز. كما أشار (48%) إلى التسوق والحصول على المنتجات أو الخدمات، كما اعتبرها (36.3%)، وسيلة مهمة للتعبير عن الذات ومشاركة الأفكار مع آخرين. في حين يعتبرها (34.3%) ضمن إطار الأنشطة اليومية المعتادة. واعتبرها (31%) الوسيلة المثلى للخروج من العزلة، أما دورها في الترويج للأعمال أشار إليه نسبة (30.3%) وهم من أصحاب المشاريع الصغيرة والأفكار الناشئة على وسائل التواصل الاجتماعي. ويتضح من دوافع المراهقين لمتابعة وسائل التواصل الاجتماعي أنها مزيج من الدوافع النفسية والطقوسية في نسق متكامل ومتمازج وهو ما يشير إلى أهمية هذه الوسائل ودورها في حياتهم.

1 - مدى التفاعل مع الأقران على مواقع التواصل الاجتماعي

جدول رقم (8) مدى التفاعل مع الأقران على مواقع التواصل الاجتماعي

مدى التفاعل	ك	%
نادراً	15	5%
أحياناً	116	38.7%
دائماً	169	56.3%
الإجمالي	300	100%

النسبة الغالبة من عينة الدراسة (56.3%)، أفادوا بأنهم يتفاعلون بصورة دائمة مع أقرانهم. عبر وسائل التواصل الاجتماعي مما يؤكد على الدور المهم الذي تلعبه تلك المنصات في الحياة الاجتماعية للمراهقين، وأشار نسبة (38.7%) إلى أنهم يتفاعلون أحياناً مع أقرانهم أي على أساس أقل انتظاماً. في حين أن النسبة الأضعف (5%)، أفادوا أنهم نادراً ما يتفاعلون مع أقرانهم على وسائل التواصل الاجتماعي. تسلط هذه النسبة المنخفضة الضوء على الطبيعة المنتشرة للتفاعل عبر وسائل التواصل الاجتماعي بين المراهقين وهو ما يؤكد دورها الحيوي للتفاعل بين الأقران بين المراهقين.

2 - أسباب تفضيل استخدام منصات اجتماعية معينة للتفاعل مع الأقران.

جدول رقم (9) أسباب تفضيل استخدام منصات اجتماعية معينة للتفاعل مع الأقران (ن=300)

أسباب التفضيل	ك	%
معظم أصدقائي يستخدمون هذه المنصة	191	63.7%
لا أريد أن أفوت فرصة الاطلاع على الاتجاهات والمناقشات	66	22%
من الأسهل بالنسبة لي مشاركة المحتوى الذي أفضله ورؤيته	141	47%
الميزات المحددة للمنصة (مثل المرشحات والقصص وردود الفعل)	90	30%
أستطيع التعبير عن نفسي بشكل أفضل على هذه المنصة	98	32.7%
المحتوى الموجود على هذه المنصة أكثر تسلية وجاذبية من المحتوى الآخر	130	43.3%

«معظم أصدقائي يستخدمون هذه المنصة». جاء في مقدمة الأسباب التي تجعل الفرد من المراهقين يفضل منصة معينة من وسائل التواصل دون غيرها وذلك بنسبة (63.7%) وهو ما يشير إلى أهمية حضور الأقران في اختيارات بعضهم، وكذلك قيمة الدائرة الاجتماعية المباشرة للمستخدم، وأشارت بنسبة (47%) إلى سهولة «مشاركة وعرض المحتوى المفضل»، مما يشير إلى أن ما تتيحه المنصة من ميزات للاستخدام له أهمية بالغة في جذب المستخدمين المراهقين والاحتفاظ بهم. كما أشارت نسبة (43.3%) أنه يرجع إلى «المحتوى الترفيهي والجذاب على هذه المنصة» وهذا يؤكد أهمية نوع المحتوى في جذب المستخدمين المراهقين إلى المنصة. كما أن «التعبير عن نفسي بشكل أفضل على هذه المنصة» أمراً مهماً لنسبة (32.7%)، وهو ما يعكس أهميتها كمساحة للتعبير الشخصي، ثم «الميزات المتاحة على المنصة» (مثل المرشحات والقصص وردود الفعل) هي السبب وراء تفضيل نسبة (30%) لمنصة معينة. ما يعني أن الميزات التي تعزز تجربة المستخدم وتفاعله يمكن أن تؤثر بشكل كبير على الفرد، تعد الرغبة في «عدم تفويت الفرصة للاطلاع على الاتجاهات والمناقشات» عاملاً مهماً آخر، حيث أشار نسبة (22%) إلى ذلك كسبب لتفضيلهم للمنصة. ويعكس هذا دور وسائل التواصل الاجتماعي في مواكبة الاتجاهات المجتمعية ومجموعات الأقران.

3 - الأنشطة محل المشاركة أثناء التفاعل مع الأقران على منصات التواصل الاجتماعي

جدول رقم (10) الأنشطة محل المشاركة أثناء التفاعل مع الأقران على منصات التواصل الاجتماعي (ن=300)

الأنشطة محل المشاركة	ك	%
الردشة والمشاركة في محادثات نصية في الوقت الفعلي	٢١٣	٪٧١
مشاركة الصور أو مقاطع الفيديو أو الميمات	٢٠٣	٪٦٧,٧
مشاركة التحديثات الشخصية أو الأفكار أو الخبرات	١٣١	٪٤٣,٧
التفاعل مع مشاركات الزملاء من خلال الإعجاب والتعليقات	١٣٩	٪٤٦,٣
المشاركة في الألعاب عبر الإنترنت أو التحديات مع الأقران	١٠٨	٪٣٦
الانضمام أو الترويج للقضايا الاجتماعية أو الحملات التطوعية	٨٠	٪٢٦,٧
مناقشة الاهتمامات أو الهوايات المشتركة	١٠٥	٪٣٥
البحث المباشر للأحداث التي أشارك فيها	٥١	٪١٧
طلب المشورة أو الآراء من الأقران	٧٣	٪٢٤,٣

توضح نتائج الجدول أن « المشاركة في الدردشة والمحادثات النصية في الوقت الفعلي » هو النشاط الأكثر شيوعًا بين مستخدمي وسائل التواصل من المراهقين وذلك بنسبة (71%). وهو ما يشير إلى أهمية التواصل والتفاعل الفوري بين المستخدمين الأقران، كما جاءت « مشاركة الصور أو مقاطع الفيديو أو الميمات » بنسبة (67.7%). وهذا يعكس الطبيعة المرئية لوسائل التواصل الاجتماعي ودورها كمساحة لمشاركة التجارب الشخصية والمحتمل الترفيهي، وكذلك نسبة (46.3%) من المستخدمين يتفاعلون مع منشورات الزملاء من خلال الإعجابات والتعليقات، أما « مشاركة التحديثات الشخصية أو الأفكار أو التجارب » جاءت بنسبة (43.7%)، مما يشير إلى دور وسائل التواصل الاجتماعي كمساحة يمكن للأفراد التعبير عن هوياتهم وتوثيق حياتهم. وجاءت « مناقشة الاهتمامات أو الهوايات المشتركة بنسبة (35%)، حيث يتم عرض وسائل التواصل الاجتماعي كفضاء للعثور على أصحاب التفكير المماثل والتواصل بينهم. ثم « اختيار المشاركة في الألعاب أو التحديات عبر الإنترنت مع الأقران » بنسبة (36%) وكذلك « الترويج أو الانضمام إلى القضايا الاجتماعية أو الحملات التطوعية » بنسبة (26.7%)، و« طلب المشورة أو الآراء من الأقران » بنسبة (24.3%)، مما يعكس الطبيعة الاستشارية والداعمة لشبكات الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي.، وتعتبر أحداث البث المباشر التي يشاركون فيها أقل شيوعًا، جاءت بنسبة (17%).

4 - تقرير نوع نشاط التفاعل محل المشاركة على منصات التواصل الاجتماعي

جدول رقم (11) تقرير نوع نشاط التفاعل محل المشاركة على منصات التواصل الاجتماعي (ن=003)

طريقة تقرير نوع نشاط التفاعل	ك	%
الأنشطة التي تتوافق مع اهتماماتي وهواياتي	237	79%
أشارك في الأنشطة بناءً على ما يفعله أقراني أو يهتمون به	91	30.3%
أشارك في المناقشات أو الأنشطة المتعلقة بالأحداث الجارية أو الموضوعات الشائعة	112	37.3%
أشارك في الأنشطة التي تزودني بمعلومات أو معرفة جديدة	142	47.3%
أختار الأنشطة التي تساعدني على التواصل مع أصدقائي	113	37.7%
أشارك في الأنشطة التي تسمح بالتعبير عن أفكاري وآرائي	106	35.3%

يتضح من نتائج الجدول أن «الأنشطة التي تتوافق مع اهتماماتي وهواياتي» أهم أسباب اختيار الأنشطة التفاعلية على وسائل التواصل الاجتماعي، وذلك بنسبة (79%) من عينة الدراسة، وتجذب «الأنشطة التي توفر معلومات أو معرفة جديدة» بنسبة (47.3%) مما يشير إلى أهمية تلك المنصات في نشر المعلومات «وجاءت» الأنشطة التي تسهل التواصل مع الأصدقاء بنسبة (37.7%)، مما يؤكد أهميتها كأداة للحفاظ على الروابط الاجتماعية. ثم «المشاركة في المناقشات أو الأنشطة المتعلقة بالأحداث الجارية أو الموضوعات الشائعة» من بنسبة (37.3%)، أما «المشاركة في الأنشطة القائمة على اهتمامات الأقران» جاءت بنسبة (30.3%)، وهو ما يشير إلى أهمية تأثير الأقران باعتباره عامل حاسم في تحديد نوع النشاط. وأخيراً «المشاركة في الأنشطة التي تسمح بالتعبير عن الأفكار والآراء» بنسبة (35.3%).

5 - تأثير التفاعل مع الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي في المواقف والتفضيلات.

