

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة مولود معمري تيزي وزو
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم العلوم الإنسانية
فرع علوم الاعلام والاتصال



استخدام موقع التواصل الاجتماعي الفيسبوك وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى
المرأة الماكثة في البيت
دراسة مسحية على عينة من مستخدمي الفيسبوك لولاية بومرداس

مذكرة مكملّة لنيل شهادة الماستر في علوم الاعلام والاتصال

تخصص: سمعي بصري

تحت إشراف الأستاذة

د. بوشلاغم زينب

من إعداد الطالبتين:

زينة زيات

خلفون مريم

السنة الجامعية: 2023/2022

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

شكر وتقدير

بداية الحمد لله الذي هدانا إلى هذا وما كنا لنهتدي لولا ان هدانا الله فالشكر لله على نعمة توفيقه لنا لاتمام هذا العمل.

نتقدم بفائق الشكر والعرفان والامتنان للأستاذة الفاضلة "زينب بوشلاغم" التي أشرفت علينا في هذا العمل رغم التزاماتها الكثيرة إلا أنها أثبتت وجودها ووقوفها على كل صغيرة وكبيرة، فشكرا مجددا مع تمنياتنا لها بالصحة والعافية. كما نتقدم بخالص الامتنان لكل من ساهم في انجاز هذا العمل.

إهداء

أحمد الله الذي وفقني لإنجاز هذا العمل وأسأله عز وجل أن يجعله خالصاً لوجهه الكريم وأن يوفقني لما يحبه ويرضاه.

أهدي هذا العمل إلى من علمني أن العلم تواضع والعمل إيمان، والنجاح إرادة والحياة عمل، أمي الحبيبة حفظها الله وأطال عمرها.

إلى من أحمل اسمه بكل افتخار صاحب القلب الكبير، والذي العزيز رحمه الله واسكنه فسيح جناته

إلى من كبرت وتربيت معهم إخوتي وأخواتي

إلى كل الأصدقاء. والصديقات التي جمعتني الدراسة معهم.

كما أهدي هذا العمل لكل الذين مهدوا لنا طريق العلم والمعرفة.

إلى جميع أساتذتنا الأفاضل إلى كل هؤلاء أهدي عملي هذا.

زينة

الإهداء

لم تكن رحلة قصيرة ولا ينبغي لها ان تكون، لم يكن الحلم قريبا ولا الطريق كان محفوفا
بالتسهيلات لكني فعلتها

إلى الذي كان له الفضل الأول بعد توفيق الله في بلوغي ما أنا عليه، إلى من أحمل اسمه
بكل فخر سندي وملاذي، إلى من حصد الأشواك عن دربي ليمهد لي طريق العلم

أبي الغالي

إلى مصدر الأمان الذي أستمد منه قوتي، إلى نور عيني وحظي الجيد وفوزي وفخري،
إلى من أبصرت بها طريق حياتي واعتازي بذاتي إلى قلب حنون إلى من كانت دعواتها

تحيطني أمي حبيتي

إلى سندي والكتف الذي أستند عليه دائما، إلى الشموع التي تنير لي الطريق إخوتي
وأخواتي نسرین وشهرزاد، رانية، لمياء، إلياس.

إلى من تحملني في كل لحظة غضب ممرت بها وساندني عند ضعفي، إلى الذي كان له
بالغ الأثر في إزالة الكثير من العقبات والصعوبات وكان ظلي حين يصيبني الإرهاق عبد

الرؤوف

إلى من تنير أعينهم فخرا بنجاحي ودعائهم سر تفوقي عائلتي وصديقاتي

جزاكم الله كل خير واثابكم خير الجزاء

مريم

ملخص الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى معرفة العلاقة بين استخدام موقع التواصل الاجتماعي فايسبوك والرضا عن الحياة لدى المرأة الماكثة في البيت.

حيث تكونت عينة الدراسة من 150 مفردة اختيرت بطريقة عشوائية بسيطة وتم الاعتماد على المنهج المسحي كون هذه الدراسة تنطوي تحت البحوث الوصفية، وتم الاعتماد على أداة الاستبيان كأداة رئيسية لجمع البيانات من المبحوثات.

بعد العمل الاحصائي واستخدام برنامج SPSS وصلنا إلى النتائج الآتية:

-توجد علاقة ارتباطية بين استخدام موقع التواصل الاجتماعي فايسبوك والسعادة لدى المرأة الماكثة في البيت.

-توجد علاقة ارتباطية بين استخدام موقع التواصل الاجتماعي فايسبوك والتقدير الاجتماعي لدى المرأة الماكثة في البيت.

- توجد علاقة ارتباطية بين استخدام موقع التواصل الاجتماعي فايسبوك والاستقرار النفسي لدى المرأة الماكثة في البيت.

-توجد علاقة ارتباطية بين استخدام موقع التواصل الاجتماعي فايسبوك وأبعاد الرضا عن الحياة لدى المرأة الماكثة في البيت.

الكلمات المفتاحية:

موقع التواصل الاجتماعي فايسبوك -الرضا عن الحياة -المرأة الماكثة في البيت.

Study Summary:

The current study aims to understand the relationship between the use of the social networking site Facebook and life satisfaction among stay-at-home women. The study sample consisted of 150 individuals who were randomly selected, and a survey instrument was used as the primary data collection tool for the descriptive study. After conducting statistical analysis using the SPSS program, the following results were obtained:

- There is a significant correlation between the use of Facebook and happiness among stay-at-home women.
- There is a significant correlation between the use of Facebook and social appreciation among stay-at-home women.
- There is a significant correlation between the use of Facebook and psychological well-being among stay-at-home women.
- There is a significant correlation between the use of Facebook and dimensions of life satisfaction among stay-at-home women.

Keywords: social networking site Facebook, life satisfaction, stay-at-home women.

فهرس

المحتويات

فهرس المحتويات:

العنوان	الصفحة
شكر وتقدير	
إهداء	
ملخص الدراسة	
الفهارس العامة	
فهرس المحتويات	
فهرس الجداول والأشكال	
مقدمة	أ-ت
الاطار المنهجي للدراسة	
الاشكالية	5
تساؤولات الدراسة	6
فرضيات الدراسة	7
أهمية الدراسة	7
أهداف الدراسة	8
أسباب اختيار الموضوع	8
تحديد مصطلحات الدراسة	9
منهج الدراسة	14
مجتمع وعينة الدراسة	15
أدوات جمع البيانات	16
الدراسات السابقة	19
حدود الدراسة	36
الاطار النظري	
الفصل الاول : مدخل عام حول مواقع التواصل الاجتماعي	
تمهيد	39

40	المبحث الأول : مفهوم و نشأة مواقع التواصل الاجتماعي
45	المبحث الثاني : أهمية مواقع التواصل الاجتماعي
46	المبحث الثالث : أنواع مواقع التواصل الاجتماعي
49	المبحث الرابع : خصائص مواقع التواصل الاجتماعي
51	المبحث الخامس : دوافع مواقع التواصل الاجتماعي
52	المبحث السادس: نماذج مواقع التواصل الاجتماعي
55	المبحث السابع : ايجابيات وسلبيات مواقع التواصل الاجتماعي
57	خلاصة الفصل
	الفصل الثاني : نظرية الاستخدامات والاشباع
59	تمهيد
60	المبحث الأول : مفهوم نظرية الاستخدامات والاشباع
62	المبحث الثاني : نشأة وتطور نظرية الاستخدامات والاشباع
65	المبحث الثالث : فرضيات وأهداف نظرية الاستخدامات والاشباع
67	المبحث الرابع : أبعاد نظرية الاستخدامات والاشباع
78	المبحث الخامس : نماذج نظرية الاستخدامات والاشباع
83	المبحث السادس : الانتقادات الموجهة لنظرية الاستخدامات والاشباع
87	خلاصة الفصل
	الفصل الثالث : الرضا عن الحياة
89	تمهيد
90	المبحث الاول : مفهوم الرضا عن الحياة والمفاهيم المرتبطة به
99	المبحث الثاني : النظريات المفسرة لرضا عن الحياة
108	المبحث الثالث : عوامل وأبعاد الرضا عن الحياة
118	المبحث الرابع : محددات ومقومات الرضا عن الحياة
122	المبحث الخامس : الرضا عن الحياة والصحة النفسية وعلاقته ببعض النواحي النفسية
127	المبحث السادس : أهمية الرضا عن الحياة

129	خلاصة الفصل
	الاطار التطبيقي
131	تمهيد
131	-التحليل الاحصائي وعرض النتائج.
131	1-التحليل الكمي والكيفي للجداول البسيطة (توزيع العينة حسب متغيرات الدراسة).
136	2-التحليل الكمي والكيفي للجداول المركبة.
144	3-دراسة علاقات الارتباط (الاختبار الإحصائي للفرضيات).
150	-مناقشة النتائج.
157	-الخاتمة.
160	-المراجع.
173	-الملاحق.

فهرس الجداول

والأشكال

الرقم	العنوان	الصفحة
01	يمثل وصف المقياس المعتمد	17
02	معاملات الثبات "طريقة ألفا كرونباخ" لمختلف مقاييس الاتجاه	18
03	يوضح صدق وثبات ألفا كرونباخ	18
04	يوضح توزيع أفراد العينة حسب السن	131
05	يوضح توزيع أفراد العينة حسب المستوى التعليمي	133
06	يوضح توزيع أفراد العينة حسب الحالة الاجتماعية	134
07	يوضح العلاقة بين السن والتمتع بحياة سعيدة لدى المرأة الماكثة في البيت.	136
08	يوضح العلاقة بين المستوى التعليمي وثقة الآخرين في قدراتي لدى المرأة الماكثة في البيت.	138
09	يوضح العلاقة بين الحالة الاجتماعية والرضا عن نفس لدى المرأة الماكثة في البيت	140
10	يوضح العلاقة بين الحالة الاجتماعية والشعور بالسعادة لوجود علاقات طيبة مع الآخرين لدى المرأة الماكثة في البيت.	142
11	يبين علاقة الارتباط بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والسعادة لدى المرأة الماكثة في البيت	144
12	يبين علاقة الارتباط بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والتقدير الاجتماعي لدى المرأة الماكثة في البيت	145
13	يبين علاقة الارتباط بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والاستقرار النفسي لدى المرأة الماكثة في البيت	147
14	يبين علاقة الارتباط بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وأبعاد الرضا عن الحياة	148

الرقم	العنوان	الصفحة
01	يمثل الحاجات الاساسية التي يسعى الأفراد لاشباعها	74
02	يمثل نموذج كاتز للاستخدامات والاشباعات	79
03	يمثل نموذج روزنجرين للاستخدامات والاشباعات	80
04	يمثل نموذج دينيس ماكويل لمدخل الاستخدامات والاشباعات	82
05	يمثل توزيع أفراد العينة حسب السن	132
06	يمثل توزيع أفراد العينة حسب المستوى التعليمي	133
07	يمثل توزيع أفراد العينة حسب الحالة الاجتماعية	135

مقدمة

مقدمة:

يعرف العصر الحالي بعصر التكنولوجيا حيث أصبحنا نعيش عصر جديد يتميز بالتحول الكبير في قطاع تكنولوجيا الاتصال الحديث والتي أحدثت نقلة نوعية وثورة كبيرة داخل المجتمع.

وبعد انتشار الانترنت في العالم ومنذ فترة ليست بعيدة كثيرا ظهر ما يسمى وسائل التواصل الاجتماعي، ويوما بعد يوم تعددت هذه الوسائل حتى بلغت عددا لا بأس به، وبدأت بالانتشار شيئا فشيئا وكان أبرزها موقع الفيسبوك، هذا الموقع الذي يدعى اليوم عملاق مواقع التواصل الاجتماعي، حيث يزيد عدد مستخدميه على ملياري مستخدم والذين تجمعهم إهتمامات مشتركة حيث تتيح هذه الشبكات لمستخدميها مشاركة الملفات والصور وتبادل مقاطع الفيديو، وإنشاء المدونات وإرسال الرسائل وإجراء المحادثات الفوري فيما بينهم.

