



تأثير استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على الحصانة النفسية لدى طلبة الصف الحادي عشر في مدارس منطقة الجليل الأسفل



This work is licensed under a
Creative Commons Attribution-
NonCommercial 4.0
International License.

حنان ذياب

أ.د. جولتان حسن حمادي

نشر إلكترونياً بتاريخ: ١٩ فبراير ٢٠٢٥م

* المقدمة

وتأقلم ناجح لمواجهة تحديات الحياة وضغوطاتها (Alawneh, 2022).

قدم علم النفس الإيجابي في القرن الواحد والعشرين مفهوم الحصانة النفسية كمجموعة من السمات الشخصية التي تجعل الفرد قادراً على تحمل التأثيرات الناتجة عن الضغوطات النفسية، ومقاومة ما ينتج عنها من مشاعر واحاسيس وافكار تجعله في مأمن عن أقرانه ممن واجهوا نفس الظروف، وهي مجموعة من السمات الشخصية التي تجعل الفرد قادراً على تحمل التأثيرات الناتجة عن الضغوطات والانهاك النفسي ودمج كافة الخبرات المكتسبة منها لاستخدامها في المواقف المشابهة حيث ينتج اجسام مضادة نفسية تحمي الفرد من التأثيرات البيئية السلبية (Albert, 2012)

وهذا المفهوم يعبر عن اهم المكونات التي تسند الطالب للتعافي باستمرار من الأزمات، البسيطة منها كالزاعات مع الأصدقاء والاكثر تعقيدا كمواجهة فقدان، الفشل الدراسي وغيره، ومهما كان نوع وشدة تكرار

تسارع التحولات الاجتماعية والاقتصادية والصحية في العالم الحديث، مما يفرض تحديات كبيرة على جميع فئات المجتمع نتيجة للتطورات المتزايدة في المجتمع، كما وتعتبر المرحلة الثانوية والثانوية من أكثر المراحل حساسية في حياة الإنسان، حيث يواجه الطلبة تحديات متعددة تشكل تأثيراً كبيراً على حياتهم النفسية، في ظل الظروف التي يعيشها طلبة دولة فلسطين عامة وطلبة مدارس منطقة الجليل الاسفل خاصة بالممارسات السلبية من الاحتلال، ازداد التركيز على فهم تأثير هذه الأزمة على العديد من الجوانب في حياة الطلبة، كما ويعد الاهتمام بتمكين الطلبة من مواجهة تحدياتهم اليومية على جميع الاصعدة النفسية والاجتماعية والصحية من اهم ما يشغل التربويين في مجالات العلوم الانسانية، ويقع على عاتقهم تزويد المؤسسات التي تحتك بالطلبة والمراهقين بأفضل الأساليب والبرامج الداعمة لأكاسيهم مهارات شخصية ومجتمعية تزودهم بحصانة وخبرات تسهم بنموهم السليم

الضغوطات والعقبات في حياتهم فان مواجهتها وتخطيها امر بالغ الأهمية بل ويجب ان يكونوا قادرين على تحويله لفرصة وخبرة جديدة للتخطيط لأهدافهم بثقة ودافعية اكبر، ان الحصانة النفسية ترسخ من خلال أساليب التنشئة الاجتماعية والتربية الوالدية التي يتفاعل معها الابناء منذ الطفولة؛ حيث يلاحظوا سلوك من حولهم وكيف يعبرون عن المواقف والأحداث والأشخاص من حولهم، فيساهم بشكل و آخر في تشكيل أفكارهم ومعتقداتهم حول ذواتهم ومحيطهم، وفي جميع مراحل حياة الافراد، تنشأ معهم مهارات وسلوكيات بفعل تربية الوالدين ودعم مجتمعهم علة اختلاف الثقافات والإمكانات (سويد، ٢٠١٦).

ان مقدار ما يكتسب الطلبة للحصانة النفسية بقدر ما يظهروا احترامهم لذواتهم، واحترامهم للقيم الشخصية، كالإيجابية، والتفكير الناجح والقدرة على الانجاز، والتي تعد مهارات كافية لمواجهة الضغوطات النفسية، وتؤهلهم للاستعداد الدائم للتعامل معها، ولتعزيز الحصانة النفسية لمواجهة اكبر الضغوطات فانه من المهم ملاحظتها لدى الابناء من خلال المواقف اليومية، في شتى المجالات والحرص المستمر على تكثيف الجهود في نموها لاسيما وانه من اهم اسباب تقويتها وجود علاقة والدية ناجحة او علاقة مع بالغين داعمين كالمعلمين والاجداد او حتى الاصدقاء الايجابيين والداعمين، وايضا نمج تربوي مدرسي حريص على تحصين الطلبة على المستوى الشخصي والاجتماعي والقيمي، وعلى الوالدين والمربين التعلم واكتساب المهارات والخبرات ومواكبة التطورات التربوية وتحديد معارفهم التي تمكنهم من أداء دورهم التربوي لتربية جيل صحيح نفسياً وجسدياً، متوازن نفسياً وانفعالياً (الصمادي، ٢٠١٥).

تلعب الحصانة النفسية دورا مهما في اتران الفرد والمحافظة على إيجابية الفرد، وتتحدد أبعادها من خلال البعد الذاتي، والبعد السلوكي، والمرتبطين بتوقع أفضل النتائج والنظرة الإيجابية للأحداث، وبعد حل المشكلات المتعلقة بقدرة الفرد على التعامل مع المشكلات التي تواجهه وصولا لشعوره بالرضا والراحة النفسية، ويقال إن وظائفها الأساسية هي التعرف على المواقف العصيبة وإسقاطها وإدارتها للحفاظ على سلامة شخصية الفرد عند التفاعل مع البيئة الخارجية، إذ تساعد الحصانة النفسية على تطوير السلوك المناسب تساعد وتعزيز التكيف مع الظروف المتغيرة، وأيضا الآليات الاستباقية والتعزيزية المشاركة في الحصانة النفسية على تعزيز رفاهية الفرد وتحديد هويته الثقافية (المطيري وآخرون، ٢٠١٩).

ولا شك أن الإنسان المعاصر استفاد من الانفجار التكنولوجي في عالم الاتصال والمعلومات، ويعتبر الإنترنت من أهم إنجازاته وأوضحها، حيث قدم الإنترنت الكثير من الخدمات والتسهيلات المهمة في مجال الاتصالات والبحث عن المعلومات، وقد أثرت التطورات في مجال تكنولوجيا المعلومات على كيفية عمل الناس ومكان عملهم ومقداره ومع من يعملون ويتفاعلون، فتكنولوجيا المعلومات أثرت بشكل كبير في عملية التفاعل الفردي والجماعي داخل المحيط الأسري والاجتماعي (المرازقة والقاعد، ٢٠١٥).
ان التطورات التكنولوجية الحديثة أحدثت نقلة نوعية وثورة حقيقة في عالم الاتصال، الأمر الذي جعل جميع فئات المجتمع يعيشون في ظل عالم تقني ومجتمع افتراضي سيطر على أكثر اهتماماتهم واستنزف الكثير من أوقاتهم، ومن بين أبرز تلك الاهتمامات، التواصل الاجتماعي التي توفرت لهم عن طريق شبكات اجتماعية على الانترنت،

وكان لهذا العالم أثره الكبير على الهوية الاجتماعية والوطنية وعلى الترابط الاجتماعية داخل المجتمع الواحد، وقد أتاح الانترنت بما يمتلكه من وسائل وقنوات جديدة للاتصال والتواصل، منابر جديدة للنقاش والحوار، مما فتح المجال أمام أفراد المجتمع لممارسة مختلف أنواع الاتصالات بواسطة شبكة الإنترنت (مثل الفيسبوك، تويتر، يوتيوب، بلوتوث وغيرها)، للخروج من وضعية عدم التواصل وعدم الحوار، إلى التواصل والحوار، ومن الإعلام والاتصال الذي يتم في اتجاه واحد، إلى الإعلام الأفقي والاتصال في جميع الاتجاهات (العززي، ٢٠١٥).

على الرغم من أن لوسائل الاتصال والتواصل الحديثة دور هام في حياة الإنسان اليومية، لما لهذه التكنولوجيا الحديثة من أهمية واضحة على مختلف مجالات الحياة؛ حيث دخلت هذه التكنولوجيا حاملة معها جملة من التفاعلات السلوكية الثقافية المرتبطة بها، والتي أثرت على الفرد والأسرة والمجتمع، حيث إن سلبيات الانترنت وما يحتويه من وسائل تواصل كثيرة، لم تؤثر فقط في الجوانب الأخلاقية، بل تعدتها لتؤثر على الحصانة النفسية للطلبة، وبالتالي زاد الانترنت وما يحتويه من مواقع من مشاكل فئات المجتمع المختلفة، خصوصاً الشباب منهم، لا سيما أن هذه المواقع مفتوحة وغير مراقبة أو مملوكة لجهة محلية ولا سلطان عليها من أي شخص، ولا هيمنة عليها من أي منظمة (ذينات واخرون، ٢٠١٨).

وبناء على ما سبق فإن الدراسة الحالية تستهدف إلى إبراز تأثير استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على الحصانة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدارس منطقة الجليل الأسفل.

* أهمية الدراسة

تكمن أهمية الدراسة في محاولة الكشف عن تأثير استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على الحصانة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدارس منطقة الجليل الأسفل، ويعد هذا النوع (حسب علم الباحثان) من الدراسات النادرة في البلاد. وترى الباحثتان أن هذه الدراسة قد تسهم في إلقاء الضوء على مدى تأثير الطلبة بوسائل التواصل الاجتماعي وانعكاسات ذلك على الحصانة النفسية لديهم، وكذلك قد تساعد هذه الدراسة إلى الوصول لتوصيات ومقترحات تعمل على توجيه الأفراد للاستثمار الإيجابي لهذه الوسائل في حياتهم اليومية، لا سيما طلبة المرحلة الثانوية، ومن خلال هذه الدراسة يمكن إثراء المكتبات العربية بموضوعها، وتستفيد منها الجهات البحثية العلمية في الدراسات الاجتماعية، كالجامعات ووزارة التنمية الاجتماعية، والمهتمون بشكل عام بشبكات التواصل الاجتماعي.