جدول رقم (21) تأثير التفاعل مع الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي في المواقف والتفضيلات

مدى الاعتقاد	ك	%
نادراً	23	7.7%
أحياناً	173	57.6%
دائماً	104	34.7%
الإجمالي	300	100%

يتضح من الجدول أن أغلبية عينة الدراسة من المراهقين يعتقدون أن التفاعل مع الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي يؤثر في المواقف والتفضيلات الخاصة بهم، دائماً بنسبة (34.7%) وأحياناً بنسبة (57.6%) ما يعني أن أغلبية عينة الدراسة من المراهقين (92.3%) يرون أن تفاعلات الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي يمكن أن تؤثر على مواقفهم وتفضيلاتهم، وهذا يؤكد أهمية تأثير الأقران في عملية التنشئة الاجتماعية الرقمية. في حين ترى نسبة قليلة من عينة الدراسة (7.7%)، أن التفاعل مع أقرانهم على وسائل التواصل الاجتماعي نادراً ما على مواقفهم وتفضيلاتهم.

6 - مدى تجربة نشاط ما بناءً على التفاعلات مع الأقران عبر المنصات

جدول رقم (13) مدى تجربة نشاط ما بناءً على التفاعلات مع الأقران عبر المنصات

مدى التجربة	ك	%
نعم	٢٦١	٨٧%
لا	٣٩	١٣%
الإجمالي	٣٠٠	١٠٠%

أشارت نتائج الدراسة أن نسبة (87%) من عينة الدراسة قد مارسو نشاطا أو اتخذوا موقف بناء على تفاعلات مع أقرانهم على وسائل التواصل الاجتماعي، في حين ذكرت نسبة (13%) أنهم لم يقوموا بتجربة ما بناء على تفاعلاتهم، وتؤكد هذه النتائج الدور المهم للتفاعلات بين الأقران في تشكيل تجارب المراهقين وخياراتهم.

7 - الأنشطة محل التجربة بناء على التفاعلات مع الأقران عبر المنصات

جدول رقم (14) الأنشطة محل التجربة بناء على التفاعلات مع الأقران عبر المنصات (ن=261)

الأنشطة محل التجربة	ك	%
انضمت إلى منصات أو تطبيقات جديدة	148	49.3%
تجربة الاستماع إلى الموسيقى أو قوائم التشغيل التي شاركها الأصدقاء أو أوصو بها	139	46.3%
اشترت ملابس أو إكسسوارات كانت رائجة بين زملائي	139	46.3%
شاهدت بعض الأفلام أو البرامج التلفزيونية لأنها كانت مشهورة بين أصدقائي	148	49.3%
قمت بتجربة ألعاب الفيديو التي أوصى بها أصدقائي أو كانوا يلعبونها عبر الإنترنت	113	37.7%
لقد جربت وصفات أو أطعمة أو مشروبات محددة	105	35%
لقد قرأت كتاباً أو مقالات أوصى بها أقراني	90	30%
المشاركة في الأحداث أو مجموعات البث أو الندوات عبر الإنترنت	57	19%

جاء « الانضمام إلى منصات أو تطبيقات جديدة » النشاط الأكثر قياما من عينة الدراسة بناء على تفاعلات أقرانهم على وسائل التواصل وذلك بنسبة (49.3%) وهو ما يشير إلى أهمية دور توصيات الأقران، وكذلك «مشاهدة الأفلام أو البرامج التلفزيونية المشهورة بين الأصدقاء» بنسبة (49.3%) تلاها « تجربة الاستماع إلى الموسيقى أو قوائم التشغيل التي شاركها الأصدقاء أو أوصو بها » بنسبة (46.3%) كما جاءت نسبة (46.3%) من الخيارات « اشترت ملابس أو إكسسوارات كانت رائجة بين زملائي »، مما يعكس تأثير اتجاهات الأقران على اختيارات الموضة. ثم « تجربة ألعاب الفيديو التي أوصى بها الأصدقاء أو تم لعبها معهم » جاءت بنسبة (37.7%) مما يوضح الجانب الجماعي لتجارب الألعاب. أما « تجربة وصفات أو أطعمة أو مشروبات محددة » جاءت بنسبة (35%)، في حين جاءت «قراءة الكتب أو المقالات الموصى بها من قبل الأقران» بنسبة (30%)، وهو ما يوضح دور الأقران في التأثير على عادات القراءة. وأخيرا « المشاركة في الأحداث عبر الإنترنت أو مجموعات البث أو الندوات عبر الإنترنت » جاءت بنسبة (19%)

8 - تأثير التفاعلات الإيجابية مع الأقران على منصات التواصل الاجتماعي على الثقة بالنفس

جدول رقم (15) تأثير التفاعلات الإيجابية مع الأقران على منصات التواصل الاجتماعي على الثقة بالنفس (ن=300)

الوزن النسبي	المتوسط الحسابي	معارض		محايد		موافق		العبارات
		%	ك	%	ك	%	ك	
86.2%	2.59	3.7%	11	34%	102	62.3%	187	تجعلني أشعر بثقة أكبر بنفسي
89.4%	2.68	1.7%	5	28.3%	85	70%	210	«التفاعلات الداعمة تحفزني على القيام بالمزيد»
88.6%	2.66	2.3%	7	29.7%	89	68%	204	التفاعلات الإيجابية تؤكد قيمتي الذاتية وتعزز تقديري لذاتي
87.3%	2.62	3.7%	11	30.7%	92	65.6%	197	تضعني في مزاج جيد
89%	2.67	2.7%	8	27.7%	83	69.6%	209	تشجعني على مشاركة المزيد من أفكارتي وخبراتي
86.3%	2.59	4.3%	13	32.3%	97	63.4%	190	تساعدني على رؤية نفسي من منظور أفضل.
85.3%	2.56	6.7%	20	30.7%	92	62.6%	188	تجعلني أكثر ميلاً لاستخدام المزيد من المنصات والتفاعل معها»

«التفاعلات الداعمة تحفزني على القيام بالمزيد، جاءت في مقدمة تأثير التفاعلات الإيجابية مع الأقران على منصات التواصل الاجتماعي على الثقة بالنفس بوزن نسبي %89.4. وهو ما يشير إلى القوة التحفيزية للتغذية الراجعة الإيجابية في التأثير على الدعم النفسي. ثم «تشجعني التفاعلات الإيجابية على مشاركة المزيد من أفكارتي وتجاربي» بوزن نسبي %89. ثم «تؤكد قيمتي الذاتية وتعزز تقديري لذاتي» بوزن نسبي %88.6، تليها «تضعني في مزاج جيد» بوزن نسبي %87.3، مما يوضح الأثر النفسي للتعليقات الإيجابية. ثم جاءت التفاعلات الإيجابية «تجعلني أشعر بثقة أكبر بنفسي»، بوزن نسبي %86.2، تلتها «تساعدني على رؤية نفسي من منظور أفضل، بوزن نسبي %86.3، أما «تجعلني أكثر ميلاً لاستخدام المزيد من المنصات والتفاعل معها»، بوزن نسبي %85.3، مما يشير إلى أن التجارب الإيجابية على وسائل التواصل الاجتماعي. يمكن أن تؤدي إلى زيادة التفاعل على مختلف المنصات.

9 - مدى الشعور بالضغط للتوافق مع خيارات الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي

جدول رقم (16) مدى الشعور بالضغط للتوافق مع خيارات مع الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي

مدى الشعور بالضغط	ك	%
نادراً	٧٨	٢٦%
أحياناً	١٦٤	٥٤.٧%
دائماً	٥٨	١٩.٣%
الإجمالي	٣٠٠	١٠٠%

يتضح من بيانات الجدول السابق أن 74% من المراهقين عينة الدراسة يشعرون بالضغط للتوافق مع خيارات أقرانهم على وسائل التواصل الاجتماعي منهم 54.7% أحياناً، 19.3% يشعرون دائماً بهذا الضغط، على الجانب الآخر فإن 26% من عينة الدراسة لا يشعرون بالضغط من أجل التوافق مع أقرانهم. مما يشير إلى أن غالبية المراهقين يعانون من مستوى معين من ضغط الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي وإن كان بدرجات متفاوتة.

10 - العوامل المؤثرة على سلوك المراهقين على منصات التواصل الاجتماعي

جدول رقم (17) العوامل المؤثرة على سلوك المراهقين على منصات التواصل الاجتماعي (ن=300)

الوزن النسبي	المتوسط الحسابي	معارض		محايد		موافق		العبارات
		%	ك	%	ك	%	ك	
81.6%	2.45	9.7%	29	36%	108	54.3%	163	الرغبة في الحصول على الاستحسان
76.6%	2.30	16.3%	49	37.7%	113	46%	138	"لا أريد أن أشعر بأنني مستبعد من المحادثات"
76.2%	2.29	17.3%	52	36.7%	110	46%	138	"سلوكي يتأثر بصداقاتي وعلاقاتي الحالية"
77.8%	2.33	16.7%	50	33.3%	100	50%	150	أشعر بحرية أكبر في التفاعل بسبب عدم الكشف عن هويتي التي توفرها بعض المنصات
72.1%	2.16	21.3%	64	41%	123	37.7%	113	"أميل إلى اتباع رأي أو اتجاه الأغلبية"
68.4%	2.05	29.7%	89	35.3%	106	35%	105	"أنا متأثر بالمشاهير أو المؤثرين أو الشخصيات العامة على المنصة":
75.6%	2.27	18.3%	55	36.7%	110	45%	135	"المحتوى الموصي به من قبل خوارزمية المنصة يؤثر على تفاعلاتي"
74.1%	2.22	22%	66	33.7%	101	44.3%	133	أخشى ردود الفعل السلبية أو رد الفعل العنيف من الآخرين
82.2%	2.47	8%	24	37.3%	112	54.7%	164	للتعبير عن آرائي بحرية

«للتعبير عن آرائه بحرية» في مقدمة العوامل المؤثرة على سلوك المراهقين على وسائل التواصل الاجتماعي بوزن نسبي %82.2. ويشير هذا إلى رغبة قوية لدى المراهقين في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي كمنصة للتعبير عن الذات. ثم «الرغبة في الحصول على الاستحسان» بوزن نسبي %81.6، يليها «أشعر بحرية أكبر في التفاعل بسبب عدم الكشف عن هويتي التي توفرها بعض المنصات»، مما يشير إلى أن عدم الكشف عن هوية المراهق يمكن أن يشجعه على تفاعل أكثر انفتاحاً، بوزن نسبي قدره %77.8. وجاء المحتوى الذي توصي به خوارزمية المنصة يؤثر على تفاعلاتي» بوزن نسبي %75.6. وهنا يتضح الدور المثر للخوارزميات في تحديد سلوك المستخدم. وجاء «أخشى ردود الفعل السلبية أو ردود الفعل العنيفة من الآخرين» بوزن نسبي %74.1. مما يشير إلى مخاوف بشأن ردود الفعل السلبية التي تؤثر على السلوك، ثم «لا أريد أن أشعر بأنني مستبعد من المحادثات»، و«سلوكي يتأثر بصداقاتي وعلاقتي» وكلاهما يعكس المخاوف بشأن الإقصاء الاجتماعي والمشاكل الاجتماعية. تأثير العلاقات القائمة بأوزان نسبية %76.6 و%76.2 على التوالي. أما «أميل إلى اتباع رأي أو اتجاه الأغلبية»: بوزن نسبي %72.1، وهو ما يؤكد الرغبة في التوافق مع الآخرين، وأخيراً «تأثر بالمشاهير أو المؤثرين أو الشخصيات العامة على المنصة»: بوزن نسبي %68.4. مما يشير إلى تأثير الشخصيات البارزة في سلوك المراهقين.