حيث انتشر استخدامه بين جميع شرائح المجتمع بما فيها النساء الماكثات في البيت من خلال إنشاء صفحات لها على الفيسبوك وتبني بعض القضايا الاجتماعية التي تقع في صلب اهتماماتهم ولهذا تم التركيز على هذه الشريحة حيث تسعى المرأة الماكثة في البيت على أن تكون ناجحة وفاعلة في المجتمع الذي تنتمي اليه في ظل التحديات التي تشهدها في عصر العولمة والتكنولوجيات الحديثة للفتح نحو العالم الافضل.

ينتمي الرضا عن الحياة الى علم النفس الايجابي وهذا بعد ان خصص علم النفس جزءا كبيرا من دراسته لفحص مختلف جوانب الكدر والتعاسة في حياة البشر في حين أبخل بمختلف إسهاماته وتحليلاته ومنطلقاته النظرية في تناول الجانب الايجابي من شخصية الفرد ومن هذا كان منطلق البحث في مفاهيم علم النفس خصوصا الإيجابية منها.

ويعد مفهوم الرضا عن الحياة من المفاهيم النفسية التي لقيت اهتماما كبيرا من قبل الباحثين في مجال علم النفس والصحة النفسية ويعتبر أحد المؤشرات التي تبين مدى تمتع الفرد بالصحة النفسية والشعور بالسعادة في الحياة وذلك راجع إلى أنه نوع من التقدير المادي والتأمل لمدى حسن سير الأمور.

ومن هذا المنطلق تناولت هذه الدراسة استخدام موقع التواصل الاجتماعي الفايسبوك وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى المرأة الماكثة في البيت.

وللإحاطة والالمام بالموضوع قسمنا دراستنا الى ثلاثة فصول يمثل كل منها اطارا للدراسة.

أولاً: الإطار المنهجي ويحتوي على أهم الخطوات المنهجية المتبعة لدراسة وانجاز البحث انطلاقاً من اشكالية الدراسة، تساؤلات الدراسة، فرضيات الدراسة، أهمية الدراسة، اهداف الدراسة منهج الدراسة، مجتمع وعينة الدراسة، أدوات جمع البيانات والدراسات السابقة.

ثانياً: الإطار النظري وتم تقسيمه إلى ثلاثة فصول الفصل الأول بعنوان مدخل عام حول مواقع التواصل الاجتماعي وفيه تطرقنا الى مفهوم ونشأة مواقع التواصل الاجتماعي، أهمية مواقع التواصل الاجتماعي، أنواع مواقع التواصل الاجتماعي، خصائص مواقع التواصل الاجتماعي، دوافع مواقع التواصل الاجتماعي، نماذج مواقع التواصل الاجتماعي واخيرا ايجابيات وسلبيات مواقع التواصل الاجتماعي.

أما الفصل الثاني فجاء بعنوان نظرية الاستخدامات والاشباكات وتناولنا فيه:

- مفهوم نظرية الاستخدامات والاشباكات.

- نشأة وتطور نظرية الاستخدامات والاشباكات.

- فرضيات وأهداف نظرية الاستخدامات والاشباكات.

- أبعاد نظرية الاستخدامات والاشباكات

- نماذج نظرية الاستخدامات والاشباكات والانتقادات الموجهة لنظرية الاستخدامات والاتباعات.

أما الفصل الثالث فجاء بعنوان "الرضا عن الحياة"، واستهل بمفهوم الرضا عن الحياة والمفاهيم المرتبطة به، النظريات المفسرة للرضا عن الحياة، عوامل وأبعاد الرضا عن الحياة، محددات ومقومات الرضا عن الحياة، الرضا عن الحياة والصحة النفسية وعلاقته ببعض النواحي النفسية، واخيرا أهمية الرضا عن الحياة.

ثالثا: الاطار التطبيقي

بعد الالمام بالاطار النظري للدراسة كان الزاما التطرق إلى الاطار التطبيقي تمت فيه معالجة المعطيات الميدانية من خلال عرض البيانات والنتائج، وتحليلها وتفسيرها كميا وكيفيا وصولا إلى تحديد نتائج الدراسة الميدانية وما يمكن ان نستنتجه منها.

الإطار المنهجي للدراسة

الإشكالية

تساؤلات الدراسة

فرضيات الدراسة

أهمية الدراسة

أهداف الدراسة

أسباب اختيار الموضوع

تحديد مصطلحات الدراسة

منهج الدراسة

مجتمع وعينة الدراسة

أدوات جمع البيانات

الدراسات السابقة

حدود الدراسة

الإشكالية:

من خلال التطور في التكنولوجيا الحديثة للإعلام والاتصال ظهر ما يعرف بشبكات التواصل الاجتماعي وهذا ما فتح آفاق وتغيرات عميقة في مختلف جوانب الحياة، كما أثر بشكل كبير على كافة أنماط الاتصال الإنساني وجعل العالم قرية صغيرة تنتقل فيها المعلومات إلى كل أنحاء الكرة الأرضية ومما لا شك فيه أن هذه التغيرات لها تأثير مباشر على الأفراد والمجتمعات.

وتعد الانترنت من بين المظاهر التكنولوجية حيث لم تعد تؤدي دور نقل المعلومات وإرسالها فقط، وإنما أصبح لها العديد من الانعكاسات الثقافية والاجتماعية، فثورة الجيل الثاني من الانترنت والتي تأتي في مقدمتها مواقع التواصل الاجتماعي مثل الفيسبوك الذي أصبح ظاهرة واسعة الانتشار اذا استطاع أن يجعل الفرد يتعلق به كثيرا نظرا للخدمات التي ينتجها والتي تتعلق بالدرجة الأولى باهتماماته وتطلعاته وهذا لأنه يشمل عدة نشاطات تعليمية وتثقيفية من خلال تداول المعلومات، كما يتميز بالعديد من المزايا من بينها التثقيف والترويح عن النفس.

كما أنه في وقتنا الحالي أصبح استخدام الفيسبوك متاحا لدى جميع شرائح المجتمع بما في ذلك المرأة بصفة عامة والمرأة الماكثة في البيت بصفة خاصة، وبحسب ما توصلت إليه الدراسات فإن النساء هن الأكثر استخداما لمواقع التواصل الاجتماعي بمختلف مستوياتهم من خلال انشائهم مجموعات للتواصل ومكان لعرض المواهب والتعلم والاستفادة من خبرات عديدة واشباع مختلف حاجاتهم ورغباتهم.

وبالتالي استطاعت المرأة الماكثة في البيت أن ترسم لنفسها من خلال مواقع التواصل الاجتماعي طريقها الذي مكنها من إعادة اعتبارها داخل المجتمع وكذا إبراز نجاحاتها في مجالات شتى كما فتح لها مساحة أكثر للتعبير عن آرائها وتوجهاتها بكل حرية وأكثر رضا عنها.

ويعد موضوع الرضا عن الحياة من الموضوعات المهمة التي تناولتها العلوم النفسية باعتبار أن الرضا عن الحياة علامة مهمة تدل على مدى تمتع الانسان بصحة نفسية سليمة وعلى مدى تحمس الفرد للحياة والاقبال عليها والرغبة الحقيقية في ان يعيشها متضمنا في ذلك عددا من الصفات أهمها الاستبشار والتفاؤل وتوقع الخير والرضا عن النفس واحترامها والاستقلال المعرفي والوجداني فإذا تحققت هذه الصفات لدى الفرد فإنه عندئذ سيشعر بالرضا أكثر من أي وقت آخر.

وانطلاقا مما سبق عرضه نحاول في هذه الدراسة التعرف على طبيعة العلاقة بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والرضا عن الحياة لدى المرأة الماكثة في البيت، وقد جاء السؤال المركزي للدراسة الحالية في:

كيف يؤثر استخدام موقع التواصل الاجتماعي فايسبوك على مستوى الرضا عن الحياة لدى المرأة الماكثة في البيت لولاية بومرداس؟

وتتدرج تحت هذا التساؤل مجموعة من التساؤلات الفرعية تتمثل في

-هل توجد علاقة ارتباطية بين استخدام موقع التواصل الاجتماعي فايسبوك والسعادة لدى المرأة الماكثة في البيت؟

-هل توجد علاقة ارتباطية بين استخدام موقع التواصل الاجتماعي فايسبوك والتقدير الاجتماعي لدى المرأة الماكثة في البيت؟

-هل توجد علاقة ارتباطية بين استخدام موقع التواصل الاجتماعي فايسبوك دام مواقع التواصل الاجتماعي والاستقرار النفسي لدى المرأة الماكثة في البيت؟

-هل توجد علاقة ارتباطية بين استخدام موقع التواصل الاجتماعي فايسبوك وأبعاد الرضا عن الحياة لدى المرأة الماكثة في البيت؟

فرضيات الدراسة:

-توجد علاقة ارتباطية بين استخدام موقع التواصل الاجتماعي فايسبوك والسعادة لدى المرأة الماكثة في البيت.

-توجد علاقة ارتباطية بين استخدام موقع التواصل الاجتماعي فايسبوك والتقدير الاجتماعي لدى المرأة الماكثة في البيت.

-توجد علاقة ارتباطية بين استخدام موقع التواصل الاجتماعي فايسبوك والاستقرار النفسي لدى المرأة الماكثة في البيت.

-توجد علاقة ارتباطية بين استخدام موقع التواصل الاجتماعي فايسبوك وأبعاد الرضا عن الحياة لدى المرأة الماكثة في البيت

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية هذه الدراسة في محاولة تسليط الضوء على موضوع استخدام موقع التواصل الاجتماعي فايسبوك وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى المرأة الماكثة في البيت كونها تمس شريحة من المجتمع الجزائري وهي فئة النساء الماكثات في البيت، كما تكمن أهمية الدراسة في محاولة الربط بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والرضا عن الحياة لدى المرأة الماكثة في البيت.

- تحقيق التراكم المعرفي بحيث يمهد الطريق الى تناول العديد من الدراسات المماثلة لهذه الدراسة وذلك بصورة علمية شاملة.

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية الى الكشف عن العلاقة بين استخدام موقع التواصل الاجتماعي فايسبوك والرضا عن الحياة لدى المرأة الماكثة في البيت ويتفرع عنه مجموعة من الأهداف التالية:

- التعرف على مدى وجود علاقة ارتباطية بين استخدام موقع التواصل الاجتماعي فايسبوك والسعادة لدى المرأة الماكثة في البيت

- التعرف على مدى وجود علاقة ارتباطية بين استخدام موقع التواصل الاجتماعي فايسبوك والتقدير الاجتماعي لدى المرأة الماكثة في البيت.

- التعرف على مدى وجود علاقة ارتباطية بين استخدام موقع التواصل الاجتماعي فايسبوك والاستقرار النفسي لدى المرأة الماكثة في البيت.

- الكشف عن مدى وجود علاقة ارتباطية بين استخدام موقع التواصل الاجتماعي فايسبوك وأبعاد الرضا عن الحياة لدى المرأة الماكثة في البيت.

أسباب اختيار الموضوع:

مما لا شك فيه ان البحث في أي موضوع تكون وراءه أسباب معينة تدفع الباحث لدراسة ذلك الموضوع، ومن الأسباب التي جعلتنا نختار البحث في موضوع استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى المرأة الماكثة في البيت تتمثل في:

الأسباب ذاتية:

-رغبتنا في دراسة هذا الموضوع ومعرفة قدرتنا على اجراء دراسة ميدانية بعد 05 سنوات من الدراسة أمضيها في اختصاص علوم الاعلام والاتصال.

-حاجة الدراسات الجامعية لهذا النوع من الدراسة.