* مشكلة الدراسة

مما لاشك فيه أن تحقيق الحصانة النفسية للطلبة، سينعكس تلقائياً على منظومة الأمن للمجتمع بكل جوانبها الاجتماعية، والسياسية، والاقتصادية، والسلوكية، وغيرها؛ وما ذاك إلا لتعلق الحصانة النفسية بالنفس البشرية، ومناطق القيادة الواعية والفعالة للمشاركة في التنمية المستدامة للمجتمعات، وهي صمام الأمان للمجتمع من الاتجاهات المنحرفة، والتي من شأنها تقويض البناء النفسي، وإحلال أفكار ومفاهيم بديلة هزيلة ذات منطلقات إنسانية منحرفة، من شأنها أن تؤدي بشكل أو بآخر إلى الانهيار النفسي، والانحلال الخلقي لبعض الأفراد (الخلي، ٢٠٢٠).

ولأن المرحلة الثانوية هي مرحلة المراهقة وهي من أكثر المراحل التي تحتاج للدعم الأسري والمجتمعي كونها مرحلة يواجه فيها المراهق العديد من السلوكيات والأفكار عن نفسه ومحيطه ويواجه فيها الكثير من التغيرات النفسية والجسدية ، والتي تدفعه للبحث عن ذاته واستقلاليته بين أقرانه ومع عائلته، وتحتاج هذه المرحلة لكثير من المهارات الذاتية الشخصية والاجتماعية لجعلها مرحلة نمائية طبيعية ومقدمة للمراحل التالية من حياته ، وهي بذلك تحتاج لخصانة نفسية عالية وموقف أسري ومجتمعي داعم يخلق القدرة على المواجهة والتعافي المستمر من ضغط التحديات النفسية (خوجة والكشكي، ٢٠١٩).

نتيجة لملاحظة الباحثان ومعايشتهما للعديد من الآثار التي أحدثتها وسائل الاتصال والتواصل الحديثة على الخصانة النفسية لدى طلبة الصف الحادي عشر في مدارس منطقة الجليل الأسفل ، مثل سيطرة وسائل التواصل الاجتماعي على حياتهم اليومية لكونها الوسيلة الأسهل والأقصر لقضاء أوقاتهم واشباع حاجاتهم، وارتباطهم بهذه الوسائل بدرجة مبالغ فيها، وانخفاض مستوى تفاعلهم الاجتماعي المباشر مع الأسرة والأصدقاء... الخ، وقضائهم للكثير من الوقت بما يعرف بالدردشة، وتبادل الفيديوهات، والتعرف على أبرز الفضائح لبعض الشخصيات الاجتماعية والثقافية وغيرها، وارسالها وتناقلها فيما بينهم، مما ساهم بضعف تمسكهم بالقيم والعادات الحميدة السائدة، وزيادة انحرافات الشباب عموماً والطلبة خصوصاً عن القيم والأخلاق السوية، الأمر الذي أثر بطريقة أو بأخرى على شخصيتهم وتفاعلاتهم الاجتماعية مع الآخرين، وتعرضهم للتوتر والقلق، كما وأكدت مجموعه من الدراسات السابقة كدراسة كل من والقحطاني(٢٠١٣) وزيدان(٢٠١٣)

وعبد الله(٢٠١٢) وابو ندى (٢٠١٥) وكنج (Kagen,2006) وماتيس (MATES,2010)) على ضرورة الاهتمام بالطلبة والعمل على قياس تأثير وسائل التواصل الاجتماعي وكذلك الحصانة النفسية لهم والعمل على معالجتها إذا لزم الأمر، وعليه وجدت الباحثان ضرورة الوقوف على هذه الظاهرة ودراساتها في مساهمة للتعرف إلى تأثير استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على الخصانة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدارس منطقة الجليل الأسفل.

* أهداف الدراسة

تهدف هذه الدراسة الى :-

- ١- التعرف على طبيعة العلاقة بين الخصانة النفسية ووسائل التواصل الاجتماعي لدى طلبة الصف الحادي عشر في مدارس منطقة الجليل الأسفل من وجهة نظر الطلبة؟
- ٢- التعرف على مستوى الخصانة النفسية لدى الطلبة في مدارس منطقة الجليل الأسفل من وجهة نظر الطلبة؟
- ٣- التعرف على مستوى تأثير وسائل التواصل الاجتماعي على الطلبة في مدارس منطقة الجليل الأسفل من وجهة نظر الطلبة؟

* أسئلة الدراسة

تحاول الدراسة الحالية الإجابة عن الأسئلة التالية:-

- ١- ما أثر استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على ابعاد الخصانة النفسية لدى طلبة الصف الحادي عشر بمدارس منطقة الجليل الأسفل؟
- ٢- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية لأثر استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على ابعاد الخصانة النفسية لدى

طلبة الصف الحادي عشر بمدارس منطقة الجليل الاسفل تبعا لمتغير الجنس.

٣- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية لأثر استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على ابعاد الحصانة النفسية لدى طلبة الصف الحادي عشر بمدارس منطقة الجليل الاسفل تبعا لمتغير التخصص؟

٤- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية لأثر استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على ابعاد الحصانة النفسية لدى طلبة الصف الحادي عشر بمدارس منطقة الجليل الاسفل تبعا لمتغير المستوى الاقتصادي؟

* فرضيات الدراسة

١- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) لأثر استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على ابعاد الحصانة النفسية لدى طلبة الصف الحادي عشر بمدارس منطقة الجليل الاسفل تبعا لمتغير الجنس.

٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) لأثر استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على ابعاد الحصانة النفسية لدى طلبة الصف الحادي عشر بمدارس منطقة الجليل الاسفل تبعا لمتغير التخصص.

٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) لأثر استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على ابعاد الحصانة النفسية لدى طلبة الصف الحادي عشر بمدارس منطقة الجليل الاسفل تبعا لمتغير المستوى الاقتصادي.

* محددات الدراسة

تحدد هذه الدراسة ضمن المحددات الآتية: -

١- محددات مكانية: حيث تجرى هذه الدراسة في مدرسة ثانوية في منطقة الجليل الاسفل.

٢- محددات زمانية: حيث تجرى في الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي ٢٠٢٣/٢٠٢٤.

٣- محددات بشرية: حيث تستهدف الدراسة طلبة الصف الحادي عشر ثانوي في العام الدراسي ٢٠٢٣/٢٠٢٤ في جميع مدارس منطقة الجليل الاسفل.

* مصطلحات الدراسة

* وسائل التواصل الاجتماعي

هي مواقع تكنولوجية فعالة تعمل على تسهيل الحياة الاجتماعية لمستخدميها بهدف الحصول على المعلومة والاتصال والتواصل بين مجموعة من المعارف والأصدقاء، وهي تقوم على المستخدمين بالدرجة الأولى من خلال الاتصال والقدرة أيضا على التواصل المرئي والصوتي وتبادل الصور وهي شبكات اجتماعية تفاعلية تتيح التواصل لمستخدميها في أي وقت يشاؤون وفي أي مكان من العالم، وأبرز شبكات التواصل الاجتماعي هي (الفايس بوك، تويتر، واليوتيوب، والتيك توك) وأهمها هي شبكة (التيك توك) (ذينات وآخرون، ٢٠١٨).

وتعرف إجرائياً بأنها: عبارة عن وسائل تقنية، وشبكات اجتماعية تفاعلية تربط العديد من المستخدمين في دول العالم لمناقشة قضاياهم المختلفة ذات الطابع المشترك بينهم كالقضايا الاجتماعية والثقافية والفكرية والسياسية وغيرها، وهي الدرجة التي يحصل عليها المستجيب في قياس أثر وسائل التواصل الاجتماعي من إعداد الباحثان.

* الحصانة النفسية

هي امتلاك الفرد لمجموعة من السمات والمهارات الشخصية التي تجعل الفرد قادرا على تحمل التأثيرات والانتهاكات النفسية وما ينتج عنها من مشاعر وافكار تجعله

يشعر في امان مما يعاني منه اقرانه ممن واجهوا نفس الظروف (سويعد، ٢٠١٦).

وتعرف إجرائياً بأنها: تمتع الفرد بخصائص وسمات تجعله قادراً على تحمل ومواجهة الظروف والاحداث الضاغطة التي يمر بها، وهي الدرجة التي يحصل عليها المستجيب في قياس الحصانة النفسية من إعداد الباحثتان.

* وسائل التواصل الاجتماعي

* مفهوم وسائل التواصل الاجتماعي

نتيجة للتطور السريع في وسائل تكنولوجيا المعلومات والاتصالات، الذي أدى إلى تغييرات جذرية في جميع جوانب الحياة البشرية، أصبحت شبكة الإنترنت نقطة محورية للحياة الاجتماعية كوسيلة للاتصال وتبادل الأفكار والمعلومات، فضلاً عن الميادين الاقتصادية والسياسية والثقافية، وتوفر وسائل الإعلام الجديدة كما أطلق عليها، وسائل وقنوات جديدة للاتصال والتواصل، ويوفر منصات جديدة للمناقشة والحوار. هذا يفتح المجال أمام أفراد المجتمع لممارسة أنواع مختلفة من الاتصال عبر شبكة الإنترنت (مثل الفيس بوك، تيك توك، يوتيوب، وغيرها)، للخروج من وضعية عدم التواصل وعدم الحوار، إلى التواصل والحوار، ومن الإعلام والاتصال الذي يتم في اتجاه واحد، إلى الإعلام الأفقي والاتصال في جميع الاتجاهات (العززي، ٢٠١٥).