11 - العوامل المساعدة في التعامل مع ضغط الأقران السلبي على وسائل التواصل الاجتماعي

جدول رقم (18) العوامل المساعدة في التعامل مع ضغط الأقران السلبي على وسائل التواصل الاجتماعي (ن=300)

الوزن النسبي	المتوسط الحسابي	معارض		محايد		موافق		العوامل المساعدة
		%	ك	%	ك	%	ك	
85.2%	2.56	7.3%	22	29.7%	89	63%	189	قيمي الشخصية تساعدني على مقاومة ضغط الأقران
81.7%	2.45	8.7%	26	37.7%	113	53.6%	161	يمكنني التحدث إلى أسرتي وتوفر التوجيه
85%	2.55	6%	18	33%	99	61%	183	مجموعة من الأصدقاء الذين يشاركونني قيمي ويدعمون قراراتي
81.2%	2.44	7.3%	22	41.7%	125	51%	153	التعليم والتوعية حول الثقافة الرقمية والتتمر الإلكتروني وضغط الأقران
83.9%	2.52	8.3%	25	31.7%	95	60%	180	ممارسة الهوايات والأنشطة خارج الإنترنت
81.3%	2.44	11.3%	34	33.3%	100	55.4%	166	لقد واجهت العواقب السلبية للاستسلام لضغوط الأقران من قبل، ولقد تعلمت من تلك التجارب
79.9%	2.40	9.3%	28	41.7%	125	49%	147	لقد زودني الاستشارة أو الدعم المهني باستراتيجيات التكيف
83.1%	2.49	6.7%	20	37.3%	112	56%	168	وضع حدود لاستخدامي لوسائل التواصل الاجتماعي والمتابعين
83.8%	2.51	6%	18	36.7%	110	57.3%	172	البحث عن نماذج القدوة التي تعزز السلوكيات الإيجابية

وعن العوامل المساعدة في التعامل مع ضغط الأقران السلبي على وسائل التواصل الاجتماعي جاءت « (قيمي الشخصية تساعدني على مقاومة ضغط الأقران) » بوزن نسبي %85.2، مما يشير إلى دور القيم الشخصية في مقاومة الضغوط السلبية للأقران. ثم «مجموعة من الأصدقاء الذين يشاركونني قيمي ويدعمون قراراتي»، بوزن نسبي %85، مما يشير إلى أهمية وجود تعزيز السلوكيات والاختيارات الإيجابية، تلتها «ممارسة الهوايات والأنشطة خارج الإنترنت» جاءت بوزن نسبي %83.9، ثم «البحث عن نماذج القدوة التي تعزز السلوكيات الإيجابية» (، بوزن نسبي %83.8، مما يوضح تأثير التأثيرات الإيجابية في تشكيل التفاعلات عبر الإنترنت. ثم) وضع حدود لاستخدامي لوسائل التواصل الاجتماعي والمتابعين»، بوزن نسبي %83.1، وهو ما يؤكد أهمية الحدود الرقمية في إدارة التفاعل مع تلك المنصات. ثم جاءت «لقد واجهت العواقب السلبية للاستسلام لضغط الأقران من قبل» بوزن نسبي %81.3، مما يشير إلى أن التجارب السابقة مع ضغط الأقران يمكن أن توفر إطار محدد للسلوك المستقبلي. وجاءت «يمكنني التحدث إلى أسرتي وتوفير التوجيه» بوزن نسبي %81.7، مما يؤكد دور دعم الأسرة في التغلب على تحديات وسائل التواصل الاجتماعي. تلتها «التعليم والتوعية حول الثقافة الرقمية والتنمر الإلكتروني وضغط الأقران» بوزن نسبي %81.2، مما يدل على فعالية البرامج التعليمية في إكساب المراهقين مهارات التعامل مع ضغط الأقران. وأخيرا «لقد زودني الاستشارة أو الدعم المهني باستراتيجيات التكيف» بوزن نسبي قدره %79.9.

جدول رقم (19) تأثير التفاعلات السلبية على وسائل التواصل الاجتماعي

التأثير	%
مرتفع	%٦٠,٣
متوسط	%٣٦,٠
منخفض	%٣,٧

يتضح من بيانات الجدول السابق أن نسبة %60.3 من المراهقين عينة الدراسة أن تأثير التفاعلات السلبية مرتفعة نتيجة التفاعلات على وسائل التواصل الاجتماعي من أقرانهم، في حين أشارت نسبة %36.0 إلى تأثيرات متوسطة للتفاعلات السلبية، ولاشك أن مثل هذه التجارب السلبية يمكن أن تؤثر بشكل كبير على الحالات العاطفية للأفراد عينة الدراسة من المراهقين وتصوراتهم وتقديرهم لذاتهم. في حين يتعرض نسبة جاءت التأثيرات منخفضة بنسبة %3.7. وقد يكون لدى هذه النسبة من الأفراد، واستراتيجيات مواجهة فعالة، أو ربما تفاعلاً أقل مع وسائل التواصل الاجتماعي، مما يقلل من تأثير التفاعلات السلبية.

12 - تأثير النماذج الإيجابية على وسائل التواصل الاجتماعي على تقدير الذات

جدول رقم (20) تأثير النماذج الإيجابية على وسائل التواصل الاجتماعي على تقدير الذات

معدل التأثير	ك	%
درجة ضعيفة	21	7%
درجة متوسطة	149	49.7%
درجة كبيرة	130	43.3%
الإجمالي	300	100%

يتضح من بيانات الجدول تأثير النماذج الإيجابية على وسائل التواصل الاجتماعي على تقدير الذات وذلك 49.7% تأثير متوسط، في حين 43.3% يتأثرون بدرجة كبيرة، في حين أوضح 7% من عينة الدراسة أن ذلك التأثير ضعيف. وهو ما يؤكد أهمية نماذج الأدوار الإيجابية على وسائل التواصل الاجتماعي من التأثير على تقدير المراهقين لذاتهم، وفي تشكيل التصور الذاتي والثقة لدى المراهقين.

13 - التقييم الذاتي

جدول رقم (21) موقف الباحثين من المفاهيم المتعلقة بالتقييم الذاتي (ن=300)

العبارة	موافق		محايد		معارض		المتوسط الحسابي	الوزن النسبي
	%	ك	%	ك	%	ك		
تساعدني مقارنة نفسي بالآخرين على فهم نقاط قوتي وضعفي	59%	177	27.7%	83	13.3%	40	2.46	81.9%
تسمح لي المقارنات الاجتماعية بقياس مدى جودة أدائي في مختلف جوانب حياتي	53.4%	160	35.3%	106	11.3%	34	2.42	80.7%
غالبًا ما أقوم بتقييم قدراتي من خلال النظر في كيفية أداء الآخرين في مجالات مماثلة	57%	171	32.7%	98	10.3%	31	2.47	82.2%
تساعدني مقارنة نفسي بالآخرين على تحديد أهداف واقعية لتحسين الذات	60%	180	29.7%	89	10.3%	31	2.50	83.2%
توفر المقارنات الاجتماعية تعليقات قيمة حول موقفي مقارنة بالآخرين	52%	156	36.3%	109	11.7%	35	2.40	80.1%
مقارنة نفسي بالآخرين يساعدني في ضبط تصوري لذاتي	47.6%	143	38.7%	116	13.7%	41	2.34	78%
يساعدني الانخراط في المقارنات الاجتماعية في تكوين صورة أوضح عن مواهبى ومهاراتي	54.7%	164	37%	111	8.3%	25	2.46	82.1%
إن ملاحظة في كيفية تعامل الآخرين مع التحديات والفرص تعطيني أفكارًا للنمو الشخصي	63%	189	31.3%	94	5.7%	17	2.57	85.8%

يتضح من بيانات الجدول السابق والمتعلق بموقف المبحوثين من المفاهيم المتعلقة بالتقييم الذاتي الآتي

(إن ملاحظة كيفية تعامل الآخرين مع التحديات والفرص تعطيني أفكارًا للنمو الشخصي) جاءت بوزن نسبي %85.8، مما يشير إلى أن مراقبة تجارب الآخرين لها قيمة كبيرة في رؤى التطوير الشخصي. ثم «مقارنة نفسي بالآخرين تساعدني على وضع أهداف واقعية لتحسين الذات»، جاءت بوزن نسبي %83.2، تلتها «الانخراط في المقارنات الاجتماعية يساعد في تكوين صورة أوضح عن مواهب ومهاراتي» جاءت بوزن نسبي %82.1، مما يشير إلى أن المقارنات الاجتماعية تساهم في فهم أفضل للقدرات الشخصية. ثم « غالبًا ما أقوم بتقييم قدراتي من خلال النظر في كيفية أداء الآخرين في مجالات مماثلة» ، بوزن نسبي %82.2، تلتها «مقارنة نفسي بالآخرين تساعدني على فهم نقاط قوتي وضعفي» ، بوزن نسبي %81.9، وكذلك «تسمح لي المقارنات الاجتماعية بقياس مدى نجاحي في مختلف جوانب حياتي» جاءت بوزن نسبي %80.7، مما يشير إلى استخدام المعايير الاجتماعية لتقييم التقدم الشخص. و«توفر المقارنات الاجتماعية تعليقات قيمة حول موقفي مقارنة بالآخرين» ، بوزن نسبي %80.1 وأخيرًا «مقارنة نفسي بالآخرين تساعدني على ضبط تصوري لذاتي» جاءت بوزن نسبي %78.