-معرفة مدى مساهمة مواقع التواصل الاجتماعي "الفيسبوك" في الرفع من مستوى الرضا عن الحياة لدى المرأة الماكثة بالبيت.

الأسباب الموضوعية:

- قلة الدراسات الأكاديمية المتعلقة بموضوع بحثنا.
- قلة الدراسات الإعلامية التي تناولت الرضا عن الحياة خاصة لدى المرأة الماكثة بالبيت.
- عدم الأخذ بالاعتبار النساء الماكثات في البيت كعينة بحث في الدراسات الميدانية.
- دراسة طبيعة العلاقة بين استخدام موقع التواصل الاجتماعي فايسبوك والرضا عن الحياة لدى المرأة الماكثة بالبيت.

تحديد مفاهيم الدراسة إجرائيا:

يعتبر تحديد مصطلحات بمثابة مفاتيح الدخول لدراسة وتحديداتها الخطوة الأولى وأساسية في البحث وعليه فلا بد على أي باحث قبل الشروع في دراسته ذكر عناصر البحث وتحديد المفاهيم الأساسية المرتبطة بعنوان الدراسة وهذا من أجل عدم الخلط بينها وبين المفاهيم الأخرى، ومن هذا المنطلق قمنا بتحديد المفاهيم التالية:

الاستخدام:

لغة: في اللغة الانجليزية استخدام الرجل غيره استخدمه، استخداما، فهو مستخدم والآخر اتخذه خادما، طلب منه أن يخدمه استخدام الانسان الالة أو السيارة (..) الخ.

واستعملها في خدمة نفسه (قاموس عام، 2005، ص61)

اصطلاحاً:

نشاط اجتماعي يتحول الى نشاط عادي في المجتمع بفضل التكرار والقدم، فحينما يصبح الاستعمال متكرر ويندمج في ممارسات وعادات الفرد يمكن حينئذ الاستخدام.

(كحلوش، 2021، ص 207)

وأن الجمهور هو الذي يستخدم الوسيلة الاعلامية وليس العكس فهو الذي يشاهد المضمون الاعلامي او يقرأه أو يسمعه وكل ذلك يتم بإرادته واختياره.

(بن سعود البشر، 2014، ص 133)

ويقصد بالاستخدام هنا التصفح الذي تقوم به المرأة الماكثة في البيت على الشبكات التواصل الاجتماعي

مواقع التواصل الاجتماعي:

اصطلاحاً:

عبارة عن منظومة من الشبكات الالكترونية تهيئ الفرص للمشاركة بإنشاء مواقع خاصة بهم أو مواقع عامة يمكن الانضمام اليها، كما أن مواقع التواصل الاجتماعي تتيح للأفراد أو الجماعات امكانية المشاركة الملفات والصور وتبادل مقاطع الفيديو.

وكذلك مكنت مستخدميها من انشاء المدونات الالكترونية واجراء المحادثات الفورية وارسال الرسائل وسهولة التعامل معها. (بن ابراهيم الشاعر 2015، ص 18)

اجرائياً:

تعتبر مواقع التواصل الاجتماعي أداة اتصال الكترونية.

تستخدمها المرأة الماكثة في البيت كغيرها من أفراد المجتمع في تبادل الأفكار والمعلومات كما توفر واقعا افتراضيا يجتمع فيه الأفراد لتكوين صداقات ومعارف تجمعهم نفسه الميولات والاتجاهات على الرغم من اختلاف ثقافتهم وكما تعد منفذا لتعبير عن كل المشاعر والأحاسيس.

الفيسبوك:

اصطلاحا: هو موقع التواصل الاجتماعي استأثر بقبول وتجاوب كبير من الناس في جميع أنحاء العالم

يعمل على تكوين الأصدقاء ويساعدهم على تبادل المعلومات والملفات والصور الشخصية ومقاطع الفيديو والتعليق عليها وإمكانية المحادثة الفورية ويسهل إمكانية تكوين علاقات في فترة قصيرة. (السوداني، 2016، ص 107)

اجرائيا:

يعد الفيسبوك من أشهر المواقع التواصل الاجتماعي انتشارا واستعمالا بين الأفراد. يمكن للأفراد أو المنظمات أن تنشأ حسابا على الفيسبوك بحث يكون الوصول اليه مفتوحا لجميع المستخدمين تستخدم فيه هوايات حقيقية وأسماء مستعارة أيضا، يساعد على تكوين علاقات الاجتماعية بين المستخدمين من خلال التفاعل فيما بينهم بتبادل المعلومات والملفات كل هذا يتم في العالم الافتراضي الذي يقطع حاجز الزمان والمكان.

الرضا:

يعد الرضا من المفاهيم القديمة وقد ورد في القرآن الكريم في عدة مواضع منها قوله تعالى: {يَأْيُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ (27) ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً (28) فَادْخُلِي فِي عِبَادِي (29)

وَادْخُلِي جَنَّتِي (30)} سورة الفجر 27-30

والرضا حسب عديد من العلماء هو شعور الفرد بالراحة النفسية بعد قيام بإشباع حاجاته وعلى هذا فإن الرضا يعني ارضاء الحاجات والرغبات لدى الفرد. (عبد المنعم مفتي، 2019، ص 47)

الرضا عن الحياة:

اصطلاحا:

هو تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها طبقا لنسقه القيمي، ويعتمد هذا تقييم على مقارنة الفرد لظروفه الحياتية بالمستوى الأمثل الذي يعتقد أنه مناسب لحياته. (عيسى، 2013، ص 08)

ويعرف أيضا بأنه حالة داخلية يشعر بها الفرد وتظهر في سلوكه واستجابته، وتشير الى ارتياحه وتقبله لجميع مظاهر الحياة من خلال تقبله لذاته وأسرته وللآخرين، وتقبله للبيئة المدركة، وتفاعله مع خبراتها بصورة متوافقة. (عبد المنعم مفتي 2019، ص 47)

اجرائيا:

هو شعور الفرد بكل السعادة والطمأنينة والقناعة وذلك نتيجة لاستقراره النفسي ونجاح علاقاته الاجتماعية وتقبله لذاته وللآخرين.

وبالتالي فإن الرضا عن الحياة يبرز اجرائيا من خلال الدرجة التي يحصل عليها المفحوصون من أفراد العينة.

على مقياس الرضا عن الحياة، فمن خلال الدرجة نتعرف على مستوى الرضا عن الحياة إذا كان منخفضا أو متوسطا أو مرتفعا.

المرأة الماكثة في البيت:

أ- المرأة:

لغة: المرأة من المرأ مرئ الطعام وجمع نساء ونسوة من غير لفظها وهي مؤنث الرجل

(عويسي، 2021، ص08)

اصطلاحا :

يعرف أندري ميشال (1971 172p andrée michal) ربة البيت أنها المرأة التي تختص بنوعية عمل معينة داخل المنزل، بدءا بالترتيب والتنظيف والطبخ وصولا الى تربية الأولاد وخدمة أفراد العائلة خاصة الزوج وهي المرأة المتزوجة غير العاملة في قطاعات أخرى تهتم فقط بالعناية ببيتها وبشؤون أسرتها وإدارة أمور حياتهم وفقا لما تراه مناسبا

(يمينة جاب الله، 2016، ص28)

اجرائيا:

هي ذلك الجنس اللطيف العاطفي الفعال والمؤثر لها قدرات وامكانيات واسهامات جديدة بالاهتمام تفوق مراتب الرجل. (مغلاوي، 2020، ص07)

ب- المرأة الماكثة في البيت:

التعريف الاجرائي:

هي كل امرأة لا تقوم بأي عمل خارج البيت تعتبر ربة بيت لأنها تقوم بمختلف الأعمال ورعاية الأسرة والأطفال وهي الركيزة الأساسية في كل بيت.

منهج الدراسة:

يقتضي القيام بأي موضوع بحث علمي على الباحث استخدام منهج علمي معين دون غيره يمكنه من دراسة موضعه دراسة علمية وتشخيصها والتعمق في خباياها وفهمها فهما صحيحا، وذلك من خلال انتهاج مجموعة من القواعد والانظمة العامة، فتحديد منهج الدراسة يعتبر خطوة اساسية وهامة لما لها من دور اساسي في الكشف من ظاهرة البحث وتوضيح المسار الذي سوف يسلكه الباحث في الوصول الى الهدف الذي يسعى اليه.

فيعرف المنهج العلمي بأنه "عبارة عن أسلوب من الأساليب التنظيم الفعالة لمجموعة من الافكار المتنوعة والهادفة للكشف عن حقيقة تشكل هذه الظاهرة أو تلك".

(عبيدات وآخرون، 1999، ص 35)

ويعرف المنهج أيضا على أنه "فن التنظيم الصحيح لسلسلة من الافكار العديدة اما من اجل الكشف عن الحقيقة حيث تكون بها جاهلين، وأما من أجل البرهنة عليها للآخرين حيث نكون بها عارفين". (إبراهيم براس، 2009، ص 69)

وباعتبار أن هذه الدراسة تنتمي الى الدراسات الوصفية التي تعرف بأنها تساعد على تحديد الاتجاه المباشر الى الحقائق العلمية والبيانات التي ينبغي التحدث عليها.

ونظرا لكون ان المناهج تختلف باختلاف الموضوعات وبما أن دراستنا تهدف الى معرفة العلاقة بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والرضا عن الحياة لدى المرأة الماكثة في البيت فقد إرتأينا أن **المنهج المسحي** هو المنهج المناسب بكونه منهجا من مناهج الدراسات الوصفية للوصول الى نتائج علمية في هذا الموضوع. كما تساعدنا ادواته على تحديد الظروف، والعلاقات التي توجد بين المتغيرات محل الدراسة.

يعرف المنهج المسحي بأنه "دراسة شاملة مستعرضة، ومحاولة منظمة لجمع البيانات والتحليل وتفسير تقرير الوضع الراهن لموضوع ما في بيئة محددة ووقت معين" (خفاجة، 2002، ص 89)

ويعرف أيضا انه "عبارة عن عملية تحليلية لجميع القضايا الحيوية اذ بفضلها يمكن الوقوف على الظروف المحيطة بالموضوع الذي يرغب في دراسته والتعرف على الجوانب التي هي بحاجة الى تفسير وتقييم شامل". (بن عبد الحميد، 2004، ص270)

مجتمع البحث وعينة الدراسة:

تقتضي الابحاث والدراسات العلمية على الباحث انتقاء مجتمع الدراسة كمجال لتطبيق وممارسة الدراسة عليه لجعل الدراسة قابلة للتحليل، وتعتبر مرحلة تحديد مجتمع البحث من اهم الخطوات المنهجية في البحوث الانسانية والاجتماعية فمجتمع البحث هو مجتمع كلي والنسبة الاكبر من الجمهور المستهدف حيث يسعى الباحث الى انتقاء المفردات التي يهتم بدراستها سواء كانت بشرية او مادية اشتراط اشتراكها ضمن مجموعة من الخصائص وبالتالي فإن مجتمع البحث يتحدد حسب طبيعة الدراسة وأغراضها بهدف تعميم النتائج عليها. (محمد شفيق، 1999، ص112)

ويعرف أيضا بأنه كامل أفراد أو أحداث أو مشاهدات الموضوع البحث أو الدراسة.