* وظائف وسائل التواصل الاجتماعي

ليس هناك شك في أن وسائل التواصل الحديثة لها مجموعة من الوظائف للأفراد كما أشار ويمكن تلخيصها على النحو التالي: -
١- البحث عن المعلومات، سواء تم البحث عنها بوعي أم دون وعي، وغالباً ما تستخدم معلوماتنا لتحقيق هدفين:

الأول توجيه سلوكنا، فهي ترشدنا إلى التصرف على نحو ما في كثير من المواقف، وثانيها توجيه فهمنا لجعلنا أقل قلقاً وأكثر فهماً.

٢- تطوير مفاهيمنا عن الذات: حيث أنها تساعد الفرد على فهم نفسه وفهم العالم من خلال مقارنات بين أنفسنا والآخرين استكشاف الواقع من خلال وسائل الإعلام وأجراء.

٣- تسهيل التفاعل الاجتماعي من خلال تزويدنا بالأشياء التي نتحدث عنها وممارستها، وتوفر لنا أرضية مشتركة للمحادثات، وكثيراً ما تلقيها دون وعينا الكامل.

٤- بديلاً للتفاعل الاجتماعي، أثبتت الدراسات العديد من الحاجة البشرية للصدقات التي تزداد الحاجة لها عند الناس الذين يعيشون بمفردهم (بعزلة) فترى بعضهم يتحدث ويصافح نجوم الإعلام كما لو أنهم يعرفونهم سابقاً.

٥- الحرية العاطفية والاسترخاء والترفيه والمتعة والإثارة والتخلص من الملل والعزلة.

٦- الهروب من التوتر والاعتراب، وخلق الطقوس اليومية التي تعطينا إحساس النظام والأمن (المطيري وآخرون، ٢٠١٩).

* أنواع شبكات التواصل الاجتماعي

تتعدد تقسيمات الشبكات حسب الاستخدام، والاهتمام إلى ثلاثة أنواع رئيسية هي: -

أ- شبكات شخصية: وهي لشخصيات محددة، وأفراد، ومجموعة أصدقاء، تمكنهم من التعارف وإنشاء صداقات بينهم، مثل (التيك توك).

ب- شبكات ثقافية: وهي تختص بفن معين، وتجمع المهتمين بموضوع أو علم معين، مثل (Library thing).

ج- شبكات مهنية: وهي تتم بأصحاب المهن المتشابهة، لخلق بيئة تعليمية، وتدريبية فاعلة، مثل (linked in).

كما يمكن تقسيمها حسب الخدمات وطريقة التواصل إلى ثلاثة أنواع أيضاً، هي: -

أ- شبكات تتيح التواصل الكتابي.

ب- شبكات تتيح التواصل الصوتي.

ج- شبكات تتيح التواصل المرئي (ذينات وآخرون،

٢٠١٨)

وتتنافس الشبكات الاجتماعية اليوم في توفير أكثر من طريقة للتواصل، حتى تلبى حاجات جميع شرائح المجتمع الافتراضي.

هناك تقسيم ثالث، يقسم الشبكات الاجتماعية إلى قسمين: -

١- شبكات داخلية خاصة: وتتكون هذه الشبكات من مجموعة من الناس، تمثل مجتمعاً مغلقاً، أو خاصاً، يمثل الأفراد داخل شركة، أو تجمع ما، أو داخل مؤسسة تعليمية، أو منظمة، ويتحكم في دعوة هؤلاء الأشخاص فقط، وليس غيرهم من الناس للدخول للموقع، والمشاركة في أنشطته، من تدوين وتبادل آراء وملفات، وحضور اجتماعات، والدخول في مناقشات مباشرة، وغيرها من الأنشطة.

٢- شبكات خارجية عامة: وهي شبكات متاحة لجميع مستخدمي الإنترنت، متاحة بل صممت خصيصاً لجذب المستخدمين للشبكة، ويسمح فيها للعديد من المستخدمين بالمشاركة في أنشطته، بمجرد أن يقوم المستخدم بالتسجيل في الموقع، وتقديم نفسه للموقع مثل شبكة التيك توك. (العززي، ٢٠١٥).

* الحصانة النفسية

يعيش الأفراد اليوم بشكل عام والشباب بشكل خاص زحماً من المؤثرات الضاغطة والمتغيرات السلبية التي قد تنعكس على سلوكهم، وتشكل خطراً يهدد المجتمع، وعليه كان التحصين النفسي والتفكير السليم له دور كبير في التعامل مع هذه المؤثرات.

* مفهوم الحصانة النفسية

يعد مفهوم الحصانة النفسية من المفاهيم المهمة في علم النفس الإنجابي في القرن الحادي والعشرين؛ باعتبارها مجموعة من السمات الشخصية التي تجعل الفرد قادراً على تحمل التأثيرات الناتجة عن الضغوط النفسية والإفهام النفسي، ومقاومة ما ينتج عنها من مشاعر وأحاسيس وأفكار تجعله في مأمن مما يعاني منه أقرانه ممن واجهوا الظروف نفسها (سوبعد، ٢٠١٦).

ان مصطلح "الحصانة النفسية" هو مصطلح مختصر يستخدم ليشمل عدداً من التحيزات والآليات المعرفية التي تحمي الشخص من تجربة المشاعر السلبية الشديدة، ويتحقق ذلك من خلال تجاهل المعلومات أو تحويلها أو تكوينها، مما يجعل الوضع الحالي أكثر احتمالاً أثناء تقليل جاذبية البدائل، وتعمل هذه الآليات بشكل كبير أو كلي خارج الوعي (عايش والشجيري، ٢٠١٧). حيث تعمل آليات الجهاز المناعي النفسي دون وعي أو ادراك الفرد، لذلك يصعب توقع آثاره، هذا هو أحد الأسباب التي تجعل الناس غير قادرين على التنبؤ بما سيشعرون به في المواقف المستقبلية المحتملة، حيث يبالغ الناس عادة في تقدير مدى تأثير حدث سلبي عليهم، مثل وفاة أحد الأقارب أو فقدان الوظيفة ما (Vasile, ٢٠٢٠).

* أنواع الحصانة النفسية

رغم تعدد أنواع الحصانة غير الحصانة النفسية، كالحصانة القيمية والصحية والفكرية، إلا أن الحصانة النفسية وحدة متعددة الأبعاد تتكامل فيما بينها من حيث موارد القدرة على الصمود والقدرات التكيفية، وتوفر القدرة على تحمل الإجهاد، مما يثري فاعليته الفرد وقدرته التنموية والمشاركة النشطة.

* عناصر الحصانة النفسية

إن عناصر الحصانة النفسية كما يراها (Kanitz & Tuchscherer, 2018) هي: المرونة العاطفية، والقدرة على التعافي من المواقف الصعبة مثل الطالق أو وفاة شخص قريب، والاعتماد على الذات، حرية التصرف على الرغم من التأثيرات الخارجية، والصدق العاطفي، والقدرة على الشعور بالعواطف التي تنشأ بالفعل، دون خوف أو إنكار، والانفصال، الذي يضع مسافة بين الاحساس بالذات والاضطراب، والذكاء العاطفي، القدرة على توقع كيف ستعمل العواطف في موقف معين.

* مكونات الحصانة النفسية

أشار Olah أن الحصانة النفسية تتكون من مجالات أساسية ورئيسية و(١٦) مكون فرعي تتمثل ب:
أ- المجال الأول الاعتقادات: ويعني به مستوى ثقة الفرد ببيئته وامكانيته على التأثير فيها ويتكون هذا المجال من:-
١- التفكير الإيجابي: ويعني به ميل الفرد إلى تقبل الأفكار والمعارف الجديدة التي تبسط كل ما هو معقد، يترتب على ذلك أن يتوقع الفرد نتائج إيجابية تؤدي إلى النجاح فيما يريد ويفكر بالمستقبل.

٢- الاحساس بالسيطرة: ويعني به قابلية وامكانية الفرد على ضبط سلوكه وانفعالاته والاحداث التي تؤثر في البيئة المحيطة به والتي يعيش فيها ويتفاعل معها.

٣- الاحساس بالتماسك: ويعني به شعور الفرد بأنه يعيش شخصية متكاملة متماسكة قوية ذات تأثير، واهمية وقيمة في المجتمع الذي يعيش به ويتفاعل معه.

٤- الاحساس بنمو الذات: ويعني به شعور الفرد واحساسه بأن ذاته تنمو وتتطور يوم بعد يوم (الحلي، ٢٠٢٠).

ب- المجال الثاني (التنفيذي والاخلاق والرقابة): ويعني به قابلية الفرد وقدرته للعمل بصورة مؤثرة في البيئة التي يعيش فيها ويتألف هذا المحور من: -

١- التوجه نحو التحدي والتغير: ويعني به رغبة الفرد لتغير ظروفه الراهنة نحو الافضل واستثمار ذلك النمو الشخصي لمواجهة الاحداث والمواقف والقدرة على تحمل الضغوط والانفتاح على التغير.

٢- الرقابة الاجتماعية: ويعني بها قابلية وامكانية الفرد على مراقبة واكتشاف ادوار الناس في المجتمع او المكان الذي يكون به (الجزار، ٢٠١٨).

٣- توجيه الفرد نحو الاهداف: ويعني به قابلية وامكانية الفرد على تحديد وتحقيق ما يصبو اليه من اهداف بشكل دقيق.

٤- المفهوم الذاتي المبدع: ويعني به شعور الفرد بأن لديه قدرة ذاتية على العطاء والابداع وتقديم المزيد.

٥- امكانية الفرد على حل المشكلات: ويعني به قابلية وامكانية الفرد على استخدام المعلومات السابقة ومهاراته المكتسبة للتغلب على موقف غير عادي يواجهه.