جدول رقم (22) مستويات تقييم الذات

تقييم الذات	%
مرتفع	3.06%
متوسط	0.13%
منخفض	7.8%

يتضح من بيانات الجدول أن غالبية المشاركين يعبرون عن مستويات مرتفعة %60.3 ومتوسطة %31.0 من التقييم الذاتي، مما يشير إلى أن التأمل والتقييم الذاتي من الممارسات الشائعة بين الأفراد عينة الدراسة على وسائل التواصل الاجتماعي. في حين أوضح نسبة %8.7 من عينة الدراسة عن مستويات منخفضة من قيامهم بالتقييم الذاتي، مما يعكس مستوى مرتفع من الوعي الذاتي. والرغبة في تقييم نقاط القوة والضعف والأداء العام لديهم، والتي يمكن أن تلعب دورًا في التنمية الشخصية وتحديد الأهداف

14 - الانتماء والمطابقة

جدول رقم (23) موقف الباحثين من المفاهيم المتعلقة بالانتماء والمطابقة (ن=300)

الوزن النسبي	المتوسط الحسابي	معارض		محايد		موافق		العبارات
		%	ك	%	ك	%	ك	
78.3%	2.35	14.7%	44	35.7%	107	49.6%	149	غالبًا ما أجد نفسي أتبنى سلوكيات وآراء أقراني لأشعر بالانتماء
80.8%	2.42	9.3%	28	39%	117	51.7%	155	كوني جزءًا من مجموعة يشجعني على موافقة تصرفاتي وآرائي مع أقراني
80.2%	2.41	10%	30	39.3%	118	50.7%	152	أميل إلى التوافق مع خيارات أقراني للحفاظ على الروابط الاجتماعية
81.6%	2.45	7.7%	23	40%	120	52.3%	157	الشعور بالارتباط بأقراني يجعلني أكثر ميلًا للتوافق مع سلوكياتهم وقيمهم
80.7%	2.42	11.3%	34	35.3%	106	53.4%	160	أعتقد أن موافقة تصرفاتي مع سلوكيات زملائي يساعدني على الشعور بالقبول والاندماج
79.8%	2.39	13.3%	40	34%	102	52.7%	158	أعتقد أن الالتزام بسلوكيات أقراني مهم لبناء علاقات قوية
78.6%	2.36	14%	42	36.3%	109	49.7%	149	أميل إلى تبني آراء أقراني لتعزيز الشعور بالرفقة

يتضح من بيانات الجدول أن «الشعور بالارتباط بأقراني يجعلني أكثر ميلًا للتوافق مع سلوكياتهم وقيمهم» في مقدمة المفاهيم والعوامل المتعلقة بالامتثال والمطابقة بوزن نسبي قدره 81.6%. وهذا يؤكد الدور المهم للتواصل الاجتماعي في التطابق لمعايير الأقران. ثم «أعتقد أن موافقة تصرفاتي مع سلوكيات زملائي يساعدني على الشعور بالقبول والاندماج» جاءت بوزن نسبي 80.7%، مما يشير إلى أهمية التطابق في تحقيق الشعور بالانتماء لدى الفرد. تلتها «أن أكون جزءًا من مجموعة يشجعني على موافقة تصرفاتي وآرائي مع زملائي» بوزن نسبي 80.8%، تلتها «أميل إلى التوافق مع اختيارات زملائي للحفاظ على الروابط الاجتماعية» بوزن نسبي 80.2% مما يشير إلى أن الحفاظ على العلاقات سبب رئيسي للتوافق مع سلوكيات الأقران، وكذلك «أعتقد أن الالتزام بسلوكيات أقراني مهم لبناء علاقات قوية» جاءت بوزن نسبي 79.8%، ثم «كثيراً ما أجد نفسي أتبنى سلوكيات وآراء زملائي لأشعر بالانتماء» بوزن نسبي 78.3%، مما يعكس تأثير الأقران على الهوية الشخصية والانتماء وأخيراً «أميل إلى تبني آراء زملائي لتعزيز الشعور بالرفقة» بوزن نسبي 78.6%، مما يشير إلى أن تبادل الآراء مع الأقران يقوي الروابط الاجتماعية.

جدول رقم (24) مستويات الاحساس بالانتماء

الانتماء والمطابقة	%
مرتفع	55.6%
متوسط	35.7%
منخفض	8.7%

تشير النتائج إلى أن غالبية الأفراد عينة الدراسة يشعرون بإحساس قوي بالانتماء والمطابقة مع أقرانهم على وسائل التواصل الاجتماعي وذلك بنسبة 82.3% منهم 55.6% يشعرون بالانتماء والمطابقة بنسبة مرتفعة، في حين 35.7% يلجأون إلى ذلك بنسبة متوسطة، وأخير لا تشعر نسبة 8.7% نادراً ما يشعر جزء صغير من المشاركين بالحاجة إلى التوافق أو الرغبة بالانتماء من خلال التوافق مع أقرانهم. قد ترغب هذه النسبة من عينة الدراسة في الحفاظ على تفردهم فيما يتعلق بسلوكياتهم وأرائهم، بغض النظر عن تأثير الأقران ولا شك أن النسبة المرتفعة من الانتماء والمطابقة قد يشير إلى أنهم يقومون في كثير من الأحيان بمواءمة سلوكياتهم وأرائهم مع سلوكيات أقرانهم على وسائل التواصل الاجتماعي للحفاظ على الروابط الاجتماعية والشعور بأنهم جزء من المجموعة.

15 - المقارنة الاجتماعية التنازلية

جدول رقم (25) موقف الباحثين من المفاهيم المتعلقة بالمقارنة الاجتماعية التنازلية (ن=300)

العبارة	موافق		محايد		معارض		المتوسط الحسابي	الوزن النسبي
	%	ك	%	ك	%	ك		
رؤية معاناة الآخرين تجعلني أشعر بثقة أكبر في قدراتي	66.7%	200	29%	87	4.3%	13	2.62	87.4%
مقارنة نفسي بالآخرين الذين هم أسوأ حالاً يشعروني بنقاط قوتي	47%	141	40%	120	13%	39	2.34	78%
عندما أواجه وقت صعب أبحث عن نماذج لأشخاص يمرون بوقت أصعب مما أنا عليه	58%	174	29%	87	13%	39	2.45	81.7%
أشعر باحترام الذات عندما أدرك أنني أفضل أداءً من الآخرين	58.3%	175	35%	105	6.7%	20	2.52	83.9%
”رؤية إخفاقات شخص آخر يمكن أن تجعلني أشعر بمزيد من الإنجاز“	51%	153	32%	96	17%	51	2.34	78%
أجد أنه من المطمئن أن أرى الآخرين يواجهون تحديات لست مضطراً للتعامل معها	46%	138	38.3%	115	15.7%	47	2.30	76.8%
عندما أرى الآخرين يرتكبون الأخطاء، فإن ذلك يجعلني أشعر بمزيد من الكفاءة	46.6%	140	34.7%	104	18.7%	56	2.28	76%
تذكرني إخفاقات الآخرين بأن لدي الكثير لأكون ممثلاً له	56%	168	33.3%	100	10.7%	32	2.45	81.8%

جاءت «رؤية معاناة الآخرين تجعلني أشعر بثقة أكبر في قدراتي» في مقدمة موقف المبحوثين من المراهقين في المقارنة التنازلية بوزن نسبي قدره %87.4. ويشير هذا إلى وجود تأثير كبير للمقارنة التنازلية على الثقة بالنفس، تلتها « أشعر باحترام الذات عندما أدرك أنني أقوم بأداء أفضل من الآخرين»، بوزن نسبي قدره %83.9، ثم «عندما أواجه وقت صعب أبحث عن نماذج لأشخاص يمرون بوقت أصعب مما أنا عليه» بوزن نسبي %81.7، مما يشير إلى استخدام المقارنة التنازلية كأداة للتعامل أثناء التحديات، ثم «تذكرني إخفاقات الآخرين بأن لدي الكثير لأكون ممتناً له» بوزن نسبي %81.8، تلتها «مقارنة نفسي بالآخرين الذين هم في وضع أسوأ تجعلني أدرك نقاط قوتي و «رؤية إخفاقات شخص آخر يمكن أن تجعلني أشعر بمزيد من الإنجاز» بوزن نسبي قدره %78، لكل منهما مما يسلط الضوء على كيف يمكن للمقارنة التنازلية أن تسلط الضوء على نقاط القوة الشخصية. وجاءت «أجد أنه من المطمئن أن أرى الآخرين يواجهون تحديات لست مضطراً للتعامل معها، بوزن نسبي %76.8، وأخيراً «عندما أرى الآخرين يرتكبون الأخطاء، فإن ذلك يجعلني أشعر بمزيد من الكفاءة» بوزن نسبي قدره %76، مما يدل على أن أخطاء الآخرين يمكن أن تعزز إحساس المرء بقدرته على تجاوزها.

جدول رقم (26) المقارنة الاجتماعية التنازلية

المقارنة الاجتماعية التنازلية	%
مرتفع	%0.65
متوسط	%7.53
منخفض	%3.8

تشير النتائج إلى أن غالبية الأفراد عينة الدراسة المراهقين يشاركون في مقارنة اجتماعية تنازلية بنسبة %91.7 منهم %56.0 يشاركون بمستوى مرتفع، %35.7 يشاركون بوتيرة متوسطة، في حين جاء نسبة %8.3 تشارك بوتيرة منخفضة. وهو ما يشير إلى أن المقارنة الاجتماعية التنازلية هي ممارسة شائعة بين عينة الدراسة، باعتبارها آلية لتعزيز الثقة بالنفس وتقدير الذات والبحث عن التوازن والسلام الداخلي .