(خفاجة، 2002، ص74)

ولهذا يتمثل مجتمع البحث الذي سنقوم بدراسته في "النساء الماكثات في البيت" نساء ولاية بومرداس، ونظرا لصعوبة القيام بدراسة شاملة لجميع مفردات البحث قمنا باختيار أسلوب العينة باعتبار اقتصار عينتنا على مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي على الفايسبوك للنساء الماكثات بالبيت ببومرداس، فقد قمنا باختيار عينة عشوائية بسيطة وتعرف العينة (sample) بأنها نموذجا يشمل جانبا او جزءا من وحدات المجتمع الاصلي المعني بالبحث، تكون ممثلة

له بحيث تحمل صفاته المشتركة، هذا النموذج أو الجزء يغني الباحث عن دراسة كل وحدات ومفردات المجتمع الأصلي. (قنديليجي، 1999، ص137)

ويقصد بالعينة العشوائية البسيطة تساوي الفرص امام كل مفردة من مفردات المجتمع في التمثيل بالعينة (أحمد بدر، 1994، ص325)

ويكون هذا النوع من العينات مفيدا ومؤثرا عندما يكون هناك تجانس وصفات مشتركة بين جميع افراد المجتمع الأصلي المعني بالدراسة من حيث الخصائص المطلوب دراستها في البحث وعلى هذا الأساس فإن جميع أسماء أفراد المجتمع الأصلي يجب أن يكون محددة ومعروفة لدى الباحث. (قنديليجي، 1999، ص144)

وعليه قمنا باختيار 150 امرأة مأكثة في البيت من سكان ولاية بومرداس اللواتي يستخدمن الفايسبوك.

أدوات جمع البيانات:

يرتبط بكل منهج معين مجموعة من الوسائل التي يستعملها الباحث في جمع المعلومات حول مشكلة الدراسة أو الإجابة عن أسئلتها، حيث يتم الوصول إلى اهداف ونتائج علمية دقيقة وصحيحة وبما اننا اعتمدنا في دراستنا على المنهج المسحي فقد تم استخدام أداة الاستبيان التي تعد إحدى الأدوات المستخدمة للحصول على المعلومات أكثر تخص آراء الجمهور حول موضوع معين.

تعريف الاستبيان:

يعرف الاستبيان بأنه "عبارة عن مجموعة من الأسئلة المكتوبة التي تعد بقصد الحصول على المعلومات أو آراء المبحوثين حول ظاهرة أو موقف معين، وتعد الاستبانة من أكثر

الأدوات المستخدمة في جمع البيانات خاصة بالعلوم الاجتماعية التي تتطلب الحصول على المعلومات أو معتقدات أو تصورات أو آراء الأفراد. (عبيدات، 1999، ص 63)

وتعرف أيضا "هي إحدى طرق جمع المعلومات من المبحوثين بواسطة أسئلة مكتوبة على استمارة يقدمها الباحث بنفسه أو بواسطة البريد، حيث تكون الأسئلة منصبة حول معرفة الرأي العام والخاص، ومواقفه وأحكام قيمية أو حول الحقائق والظواهر الاجتماعية أو الدوافع والمحفزات" (معن، 2004، ص 242)

- وصف المقياس المعتمد:

المقياس الذي اعتمدنا عليه في دراستنا يتكون من 03 محاور و 58 بنداً، كل محور ينقسم إلى مجموعة من البنود، كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم 01: يمثل وصف المقياس المعتمد

المحاور	المحور الأول	المحور الثاني	المحور الثالث
اسم المحور	البيانات الشخصية	موقع فايسبوك	الرضا عن الحياة
البنود (الأسئلة)	1، 2، 3	4-5-6-7-8-9-10-11 12-13-14-15-16-17 18-19-20-21-22-23 24-25-26-27-28-29	30-31-32-33-34-35 36-37-38-39-40-41 42-43-44-45-46-47 48-49-50-51-52-53 54-55-56-57-58
أمثلة عن البنود	الحالة الاجتماعية	مستقبلاً سأحافظ على استخدامي لموقع الفاييسبوك	أنا أسعد حالاً من الآخرين

المصدر : من إعدادنا.

- إختبار الصدق والثبات:

التحقق من صدق وثبات هذا الاستبيان، ويقصد بالثبات به قياس درجة قياس ما وضع هذا المؤشر لقياسه، ولقد اقترح كرونباخ "Cronbach" معادلة تعتمد على متوسط معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس أطلق عليها معامل ألفا "Coefficient Alpha" لاختبار ثبات "Reliability" أو تجانس "Homogeneity" المقياس واتساقه الداخلي "Internal Consistency". حيث أن معامل "ألفا كرونباخ" كلما كان "0.6" فأكثر دل ذلك على الثبات والاتساق الداخلي للمقياس المستخدم. ولقد استخدمنا هذا المعامل لقياس ثبات مختلف مقاييس الاتجاه المتواجدة في الاستمارات، حيث كانت العينة تقدر بمئة وخمسون "150" مستجوبة، أما الصدق فنعرف مدى دلالة كل محور من محاور المقياس ومعرفة هل لها علاقة بالاستبيان أو لا ولحساب العلاقة نستخدم معامل الارتباط بيرسون من أجل قياس المعامل الصدق لكل بعد من الأبعاد الاستبيان على حدى، والنتائج مبينة في الجدول التالي:

الجدول رقم 02: معاملات الثبات "طريقة ألفا كرونباخ" لمختلف مقاييس الاتجاه

اسم المقياس	عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ
المعلومات الشخصية	3	0.924
مواقع التواصل الاجتماعي	26	0.702
الرضا عن الحياة	29	0.701
الاستبيان ككل	58	0.845

المصدر : من إعدادنا، بالاعتماد على نتائج برنامج SPSS .

الجدول رقم 03: يوضح صدق وثبات ألفا كرونباخ

المقياس	عدد البنود	معامل ألفا كرونباخ
	58	0.845

المصدر : من إعدادنا، بالاعتماد على نتائج برنامج SPSS .

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن معامل ألفا كرونباخ لجميع عبارات استبيان الدراسة بلغ قيمة 0.845، وتدل هذه النتائج على ثبات الاستبيان، ومنه نستنتج أن الاستبيان صادق وثابت بدرجة قوية وجاهز للتطبيق على عينة الدراسة.

الدراسات سابقة:

الدراسات التي تناولت مواقع التواصل الإجتماعي:

الدراسة الأولى: دراسة بن طيفور مصطفى 2017 بعنوان "أثر استخدام مواقع التواصل الإجتماعي على الهوية الثقافية للشباب الجامعي - دراسة ميدانية على عينة من مستخدمي الفيسبوك بجامعتي مستغانم ووهران 02" والتي هدفت إلى التعرف على الأهمية التي تحظى بها مواقع التواصل الإجتماعي في الحيات اليومية للشباب، ورصد آثار استخدام الشبكات الإجتماعية الفيسبوك بالخصوص على الهوية الثقافية من خلال التعرف على واقع اللغة العربية والدين الإسلامي عبر الفضاء الإلكتروني.

تساؤلات الدراسة:

- ماهي عادات وأنماط استخدام مواقع التواصل الإجتماعي - الفيسبوك - لدى الشباب الجامعي؟
- ما هي الدوافع والأسباب التي تكمن وراء استخدام الشباب الجامعي لمواقع التواصل الإجتماعي - الفيسبوك ؟
- ماهي الإشباعات المحققة جراء استخدام مواقع التواصل الإجتماعي - الفيسبوك - لدى عينة الدراسة؟
- ماهي مظاهر تأثير استخدام مواقع التواصل الإجتماعي - الفيسبوك - على لغة الشباب الجامعي؟

فرضيات الدراسة:

- يستخدم الشباب الجامعي موقع الفيسبوك بغرض الدردشة والإطلاع على الأخبار اليومية ومتابعة تطوراتها.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي (الفايسبوك).
- يعد البحث عن صدقات جديدة بهدف البحث عن شريك في المواقع (الإشباع العاطفية) من أبرز الإشباع المحققة وراء استخدام الشباب الجامعي لموقع الفاييسبوك.
- يؤدي الاستخدام المفرط لموقع الفاييسبوك إلى إكتساب الشباب لغات ولهجات جديدة لا علاقة لها باللغة العربية تعمل على إضعاف هويتهم اللغوية.

منهج الدراسة:

المنهج المسحي.

المنهج الدراسة وعينتها:

تمثلت عينت الدراسة في 12870 مفردة من الطلبة الجامعيين الذين يشتركون في استخدامهم في مواقع التواصل الاجتماعي في جميع الكليات من جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم وجامعة أحمد بن بلة - وهران.

أدوات الدراسة:

تم الإعتماد في الدراسة على أداتين من أدوات البحث العلمي بهدف الوصول إلى نتائج موضوعية وأكثر دقة وهما إستمارة الإستقصاء كأداة رئيسية والملاحظة العلمية كأداة مساعدة إلى جانب الإستمارة.

نتائج الدراسة:

- توصلت الدراسة إلى أن شباب الجامعي يستخدم الفاييسبوك بغرض الدردشة والإطلاع على الأخبار اليومية ومتابعة تطوراتها وهذا ما يدل على صحة الفرضية الأولى.

- توصلت نتائج الدراسة أنه توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي.

- تعد الإشباعات العاطفية من أبرز الإشباعات المحققة وراء استخدام الشباب الجامعي لموقع الفايسبوك.

- يؤدي الاستخدام المفرط لموقع الفايسبوك إلى إكتساب شباب لغات ولهجات جديدة لا علاقة لها باللغة العربية تعمل على إضعاف هويتهم اللغوية.

- تنفي نتائج الدراسات الفرضية القائلة أن الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي - الفايسبوك - يؤدي إلى إضعاف الوازع الديني وإهمال الشباب الجامعي للفرائض الدينية.

الدراسة الثانية: جيدور حاج بشير 2017 بعنوان "أثر وسائل التواصل الاجتماعي في عملية التحول الديمقراطي في الدول العربية - دراسة مقارنة" وهدفت إلى معرفة مساهمة وسائل التواصل الاجتماعي في التحول الديمقراطي في دول العربية وفي تنشيط العملية السياسية فيها وإعطائها بعدا تفاعليا.

تساؤلات الدراسة:

- ماهو دور وتأثير تكنولوجيات والمعلومات في الإتصال والتشويق السياسي ؟
- ماهي حدود مساهمة الوسائل التكنولوجية ومواقع التواصل الاجتماعي في الحراك السياسي والتحول الديمقراطي في الدول العربية ؟
- هل يمكن أن يتحقق التحول الديمقراطي الناجح في الدول العربية عن طريق تكتيف النشاط الافتراضي عبر الشبكات الاجتماعية فحسب ؟
- كيف يكون مستقبل أداء الوسائل التكنولوجية الإتصالية ومواقع التواصل الاجتماعي وأدوات الإعلام الجديد مستقبلا في الدول يعينها مثل الجزائر التي تشهد حراكا إصلاحيا، أو بعض

الدول العربية الاخرى التي تشهد حراكا ثوريا في قاعدة إستخدام هذه الوسائل نشطاء هذا الحراك ؟

فرضيات الدراسة:

- يؤدي ضغط الشعوب العربية في المجال الافتراضي العام إلى دفع الأنظمة السياسية إلى مباشرة الإصلاح ودمقرطة الحياة السياسية.
- تتناسب قوة النشاط في المجال الافتراضي مع حجم الوجود الفعلي للجمهور في المجال الحقيقي.
- تنطلق الأنظمة السياسية العربية من قراءة مخرجات التفاعل من داخل البيئة الافتراضية لتنفيذ إصلاحات وسياسات تتماشى مع مطالب الجمهور الافتراضي.
- كلما زاد نشاط السياسيين العرب وأفراد النظام السياسي في المجال الإلكتروني وعبر الشبكات الإجتماعية زاد إقبال الجمهور من الشعوب العربية على ممارسة والإهتمام بالشأن السياسي.

منهج الدراسة:

المنهج التاريخي، المنهج المقارن، المنهج الوصفي التحليلي.

نتائج الدراسة:

- يؤدي ضغط الشعوب العربية في المجال الافتراضي العام إلى دفع الأنظمة السياسية إلى مباشرة الإصلاح ودمقرطة الحياة السياسية.
- تنطلق الأنظمة السياسية العربية من قراءة مخرجات التفاعل من داخل البيئة الافتراضية لتنفيذ إصلاحات وسياسات تتماشى مع مطالب الجمهور الافتراضي.