٦- التأثير الذاتي (الفعالية الذاتية): ويعني بها اعتقاد الفرد وثقته في قدراته التي تكون بمثابة الدافع القوي لإنجاز مهامه بصورة فعالة مما يحقق له الرضا والتوافق النفسي.

٧- التحشيد الاجتماعي: ويعني به قابلية الفرد على طلب المساعدة او المعونة من الناس الآخرين بدون تردد.

٨- امكانية الخلق الاجتماعي: ويعني به السلوك الذي يقوم به الفرد بصورة طوعية لغرض مساعدة شخص اخر بدافع المحبة والعطف وتقديم المساعدة للآخرين (خوجة، ٢٠١٩).

ت- المجال الثالث (تنظيم الذات): ويعني به قابلية الفرد للتغير والتكيف مع ما هو مطلوب ويتألف هذا المحور من:

١- التزامن والتماشي: ويعني به قابلية الفرد للتماشي ومواكبة تغيرات البيئة مع الاحداث الحالية الراهنة بطريقة مرنة ومفتوحة.

٢- السيطرة على الاندفاع: ويعني به قابلية الفرد في السيطرة على اندفاعته ومشاعره بالطريقة التي يراها مناسبة.

٣- السيطرة العاطفية: ويعني بها قابلية الفرد في السيطرة على النفس وتحمل الاحباط وإدارة الحياة الانفعالية في حالة الشدائد والضغوط والقلق وتأجيل اشباع الرغبات وضبط العواطف والمشاعر.

٤- سيطرة الفرد على الغضب: ويعني بها قابلية الفرد في السيطرة والتحكم بنفسه في المواقف الانفعالية المتأزمة والصعبة (يوسف والوريكات، ٢٠٢٢).

* الدراسات السابقة

أولاً- دراسات تناولت موضوع الحصانة النفسية

قامت ليزلي وهيل (٢٠١١) بدراسة هدفت إلى تقييم العلاقة بين الحصانة النفسية الذاتية والتفاؤل والتكيف

في مرحلة البلوغ المبكرة وارتباطهم بسلوكيات المخاطرة، وتكونت عينة الدراسة من (٣٥٠) طالب وطالبة من أوروبا وأمريكا متوسط أعمارهم بين ١٧ إلى ٢٠ عام، وتوصل الباحث إلى مجموعة من النتائج: الحصانة الذاتية والتفاؤل لهم ارتباط كبير مع التكيف والتنبؤ بالمخاطر وأن الحصانة الذاتية مرتبطة بسلوكيات المخاطرة أكثر من التفاؤل، كما ان الحصانة النفسية كانت مرتبطة عكسياً بالاكتئاب والثقة بالذات والمشاكل الشخصية.

وهدف دراسة سويعد (٢٠١٦) إلى التعرف على العلاقة بين كل من الحصانة النفسية وقلق المستقبل وجودة الحياة لدى الشباب من نزلاء مراكز الايواء في قطاع غزة والتعرف على الفروق الفردية بين افراد العينة في مستوى الحصانة النفسية ومستوى القلق من المستقبل ومستوى جودة الحياة النفسية، وتكونت عينة الدراسة من (٣٦٨) فرد من نزلاء مراكز الايواء فئة الشباب العمرية (٢٠-٣٠) عام، وتوصل الباحث إلى مجموعة من النتائج:-

١- مستوى الحصانة النفسية وجودة الحياة مرتفعان لدى الشباب من نزلاء مراكز الايواء.

٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الحصانة النفسية في كافة ابعادها لدى عينة الدراسة تعزى للحالة الاجتماعية.

أجرت "Bona" دراسة كان الغرض منها معرفة العلاقة بين بعض المتغيرات النفسية مع الحصانة النفسية للمراهقين الذين تتراوح اعمارهم بين (١٤-٢٤) سن أظهرت عينة الدراسة درجات أعلى بكثير على مقياس الحصانة النفسية، كما ان هذه الاخيرة تنبأ بمستوى أكبر من الرضا والارتياح لدى عينة الدراسة (Bona, 2014).

فيما توصلت دراسة "لورنكر وآخرون" إلى أن هناك علاقة ارتباطية بين دور تأثير الحصانة النفسية والمزاج العاطفي للشخصية، وأن التفكير الإيجابي والتفاؤل ومشاعر الضبط كل ذلك يساعد في تدفق الخبرات وأنشطة الفرد والتحكم العاطفي (سويعد، ٢٠١٦).

ثانياً- دراسات تناولت موضوع تأثير وسائل التواصل الاجتماعي

أجرى جرار (٢٠١١) دراسة هدفت هذه الدراسة إلى معرفة المشاركة بموقع الفيس بوك وعلاقته باتجاهات الشباب نحو العلاقات الأسرية، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وتم استخدام أسلوب المسح (الاستبيان) لجمع البيانات، وتكون مجتمع الدراسة من جميع الشباب الذين تتراوح أعمارهم ما بين (٢٤-١٥ سنة) في الأردن، وجرى تحديد حجم عينة الدراسة ب (٣٨٤) شاب وشابة، ممن تتراوح أعمارهم ما بين (٢٤-١٥ سنة). وقد أظهرت نتائج الدراسة، أن نسبة الشباب الأردني الذي لديه اشتراك في الفيس بوك تبلغ (٧٤.٤%) من مجمل الشباب الأردني، وأن نسبة الذكور المشتركين في الموقع (٥٦%) وهي أكبر من نسبة مشاركة الإناث (٤٤%)، وأن ما يقارب من ثلاثة أرباع المشتركين يقومون بتفقد الموقع يوميا (٧٣.٨%)، وأن أكثر من نصف الشباب المشترك في الموقع (٥٧.٤%) يعتقدون أن اشتراكهم قلل من الوقت الذي يقضونه مع أسرهم، ورأى (٤٥.٦%) من المشتركين أن اشتراكهم في الموقع أثر على حياتهم إيجاباً، و(١٤.٢%) لم يستطيعوا أن يحددوا فيما إذا كان اشتراكهم في الموقع أثر أو لم يؤثر على حياتهم.

في دراسة السقاف (٢٠١١) التي هدفت التعرف إلى الخروج بوصف دقيق عن تجربة الفتيات السعوديات في

تعاملهن مع شبكة الفيس بوك، وذلك من خلال إجراء مقابلات شخصية مع (١٥) فتاة سعودية ممن يستخدمن الفيس بوك، ممن تتراوح أعمارهن بين (٢٤-١٩) سنة، يدرسن في جامعة خاصة بالعربية السعودية، علاوة على اطلاع الباحث على "حائط" ثلاث من المشاركات (بعد أخذ موافقتهن) في المقابلة، لمعرفة عدد الأصدقاء والمجموعات والروابط والاستطلاعات ونوعية الصور الموجودة على صفحات الفتيات المشاركات. وقد توصلت الدراسة إلى أن الفتيات السعوديات يستخدمن الفيس بوك بهدف الحفاظ على روابط الصداقة القائمة مع أقرانهن الجدد والقدامى، وللتعبير عن شعورهن تجاه مختلف القضايا المطروحة ومشاركة الآخرين أفكارهم من خلال تحديث محتوى سيرتهن الذاتية على الموقع، بالإضافة إلى الترفيه عن أنفسهن من خلال الإجابة على أسئلة المسابقات واختبار المعلومات. كما توصلت الدراسة إلى أنه وبالرغم من أن معلومات المشاركات في الدراسة متاحة للجميع من مستخدمي الفيس بوك، فأفمن قلقات جدا على خصوصيتهن، وحتى تتمكن المشاركات من الإدلاء بآرائهن حول الأحداث الجارية، فقد عمدن إلى المشاركة في بعض المجموعات الحوارية على الشبكة. كما توصلت الدراسة أيضا إلى أنه وبالرغم من أن بعض المشاركات اعترفن بفضل الفيس بوك يجعلهن يشعرن بالثقة أكثر، وبأنهن أصبحن اجتماعيات أكثر، إلا أن البعض الآخر منهن أبدى تخوفهن من أن هذه الشبكة يمكن أن تؤثر على علاقتهن بأسرهن وعلى تحصيلهن الدراسي.

كما هدفت دراسة الحميدي (٢٠١٣) إلى التعرف على الأثر الاجتماعي للفيس بوك على عينة من الشباب السعودي، وأثر استخدام هذه التقنية على العلاقات

الاجتماعية لأفراد مجتمع الدراسة، وقد قام الباحث باختيار عينة عشوائية من طلاب الصف الثالث الثانوي من مدارس مدينة مكة المكرمة مكونة من (٤٢) طالباً، وكان من أهم نتائج الدراسة: الأثر السلبي للفيديو على طلاب المرحلة الثانوية (الثالث الثانوي)، حيث يقضي الطلاب وقتاً أقل مع أفراد أسرته، وقلة زيارة هؤلاء الطلاب لأقربائهم نتيجة انشغالهم بالفيديو.

بحث المصري (٢٠١١) بدراسة مدى استخدام الطلبة الجامعيين الفلسطينيين لمواقع التواصل الاجتماعي، وأثر ذلك على متابعتهم لوسائل الإعلام الأخرى، وذلك بالتطبيق على عينة مكونة من (٣٢) مفردة من طلبة الكليات الفلسطينية بقطاع غزة، وقد توصلت إلى أن ما نسبته (٥٢٪) من الباحثين يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي لمدة تصل إلى ساعتين يومياً، كما بينت الدراسة أن أهم سلبيات استخدام الباحثين لمواقع التواصل الاجتماعي تكمن في تغذية الازمات السياسية وقيمة الفرصة لعمليات الاستقطاب من قبل الآخرين، وزيادة الاحتقان وتعميق الخلافات، ونسبة وصلت إلى (٨١٪)، أما أهم الإيجابيات فقد تمثلت في تعريف المستخدمين بموضوعات تساعدهم على النقاش مع الآخرين ونسبة بلغت (٤٧٪)، أما ما يتعلق بتأثير استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على وسائل الإعلام والاتصال الأخرى، فقد أظهرت الدراسة أن هناك انخفاضاً ملحوظاً في مطالعة الكتب وقراءة الصحف والمجلات، والاستماع للراديو ومشاهدة الفضائيات ونسب تراوحت ما بين (٧٦٪ - ٨٤٪).