2- المقارنة الاجتماعية التصاعديّة

جدول رقم (27) موقف الباحثين من المفاهيم المتعلقة بالمقارنة الاجتماعية التصاعديّة (ن=300)

الوزن النسبي	المتوسط الحسابي	معارض		محايد		موافق		العبارات
		%	ك	%	ك	%	ك	
83.3%	2.50	9.7%	29	30.7%	92	59.6%	179	غالبًا ما أقارن نفسي بالأشخاص الأكثر نجاحًا مني من أجل تحفيز نفسي
88.1%	2.64	4.7%	14	26.3%	79	69%	207	رؤية الآخرين يحققون أهدافهم تجعلني أرغب في العمل بجديّة أكبر
76.8%	2.30	16.7%	50	36.3%	109	47%	141	مقارنة نفسي بأفراد بارزين أحيانًا تجعلني أشعر أنني لا أقوم بما فيه الكفاية
84.6%	2.54	6.3%	19	33.7%	101	60%	180	أشعر بالإلهام لمواجهة تحديات جديدة بعد رؤية الآخرين ينجحون
76.9%	2.31	17%	51	35.3%	106	47.7%	143	إن مقارنة نفسي بمن هم أكثر مهارة مني يمكن أن يجعلني أشك في قدراتي
76.1%	2.28	18%	54	35.7%	107	46.3%	139	عندما أرى الآخرين يتفوقون، أشعر بالقلق لأنني لا أحقق بالمستوى المطلوب
83%	2.49	7.3%	22	36.3%	109	56.4%	169	أجد أنه من المحفز ملاحظة إنجازات الآخرين واستخدامها كأهداف أسعى لتحقيقها
77.4%	2.32	16%	48	35.7%	107	48.3%	145	مقارنة نفسي بأشخاص أكثر إنجازًا يمكن أن تجعلني أشكك عن قيمتي الشخصية

جاءت «رؤية الآخرين يحققون أهدافهم تجعلني أرغب في العمل بجديّة أكبر» في مقدمة موقف المراهقين عينة الدراسة من المقارنة التصاعديّة مع أقرانهم بوزن نسبي %88.1، مما يشير إلى أن مشاهدة نجاح الآخرين يعد حافزاً قوياً لزيادة الجهد. أما «أشعر أحياناً بالإلهام لمواجهة تحديات جديدة بعد رؤية الآخرين ينجحون» بوزن نسبي %84.6، تلتها « غالباً ما أقارن نفسي بالأشخاص الأكثر نجاحاً لتحفيز نفسي» بوزن نسبي %83.3، وجاءت «أجد أنه من المحفز مراقبة إنجازات الآخرين واستخدامها كأهداف أسعى لتحقيقها»، بوزن نسبي %83، مما يدل على أن نجاحات الآخرين يمكن أن تكون محفز للنجاح. على الجانب الآخر جاءت «مقارنة نفسي بأفراد أكثر مهارة يمكن أن تجعلني أشك في قدراتي» بوزن نسبي %76.9، مما يشير إلى الجانب الآخر من المقارنة التصاعديّة وما يمكن أن تسببه للبعض. وكذلك «مقارنة نفسي بأشخاص أكثر إنجازاً يمكن أن تجعلني أشكك في قيمتي الشخصية» بوزن نسبي %77.4، مما يشير إلى أن المعايير العالية يمكن أن تؤثر على رؤية الفرد لذاته. وفي السياق ذاته جاءت «مقارنة نفسي بأشخاص بارزين أحياناً تجعلني أشعر أنني لا أقوم بما فيه الكفاية» بوزن نسبي %76.8، مما يعكس إمكانية المقارنة التصاعديّة لتقليل الرضا عن النفس. وأخيراً جاءت «عندما أرى الآخرين يتفوقون، أشعر بالقلق لأنني لا أحقق المستوى المطلوب» بوزن نسبي %76.1، مما يوضح أن التفوق لدى الآخرين يمكن أن يثير القلق بشأن الأداء الشخصي.

جدول رقم (28) المقارنة الاجتماعية التصاعدية

المقارن الاجتماعية التنازلية	%
مرتفع	55.4%
متوسط	39.3%
منخفض	5.3%

يتضح من الجدول أن المقارنة الاجتماعية التصاعدية هي سلوك شائع لدى معظم الأفراد عينة الدراسة مع اقترانهم من المراهقين منهم %55.4 يقومون بذلك بوتيرة مرتفعة، في حين %39.3 يقومون بذلك بوتيرة متوسطة، أما النسبة الأقل %5.3 من العينة نادرا ما يقومون بالمقارنة التصاعدية أو لا تجدها مؤثرة.

نتائج اختبار الفروض البحثية:

الفرض الأول: توجد علاقة ارتباطية دالة بين الشعور بضغط الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي وبين التأثير على سلوك المراهقين

جدول رقم (29) العلاقة بين الشعور بالضغط من الأقران والتأثير على سلوك المراهقين على وسائل التواصل الاجتماعي

معامل بيرسون	مستوى المعنوية
**0.426	0.000
** دال عند مستوى معنوية 0.01	

تشير نتائج اختبار الفرض السابق إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الشعور بضغط الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي والتأثير على سلوك المراهقين. حيث جاء معامل ارتباط بيرسون 0.426، عند مستوى معنوية 0.000، ما يعني مع زيادة الشعور بضغط الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي، هناك زيادة مقابلة في تأثيره على سلوك المراهقين. وهو ما يؤكد صحة الفرض "توجد علاقة ارتباطية دالة بين الشعور بالضغط من الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي وبين التأثير على سلوك المراهقين" وأن هذه العلاقة تتطلب الاهتمام بالاستراتيجيات التي تهدف إلى التخفيف من آثار ضغط الأقران في البيئات الرقمية.

الفرض الثاني: توجد علاقة ارتباطية دالة بين الشعور بضغط الأقران من المراهقين على وسائل التواصل الاجتماعي وبين المقارنة (التنازلية- التصاعدية)

جدول رقم (30) العلاقة بين الشعور بالضغط من الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي وبين المقارنة التنازلية

معامل بيرسون	مستوى المعنوية
**173.0	000.0
** دال عند مستوى معنوية 10.0	

وتشير نتائج الاختبار إلى وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين الشعور بضغط الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي والقيام بالمقارنة الاجتماعية التنازلية. حيث جاء معامل ارتباط بيرسون هو 0.371، عند مستوى معنوية 0.000. وهي علاقة إيجابية وهذا يعني أنه عندما يشعر المراهقون بمزيد من ضغط الأقران، فإنهم أكثر عرضة للدخول في مقارنات اجتماعية تنازلية، حيث يقارنون أنفسهم بأقرانهم الذين يعتبرونهم أقل إنجازاً.

جدول رقم (31) العلاقة بين الشعور بالضغط من الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي وبين المقارنة التصاعدية

معامل بيرسون	مستوى المعنوية
**0.370	0.000
** دال عند مستوى معنوية 0.01	

يتضح من الجدول وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الشعور بضغط الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي والدخول في المقارنة الاجتماعية التصاعدية. حيث جاء قيمة معامل ارتباط بيرسون 0.370 وهو ما يوضح وجود علاقة إيجابية، عند مستوى معنوية 0.000، ما يعني أنه عندما يتعرض المراهقون لمزيد من ضغط الأقران على وسائل التواصل، فإنهم أكثر عرضة للقيام بمقارنات اجتماعية تصاعدية. من خلال التطلع إلى أقرانهم الذين يعتبرونهم أكثر نجاحاً أو إنجازاً. وهو ما يؤكد صحة الفرض «توجد علاقة ارتباطية دالة بين الشعور بالضغط من الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي وبين المقارنة (التنازلية - التصاعدية)»

الفرض الثالث: توجد علاقة ارتباطية دالة بين مدى شعور المراهق بضغط الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي وبين تقدير الذات.

جدول رقم (23) العلاقة بين شعور المراهق بضغط الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي وبين تقدير الذات

معامل بيرسون	مستوى المعنوية
**0.314	0.000
** دال عند مستوى معنوية 0.01	

يتضح من نتائج اختبار الفرض الثالث وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين مدى شعور المراهقين بالضغط على وسائل التواصل الاجتماعي وتقديرهم لذاتهم. حيث جاء معامل ارتباط بيرسون (0.314) عند مستوى معنوية 0.000 تشير هذه القيمة إلى وجود علاقة إيجابية. وهذا يعني أنه عندما يشعر المراهقون بمزيد من الضغط على وسائل التواصل الاجتماعي، يكون هناك تأثير على تقديرهم لذاتهم. وهو ما يؤكد صحة الفرض «توجد علاقة ذات دلالة بين مستوى الضغط الذي يعاني منه المراهقون على وسائل التواصل الاجتماعي وتقدير الذات». ما يعني أن هذا الضغط له تأثير على كيفية رؤية المراهقين لأنفسهم وتقديرهم لذاتهم.

الفرض الرابع: توجد علاقة ارتباطية دالة بين المقارنة الاجتماعية (التنازلية - التصاعدية) على وسائل التواصل الاجتماعي وبين تقدير المراهق لذاته.

جدول رقم (33) العلاقة بين المقارنة الاجتماعية التنازلية وبين تقدير المراهق لذاته

مستوى المعنوية	معامل بيرسون
000.0	**517.0
** دال عند مستوى معنوية 10.0	

يتضح من اختبار الفرض الرابع وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين قيام المراهق بالمقارنة الاجتماعية التنازلية وبين تقديره لذاته حيث جاءت قيمة معامل ارتباط بيرسون (0.715) عند مستوى معنوية (0.000) وهو ما يشير إلى وجود علاقة إيجابية، أي أنه عندما يقوم المراهقون بشكل أكبر في المقارنات الاجتماعية التنازلية (مقارنة أنفسهم بالآخرين الذين يعتبرونهم أقل نجاحًا أو إنجازًا) فإن ذلك يزيد من تقديرهم لذاتهم. وقد يعني هذا أن المراهقين يلجأون إلى هذا النمط من المقارنة لتعزيز تقديرهم ذاتهم. »

جدول رقم (34) العلاقة بين تقدير المراهق لذاته وبين المقارنة الاجتماعية التصاعدية

مستوى المعنوية	معامل بيرسون
000.0	**217.0
** دال عند مستوى معنوية 10.0	

يتضح من نتائج اختبار الفرض الثامن وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين قيام المراهقين بالمقارنة التصاعدية على وسائل التواصل الاجتماعي وبين تقديرهم للذات « حيث جاء معامل ارتباط بيرسون بقيمة (0.712) عند مستوى معنوية (0.000) وهو ما يشير إلى وجود علاقة إيجابية قوية. يؤكد هذا الارتباط المهم على التأثير الذي يمكن أن تحدثه المقارنة الاجتماعية التصاعدية على تقدير المراهقين لذاتهم. وبذلك يثبت صحة الفرض « توجد علاقة ارتباطية دالة بين المقارنة الاجتماعية (التنازلية - التصاعدية) على وسائل التواصل الاجتماعي وبين تقدير المراهق لذاته»

الفرض الخامس: توجد علاقة ارتباطية دالة بين تأثير التفاعلات (السلبية- الإيجابية) بين المراهقين الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي وبين تقدير الذات.