- ليس بالضرورة أن يتلائم ارتفاع نشاط السياسيين العرب وأفراد النظام السياسي في المجال الافتراضي وعبر الشبكات الإجتماعية لإزدياد إقبال الجمهور من الشعوب العربية على الممارسة والإهتمام بالشأن السياسي.
- ليس بالضرورة أن تتناسب قوة النشاط في المجال الافتراضي مع حجم الوجود الفعلي للجمهور في المجال الحقيقي.

الدراسات حول الرضا عن الحياة:

الدراسة الأولى: دراسة قنون خميسة 2013 بعنوان " الاستجابة المناعي وعلاقتها في الدعم الإجتماعي المدرك والرضا عن الحياة لدى مرضى السرطان " والتي هدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة القائمة بين الاستجابة المناعية الغلوبولينات المناعية (LgG، LgM ، LgA) ومتغيري الدعم الإجتماعي المدرك والرضا عن الحياة

تساؤلات الدراسة:

انطلقت الدراسة من التساؤلات التالية

- ما طبيعة توزيع القيام كل من الاستجابة المناعية و الدعم الاجتماعي المدرك والرضا عن الحياة لدى مرضى السرطان ؟
- هل هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين معدل الاستجابة المناعية و درجة الرضا عن الحياة لدى مرضى السرطان؟
- هل هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الدعم الاجتماعي المدرك و درجة الرضا عن الحياة لدى مرضى السرطان؟

فرضيات الدراسة:

- تتوزع قيم كل من الاستجابة المناعية والدعم الاجتماعي المدرك والرضا عن الحياة توزيعاً اعتيادياً لدى مرضى السرطان
- توجد علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً بين الاستجابة المناعية ودرجة الرضا عن الحياة لدى مرضى السرطان
- توجد علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائية بين درجة الدعم الاجتماعي المدرك ودرجة الرضا عن الحياة لدى مرضى السرطان.

منهج الدراسة:

منهج الوصفي الارتباطي

مجتمع الدراسة وعينتها:

تمثلت عينة الدراسة في 60 مريض بالسرطان وذلك بالمستشفى الجامعي بمركز مكافحة سرطان بباتنة

أدوات الدراسة:

تم تطبيق على أفراد الدراسة اختبار الدعم الاجتماعي المدرك (Zimet) واختبار مقياس الرضا عن الحياة لمجدي الدسوقي. بالإضافة الى اختبار الغلوبولينات المناعية (LgG، LgM، LgA) لجميع البيانات.

نتائج الدراسة:

-توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين معدل الغلوبولين المناعي (LgG) ودرجة كل من الدعم الاجتماعي المدرك والرضا عن الحياة لدى مرضى السرطان.

-توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين درجة الدعم الاجتماعي المدرك و درجة الرضا عن الحياة لدى مرضى السرطان .

الدراسة الثانية: دراسة يحيى شقورة 2012" بعنوان المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الاجامعات الفلسطينية "والتي هدفت إلى التعرف على مستوى المرونة النفسية والرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية في محافظات غزة والتعرف على العلاقة بين المرونة النفسية والرضا عن الحياة كما هدفت إلى الكشف عن الفروق في المستوى المرونة النفسية ورضا الحياة بالنسبة إلى بعض المتغيرات منها الجنس، التخصص، المعدل التراكمي، الدخل الشهري للأسرة والمستوى التعليمي للوالدين

تساؤلات الدراسة :

- ما مستوى المرونة النفسية لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة؟
- ما مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة ؟
- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين المرونة النفسية والرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في المستوى الرضا عن الحياة تعزى لمتغير، الجنس، الجامعة ، المعدل التراكمي ، الدخل الشهري للأسرة ،التخصص ،المستوى التعليمي للوالدين، الترتيب الميلادي لطالب ؟

منهج الدراسة :

منهج الوصفي التحليلي

مجتمع الدراسة وعينته:

شملت عينة الدراسة على 600 طالب وطالبة ،200 طالب وطالبة من كل الجامعات ،وتم اختيار عينة الدراسة بطريقة عشوائية وذلك من ثلاثة جامعات (الأزهر، الأقصى والإسلامية) من التخصصات العلمية والأدبية

أدوات الدراسة :

تم استخدام استبيان خاص بالمرونة النفسية مقياس الرضا عن الحياة من إعداد مجدي دسوقي واستخدام المعالجات الإحصائية التكرارات ،المتوسطات، الوزن النسبي، اختبار بيرسون، اختبار تحليل التباين الاحادي، اختبار شيفيه البعدي المتقاربات متعددة.

نتائج الدراسة :

-وجود مستوى فوق المتوسط لكل من المرونة النفسية والرضا عن الحياة ،حيث بلغ الوزني النسبي للمرونة النفسية (77.17) الوزن نسبي الرضا عن الحياة (73,64).

-وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المرونة النفسية والرضا عن الحياة

-وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد الرضا عن الحياة والدرجة الكلية للمقياس تعزى لمتغير الجنس باستثناء بعض الطمأنينة والاستقرار النفسي فقد كانت لصالح الطلاب

دراسة الثالثة دراسة: جاب الله يمينة 2016 بعنوان " معنى الحياة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية (الشعور بالوحدة النفسية ،الرضا عن الحياة) لدى المرأة العانس ، دراسة مقارنة بين المرأة العانس الماكثة في البيت والمرأة العانس العاملة"

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين العنوسة من الجانب النفسي للمرأة العانس سواء العاملة أو الماكثة في البيت

تساؤلات الدراسة:

- هل تغيير العنوسة من الرضا عن الحياة لدى المرأة العانس العاملة والمرأة الماكثة في البيت ؟
- هل يتأثر كل من معنى الحياة والشعور بالوحدة النفسية والرضا عن الحياة لدى المرأة العانس العاملة والمرأة الماكثة بالبيت بكل من السن والمستوى الدراسي؟
- هل توجد علاقة ارتباطية بين معنى الحياة والشعور بالوحدة النفسية والرضا عن الحياة لدى المرأة العانس العاملة والمرأة الماكثة بالبيت؟

فرضيات الدراسة :

- درجة الرضا عن الحياة بأبعاده الستة مرتفعة لدى المرأة العانس (الماكثة في البيت والانس العاملة)
- توجد فروق ذات دلالة احصائية على مقياس الرضا عن الحياة، بين المرأة العانس العاملة والمرأة العانس الماكثة في البيت بحسب كل من متغيري السن و المستوى الدراسي ؟
- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين معنى الحياة والشعور بالوحدة النفسية والرضا عن الحياة لدى المرأة العانس العاملة والمرأة العانس الماكثة بالبيت؟

منهج الدراسة:

المنهج الوصفي التحليلي

مجتمع الدراسة وعينته:

تمثلت عينة الدراسة من 143 امرأة غير متزوجة يتراوح سنهن بين 30 و 50 سنة وقد أخذت هذه العينة بطريقة قصدية و تمت الدراسة على مستوى مدينة سطيف وبالضبط على مستوى

القطاعات التالية ،قطاع التعليم، قطاع الصحة، مديرية التعمير والبناء، الادارة المحلية، بعض المساجد، جمعية المجد لتعليم المرأة الحرف اليدوية

أدوات الدراسة:

وللتحقق من الفرضيات الدراسة تم الاعتماد إلى ثلاث مقاييس نفسية حول متغيرات الدراسة

-مقياس الرضا عن الحياة وهو مقياس معتمد من طرف هارون توفيق رشيد 1998 .

-مقياس الرضا عن الحياة من الأعداد مجدي الدسوقي 1996.

-مقياس الشعور بالوحدة النفسية معتمد من طرف مجدي الدسوقي 1998.

نتائج الدراسة:

توصلت الدراسة إلى ارتفاع كل من معنى الحياة والشعور بالوحدة النفسية والرضا عن الحياة، كما أن المتغيرات النفسية لا تتأثر بكل من السن والمستوى الدراسي للمرأة العانس سواء العاملة أو المتكئة في البيت.

الدراسات السابقة التي تناولت المتغيرين معا:

الدراسة الأولى: دراسة حسن ابن إدريس عبده صميلي " بعنوان وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقتها بكل من التماسك الأسري وجودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب جامعة جازان."

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى استخدام وسائل التواصل الاجتماعي ومستوى كل من التماسك الأسري وجودة في الحياة الأكاديمية لدى طلبة جامعة جازان والكشف عن العلاقة بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي وجودة الحياة الأكاديمية.

تساؤلات الدراسة:

-ما مستوى استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة جازان؟

-ما مستوى التماسك الأسري لدى طلبة جامعة جازان؟

-هل توجد علاقة دالة إحصائية بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي وجودة الحياة الأكاديمية لدى طالبات جازان؟

فرضيات الدراسة:

-يوجد مستوى مرتفع من استخدام وسائل تواصل اجتماعي لدى طلاب جامعة جازان.

-يوجد مستوى مرتفع من التماسك الأسري لدى جميع طلاب جامعة جازان.

-لا توجد علاقة إحصائية بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وجودة الحياة الأكاديمية لدى طلبة جامعة جازان.

منهج الدراسة:

منهج وصفي ارتباطي

مجتمع الدراسة وعينته:

تتمثل عينة الدراسة في شكلها النهائي من 310 من طلاب جامعة جازان جنوب المملكة العربية السعودية ممن يدرسون في مرحلة البكالوريوس خلال الفصل الدراسي الأول من العام الجامعي 1440/1439.

أدوات الدراسة:

تم الاعتماد على مقياس استخدام وسائل التواصل الاجتماعي ومقياس التماسك الأسري ومقياس جودة الحياة الأكاديمية.

نتائج الدراسة:

- أن مستوى استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى طلاب جامعة جازان في مستوى مرتفع حيث بلغ المتوسط الحسابي 61.487.

- أن مستوى تماسك الأسرة لدى طلاب جامعة جازان في مستوى مرتفع.

- وجود علاقة موجبة دالة إحصائية بين استخدام وسائل تواصل اجتماعي وجود الحياة الأكاديمية.

الدراسة الثانية: دراسة دريدي سميحة 2018 "بعنوان إدمان الفايسبوك وعلاقاته بالرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي". وتهدف الدراسة لمعرفة طبيعة العلاقة بين إدمان الفايسبوك والرضا عن الحياة لدى الطلبة علم النفس وعلوم التربية في جامعة قصدي مرباح ورقلة في ضوء متغير الجنس والمستوى والكشف عن مدى مساهمة إدمان الفايسبوك في خفض مستوى الرضا عن الحياة لدى الطلبة ومعرفة مستوى كل إدمان الفايسبوك والرضا عن الحياة لدى الطلبة ومستوى إدمان الفايسبوك تعزى لمتغير الجنس والمستوى التفاعل فيما بينهما.

تساؤلات الدراسة:

- ما مستوى إدمان الفايسبوك لدى طلبة الجامعة؟

- ما مستوى الرضا عن الحياة لدى طلاب الجامعيين؟

- هل يساهم ادمان الفايسبوك في انخفاض مستوى الرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي؟

فرضيات الدراسة:

- مستوى ادمان ال الفايسبوك مرتفع.

- مستوى الرضا عن الحياة منخفض.

- توجد علاقة عكسية بين الرضا عن الحياة وإدمان الفايسبوك.

منهج الدراسة:

المنهج الوصفي.

مجتمع الدراسة وعينته:

يتكون مجتمع الدراسة من جميع الطلبة والطالبات ثمانية ليسانس وسنة أولى ماستر قسم علم النفس وعلوم التربية في جامعة قصدي مرباح ورقلة حيث بلغ عددهم 154 طالب وطالبة.