سعت دراسة McKinney (٢٠١٢) إلى الكشف عن استخدام الشباب الجامعي لموقعي الفيديو وتويتر من حيث النرجسية (التكلف في الحديث مع

الآخرين)، أو الانفتاح على العالم الخارجي، وذلك بالتطبيق على عينة قوامها (٢٣٣) من طلاب جامعي University Northeastern و University Southern بالولايات المتحدة الأمريكية، وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج من أهمها: -

١- يتعلق اتجاه الشباب الجامعي إيجابياً نحو الانفتاح مع تبادل المعلومات مع الآخرين على عدد مرات استخدام موقعي الفيديو وتويتر.

٢- يتعلق اتجاه الشباب الجامعي إيجابياً نحو التكلف مع تبادل المعلومات مع الآخرين على عدد أصدقائهم في موقعي الفيديو وتويتر.

هدفت دراسة Dorner (٢٠١١) هدفت إلى التعرف على الدوافع التي دفعت بالشباب إلى الاهتمام بهذه الشبكة الاجتماعية الفيديو، وقد طبقت هذه الدراسة على عينة من الشباب الجامعي في الولايات المتحدة الأمريكية، وقد خلصت هذه الدراسة إلى أهمية تلك الشبكات الاجتماعية ولما لها من أهمية لدى الطلاب، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن المشاركين في شبكة التواصل الاجتماعي الفيديو لم يستخدموه في الإعلانات عن أنفسهم وحسب، وإنما استخدموه في إعادة تكوين العلاقات الاجتماعية فيما بينهم كما أنهم استخدموه في عملية التواصل، وفي التواصل بين الأشخاص الذين لا يعرفونهم وذلك بهدف الترفيه والتسلية وقضاء أوقات لطيفة.

* منهجية الدراسة

تهدف هذه الدراسة إلى تسليط الضوء على استخدام وسائل التواصل الاجتماعي وأثرها على الحصانة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدارس منطقة الجليل الأسفل، ويوضح هذا الفصل بعض الجوانب المهمة وهي:

جدول (١): وصف عينة الدراسة

الوزن النسبي	التكرار	المتغير التصنيفي
51.0	72	أشئ
46.6	97	ذكر
100.0	140	الإجمالي
35.7	50	متكثري
28.6	40	متوسط
35.7	50	مرفق
100.0	140	الإجمالي
29.3	41	حاسوب
22.1	31	ميكانيكا
25	35	تصليح هواتف
23.6	33	تصليح شعر
100.0	140	الإجمالي

* أدوات الدراسة

استخدمت الباحثتان الاستبانة لتحقيق الهدف من الدراسة والمتمثل بـ: قياس مدى تأثير استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على الحصانة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدارس منطقة الجليل الأسفل. وقم تم بناءها وفقاً للخطوات التالية: -

١- تحديد الهدف العملي من المقياس: محاولة الكشف عن مستوى تأثير استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على الحصانة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدارس منطقة الجليل الأسفل.

٢- تحديد التعريف الاجرائي للحصانة النفسية: وقد تم الإشارة اليه في مصطلحات البحث.

٣- تم بناء المقياس بعد الاطلاع على الأدب التربوي والبحوث المتخصصة ذات العلاقة بالحصانة النفسية ومنها دراسة (سويعد، ٢٠١٦)

٤- كانت الصورة الأولية للمقياس: وقد تضمن في صورته الأولية من (٢٤) فقرة.

٥- عرض المقياس على مجموعة من السادة المحكمين من ذوي الاختصاص في علم النفس التربوي قدر عددهم بـ (٥) محكمين وقد تم الأخذ بكافة ملاحظاتهم.

إطار البحث والمشترون فيه، والطريقة التي اختارهم بها، كما يوضح هذا الفصل إجراءات البحث والطريقة التي تم جمع المعطيات والية تحليل هذه المعطيات.

* نوع الدراسة

في هذه الدراسة تم الاعتماد في على المنهج الكمي (الوصفي) الذي يعبر عن وصف الظاهرة المدروسة، ولذلك يعرف المنهج الوصفي على انه مجموعة من الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة أو الموضوع اعتمادا على جمع الحقائق والبيانات، وتصنيفها ومعالجتها، وتحليلها تحليلًا كافيًا ودقيقًا لأشخاص دلالتها، والوصول إلى نتائج، أو تعليمات عن الظاهرة، أو الموضوع محل الدراسة، وعلى الرغم من أن الوصف الدقيق المتكامل هو الهدف الأساسي للبحوث الوصفية إلا أنها كثيرا ما تتعدى الوصف إلى التفسير وذلك في حدود الإجراءات المنهجية المتبعة، وقدرة الباحث على التفسير والاستدلال.

* إطار الدراسة والمشترون بها

تم إجراء هذه الدراسة في مدارس منطقة الجليل الأسفل، والتي تضم طلاب من الصف الحادي عشر وتكونت أفراد الدراسة من عينة مكونة من طلبة الصف الحادي عشر تم اختيارهم بطريقة عشوائية، وذلك في الفصل الدراسي الثاني ٢٠٢٣/٢٠٢٤، وبلغ عدد أفراد الدراسة (١٤٠) طالباً وطالبة، وكانت تفاصيل عينة الدراسة وفق جدول (١) التالي:

٦- تم التوصل للصورة النهائية لمقياس تأثير شبكات التواصل الاجتماعي على الحصانة النفسية للطلبة، بحيث شمل (٢٠)، وقد تم الاعتماد على سلم ليكرت الخماسي في تحديد الإجابات وكانت كالتالي: موافق بشدة (٥)، موافق (٤)، محايد (٣)، غير موافق (٢)، غير موافق بشدة (١) وفقاً لوصف اجرائي لكل مجال فرعي، واستخدام معكوسها للفقرات السلبية.

* صدق الاتساق الداخلي

من أجل الكشف عن مدى اتساق كل فقرة من فقرات الاستبانة مع المقياس ككل سوف يتم الكشف عن معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات الاستبانة مع الدرجة الكلية للاستبانة، حيث جاءت جميعها دالة وفقاً لاختبار بيرسون، وجاءت النتائج في الجدول (٢) كما يلي:-

جدول (٢). قيم الارتباط بين الفقرات والمقياس ككل

القرارات	الاعتبارات	الصدق الداخلي	الصدق الكلي
يحبني التفكير في المستقبل بدلاً من الماضي	0.425	0.149	0.149
أرغب في أن أكون سعيداً في المستقبل	0.379	0.111	0.111
استمتع بحياة المستقبل التي أتمناها	0.449	0.240	0.240
استمتع بوقت الفراغ في المستقبل بدلاً من العمل	0.356	0.179	0.179
استمتع بوقت الفراغ في المستقبل بدلاً من العمل	0.375	0.167	0.167
استمتع بوقت الفراغ في المستقبل بدلاً من العمل	0.396	0.188	0.188
استمتع بوقت الفراغ في المستقبل بدلاً من العمل	0.380	0.241	0.241
استمتع بوقت الفراغ في المستقبل بدلاً من العمل	0.323	0.189	0.189
استمتع بوقت الفراغ في المستقبل بدلاً من العمل	0.400	0.169	0.169
استمتع بوقت الفراغ في المستقبل بدلاً من العمل	0.326	0.247	0.247
استمتع بوقت الفراغ في المستقبل بدلاً من العمل	0.317	0.208	0.208
استمتع بوقت الفراغ في المستقبل بدلاً من العمل	0.515	0.303	0.303
استمتع بوقت الفراغ في المستقبل بدلاً من العمل	0.304	0.139	0.139
استمتع بوقت الفراغ في المستقبل بدلاً من العمل	0.389	0.223	0.223
استمتع بوقت الفراغ في المستقبل بدلاً من العمل	0.296	0.122	0.122
استمتع بوقت الفراغ في المستقبل بدلاً من العمل	0.377	0.227	0.227
استمتع بوقت الفراغ في المستقبل بدلاً من العمل	0.407	0.146	0.146
استمتع بوقت الفراغ في المستقبل بدلاً من العمل	0.390	0.233	0.233
استمتع بوقت الفراغ في المستقبل بدلاً من العمل	0.182	0.151	0.151
استمتع بوقت الفراغ في المستقبل بدلاً من العمل	0.349	0.331	0.331
استمتع بوقت الفراغ في المستقبل بدلاً من العمل	0.460	0.290	0.290
استمتع بوقت الفراغ في المستقبل بدلاً من العمل	0.279	0.072	0.072
استمتع بوقت الفراغ في المستقبل بدلاً من العمل	0.254	0.159	0.159
استمتع بوقت الفراغ في المستقبل بدلاً من العمل	0.226	0.138	0.138
استمتع بوقت الفراغ في المستقبل بدلاً من العمل	0.308	0.161	0.161
استمتع بوقت الفراغ في المستقبل بدلاً من العمل	0.479	0.279	0.279
استمتع بوقت الفراغ في المستقبل بدلاً من العمل	0.554	0.354	0.354
استمتع بوقت الفراغ في المستقبل بدلاً من العمل	0.309	0.189	0.189

* ثبات المقياس

من أجل الكشف عن ثبات الاستبانة، سوف يتم استخدام اختبار ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية، حيث جاءت جميعها مرتفعة وتعكس ثبات عال للمقياس، وجاءت النتائج في جدول (٣) كما يلي:-

جدول (٣) قيم ثبات فقرات المقياس والمقياس ككل

المجالات	ثبات ألفا	التجزئة النصفية	بعد التعديل
الاعتقادات	0.683	0.872	0.932
تنظيم الذات	0.884	0.892	0.943
التفريقي والاخلاقي	0.812	0.726	0.841
الحصانة النفسية	0.923	0.963	0.981

ولفحص صدق الاستبانة قد عرضت الباحثات الاستبانة على عدد من المحكمين من ذوي الاختصاص والخبرة في مجال علم النفس التربوي، بالإضافة إلى معلمين ومعلمات يدرسون الصف الحادي عشر ثانوي للتأكد من صدق فقرات الاستبانة وذلك من أجل التأكد من السلامة اللغوية لفقرات الاستبانة، ومدى ملائمتها لأهداف الدراسة.