جدول رقم (53) العلاقة بين تأثير التفاعلات السلبية على وسائل التواصل الاجتماعي وبين تقدير الذات

مستوى المعنوية	معامل بيرسون
0.000	**0.563
** دال عند مستوى معنوية 0.01	

يتضح من نتائج اختبار الفرض الخامس عن وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين تأثير التفاعلات السلبية على وسائل التواصل الاجتماعي بين المراهقين الأقران وبين تقدير الذات حيث جاء معامل ارتباط

بيرسون (0.563) عند مستوى معنوية (0.000) يشير هذا المعامل إلى وجود علاقة إيجابية قوية، مما يشير إلى أنه مع زيادة تأثير التفاعلات السلبية بين المراهقين الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي، هناك ارتباط كبير بتأثيرها على تقديرهم للذات.

جدول رقم (36) العلاقة بين تأثير التفاعلات الإيجابية على وسائل التواصل الاجتماعي وبين تقدير الذات

مستوى المعنوية	معامل بيرسون
0.000	**0.382
** دال عند مستوى معنوية 0.01	

يتضح من الجدول وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين تأثير التفاعلات الإيجابية على وسائل التواصل الاجتماعي بين المراهقين الأقران وبين تقديرهم للذات، حيث جاء معامل ارتباط بيرسون (0.382) عند مستوى معنوية (0.000)، مما يشير إلى أنه مع زيادة تأثير التفاعلات الإيجابية على وسائل التواصل الاجتماعي بين المراهقين الأقران هناك زيادة مقابلة في تقدير الذات. وبذلك يثبت صحة الفرض « توجد علاقة ارتباطية دالة بين تأثير التفاعلات (السلبية- الإيجابية) بين المراهقين الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي وبين تقدير الذات».

الفرض السادس: توجد فروق ذات دلالة بين قيام المراهقين بالمقارنة التنافسية على وسائل التواصل الاجتماعي بحسب خصائصهم الديموجرافية (السن- النوع- المستوى التعليمي).

جدول رقم (37) الفروق بين المبحوثين عينة الدراسة بحسب خصائصهم الديموجرافية (السن- النوع- المستوى الدراسي) في المقارنة الاجتماعية التنافسية

مستوى المعنوية	درجة الحرية	إحصائي الاختبار	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المتغيرات				
						النوع	الذكور			
510.0	892	=T 044.2	466.3	59.91	231	الذكور	أنثى			
						861				
438.0	892	=T 902.0	388.3	34.91	24	دون الجامعي	المستوى الدراسي			
						852				
705.0	2 792	=F 086.0	955.4	52.02	8	41-11	السن			
						860.4		60.91	451	71-51
						040.4		25.91	831	12-81

من خلال اختبار الفرض السادس ما إذا كانت هناك فروق ديموجرافية ذات دلالة بين قيام المراهقين بالمقارنة التنافسية على وسائل التواصل الاجتماعي بحسب خصائصهم الديموجرافية (السن- النوع- المستوى الدراسي) وأوضح اختبار T للنوع وجود فرق عند مستوى معنوية 0.015، مما يشير إلى أن هناك اختلاف بين الذكور والإناث في قيامهم بالمقارنة الاجتماعية التنافسية، حيث سجل الذكور مستوى أعلى من الإناث.

فيما يخص المستوى الدراسي ويشير اختبار T إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية (القيمة الاحتمالية = 0.834)، مما يشير إلى أن المستوى التعليمي لا يؤثر بشكل كبير على ميل الأفراد عينة الدراسة للقيام بالمقارنة الاجتماعية التنازلية. وهو الأمر ذاته فيما يخص (السن) حيث لم يتبين من خلال تحليل التباين (ANOVA) للفئات العمرية أي فروق ذات دلالة إحصائية بقيمة 0.507، مما يشير إلى أن السن لا يؤثر بشكل كبير على مشاركة عينة الدراسة في المقارنة الاجتماعية التنازلية. وبذلك ثبت صحة الفرض جزئياً حيث «توجد فروق ذات دلالة بين المبحوثين عينة الدراسة في المقارنة التنازلية بحسب النوع غير أن هذه الفروق غير موجودة حسب (السن- المستوى الدراسي)».

الفرض السابع: توجد فروق ذات دلالة بين قيام المراهقين بالمقارنة التصاعدية على وسائل التواصل الاجتماعي بحسب خصائصهم الديموجرافية (السن- النوع- المستوى التعليمي).

جدول رقم (38) الفروق بين المبحوثين عينة الدراسة بحسب خصائصهم الديموجرافية (السن- النوع- المستوى التعليمي) المقارنة التصاعدية

مستوى المعنوية	درجة الحرية	إحصائي الاختبار	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المتغيرات	
0.140	298	=T 1.481	3.798	19.77	132	ذكر	النوع
			4.021	19.09	168	أنثى	
0.548	298	=T 0.60-	3.208	19.05	42	دون الجامعي	المستوى الدراسي
			4.040	19.44	258	جامعي	
0.900	297	=F 0.106	4.621	19.25	8	14-11	السن
			3.924	19.29	154	17-15	
			3.929	19.50	138	21-18	

من خلال اختبار السابع والخاص ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المراهقين على وسائل التواصل الاجتماعي (النوع - السن- المستوى الدراسي) وبين قيامهم بالمقارنة التصاعدية، جاءت قيمة اختبار T للفروق بين الجنسين 0.140، بدرجات حرية (298) مما يوضح أن الذكور والإناث لا يختلفون بشكل كبير في مشاركتهم في المقارنة الاجتماعية التصاعدية.

كذلك فيما يخص المستوى التعليمي جاء اختبار T بقي (0.548)، عند درجات حرية (298) مما يشير إلى أن المستوى التعليمي ليس له تأثير كبير على ميل الأفراد للقيام بالمقارنة الاجتماعية التصاعدية. وهو الأمر ذاته فيما يخص المرحلة العمرية حيث لم يتبين من خلال تحليل التباين (ANOVA) للفئات العمرية أي فروق ذات دلالة إحصائية (بقيمة 0.900)، مما يشير إلى أن السن لا يؤثر بشكل كبير على مشاركة عينة الدراسة في المقارنة الاجتماعية التصاعدية. وبذلك لم يثبت صحة الفرض بأنه «توجد فروق ذات دلالة بين قيام المراهقين بالمقارنة التصاعدية على وسائل التواصل الاجتماعي بحسب خصائصهم الديموجرافية (السن- النوع- المستوى التعليمي)».

الخاتمة ومناقشة أهم النتائج:

نتيجة للتغير الكبير الذي يحدث للمشهد الاتصالي بكافة أدواته وخاصة بين المراهقين استهدفت الدراسة إلقاء الضوء على التفاعل بين الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقته برؤيتهم لنفسهم وتقديرهم لذاتهم، حيث ان وسائل التواصل الاجتماعي لم تعد مجرد منصة للتواصل والترفيه فحسب ولكنها بيئة اجتماعية مهمة تؤثر بشكل عميق على تصور الفرد لنفسه وتسهم في بناء علاقته بأقرانه، وتوصلت الدراسة إلى العديد من النتائج منها:

- أوضحت نتائج الدراسة أن المراهقين لا يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي للتفاعل فحسب، بل يستخدمونها أيضاً كمنصات للتقييم الذاتي. يمكن أن يكون المستوى المرتفع من التقييم الذاتي مؤشراً على أهمية ردود الفعل المستمرة التي توفرها وسائل التواصل الاجتماعي، حيث تعمل الإعجابات والتعليقات والمشاركات كمقاييس فورية لتقييم المراهق وتقديره لذاته.

- أكدت نتائج الدراسة التأثير الواضح لضغط الأقران بين المراهقين والتفاعل على وسائل التواصل الاجتماعي وتأثيرها على تقدير الذات. من الواضح أن منصات وسائل التواصل الاجتماعي وأنها تؤثر بشكل كبير على عمليات المقارنة الاجتماعية للمراهقين.

- الارتباط بين تفاعلات المراهقين الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي وتقدير الذات، حيث تلقي ردود الفعل الإيجابية من الأقران مزيداً من تقدير المراهقين لذاتهم كما يؤكد الارتباط بين التفاعلات السلبية على وسائل التواصل الاجتماعي وتقدير الذات على ما يمكن أن تحدث من سلبيات التي يمكن أن تحدثها عليهم كذلك.

- وجود علاقة إيجابية بين الشعور بضغط الأقران والتأثير على سلوك المراهقين على وسائل التواصل الاجتماعي، ما يعني مع زيادة الشعور بضغط الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي، هناك زيادة مقابلة في تأثيره على سلوك المراهقين. وأن هذه العلاقة تتطلب الاهتمام لا شك بالاستراتيجيات التي تهدف إلى التخفيف من آثار ضغط الأقران في البيئات الرقمية.

- إن المقارنات الاجتماعية التنازلية والتصاعدية سلوك شائع بين المراهقين على وسائل التواصل الاجتماعي. وفي حين أن المقارنة التنازلية (مقارنة الذات بأولئك الذين يُنظر إليهم على أنهم أقل نجاحاً) قد تعد آلية تكيف لتعزيز تقدير الذات، فإن المقارنة التصاعدية (مقارنة الذات بأولئك الذين يُنظر إليهم على أنهم أكثر نجاحاً) يمكن أن تؤدي إلى الإلهام والدافعية وتعزيز الثقة بالنفس.

- إن الاختلافات الموجودة في القيام بالمقارنة الاجتماعية التنازلية بين الذكور والإناث تسلط الضوء فهم تأثير وسائل التواصل الاجتماعي على كل منهم ومراعاة الاختلافات بينهم حيث سجل الذكور حضوراً أعلى نحو هذا النوع من المقارنة.

- كما أن وجود علاقة الدالة بين التفاعلات الإيجابية بين المراهقين الأقران على وسائل التواصل الاجتماعي وتقدير الذات تؤكد أهمية العلاقات الداعمة بين الأقران وردود الفعل الإيجابية في تقدير الذات وإيجاد قضاء إيجابي مفيد.

- في حين عدم وجود فروق ذات دلالة في المقارنات الاجتماعية من خلال المستوى التعليمي والفئات العمرية يؤكد أن هذه العوامل لا تؤثر على كيفية مقارنة المراهقين أنفسهم بأقرانهم على وسائل التواصل الاجتماعي ويؤكد على الطبيعة السائدة لديناميات وسائل التواصل الاجتماعي ذاتها، بعيداً عن المستوى التعليمي أو المرحلة العمرية للفرد.