أدوات الدراسة:

تم الاعتماد على مقياس إدمان الفايستوك لسيبيلي 2012 ومقياس الرضا من الحياة لمجدي الدسوقي 1998 وبغرض اختبار الفرضيات اعتمدنا على معامل ارتباط بيرسون وتحليل التباين الثنائي للكشف الفرق بين المجموعات.

نتائج الدراسة:

توصلت الدراسة إلى أن

-مستوى الرضا عن الحياة لدى الطلبة منخفض

-مستوى ادمان الفيس بوك لدى الطلبة مرتفع

-توجد علاقة عكسية بين إدمان ال الفايستوك والرضا عن الحياة.

الدراسة الثالثة دراسة نصره منصور عبد المجيد 2017 بعنوان "الدوافع والمترتبات المدركة استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالرضا الزوجي تقدير الذات لدى الأزواج وزوجات."

تهدف الدراسة إلى البحث في الدوافع والمترتبات المدركة لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالرضا الزوجي وتقدير الذات لدى الأزواج وزوجات.

تساؤلات الدراسة:

- هل توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة بين الدوافع وترتيبات استخدام الأزواج لمواقع التواصل الاجتماعي وكل من الرضا الزوجي وتقدير الذات؟
- هل توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة بين دوافع والمترتبات استخدام الأزواج مواقع التواصل الاجتماعي وكل من الرضا الزوجي وتقدير الذات لدى زوجاتهم؟
- هل توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة بين دوافع مترتبات استخدام الزوجات لمواقع التواصل الاجتماعي وكل من الرضا الزوجي وتقدير الذات؟

فرضيات الدراسة:

- توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة بين دوافع ومترتبات استخدام الأزواج مواقع التواصل الاجتماعي كل من الرضا الزوجي وتقدير الذات.
- توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة بين دوافع ومترتيبات استخدام الأزواج مواقع التواصل الاجتماعي وكل من الرضا الزوجي وتقدير الذات لدى زوجاتهم.
- توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة بين دوافع مترتبات استخدام الزوجات لمواقع تواصل اجتماعي وكل من رضا الزوجين وتقدير الذات.

منهج الدراسة:

تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي.

مجتمع الدراسة وعينته:

تكونت عينة الدراسة من 240 زوج وزوجاتهم 120 زوج تتراوح أعمارهم بين 25 و 40 سنة.

أدوات الدراسة:

تم استخدام مقياس دوافع والمترتبات استخدام مواقع التواصل الاجتماعي من إعداد الباحثة فاروق ومقياس الرضا الزوجي لفورس وألسن (fowers and olson, 1993).

نتائج الدراسة:

توصلت الدراسة إلى

-وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة بين الدوافع الشخصية لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي.

-الدرجة الكلية للرضا الزوجي وأبعاده لدى الأزواج وزوجات.

-وجود فروق دالة في كل من الرضا الزوج والمترتبات الجسمية والنفسية والاجتماعية لدى الزوجات في ضوء كثافة الاستخدام اليومي لمواقع التواصل الاجتماعي.

التعقيب على الدراسات السابقة:

من حيث الأهداف:

تباينت أهداف الدراسات السابقة باختلاف المتغيرات التي تناولتها هذه الدراسات حيث هدفت بعض الدراسات إلى التعرف على مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقتها ببعض المتغيرات الأخرى ومن هذه الدراسات، دراسة بن طفور (2017) والتي هدفت إلى التعرف على الأهمية التي تحظى بها موقع التواصل الاجتماعي في الحياة اليومية للشباب، ورصد أثار استخدام الشبكات الاجتماعية الفيسبوك بالخصوص على الهوية الثقافية من خلال التعرف على واقع اللغة العربية والدين الإسلامي عبر الفضاء الإلكتروني، في حين هدفت دراسة جيدور (2017) إلى معرفة مساهمة وسائل التواصل الاجتماعي في التحول الديمقراطي للدول العربية وفي تنشيط العملية السياسية فيها وإعطائها بعدا تفاعليا.

كما هدفت بعض الدراسات إلى دراسة متغيرات معينة وعلاقتها بالرضا عن الحياة، ومن هذه الدراسات دراسة شقورة (2012) والتي هدفت إلى معرفة العلاقة بين المرونة النفسية والرضا عن الحياة، بينما هدفت دراسة قنون (2013) إلى الكشف عن طبيعة العلاقة القائمة بين الإستجابة المناعية الغلوبولينات المناعية ومتغيري الدعم الإجتماعي المدرك والرضا عن الحياة، في حين هدفت دراسة جاب الله (2016) إلى معرفة العلاقة بين معنى الحياة ببعض المتغيرات النفسية (الشعور بالوحدة النفسية والرضا عن الحياة).

كما هدفت بعض الدراسات إلى تناول المتغيرين مواقع تواصل الإجتماعي والرضا عن الحياة معاً، ومن بين هذه الدراسات نجد دراسة صميلي (2020) والتي هدفت إلى التعرف على مستوى إستخدام وسائل التواصل الإجتماعي والكشف عن العلاقة بين إستخدام وسائل التواصل الإجتماعي وجودة الحياة الأكاديمية، في حين هدفت الدراسة دريدي (2018) إلى معرفة طبيعة العلاقة بين إدمان الفايسبوك والرضا عن الحياة.

وهدف دراسة منصور عبد المجيد (2017) إلى البحث في الدوافع والمرتبات المدركة لإستخدام مواقع التواصل الإجتماعي وعلاقتها بالرضا الزوجي وتقدير الذات لدى الأزواج والزوجات.

تستهدف الدراسة الحالية إلى دراسة طبيعة العلاقة بين إستخدام مواقع التواصل الإجتماعي والرضا عن الحياة.

من حيث العينة:

اختلفت الدراسات السابقة في نوعية العينة التي تم إجراء الدراسة عليها، وذلك راجع لطبيعة كل دراسة، فبعض الدراسات استخدمت عينات من طلبة الجامعات مثل دراسة كل من بن طفور (2017) ودراسة شقورة (2012) ودراسة صميلي (2020) ودريدي (2018) في حين أن الدراسات الأخرى إستخدمت عينات مختلفة كدراسة جيدور (2017) ومنصور عبد المجيد

(2017) وجاب الله (2016) ودراسة قنون (2013) وعليه إختلفت عينة الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة المتمثلة في النساء الماكثات في البيت.

من حيث المنهج المستخدم:

اختلفت الدراسات السابقة في المنهج المستخدم والمناسب لطبيعة الدراسة لكن نجد أنه قد اتفقت بعض الدراسات في استخدامها للمنهج الوصفي الارتباطي مثل دراسة قنون (2013) وصميلي (2020) منصور عبد المجيد (2017) واتفقت دراسات كل من جيدور (2017) وشقورة (2012) ودراسة جاب الله (2016) في استخدام المنهج الوصفي التحليلي، في حين اتفقت دراسة بن طفور (2017) مع الدراسة الحالية في استخدام المنهج المسحي.

من حيث الأدوات المستخدمة:

اختلفت الدراسات السابقة مع الدراسة الحالية بتطبيق مقاييس تخص متغيرات الدراسة، وقد استعملت الدراسات السابقة مقاييس متنوعة بين المقاييس الدعم الاجتماعي المدرك، مقياس استخدام مواقع التواصل الاجتماعي ومقياس إيمان الفايسبوك، مقياس المرونة النفسية، والوحدة النفسية، في حين اتفقت الدراسة الحالية مع بعض الدراسات السابقة كدراسة قنون (2013)، شقورة (2012)، جاب الله (2016) ودراسة الدريدي (2018) في الاعتماد على مقياس الرضا عن الحياة.

من حيث النتائج:

اختلفت نتائج الدراسات السابقة بين ما هو إيجابي وبين ما هو سلبي فقد أسفرت نتائج دراسة كل من دريدي (2018) ودراسة منصور عبد الحميد (2017) التي إختلفت مع نتائج الدراسة الحالية في عدم وجود علاقة ارتباطية بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والرضا عن الحياة.

تجدر الإشارة إلى أن الدراسة الحالية قد إستفادت من الدراسات المعروضة سابقا في جوانب مختلفة بحيث أنها استفادت من المنهجيات المتبعة في الدراسات السابقة في صياغة مشكلة البحث الحالي وكتابة الفرضيات ومن خلال الاطلاع على دراسات تم تحديد متغيرات البحث المستهدفة للدراسة بالإضافة إلى اختيار القياس المناسبة لتحقيق أهداف البحث، كما تمت الاستفادة من الدراسات السابقة في تفسير نتائج الدراسة الحالية المتوصل إليها وذلك عن طريق المقارنة بين نتائج البحث ونتائج الدراسات السابقة الخاصة بمتغيرات الدراسة.

موقع الدراسة الحالية بين الدراسات السابقة:

أما الدراسة الحالية فقد جاءت لتكمل عملية البحث بنسبة لمتغير الرضا عن الحياة لدى المرأة الماكثة في البيت لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي فعلى حد علمنا لم يتناول هذا الموضوع من قبل إلا من دراسة واحدة مشابهة من حيث المعنى وهي دراسة إدمان الفايبروك وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي لدريدي سميحة.

حدود الدراسة:

يعد تحديد مجالات الدراسة خطوة من خطوات المنهجية لأي دراسة وفي دراستنا هذه المعنونة بـ "استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى المرأة الماكثة في البيت" تم تحديد الإطار الزمني والمكاني والبشري.

-الإطار المكاني: يقصد به النطاق الجغرافي أو البيئة التي تجرى فيها الدراسة.

بحيث أجريت الدراسة في عدة مناطق من ولاية بومرداس التي تقع في شمال المركزي للجزائر، يحدها شمالا البحر الأبيض المتوسط، ومن الشرق ولاية تيزي وزو، ومن الجنوب ولاية البويرة، ومن الغرب ولاية البليدة.

-الإطار الزمني:

ويمثل الفترة الزمنية المستغرقة لإنجاز الدراسة من بدايتها إلى غاية اتمامها.

أنجزت هذه الدراسة خلال السنة الجامعية 2022-2023 وتم الشروع في انجاز هذه الدراسة من بداية شهر ديسمبر، أين تم اختيار موضوع الدراسة وجمع المادة العلمية، وضبط الإطار المنهجي والإطار التطبيقي، وذلك بعد ان تمت الموافقة على موضوع الدراسة من قبل إدارة قسم العلوم الانسانية، بعدها تم الشروع في تصميم استمارة الاستبيان وذلك في 11 ماي 2023، بعد مناقشتها مع الأستاذة المشرفة وإجراء تعديل عليها، وزعت على عينة من مجتمع البحث.

تم توزيع استمارة الاستبيان على عينة من 150 مفردة من نساء ماكثات في البيت اللواتي يستخدمن موقع الفايسبوك بولاية بومرداس.

-وعليه فقد تم تقسيم الاستمارة إلى ثلاثة محاور:

المحور الأول: البيانات الشخصية.

المحور الثاني: استخدامات المرأة الماكثة في البيت لموقع فايسبوك.

المحور الثالث: الرضا عن الحياة لدى المرأة الماكثة في البيت.

الفصل الأول: مدخل عام حول مواقع التواصل الاجتماعي

تمهيد

المبحث الأول: مفهوم ونشأة مواقع التواصل الاجتماعي

المبحث الثاني: أهمية مواقع التواصل الاجتماعي

المبحث الثالث: أنواع مواقع التواصل الاجتماعي.

المبحث الرابع: خصائص مواقع التواصل الاجتماعي.

المبحث الخامس: دوافع استخدام مواقع التواصل الاجتماعي.

المبحث السادس: نماذج مواقع التواصل الاجتماعي

المبحث السابع: إيجابيات وسلبيات المواقع التواصل الاجتماعي.