وقد تم إجراء بعض التعديلات على فقرات الاستبانة بناء على ملاحظات المحكمين واقتراحاتهم، ثم أخرجت الاستبانة بصورتها النهائية، وقد تم اعتماد المحك التالي لتفسير النتائج في الجدول (٤) التالي:-

جدول (٤). المحك المعتمد في تفسير المتوسطات الحسابية

طول الخلية	الوزن النسبي المقابل له	درجة الموافقة
من 1.80 - 1	من 36%-20%	قليلة جداً
أكبر من 1.80 - 2.60	أكبر من 52%-36%	قليلة
أكبر من 2.60 - 3.40	أكبر من 68%-52%	متوسطة
أكبر من 3.40 - 4.20	أكبر من 84%-68%	كبيرة
أكبر من 4.20 - 5	أكبر من 100%-84%	كبيرة جداً

* المعالجات الإحصائية

تم تحليل الاستبانات من خلال برنامج (SPSS 24) حيث تم استخدام صدق الاتساق الداخلي والثبات والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية، واختبار (ت) ومعامل الارتباط بيرسون، واختبار ت للعينات المستقلة (independent t-test)، واختبار ت للعينات المرتبطة (Paired sample t-test).

(test)، وتحليل التباين الأحادي (ANOVA) لبيان دلالة الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية.

* مجريات الدراسة

إضافة لذلك ومن أجل تنفيذ هذه الدراسة قامت الباحثتان بإجراء عدة مراحل إضافية هي: -

١- التوجه لمدير المدرسة وطلب الإذن لإجراء هذا البحث في المدرسة وقد حصلت على موافقته.

٢- التوجه للطلاب الذين وقع عليهم الاختيار بالاشتراك بهذه الدراسة وقد تمت الموافقة من قبلهم.

٣- التوجه لأهالي الطلاب وأخذ موافقتهم بإجراء هذا البحث على أولادهم من خلال اتصال هاتفي مع الأهلى.

٤- طلب المساعدة من معلمي ومعلمات الصفوف في المدرسة لتوزيع الاستمارة.

* النتائج

١- النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: للإجابة عن سؤال الدراسة الأول والذي ينص على: "ما أثر استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على ابعاد الحصانة النفسية لدى طلبة الصف الحادي عشر بمدارس منطقة الجليل الاسفل؟"، استخدمت الباحثتان المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية والدرجة المحكية لكل فقرة وللمقياس ككل، وجاءت النتائج كما يلي: -

* المجالات والمقياس ككل

جدول (٥). المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والترتيب

لمجالات مقياس الحصانة النفسية والمقياس ككل

المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	الترتيب	الدرجة المحكية
1 الاعتقادات	2.97	0.52	59.40%	2	متوسطة
2 تنظيم ذات	3.01	0.52	60.20%	1	متوسطة
3 التنفيذي والاخلاقي	2.97	0.46	59.40%	2	متوسطة
# الحصانة النفسية	2.97	0.27	60.20%		متوسطة

يتضح من الجدول (٥) أعلاه أن مستوى تأثير استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على الحصانة النفسية لدى طلبة الصف الحادي عشر في مدارس منطقة الجليل الأسفل جاء بدرجة متوسطة وبوزن نسبي (٦٠.٢٠٪) كما تبين أن الدرجات المحكية للمجالات جاءت بدرجات متوسطة حيث جاء مجال تنظيم الذات بالترتيب الأول بدرجة محكية متوسطة وبوزن نسبي ٦٠.٢٠٪ بينما جاء مجالي الاعتقادات والتنفيذي والاخلاقي متساويان بالترتيب وهو الثاني بدرجة محكية متوسطة وبوزن نسبي ٥٩.٤٠٪.

٢- النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: للإجابة عن تساؤل الدراسة الثاني والذي ينص على: "هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية لمستوى استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على ابعاد الحصانة النفسية لدى طلبة الصف الحادي عشر بمدارس منطقة الجليل الاسفل تبعا لمتغير الجنس"، استخدمت الباحثتان اختبار (ت) للعينات المستقلة، وجاءت النتائج كما يلي:

جدول (٦) اختبار (ت) للعينات المستقلة بين متوسطات تقديرات

عينة الدراسة لمتغير نوع الجنس

القباس	الجنس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	قيمة Sig	التفسير
الاعتقادات	ذكر	72	2.88	0.48	1.187	0.298	غير دالة
	انثى	68	2.98	0.56			
تنظيم ذات	ذكر	72	3.01	0.54	0.033	0.394	غير دالة
	انثى	68	3.02	0.51			
التفنيي والاخلاقي	ذكر	72	3.00	0.51	0.911	0.051	غير دالة
	انثى	68	2.93	0.39			
الحصانة النفسية	ذكر	72	2.97	0.27	0.136	0.838	غير دالة
	انثى	68	2.97	0.26			

يتضح من الجدول (٦) أعلاه أن جميع قيم (ت) جاءت غير دالة حيث أن قيمة Sig جاءت أكبر من (٠.٠٥) وبالتالي نقبل الفرض الصفري الذي ينص على: لا يوجد فروق ذات دلالة عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات عينة الدراسة على مقياس الحصانة النفسية تعزى لمتغير نوع الجنس.

٣- النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: للإجابة عن تساؤل الدراسة الثالث والذي ينص على: "هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية لمستوى استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على ابعاد الحصانة النفسية لدى طلبة الصف الحادي عشر بمدارس منطقة الجليل الاسفل تبعا لمتغير التخصص"، استخدمت الباحثتان اختبار تحليل التباين الأحادي، وجاءت النتائج كما يلي:

جدول (٧) اختبار تحليل التباين الأحادي بين متوسطات تقديرات

عينة الدراسة لمتغير التخصص

القياس	المجموعات	مجموع التكرارات	درجة الحرية	متوسط مجموع التكرارات	قيمة ف	قيمة Sig	التفسير
الاعتقادات	بين المجموعات	1.157	3	0.386	1.421	0.239	غير دالة
	داخل المجموعات	36.908	136	0.271			
	الإجمالي	38.065	139				
تنظيم الذات	بين المجموعات	0.414	3	0.138	0.500	0.683	غير دالة
	داخل المجموعات	37.574	136	0.276			
	الإجمالي	37.988	139				
التفني والاخلاقي	بين المجموعات	0.712	3	0.237	1.140	0.335	غير دالة
	داخل المجموعات	28.329	136	0.208			
	الإجمالي	29.042	139				
الحصانة النفسية	بين المجموعات	0.408	3	0.136	1.919	0.129	غير دالة
	داخل المجموعات	9.652	136	0.071			
	الإجمالي	10.060	139	0.386	1.421	0.239	

يتضح من الجدول (٧) أعلاه أن قيم (ف) جاءت غير دالة، حيث أن قيمة Sig جاءت أكبر من (٠.٠٥) وبالتالي نقبل الفرض الصفري الذي ينص على: لا يوجد فروق ذات دلالة عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات عينة الدراسة على مقياس الحصانة النفسية تعزى لمتغير التخصص.

٤- النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع: للإجابة عن تساؤل الدراسة الثاني والذي ينص على: "هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية لمستوى استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على ابعاد الحصانة النفسية لدى طلبة الصف الحادي عشر بمدارس منطقة الجليل الاسفل تبعا لمتغير المستوى الاقتصادي"، استخدمت الباحثتان اختبار تحليل التباين الأحادي، وجاءت النتائج كما يلي:

جدول (٨) اختبار تحليل التباين الأحادي بين متوسطات تقديرات

عينة الدراسة لمتغير الحالة الاقتصادية

القياس	المجموعات	مجموع التكرارات	درجة الحرية	متوسط مجموع التكرارات	قيمة ف	قيمة Sig	التفسير
الاعتقادات	بين المجموعات	0.048	2	0.024	0.087	0.917	غير دالة
	داخل المجموعات	38.017	137	0.277			
	الإجمالي	38.065	139				
تنظيم الذات	بين المجموعات	0.948	2	0.474	1.753	0.177	غير دالة
	داخل المجموعات	37.039	137	0.270			
	الإجمالي	37.988	139				
التفني والاخلاقي	بين المجموعات	0.202	2	0.101	0.480	0.620	غير دالة
	داخل المجموعات	28.840	137	0.211			
	الإجمالي	29.042	139				
الحصانة النفسية	بين المجموعات	0.165	2	0.082	1.140	0.323	غير دالة
	داخل المجموعات	9.895	137	0.072			
	الإجمالي	10.060	139	0.024	0.087	0.917	

يتضح من الجدول (٨) أعلاه أن قيم (ف) جاءت غير دالة، حيث أن قيمة Sig جاءت على أكبر من (٠.٠٥) وبالتالي نقبل الفرض الصفري الذي ينص على: لا يوجد فروق ذات دلالة عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات عينة الدراسة على مقياس الحصانة النفسية تعزى لمتغير الحالة الاقتصادية.