توصيات الدراسة:

- في ضوء ما توصلت إليه الدراسة حول ضغط الأقران في وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات، يمكن طرح التوصيات التالية.
- تعزيز المعرفة الرقمية في مراحل المدارس والجامعات لتثقيف المراهقين حول الاستخدام الأمثل لوسائل التواصل الاجتماعي، والآثار المترتبة على المقارنات بين الأقران وإدارة التفاعلات عبر تلك المنصات.
 - إنشاء وتعزيز مجتمعات إيجابية عبر وسائل التواصل الاجتماعي تعزز التفاعلات الداعمة، ومواجهة الآثار السلبية لضغط الأقران، وكافة السلوكيات السلبية عبر تلك المنصات.
 - توفير خدمات الاستشارات والدعم النفسي التي تمكن المراهقين الذين يتعرضون لأي شكل من أشكال الإساءة والسلوك السلبي عبر وسائل التواصل الاجتماعي.
 - إجراء مزيد من البحوث والدراسات حول آليات التعامل مع الضغوطات عبر وسائل التواصل وآليات التكيف والحفاظ على الصحة النفسية وخاصة لدى المراهقين والشباب.
 - إعداد استراتيجيات التدخل الفعالة التي يمكن أن تخفف من الآثار السلبية لوسائل التواصل الاجتماعي على المراهقين، بما في ذلك الدراسات حول دعم القدرة على المواجهة وآليات التكيف.
 - مطالبة منصات التواصل الاجتماعي وضع سياسات تحمي المستخدمين الشباب من ضغط الأقران السلبي وتعزز بيئة إيجابية عبر الإنترنت.
 - تعزيز المواطنة الرقمية الإيجابية وطرح محفزات للمبادرات الإيجابية من خلال وسائل التواصل الاجتماعي بين المراهقين والشباب لتعزيز السلوكيات الاتصالية الجيدة.
 - دعم الشراكة بين المؤسسات البحثية والتكنولوجية ومنصات التواصل الاجتماعي لتطوير الأدوات التي تساعد المستخدمين على إدارة تفاعلاتهم عبر الإنترنت وتجنب المحتوى السلبي.
 - إنشاء نظام عبر وسائل التواصل الاجتماعي داعم للمراهقين، يساعدهم على الإبحار بطريقة تعزز التفاعلات الاجتماعية الإيجابية وتقدير الذات
 - دعم المؤسسات الأهلية والرسمية للمبادرات الإيجابية بين المراهقين على وسائل التواصل الاجتماعي والتي تعزز السلوكيات الإيجابية من خلالها وتساهم في نشرها.

هوامش الدراسة:

- Al-Matbouli, D. (2023). The relationship between young people's dependence on social networking sites and their level of depression and future anxiety. *Egyptian Journal of Public Opinion Research*, 1, 383-454.
- Al-Sheyab, N. A., Gharaibeh, T., & Kheirallah, K. (2018). Relationship between peer pressure and risk of eating disorders among adolescents in Jordan. *Journal of obesity*, 2018.
- Amara, U., Rao, S., & Siddiqui, B. (2023). «Self-Esteem and Peer Pressure in Adolescent Males Using Drugs». *Applied Psychology Review*, 1(2).
- Armstrong-Carter, E., Garrett, S. L., Nick, E. A., Prinstein, M. J., & Telzer, E. H. (2023). Momentary links between adolescents' social media use and social experiences and motivations: Individual differences by peer susceptibility. *Developmental psychology*, 59(4), 707-719.
- Aslam, M., Khan, J. G., Khan, G., Asif, H., Atta, N., Rafique, A., ... & Ahmed, N. (2021). Impact of Social Media and Peer Pressure on Eating Behaviors of Adolescents: Social Media and Peer Pressure on Eating Behaviors. *Pakistan BioMedical Journal*, 4(2), 181-186.
- Bäzner, E., Brömer, P., Hammelstein, P & Meyer, T. (2006). Current and former depression and their

- relationship to the effects of social comparison processes, Results of an internet based study. *Journal of Affective Disorders*, 93, no. 1-3, 97-103
- Bennett, C. L. W. (2017). Facebook and Teenagers: Investigating Changes of Perceived Peer Pressures for Romantic Relationship Involvement Based on Facebook Attachment (Doctoral dissertation, Walden University).
- Boot, A. B., Dijkstra, K., & Zwaan, R. A. (2021). The processing and evaluation of news content on social media is influenced by peer-user commentary. *Humanities and Social Sciences Communications*, 8(1), 1-
- Boyd, D. (2014). *It's complicated: The social lives of networked teens*. Yale University Press.
- Busari, R. A. (2015). Self-Esteem, Peer Influence and Social Media Utilisation as Correlates of Reading Habit of Senior Secondary School Students in Oyo State, Nigeria. PhD Thesis, University of Ibadan.
- Buunk, A. P., & Gibbons, F. X. (2007). Social comparison: The end of a theory and the emergence of a field. *Organizational behavior and human decision processes*, 102(1), 3-21.
- Chua, T. H. H., & Chang, L. (2016). Follow me and like my beautiful selfies: Singapore teenage girls' engagement in self-presentation and peer comparison on social media. *Computers in human behavior*, 55, 190-197.
- Chung, A., Vieira, D., Donley, T., Tan, N., Jean-Louis, G., Kiely Gouley, K., & Seixas, A. (2021). Adolescent peer influence via social media on eating behaviors: A scoping review. *J Med Internet Res*, 23, e19697.
- Cialdini, R. B., & Goldstein, N. J. (2004). Social influence: Compliance and conformity. *Annu. Rev. Psychol.*, 55, 591-621.
- Dalisay, F., Pokhrel, P., Buente, W., & Kawabata, Y. (2022). Exposure to tobacco and betel nut content on social media, risk perceptions, and susceptibility to peer influence among early adolescents in Guam. *Addictive Behaviors Reports*, 15, 100405.
- Darwish, A. R., & Metwally, D. (2017). The relationship between university youth's use of the Internet and self-esteem. *Scientific Journal of Radio and Television Research*, (12), 178-2017.
- de Bruijn, M. P. M. (2021). Social Media and the Fear of Missing Out among Adolescents: The Role of Peer Pressure (Master's thesis).
- Demir, M. (2018). Using online peer assessment in an Instructional Technology and Material Design course through social media. *Higher Education*, 75(3), 399-414.
- Dijkstra, P., Gibbons, F. X., & Buunk, A. P. (2010). Social comparison theory. In J. E. Maddux & J. P. Tangney (Eds.), *Social psychological foundations of clinical psychology* (pp. 195-211). The Guilford Press.
- Doan, L. P., Le, L. K., Nguyen, T. T., Nguyen, T. T. P., Le, M. N. V., Vu, G. T., ... & Zhang, M. W. B. (2022). Social Media Addiction among Vietnam Youths: Patterns and Correlated Factors. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(21).
- Elaheebocus, S. M. R. A., Weal, M., Morrison, L., & Yardley, L. (2018). Peer-based social media features in behavior change interventions: systematic review. *Journal of medical Internet research*, 20(2), e8342.
- Estrada, E., & Vargas-Estrada, E. (2013). How peer pressure shapes consensus, leadership and innovations in social groups. *Scientific reports*, 3(1), 2905.
- Ferguson, C. J., Muñoz, M. E., Garza, A., & Galindo, M. (2014). Concurrent and prospective analyses of peer, television and social media influences on body dissatisfaction, eating disorder symptoms and life satisfaction in adolescent girls. *Journal of youth and adolescence*, 43, 1-14.
- Ferguson, C. J., Muñoz, M. E., Garza, A., & Galindo, M. (2014). Concurrent and prospective analyses of peer, television and social media influences on body dissatisfaction, eating disorder symptoms and life satisfaction in adolescent girls. *Journal of youth and adolescence*, 43, 1-14.
- Gao, L., Liu, J., Yang, J., & Wang, X. (2021). Longitudinal relationships among cybervictimization, peer pressure, and adolescents' depressive symptoms. *Journal of affective disorders*, 286, 1-9.

- Gil, L. A., Dwivedi, A., & Johnson, L. W. (2017). Effect of popularity and peer pressure on attitudes toward luxury among teens. *Young Consumers*, 18(1), 84-93.
- Gopal, K., Lian, S. B., & Kaur, H. (2022). The Impact of Peer Pressure, Price Discounts and Electronic Word of Mouth on Online Impulse Buying Amongst College Students in Malaysia: A Conceptual Paper. *Electronic Journal of Business and Management*, 7(4), 9-17.
- Gustafsson, N. (2016). Social media, participation, peer pressure, and the European refugee crisis: a force awakens?.
- Hamm, M. P., Newton, A. S., Chisholm, A., Shulhan, J., Milne, A., Sundar, P., ... & Hartling, L. (2015). Prevalence and effect of cyberbullying on children and young people: A scoping review of social media studies. *JAMA pediatrics*, 169(8), 770-777.
- Hartney, E. (2022, October 6). What is peer pressure? Types, examples, and how to deal with peer pressure. Verywell Mind. Retrieved from: <https://www.verywellmind.com/what-is-peer-pressure-22246>
- Heimer, R. Z. (2014). Peer pressure: Does social interaction explain the disposition effect. *SSRN Electronic Journal*, 1-26.
- Heimer, R. Z. (2016). Peer pressure: Social interaction and the disposition effect. *The Review of Financial Studies*, 29(11), 3177-3209.
- Ibrahim, S. M. (2023). The effect of young people's use of the Instagram application on their level of social comparison. *Arab Journal of Media and Communication Research*, (34), 429.
- Jayanthi, B. V., & Reddy, V. K. The Adolescent Consumption Pattern and Its Susceptibility to Peer Pressure and Communication—An Empirical Study Conducted in Hyderabad. *The international journal of innovative and development*, Volume 4, Issue 8, July 2015
- Joseph, V., & D'Mello, L. (2021). Use of Social Media Among Young Adults and Its Effect on Parent and Peer Attachment. *SSRN Electronic Journal*. Available at SSRN 4296757.
- Kajjanto, R. (2018). Peer influence in social media. School of Business, Bachelor's thesis, Department of Marketing, Marketing degree program, 28 pages. Retrieved from: <https://aaltoodoc.aalto.fi/items/f56a6d69-54a4-4420-8e95-3bed2cd80386>
- Kieslinger, B. (2015). Academic peer pressure in social media: Experiences from the heavy, the targeted and the restricted user. *First Monday*, 20(6). <https://doi.org/10.5210/fm.v20i6.5854>.
- Kim, S. J., & Lim, Y. J. (2021). Peer pressure and SNS Addiction in adolescents: the mediating role of SNS-use motives. *Canadian Journal of School Psychology*, 36(1), 23-33.
- Lai, C., & Tai, C.-P. (2021). Types of social media activities and Hong Kong South and Southeast Asians Youth's Chinese language learning motivation. *System*, 97, 102432.
- Lambton-Howard, D., Simpson, E., Quimby, K., Kharrufa, A., Hoi Ming Ng, H., Foster, E., & Olivier, P. (2021, May). Blending into everyday life: designing a social media-based peer support system. In *Proceedings of the 2021 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems* (pp. 1-14).
- Lavis, A., & Winter, R. (2020). # Online harms or benefits? An ethnographic analysis of the positives and negatives of peer-support around self-harm on social media. *Journal of child psychology and psychiatry*, 61(8), 842-854.
- Li, C., Jiang, H., Huang, A., Chen, H., & Yu, J. (2021, December). Online Impulse Buying: Impact of Internet Celebrity Endorsement and Peer Pressure. In *2021 3rd International Conference on Economic Management and Cultural Industry (ICEMCI 2021)* (pp. 922-925). Atlantis Press.
- Luo, J., Yeung, P.-s., & Li, H. (2020). Relationship Between Media Multitasking and Self-esteem Among Chinese Adolescents: Mediating Roles of Peer Influence and Family Functioning. *Journal of Child and Family Studies*, 29, 1391-1401.
- Merritt, L. R. (2010). The relationships between media influence, peer pressure, appearance importance, body perception, and clothing behavior: Examining ethnic differences among adolescent females in the united states (Doctoral dissertation, University of Georgia).
- Mind.org. (n.d.). Types of mental health problems. Retrieved from <https://www.mind.org.uk/information-support/types-of-mental-health-problems/>