خلاصة الفصل

تمهيد:

إن التطور الذي شهده العالم اليوم بفضل التكنولوجيا أحدث تغيرا جذريا، وساهم ظهور شبكة الأنترنت في انتشار مواقع التواصل الاجتماعي التي أتاحت المجال الواسع أمام الفرد لتعبير عن نفسه وبفضلها جعلت العالم قرية صغيرة ليتواصل مع الآخرين.

من خلال هذا الفصل نسعى الى تسليط الضوء على المواقع التواصل الاجتماعي حيث نجد أن هذه الشبكات وفرت للمستخدمين مجموعة من الخصائص، قربت العالم من بعضه البعض فتلاشت بذلك الأزمنة والأمكنة والحدود الجغرافية، وسهلت للأفراد التواصل مع بعضهم بفضل ميزات وخدمات مواقع التواصل الاجتماعي الذي جعلها تحظى بإقبال وانتشار كبير من بين شبكتها الأكثر استخداما نجد فيسبوك وتويتر.

وفي هذا الفصل سنحاول التطرق الى تعريف ونشأة مواقع التواصل الاجتماعي ثم ابراز أهميتها وأنواعها وخصائصها وأهم نماذجها، ثم تناولنا أخيرا إيجابيات وسلبيات المواقع التواصل

المبحث الأول: مفهوم ونشأة مواقع التواصل الاجتماعي

1- مفهوم مواقع التواصل الاجتماعي:

تعتبر مواقع التواصل الاجتماعي من المفاهيم المرتبطة بالمجتمع الافتراضي، تتشكل من خلال الانترنت وتسمح للأفراد بتقديم لمحة عن حياتهم العامة وإتاحة الفرص للاتصال بقائمة المسجلين والتعبير عن وجهة نظر الأفراد أو المجموعات من خلال عملية الاتصال، وتعرف بكونها مجموعة من البرامج والأدوات على الانترنت يستعملها جمهور المستخدمين لتبادل. (جيدور، 2017، ص49)

فتعرف على أنها: منظومة من الشبكات الإلكترونية التي تسمح للمشارك فيها بإنشاء موقع خاص بها، ومن ثم ربطها عن طريق نظام اجتماعي إلكتروني مع أعضاء آخرين لديهم الاهتمامات والهوايات نفسها. (إبراهيم حسن، 2021، ص 777)

أو هي مواقع الإنترنت التي يمكن للمستخدمين المشاركة والمساهمة في إنشاء أو إضافة صفحاتها وبسهولة. (المقادي، 2013، ص24)

ومن جهته يعرفها الدكتور العوضي حسني على أنها: «منظومة من الشبكات الإلكترونية التي تسمح للمشاركة فيها بإنشاء موقع خاص به ومن ثم ربطه من خلال نظام اجتماعي إلكتروني مع أعضاء آخرين لهم نفس الاهتمامات والهوايات نفسها، وكذلك تعرف على أنها تلك المواقع التي تتيح لمتصفحها إمكانية مشاركت الملفات والصور وتبادل مقاطع الفيديو، وكذلك إنشاء مدونات إلكترونية، وإجراء المحادثات الفورية، وإرسال الرسائل، وهذه المواقع تصدرت ثلاث مواقع هامة ورئيسية هي الفيسبوك، والتويتر واليوتيوب، فقد أصبحت الوسيلة الأساسية لتبادل المعلومات والأخبار الفورية في متابعة مسار وتطورات الأحداث. (لعزازي، 2021، ص19)

كما تعرف أيضا بأنها: مجموعة من مواقع الويب والتطبيقات المصممة، والهدف منها هو السماح للأشخاص بمشاركة المحتوى الذي يرغبون به بكل سرعة وكفاءة وفي الوقت الفعلي، كما أنها أداة اتصال رقمية عبر الإنترنت يمكنك من خلالها مشاركة الروابط والرسائل المكتوبة القصيرة والصور ومقاطع الفيديو، وتستطيع أيضا الوصول إليها إما من خلال تطبيقات الهواتف الذكية أو أجهزة الكمبيوتر، ومن الأمور التي تميز وسائل التواصل الاجتماعي عن غيرها بأنها واسعة النطاق وغير خاضعة للرقابة نسبيا.

(فرد، أونيس، 2021، ص50)

2- نشأة شبكات التواصل الاجتماعي:

إن أول من استخدم مصطلح مواقع التواصل الاجتماعي هو الأنثروبولوجي الأمريكي "جون بيرنز" عام 1954، وذلك للتعبير عنها من خلال علاقات الأفراد ببعضهم البعض، عندما أصبحت هذه الروابط والتفاعلات معقدة وسببت خلط داخل الاتصالات، فالشبكة الاجتماعية هي ممثلة للعلاقات الاجتماعية القائمة داخل المجتمع، والتواصل الاجتماعي هو العصب النابض لهذه المواقع. (كسيرة، 2018، ص62)

ورغم أن الإنترنت هي أهم وسيلة تواصل عرفت البشرية في تاريخها، فإن استخدامها كأداة تواصل مباشر بين الناس ظل محدودا إلى أن قام المبرمج خالد مردام بي بابتكار برنامج للدردشة في العام 1995، فاتحا بذلك الباب أمام المستخدمين لتصميم برامجهم وقنواتهم **mIRC** الخاصة بهم، كما مهد ذلك للمنتديات التي أتاحت فرصة التواصل بين المستخدمين ونشر تعليقاتهم على مواضيع معينة، ومهد كذلك ليزوغ عدد من مواقع الشبكات الاجتماعية شكلت الإرهاصات الأولية للشبكات المذكورة كما تعرفها اليوم، ولعل أول موقع على الإنترنت يستحق أن يطلق عليه اسم شبكة اجتماعية الذي صممه جون برنز الذي كان باحثا في العلوم الإنسانية في جامعة لندن وظهرت في السبعينيات

من القرن العشرين بعض الوسائل الالكترونية الاجتماعية من النوع البدائي وكانت قوائم البريد الالكتروني، و **BBS BULLETIN BOARD SYSTEMS** من أوائل التقنيات التي سهلت التعاون والتفاعل الاجتماعي، وفي منتصف التسعينيات من القرن العشرين، بدأت شبكات التواصل الاجتماعي بشكلها الحديثة بالظهور، مدفوعة بالطبيعة بالحاجة الاجتماعية للبشر وحاجتهم للتواصل، وأول موقع لشبكة التواصل الاجتماعي هو **CLASSMATES.COM**، انطلق سنة 1995، وهو موقع اجتماعي للاتصال والتواصل مع الأصدقاء المعارف من الروضة حتى الجامعة وعضوية هذا الموقع مجانية. (بن طيفور، 2017، ص104)

ثم تلاه موقع **Six.Degrees, Com**، حيث اعتمدت هذه المواقع على فتح صفحات شخصية للمستخدمين وعلى إرسال رسائل لمجموعة من الأصدقاء، لكنه تم إغلاقها لأنها لم تأتي بأرباح لمالكها.

بعد ذلك ظهرت مجموعة من الشبكات الاجتماعية، التي لم تحقق نجاحا كبيرا بين الأعوام (1999) و(2001)، وشهد عام (2002) العالم الميلاد الفعلي للشبكات الاجتماعية كما نعرفها اليوم، عندما ظهر موقع (**FriendSteer**) في كاليفورنيا من قبل (**Jonathan Abrams**)، ويقوم مفهوم الموقع على دائرة الأصدقاء، والتقنية المتعددة للأفراد على شبكات التواصل الاجتماعي، خلال المجتمعات الافتراضية، وسمي بالأصدقاء بسبب دوائر العرض، من صور وملفات الأصدقاء، والأفراد يستخدم على نطاق واسع في آسيا وهو متاح بعدة لغات (الإنجليزية، والصينية واليابانية، الكورية، الإسبانية). وفيه رابط يوفر للمستخدم اختيار اللغة. (عبيدي، 2020، ص88)

خلال سنوات التسعينات، راجت صناعة مواقع الأنترنت، التي تقوم على تزويد مستخدميها بما يبحثون عنه من محتويات عبر شبكة مكونة من مواقع الأنترنت، بعدها بدأ مطورو الأنترنت يستخدمون متصفحات الأنترنت لإرسال، واستقبال البيانات في

نفس الوقت بداية بتطبيقات البريد الإلكتروني، ومنتديات الدردشة والحوار، وانتهاء بالتطبيقات الإلكترونية الأكثر حداثة وثرية، مثل موسوعة الويكيبيديا، وقد كانت هذه الفقرة في تغيير طريقة التعامل مع متصفحات الأنترنت هي البداية الحقيقية لما يعرف بتطبيقات الويب (2-0)، والمبدأ الذي يوفره الجيل الجديد من الويب (Web 2.0)، هو مشاركة المستخدمين في محتويات المواقع، حيث يقومون بابتكار محتوياتها أو تعديلها، وهذا ما انتج أكثر المواقع شعبية على الأنترنت. ولذلك فإن أي شخص يريد أن يكون جزءاً من شبكة اجتماعية عبر الأنترنت، يستطيع تحقيق ذلك عبر الويب.

وفي بداية عام (2003م)، ظهر موقع التواصل الاجتماعي الشهير (My Sparee.Com)، وهو من أوائل مواقع التواصل الاجتماعي المفتوحة، وأكثرها شهرة على مستوى العالم، كما ظهرت بالتوازي العدد من مواقع التواصل الاجتماعي مثل (Linkedin.Com)، والتي انطلقت رسمياً في الخامس ماي (2003م)، والذي وصل عدد مستخدميه إلى (250) مليون مشتركاً بنهاية شهر ديسمبر، ثم كانت النقلة الكبيرة في عالم شبكات التواصل الاجتماعي بانطلاق موقع التواصل الاجتماعي الشهير Facebook.Com، حيث انطلق رسمياً في الرابع من فيفري (2004) بالإضافة إلى العديد من الشبكات، مثل شبكة Net log، موقع شبكة twitter، موقع شبكة اليوتيوب.

(عبيدي، 2020، ص89)

كما يشير تقرير الأمم المتحدة في إحصائيات عن الشبكات الاجتماعية والانترنت لعام 2014 أن الفيسبوك يعتبر اليوم أشهر الشبكات الاجتماعية وأكثرها شعبية، حيث يلاحظ من الشكل (01) احتلاله المركز الأول من حيث عدد المستخدمين النشطين والذي وصل حالياً إلى 1184 مليون مستخدم يليه تطبيق الواتس آب (WhatsApp) في المركز الرابع متخطياً بذلك شبكة قوقل الاجتماعية (Google+) من حيث عدد المستخدمين النشطين والذي وصل إلى 400 مليون مستخدم. (رقاد، 2017، ص8)

أما احصائيات سنة 2019 فقد عرفت انفجارا حقيقيا في ازدياد عدد المستخدمين لشبكات التواصل الاجتماعي بشكل متسارع عما كان قبلا بشكل غير متوقع خصوصا بعد سياسية موقع فيسبوك الذي أصبح موقعا بفروع متعددة تابعة له مثل **Insatgram**, **WhatsApp Messenger** حيث نجد أن عدد مستخدمي موقع فيسبوك زاد عما كان سنة 2014 بنحو 1.2 مليار مستخدم ليبلغ 2,375 مستخدم، فيما بلغ عدد الحسابات عبر أشهر شبكات التواصل الاجتماعي إجمالا أريد من 10 مليارات بحسب الموقع العالمي لإحصائيات مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي. (رقاب، 2021، ص43)

المبحث الثاني: أهمية مواقع التواصل الاجتماعي

لقد أحدثت مواقع التواصل الاجتماعي ثورة في الاتصال، وذلك لجمعها لملايين من المستخدمين الذين يتبادلون كمية هائلة من المعلومات، فعلى سبيل المثال وصل حجم المشتركين في موقع (ليس بوك) إلى أكثر من (55) مليون مشترك حول العالم حسب: "جريدة التايمز" كما شهدت مواقع أخرى مثل (- bebo - Myspace tagged.com) زيادة مطردة في أعداد المشتركين فيها بنسب تفوق 100% للسنة الواحدة.