* مناقشة النتائج

تسعى الباحثتان من خلال هذا الفصل إلى مناقشة النتائج التي توصلت لها فيما سبق ومن خلال تحليل نتائج الاستبانات، توصلت الباحثتان إلى إجابة أسئلة الدراسة وستقومان فيما يلي بمناقشة إجابة هذه الأسئلة وتمحيصها وتحليلها وتفنيدها لتوصل لنتيجة الدراسة.

* مناقشة نتائج السؤال الأول

اسفرت إجابة السؤال الاول بـ "ما أثر استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على ابعاد الحصانة النفسية لدى طلبة الصف الحادي عشر بمدارس منطقة الجليل الأسفل؟" وجود تأثير سائل التواصل الاجتماعي على ابعاد الحصانة النفسية لدى طلبة وهذا يعني وجود فرق بين الطلبة بمدى استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على الحصانة النفسية، أي أن الطلبة الذين يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي بشكل اكبر تؤثر على حصانته النفسية وتحصيله، بإضافة إلى

ذلك نلاحظ أن معظم الطلبة يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي بقدر كبير تسبب لهم العديد من المشاكل مثل عدم الاستقرار النفسي والمشكلات الصحية، وفي بعض الأحيان سوء العلاقات الاجتماعية وحتى الأسرية وأن تحسين الحصانة النفسية تجعل الحياة جميلة ليست مقصورة فقط على من لا يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي، بل يستطيع أي فرد أن يعيشها (عايش والشحيري، ٢٠١٧).

وتفسر الباحثتان هذه النتيجة وفق نظرية البحث المتبنية لاولاه (Olah، ٢٠٠٩) بأن افراد الدراسة يمتلكون حصانة نفسية متكاملة الابعاد مكنتهم من القدرة على الصمود والتكيف ضد الاضرار والاجهاد ومواجهة الازمات وتحمل الصعاب والمصائب والتعامل معها بشكل فعال بالنتيجة هذه الامكانيات تساعد الطالب على التعامل بطريقة لا تضر بالشخصية بأي شكل من الاشكال بل على العكس من ذلك فهي تثري فعاليته وقدرته التنموية بسبب المشاركة النشطة والبناءة في الوضع الجيد، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (العزيزي، ٢٠١٥)، ودراسة (الحلي، ٢٠٢٠)، ودراسة (خوجة والكشكي، ٢٠١٩)، ودراسة (Olah، ٢٠٠٩)، وتتفق الباحثتان مع نظرية اولاه (٢٠٠٩) اذ تعد الحصانة النفسية بمثابة حصانة الفرد من مشاعر الغضب والعداوة والانتقام والافكار السلبية ومشاعر اليأس والعجز والانهزامية والتشاؤم وبالتالي زيادة الحصانة النفسية تمكن الافراد من الاستمرار وتجاوز الصعوبات وصولاً الى النجاح في الحياة.

* مناقشة نتائج السؤال الثاني

تبين من خلال إجابة السؤال الثاني "هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية لمستوى استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على ابعاد الحصانة النفسية لدى طلبة الصف

الحادي عشر بمدارس منطقة الجليل الاسفل تبعا لمتغير الجنس." يتضح لنا أن جنس الطالب ليس له تأثير على مستوى استخدام وسائل التواصل الاجتماعي بشكل عام وابعاد الحصانة النفسية بشكل خاص، وتعزو الباحثتان ذلك أن السمات الشخصية بصفة عامة لا تختلف من حيث النوع، وفي ظل الثقافة الفلسطينية والمجتمع الإسلامي، والتي تحرص من خلال النمط التربوي غرس حب العمل والثقة بالنفس.

كما ان تشابه التجارب والاحتياجات النفسية بين الجنسين فالذكور والإناث في هذه المرحلة العمرية يمرون بتجارب اجتماعية ونفسية متشابهة تجعلهم يتأثرون بوسائل التواصل الاجتماعي بطرق متقاربة، هذه التجارب يمكن أن تشمل التفاعل مع الأصدقاء، مواجهة الضغوط الأكاديمية، والتكيف مع التغيرات الجسدية والنفسية التي تصاحب فترة المراهقة (محمد، ٢٠٢٢)، كما ان انتشار الأنماط السلوكية المشتركة في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي تجعل الذكور والإناث يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي بطرق متشابهة، مثل المشاركة في نفس أنواع الأنشطة (مثلاً: مشاهدة الفيديوهات، التفاعل مع الأصدقاء، الألعاب الإلكترونية)، هذا التشابه في الاستخدام يمكن أن يؤدي إلى تأثيرات نفسية متشابهة بين الجنسين (عبد الحليم، ٢٠٢٤)، والعوامل الثقافية والاجتماعية المشتركة في منطقة الجليل الأسفل، تؤثر على كيفية استخدام الشباب لوسائل التواصل الاجتماعي وكيفية تأثيرها عليهم نفسياً، القيم والتقاليد الاجتماعية يمكن أن تلعب دوراً في توجيه سلوك الشباب وتصوراتهم تجاه وسائل التواصل الاجتماعي بطرق لا تميز كثيراً بين الجنسين، وتوازن التأثيرات الإيجابية والسلبية من المحتمل أن كل من الذكور والإناث له تجارب إيجابية

وسلبية متوازنة مع وسائل التواصل الاجتماعي، على سبيل المثال، قد يجدون الدعم العاطفي والتواصل الاجتماعي المفيد، وفي نفس الوقت قد يواجهون التحديات مثل التنمر الإلكتروني أو القلق الاجتماعي. هذا التوازن في التأثيرات يمكن أن يؤدي إلى نتائج متشابهة في القياسات النفسية (سويعد، ٢٠١٦).

وتؤكد الباحثتان تفسير عدم وجود فروق ذات الدلالة الإحصائية بين الذكور والإناث في تأثير استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على أبعاد الحصانة النفسية لطلبة الصف الحادي عشر يشير إلى أن تأثير هذه الوسائل على الشباب في هذه المرحلة العمرية قد يكون مشابهاً بغض النظر عن الجنس، هذا يبرز أهمية النظر إلى تجارب الشباب مع وسائل التواصل الاجتماعي من منظور شامل يأخذ في الاعتبار العوامل المشتركة التي تؤثر على جميع الفئات، ويشجع على تطوير استراتيجيات دعم وتوعية تستهدف الشباب بشكل عام لتعزيز حصانتهم النفسية في مواجهة تحديات العصر الرقمي.

وترى الباحثتان أن الخبرة التي يتمتع بها كلا الجنسين نظراً لاحتكاكهم بذات المحيط والبيئة الخارجية، وتتفق هذه الدراسة مع نتائج دراسة (المطيري وآخرون، ٢٠١٩) ودراسة (يوسف والوريكات، ٢٠٢٢) حيث أظهرت النتائج أن كلا الجنسين اظهروا مستوى عالي في الشعور بالحصانة النفسية عند استخدامهم مواقع التواصل الاجتماعي.

* مناقشة نتائج السؤال الثالث

تبين من خلال إجابة السؤال الثالث "هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية لمستوى استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على أبعاد الحصانة النفسية لدى طلبة الصف

الحادي عشر بمدارس منطقة الجليل الأسفل تبعاً لمتغير التخصص." يتضح لنا أن تخصص الطالب ليس له علاقة دالة إحصائية على الحصانة النفسية للطلبة عند استخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعية ويمكن تفسير هذه النتيجة بسبب التشابه في أنماط الاستخدام فمن المحتمل أن الطلاب بغض النظر عن تخصصهم الأكاديمي، يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي بطرق متشابهة، هذا الاستخدام المشترك يمكن أن يكون في شكل التواصل مع الأصدقاء، متابعة الأخبار، أو الترفيه، هذه الأنماط المشتركة قد تساهم في تأثيرات نفسية متشابهة بين الطلاب، بغض النظر عن التخصص (Alawneh، ٢٠٢٢)، إضافة للتجارب النفسية والاجتماعية المشتركة للطلاب في الصف الحادي عشر يمرون بمرحلة عمرية حاسمة حيث يواجهون تحديات ومواقف اجتماعية ونفسية متشابهة، من ضغوط الأكاديمية، وتطلعات المستقبلية، والتفاعل مع الأقران قد تكون عوامل مشتركة تؤثر على الجميع بشكل مشابه، مما يقلل من تأثير التخصص الأكاديمي على استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والحصانة النفسية (ذينات وآخرون، ٢٠١٨).

كما أن البيئة التعليمية والثقافية في مدارس منطقة الجليل الأسفل قد تكون متجانسة إلى حد كبير، مما يعني أن الثقافة المدرسية والقيم الاجتماعية قد تؤدي إلى تأثيرات متشابهة على الطلاب، هذه البيئة المشتركة يمكن أن تجعل تأثير وسائل التواصل الاجتماعي على الحصانة النفسية متقارباً بين التخصصات المختلفة، علاوة على أن توزيع الاهتمامات والأنشطة بين الطلاب من تخصصات مختلفة لديهم اهتمامات وأنشطة مشتركة خارج المنهج الدراسي، مثل الأنشطة الرياضية أو الفنية أو الاجتماعية، هذه الأنشطة المشتركة يمكن أن تؤدي إلى استخدام متوازن ومشارك

لوسائل التواصل الاجتماعي، مما ينعكس على حصانتهم النفسية بطرق متشابهة (خوجة والكشكي، ٢٠١٩)، كما ان التفاعل مع المحتوى الرقمي من مختلف التخصصات يتفاعلون مع أنواع متشابهة من المحتوى الرقمي على وسائل التواصل الاجتماعي، هذا التفاعل المشترك مع نفس أنواع المحتوى يمكن أن يؤدي إلى تجارب نفسية مماثلة، بغض النظر عن التخصص الأكاديمي (الجزار وآخرون، ٢٠١٨).