- Nderson, M., & Jiang, J. (2018). Teens, social media & technology 2018. Pew research center, 31(2018), 1673-1689.
- Nesi, J., Choukas-Bradley, S., & Prinstein, M. J. (2018). Transformation of adolescent peer relations in the social media context: Part 2—application to peer group processes and future directions for research. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 21, 295-319.
- Nesi, J., Choukas-Bradley, S., & Prinstein, M. J. (2018). Transformation of Adolescent Peer Relations in the Social Media Context: Part 1—A Theoretical Framework and Application to Dyadic Peer Relationships. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 21(3), 267-294.
- O’Keeffe, G. S., & Clarke-Pearson, K.; Council on Communications and Media. (2011). The impact of social media on children, adolescents, and families. *Paediatrics*, 127(4), 800-804.
- ou, Jeniffer; Colley, Kayla; Westbrook, Abby; Coey, Caroline Grace; and Combs, Meg, «The Effects of Peer-Pressure on Social Conformity» (2022). Science University Research Symposium (SURS). 46. <https://repository.belmont.edu/surs/46>
- Paluck, E. L. (2011). Peer pressure against prejudice: A high school field experiment examining social network change. *Journal of Experimental Social Psychology*, 47(2), 350-358.
- Roche, K. (2021). An Explorative Study of the Impact Peer Influence on Social Media has on Donation Behaviour, specifically towards Social Movement Non-Profit Organisations (Doctoral dissertation, Dublin, National College of Ireland)
- Rungtornchaisri, S., & Chankoson, T. (2020). Social Media Peer Communication and Impact on Purchase Intention. *Talent Development and Excellence*, 12(2), 1845-1855.
- Sabboh, G. M., & Alausa, S. S. (2021). School climate, self-efficacy, social media and peer pressure as correlates of aggressive behaviour among secondary school adolescents in Ibadan Metropolis, Oyo State, Nigeria. *International Journal of Academic Management Science Research (IJAMSR)*, 5(11), 43-51.
- Sakour, I. (2017). Teenagers’ uses of social media sites. *Al-Hikma Journal for Media and Communication Studies*, 12, 187-196.
- Santarossa, S., & Woodruff, S. J. (2017). #SocialMedia: Exploring the Relationship of Social Networking Sites on Body Image, Self-Esteem, and Eating Disorders. *Social Media + Society*, 3(2).
- Schaefer DR, adams jimi, Haas SA. Social Networks and Smoking: Exploring the Effects of Peer Influence and Smoker Popularity Through Simulations. *Health Education & Behavior*. 2013;40(1_suppl):24S-32S.
- Senevirathna, S. (2020). A Study on Effect of Peer Pressure on Millennial Impulsive Fashion Buying Behavior in Sri Lanka. IIT.
- Sherman, L. E., Payton, A. A., Hernandez, L. M., Greenfield, P. M., & Dapretto, M. (2016). The Power of the Like in Adolescence: Effects of Peer Influence on Neural and Behavioral Responses to Social Media. *Psychological Science*, 27(7), 1027-1035.
- Sheth, S. N. (2013). Social media, a new revolution in the field of marketing: The effect of information sharing, peer pressure, entertainment and emotional connection on attitude towards the brand and in turn the purchase intention from the brand (Doctoral dissertation, University of South Carolina).
- Sheth, S., & Kim, J. (2017). Social media marketing: The effect of information sharing, entertainment, emotional connection and peer pressure on the attitude and purchase intentions. *GSTF Journal on Business Review (GBR)*, 5(1).
- Slonje, R., Smith, P. K., & Frisén, A. (2013). The nature of cyberbullying, and strategies for prevention. *Computers in Human Behaviour*, 29(1), 26-32.
- Sriji, N. O. (2021). The impact of social media platforms on socialization institutions. Arab Scientific Society Organization. Retrieved from <https://arsco.org/article-detail-31963-8-0>
- Steers, M, Wickham, R. & Acitelli, L. (2014). Seeing everyone else’s highlight reels: how Facebook usage is linked to depressive symptoms. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 33(8), 701-731.
- Steinsbekk, S., Wichstrøm, L., Stenseng, F., Nesi, J., Hygen, B. W., & Skalická, V. (2021). The impact of social media use on appearance self-esteem from childhood to adolescence – A 3-wave community study. *Computers in Human Behavior*, 114, 106528.

- Suls, J., Martin, R., & Wheeler, L. (2002). Social Comparison: Why, With Whom, and With What Effect? *Current Directions in Psychological Science*, 11(5), 159-163.
- Sun, Y. S., & Guo, S. (2013). Media Use, Social Comparison, Cognitive Dissonance and Peer Pressure as Antecedents of Fashion Involvement. *Intercultural Communication Studies*, 22(1)
- Tang, X. (2022, July). Peer Pressure Survey of Chinese University Women. In 2022 3rd International Conference on Mental Health, Education and Human Development (MHEHD 2022) (pp. 171-174). Atlantis Press.
- Teh, X. R., Tam, J. Y. E., & Yap, X. L. (2023). Social media use and self-esteem as predictors of the risk of experimentation with e-cigarettes among university students in Malaysia: Resistance to peer influence as mediator (Doctoral dissertation, UTAR).
- Tervakari, A. M., Silius, K., Tebest, T., Marttila, J., Kailanto, M., & Huhtamäki, J. (2012, April). Peer learning in social media enhanced learning environment. In Proceedings of the 2012 IEEE Global Engineering Education Conference (EDUCON) (pp. 1-9). IEEE.
- Tsang, W. Y. (2017). Exploring the Relationships Among Peer Influence, Media Influence, Self-esteem, and Body Image Perception. In *New Ecology for Education — Communication X Learning* (pp. 237-250). First Online: 19 May 2017.
- Turel, O., & Osatuyi, B. (2017). A peer-influence perspective on compulsive social networking site use: Trait mindfulness as a double-edged sword. *Computers in Human Behavior*, 77, 47-53.
- Vanden Abeele, M., Campbell, S. W., Eggermont, S., & Roe, K. (2014). Sexting, mobile porn use, and peer group dynamics: Boys' and girls' self-perceived popularity, need for popularity, and perceived peer pressure. *Media Psychology*, 17(1), 6-33.
- Vlachopoulou, E., Boutsouki, C., & Chatzithomas, L. (2012). Teenagers and Social Media: The Effect of Personality, Brand Loyalty and Peer Group Pressure. In *International Conference on Contemporary Marketing Issues (ICCM)*.
- Wang, C., & Gu, X. (2019). Influence of adolescents' peer relationships and social media on academic identity. *Asia Pacific Journal of Education*, 39(3), 357-371.
- Wang, N. (2017). We're all in this together!. Examining the Effect of Peer Pressure on Eco-Fashion Consumption Between Generation Z and Generation Y (Doctoral Dissertation).
- Wang, W., & Zaman, L. (2019). Social Spending: An Empirical Study on Peer Pressure and Player Spending in Games. In *HCI in Games: First International Conference, HCI-Games 2019, Held as Part of the 21st HCI International Conference, HCII 2019, Orlando, FL, USA, July 26-31, 2019, Proceedings 21* (pp. 215-233). Springer International Publishing.
- Wang, W., Chen, R.R. and Yang, X. (2023), «Examining compulsive use of social media: the dual effects of individual needs and peer influence», *Industrial Management & Data Systems*, Vol. ahead-of-print No. ahead-of-print. <https://doi.org/10.1108/IMDS-10-2022-0631>
- Wang, X., Yu, C., & Wei, Y. (2012). Social media peer communication and impacts on purchase intentions: A consumer socialization framework. *Journal of interactive marketing*, 26(4), 198-208.
- Williams, L. D. (2020). *The Impact of Social Media on Peer Relationships and Identity Expression in Adolescent Black Females*. Hofstra University.
- Wills, T. (1981). Downward comparison principles in social psychology. *Psychological Bulletin*, 90, no. 2, 245-271.
- Woods, H. C., & Scott, H. (2016). Sleepy teens: Social media use in adolescence is associated with poor sleep quality, anxiety, depression and low self-esteem. *Journal of Adolescence*, 51, 41-49.
- Xu, X., Han, W., & Liu, Q. (2023). Peer pressure and adolescent mobile social media addiction: Moderation analysis of self-esteem and self-concept clarity. *Frontiers in public health*, 11, 1115661.
- Zhu, Z., Wang, J., Wang, X., & Wan, X. (2016). Exploring factors of user's peer-influence behavior in social media on purchase intention: Evidence from QQ. *Computers in Human Behavior*, 63, 980-987.