تؤكد الباحثتان ان تفسير عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الصف الحادي عشر في منطقة الجليل الأسفل في تأثير استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على أبعاد الحصانة النفسية بناءً على تخصصاتهم الدراسية يشير إلى أن العوامل المشتركة بين الطلاب، سواء كانت في أنماط الاستخدام أو التجارب النفسية والاجتماعية أو البيئة التعليمية، تلعب دوراً كبيراً في تحديد تأثير وسائل التواصل الاجتماعي. هذه النتائج تبرز أهمية النظر إلى تأثير وسائل التواصل الاجتماعي على الطلاب من منظور شامل يأخذ في الاعتبار العوامل المشتركة بين جميع التخصصات، وتوجيه الجهود نحو تقديم دعم نفسي واجتماعي متكامل لجميع الطلاب بغض النظر عن تخصصهم الأكاديمي، وتتفق هذه الدراسة مع نتائج دراسة (ذينات وآخرون، ٢٠١٨) ودراسة (سويعد، ٢٠١٦).

* مناقشة نتائج السؤال الرابع

تبين من خلال إجابة السؤال الرابع "هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية لمستوى استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على أبعاد الحصانة النفسية لدى طلبة الصف الحادي عشر بمدارس منطقة الجليل الأسفل تبعاً لمتغير الحالة الاقتصادية." يتضح لنا أن الحالة الاقتصادية للطالب ليس له علاقة دالة إحصائية على الحصانة النفسية للطلبة عند

استخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعي ويمكن تفسير هذه النتيجة لتشابه في أنماط الاستخدام بغض النظر عن الحالة الاقتصادية، فمن المحتمل أن الطلاب يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي بطرق متشابهة، هذا الاستخدام المشترك يمكن أن يكون في شكل التواصل مع الأصدقاء، متابعة الأخبار، أو الترفيه. وسائل التواصل الاجتماعي متاحة للجميع بنفس القدر تقريباً، مما يتيح استخداماً متشابهاً يؤدي إلى تأثيرات نفسية متقاربة (العززي، ٢٠١٥).

كما ان الوصول إلى التكنولوجيا في العصر الرقمي الحالي، أصبحت وسائل التواصل الاجتماعي متاحة بشكل واسع بغض النظر عن الحالة الاقتصادية، الهواتف الذكية والإنترنت أصبحت متاحة للجميع بأسعار معقولة، مما يتيح للجميع فرصة متساوية في الوصول إلى وسائل التواصل الاجتماعي واستخدامها بطرق متشابهة (عايش والشجيري، ٢٠١٧)، علاوة على ان التجارب النفسية والاجتماعية المشتركة للطلاب في هذه المرحلة العمرية، فاعلهم يمرون بمرحلة حرجية من النمو النفسي والاجتماعي. الضغوط الأكاديمية والاجتماعية يمكن أن تكون مشتركة بين جميع الطلاب بغض النظر عن حالتهم الاقتصادية، مما يؤدي إلى تأثيرات متشابهة من استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على حصانتهم النفسية، بينما الثقافة المدرسية والبيئة الاجتماعية تلعب دوراً كبيراً في تشكيل تجارب الطلاب (محمد، ٢٠٢٢). في مدارس منطقة الجليل الأسفل تكون القيم والتوقعات الاجتماعية متشابهة بغض النظر عن الحالة الاقتصادية، مما يؤدي إلى تأثيرات متقاربة من استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على الحصانة النفسية.

تعزو الباحثتان عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الصف الحادي عشر في منطقة الجليل

الأسفل في تأثير استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على أبعاد الحصانة النفسية بناءً على الحالة الاقتصادية يشير إلى أن العوامل المشتركة بين الطلاب، مثل أنماط الاستخدام المتشابهة، الوصول المتساوي إلى التكنولوجيا، التجارب النفسية والاجتماعية المشتركة، والثقافة المدرسية، تلعب دوراً كبيراً في تحديد تأثير وسائل التواصل الاجتماعي. هذه النتائج تبرز أهمية النظر إلى تأثير وسائل التواصل الاجتماعي من منظور شامل يأخذ في الاعتبار العوامل المشتركة بين جميع الفئات الاقتصادية، وتوجيه الجهود نحو تقديم دعم نفسي واجتماعي متكامل لجميع الطلاب بغض النظر عن حالتهم الاقتصادية وهو ما يتفق مع دراسة (عبد الحليم، ٢٠٢٤) ودراسة (المراقة والقاعد، ٢٠١٥).

* التوصيات

في ضوء ما توصلت له الدراسة من نتائج، توصي الباحثات بما يلي: -

١- إجراء المزيد من الدراسات المستقبلية حول العوامل التي تتوسط العلاقة بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي المتجددة وابعاد الحصانة النفسية المتعلقة بالكفاءة الذاتية للطلاب، أو أساليب التعلم.

٢- ضرورة الاهتمام بجميع جوانب الطالب؛ حيث أكدت نتائج الدراسة الحالية أن جوانب شخصية الطالب كل متكامل تتأثر جميع جوانبه بعضها ببعض.

٣- ضرورة العمل على توفير السبل المختلفة التي تساعد في تحسين ابعاد الحصانة النفسية من جميع الجوانب.

٤- إعداد برامج تدريبية تساعد الطلبة في إدارة وقتهم واشغاله بالطريقة المثلى، ومراعاة جميع جوانب الفرد خصوصاً تلك المتعلقة بالحصانة النفسية.

٥- تطوير مقياس جديد ومقنن للحصانة النفسية بأبعاد جديدة.

* المراجع

أولاً- المراجع العربية

الجزار، رانيا وسليمان، سناء ومجاهد، شيماء. (٢٠١٨) المناعة النفسية لدى طالب الجامعة وعلاقتها بالذكاء الأخلاقي والأداء الأكاديمي، مجلة البحث العلمي في التربية، العدد (١٩)، مصر.

الحلي، حنان. (٢٠٢٠)، المناعة النفسية والمساندة الاجتماعية كمنبئات بالتوجه الإيجابي نحو المستقبل لدى عينة من طالبات الجامعة، المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، مج ٩، ع ٢٤. خوجة، أنمار فؤاد، والكشكي، مجدة السيد علي.

(٢٠١٩). الحصانة النفسية وعلاقتها بالمناخ الأسري لدى عينة من المراهقات بمجدة. مجلة جامعة الملك عبدالعزيز - الآداب والعلوم الإنسانية، مج ٢٧، ع ٦٤، ١٤١ - ١٥٦.

ذينات، محمد جهاد، شمروخ، نبيل محمد، و الزیود، خالد محمود. (٢٠١٨). أثر استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على بعض المتغيرات (الاجتماعية، الصحية، النفسية والثقافية) لدى طلبة كلية التربية الرياضية بجامعة اليرموك (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة اليرموك، اربد.

سويعد، ميرفت ياسر (٢٠١٦) الحصانة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل وجودة الحياة لدى الشباب في مركز الايواء في قطاع غزة (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

نظر الشباب الجامعي في المملكة العربية السعودية
جامعة حائل امودجاً. مجلة كلية التربية. مج ١٩،
ع ٣، ٨٥ - ١٢٠.

يوسف، الاء والوريكات، عايد. (٢٠٢٢). أثر الحصانة
النفسية على الهوية الثقافية لدى الشباب
الفلسطيني، مجلة اتحاد الجامعات العربية للبحوث
في التعليم العالي. مج (٤٣)، عدد (١)، ١٨٠ -
٢٠٠.

ثانياً- المراجع الاجنبية

Alawneh, Y. (2022). Role of
Kindergarten Curriculum in
Instilling Ethical Values
among Children in
Governorates of Northern
West Bank Palestine, Dirasat:
Educational
Sciences, 49(3), 360-375

Albert.R (2012). Relationship
between the characteristics of
the psychological immune
system and the emotional of
personality in adolescence. the
New emotional tone of
personality. The New
Educational
Review, 23(1), 103-115.

عايش، صباح والشجيري، عمر خلف رشيد. (٢٠١٧).
جودة الحياة الروحية وعلاقتها بالحصانة النفسية
لدى طلبة الجزائر والعراق: دراسة ميدانية على
طلبة جامعي الانبار وسعيدة. مجلة جامعة الانبار
للعلوم الإنسانية، ع ٣، ٤٢٢ - ٤٥٠.

عبد الحليم، أماني وحيد أحمد. (٢٠٢٤). العلاقة بين
الحصانة النفسية والضغطات النفسية لدى
المراهقين في محافظة رام الله والبيرة من وجهة نظر
الطلبة. مجلة كلية التربية، مج ٤٠، ع ١، ٢٤٥ -
٢٦٣.

العززي، وديع محمد سعيد. (٢٠١٥). استخدامات
الشباب الجامعي لشبكة التواصل الاجتماعي
(فيسبوك): دراسة مسحية على طلبة كليات
وأقسام الإعلام في أربع جامعات عربية. المجلة
العربية للإعلام والاتصال، ع ١٤، ٧٩ - ١٣٤.

محمد، عواد. (٢٠٢٢). استخدامات مواقع التواصل
الاجتماعي وعلاقتها بمستوى الشعور بالاكنتاب
والوحدة النفسية لدى الشباب المصري. المجلة
المصرية لبحوث الإعلام. ع ٧٩، ١ - ٤٧.

المازقة، ماجد والقاعود، إبراهيم. (٢٠١٥). الأثار
الاجتماعية لاستخدام تكنولوجيا المعلومات
والاتصالات على طلبة المرحلة الأساسية العليا
ودور كتب الوطنية والمدنية في معالجتها (رسالة
ماجستير غير منشورة). جامعة اليرموك. اردن،
الأردن.

المطيري، خالد والألفي، هاني، وأبو شعيرة، خالد
والحمادي، حماد. (٢٠١٩). أثر استخدام أدوات
التواصل الاجتماعي في ثقافة السلام من وجهة