تعد شبكات التواصل الاجتماعي إعلاما بديلا، ويقصد به " الموقع الذي يمارس فيه النقد، ويولد أفكارا وأساليب لها أهميتها، وأيضا طرقا جديدة للتنظيم والتعاون والتدريب بين أفراد المجتمع.

يشير إلى أن البديل يتناول الموضوعات الحساسة في الآليات الاجتماعية والسياسية والاقتصادية والتوترات بين السيطرة والحرية، وبين العمل والبطالة، وبين المعارضة والحكومة، ومن ثم يتضاءل البديل إلى إن يصبح نمطا للاتصال الجماهيري".

(عبد دخیل، 2016، ص22)

استنتاج أهمية هذه الشبكات في إتاحة المجال واسعا أمام الإنسان للتعبير عن نفسه ومشاركة مشاعره وأفكاره مع الآخرين، خاصة وأن هناك حقيقة علمية وهي أن الإنسان اجتماعي بطبعه وبفطرته يتواصل مع الآخرين ولا يمكن له أن يعيش في عزلة عن أخيه الإنسان، وقد أثبتت كثير من الدراسات والبحوث العلمية أن الإنسان لا يستطيع إشباع جميع حاجاته البيولوجية والنفسية دون التواصل مع الآخرين فحاجاته هذه تفرض عليه العيش مع الآخرين لإشباع هذه الحاجات. أما الاحتياجات الاجتماعية فلا يمكن أن تقوم

أساساً دون تواصل إنساني مع المحيط الاجتماعي ولذلك فالإنسان كائن اجتماعي بطبيعته لا يمكن أن يعيش بمفرده. (توتاوي، 2015، ص70)

المبحث الثالث: أنواع مواقع التواصل الاجتماعي

تتنوع مواقع التواصل الاجتماعي حسب طبيعة الاستخدام، على غرار الترفيه، الأخبار، التوظيف ... وغيرها. غير أنه يمكن حصر الثابت في هذه الشبكات فيما يلي:

- صفحة ملف تعريف تحتوي على معلومات شخصية أو مهنية وصورة وروابط لمواقع صاحب الحساب أو مدوناته.

- واحد أو أكثر من ألبومات الصور أو روابط الفيديو

- شبكة موسعة من جهات الاتصال المحتملة.

- الشبكات (البلد، المدرسة، الشركة) والمجموعات التي ينتمي إليها صاحب الحساب.

- وحدة الرسائل أو حتى الدردشة الفورية.

- التطبيقات (الإعلانات، الاختبارات، الألعاب ... إلخ).

- وبتطور الانترنت وسعي الدول إلى توفير خدماتها لأكبر شريحة من مجتمعاتها، تزايد عدد وأنواع شبكات التواصل الاجتماعي وقد حاول العديد من الباحثين حصر عدد هذه الشبكات وترتيبها من حيث الأهمية وكثرة الاستخدام وهو ما يوضحه الشكل رقم 03 والتي وضعت أشهر وأهم شبكات التواصل الاجتماعي في وسط الدائرة.

(زروقي، 2021، ص95)

- كما نجد تنوعها حسب سياسات الدول في مجال الإبحار على شبكة الانترنت، فقد نجد أنواع من شبكات التواصل الاجتماعي موجهة لشعوب معينة على غرار منصات

"ويبو" و "ويشات" في دولة الصين والتي تحدث عنها مسؤول في إدارة الفضاء السبراني الصينية أن الصين أصبحت دولة رائدة على الشبكة العنكبوتية مع أكثر من 700 مليون مستخدم وأكثر من 5 ملايين موقع، وأنه مع التطور السريع لوسائل الإعلام الجديدة التي يمثلها "ويبو"، تسعى وسائل الإعلام الصينية التقليدية لتحقيق التكامل، وبالرغم من تلبية هذه الشبكات الاحتياجات مريديها وخاصة الشباب منهم، على غرار الحاجة إلى الانتماء أو الاعتراف، تلبية الاحتياجات غير المحققة في حياتهم الحقيقية، الاختلاط، تعلم العيش في المجتمع وبناء هويتهم، فإننا نجد بعض الدول تمنع استخدام شعوبها لبعض أنواع شبكات التواصل الاجتماعي، وذلك بهدف محاربة الغزو الثقافي الذي عززت الانترنت من انتشاره، فنجد على سبيل المثال منع استخدام موقع فيسبوك في كل من الصين والسعودية. (زروقي، 2021، ص96)

ويمكن تقسيم المواقع الاجتماعية على الإنترنت على حسب محتواها إلى ما يلي :

- مواقع للمحادثات الغير متزامنة: وهي تلك المواقع التي لا تتيح للمستخدمين امكانية التواصل المتزامن المباشر إنما التواصل بشكل غير متزامن ومنها: **(google .Email groupsYahoo)**

- المدونات: من خلال المواقع التي تكون على شكل مدونات يمكن للأشخاص عمل مدونات تحتوي على ملفات خاصة بهم تحتوي على يومياتهم، اهتماماتهم، أفكارهم... الخ ومنها: **(Blogger WordPress ,Twitter)**

- مواقع الخدمات الاجتماعية: وهي تلك المواقع التي تمكن للأفراد المشتركين من اقامة علاقات صداقه وتواصل وتبادل الملفات المكتوبة والمسموعة والمرئية سوياً ومنها: **(Facebook.Ning Myspace)**. (ابراهيم حسن، 2021، ص 779)

- المنتديات: هي عبارة عن برامج خاصة تسمح بعرض الأفكار والآراء في القضايا أو الموضوعات المطروحة للمناقشة على الموقع، وإتاحة الفرصة للمستخدمين أو المشاركين في الرد عليها ومناقشتها فوراً، سواء كان ذلك مع أو ضد الآراء أو الأفكار المطروحة دون قيود على المشاركين باستثناء القيود التي يضعها المسؤولين القائمين عليه، وهي واحدة من تطبيقات المشاركة والتفاعل التي طرحتها شبكة الأنترنت تحقيقاً لرغبة الجميع في التعبير عن رأيهم، بداياتها كانت سنة 1995. (غراب، 2021، ص77)

المبحث الرابع: خصائص مواقع التواصل الاجتماعي

تكمّن أهمية مواقع التواصل الاجتماعي في إتاحة المجال واسعا أمام الإنسان للتعبير عن نفسه ومشاركة مشاعره وأفكاره مع الآخرين، خاصة وأن هناك حقيقة علمية وهي أن الإنسان اجتماعي بطبعه وبفطرته يتواصل مع الآخرين، لذا نجد أن لهذه المواقع خصائص محدده منها: (بن ابراهيم الشاعر، 2015، ص67)

-شاملة: حيث تلغي الحواجز الجغرافية والمكانية، تلقى من خلالها الحدود الدولية، حيث يستطيع الفرد في الشرق التواصل مع الفرد في الغرب، من خلال الشبكة بكل سهولة.

-التفاعلية: فالفرد فيها كما أنه مستقبل وقارئ، فهو مرسل وكاتب ومشارك، فهسي تلغي السلبية المقيّنة في الإعلام القديم - التلفاز والصحف الورقية وتعطي حيزا للمشاركة الفاعلة من المشاهد والقارئ.

-تعدد الاستعمالات: تستخدم بالإضافة للحروف وبساطة اللغة، تستخدم الرموز والصور التي تسهل للمستخدم تقبل فكرته والتفاعل مع الآخرين.

-اقتصادية في الجهد والوقت والمال: في ظل مجانية الاشتراك والتسجيل، فالكّل يستطيع امتلاك حيز على الشبكة التواصل الاجتماعي.

-الترابط: تتميز مواقع التواصل الاجتماعي بأنها عبارة عن شبكة اجتماعية مترابطة بعضها مع بعض، وذلك عبر الوصلات والروابط التي توفرها صفحات تلك المواقع والتي تربطك بمواقع أخرى للتواصل الاجتماعي أيضاً، مثل خبر ما على مدونة يعجبك فترسله إلى معارفك على الفيسبوك وهكذا، مما يسهل ويسرع من عملية انتقال المعلومات.

(المقدادي، 2013، ص 27)

-الحصريّة في المعلومات والسبق الصحفي (Exclusiviness): فإن شبكات التواصل الاجتماعيّة أن تكون سباقّة في نشر العديد من الأخبار مقارنة مع الوسائل الإعلاميّة التقليديّة، وهو ما يتجلى في اقتباس بعض المؤسسات الإعلاميّة لمجموعة من المواد الإخبارية والمتجسدة في معظمها في مقاطع فيديو من شبكة فايسبوك وتويتر.

(ملوكي، 2012، ص42)

-الملفات الشخصية أو الصفحات الشخصية: تمكّننا من التعرف الأولي على هوية المستخدم المعرفة بالمعلومات الأساسية عنه كالجنس، تاريخ الميلاد، البلد، الاهتمامات والصور الشخصية، بالإضافة إلى غيرها من المعلومات، وهذه الصفحات مثلما يمكن أن تعبر عن الذات الحقيقية للفرد مثلما يمطن أن يقوم من خلالها المستخدم بابتداع شخصية لا أساس لها في الواقع. (كسيرة، ص65)

*اللامكان: في عصر العولمة الإعلاميّة تمر كميات هائلة من المعلومات عبر الحدود على شكل إشارات إلكترونية لا يعيقها تضاريس عالية أو سوء في الأحوال الجوية

*اللازمان: حيث تتميز عملية إنتاج ونقل المعلومات عبر الشبكة الاجتماعيّة بالسرعة الكبيرة، وتجعل المعلومة في أيدي المستخدم حال صدورها، وهو ما يمكن وصفه بعصر المساواة المعلوماتية. (عبد دخیل، 2016، ص25)

المبحث الخامس: دوافع استخدام مواقع التواصل

بدا استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لطلبة بشكل واسع، ومن أهم أسباب الاستخدام ما يلي:

- تستخدم مواقع التواصل الاجتماعي لسهولة التواصل بينهم وبين المعلم، حيث تستخدم هذه المواقع لأغراض الدراسة، كإعداد المشاريع المطلوبة من الطلبة، وتبادل المعلومات فيما بينهم

- تعد مواقع التواصل الاجتماعي وسيلة لنشر ثقافة التقنية

- تساعد مواقع التواصل الاجتماعي على توسيع مدارك الطلاب باطلاعهم على أحدث المستجدات في مجال دراستهم.

- استعد مواقع التواصل الاجتماعي وسيلة لتعبير الأفراد عن آراءهم كتابة مما قد يساعدهم على الإبداع

- يحقق استخدام هذه المواقع فوائد اجتماعية واقتصادية في خلص الأعمال على قاعات الدراسة والأدوات والوسائل التعليمية بل والحفاظ على ابنة بالقليل من الاستخدام الورقي.

(الصوافي، 2015، ص20)

المبحث السادس: نماذج مواقع التواصل الاجتماعي

شهد العالم في السنوات الأخيرة نوعاً من التواصل الاجتماعي بين البشر في قضاء الكتروني افتراضي، قرب المسافات بين الشعوب وألغى الحدود وزواج بين الثقافات وسمي هذا النوع من التواصل بين الناس شبكات التواصل الاجتماعي، وتعددت هذه الشبكات واستأثرت بجمهور واسع من المتلقين، ولعبت الأحداث السياسية والطبيعية في العالم دوراً بارزاً في التعريف بهذه الشبكات وبالمقابل كان الفضل أيضاً لهذه الشبكات في إيصال الأخبار السريعة والرسائل النصية ومقاطع الفيديو عن تلك الأحداث، الأمر الذي ساعد في شهرة وانتشار هذه الشبكات وأهمها (الفيسبوك ، تويتر ، انستقرام).

1- الفيسبوك (Facebook): أو ما يطلق عليه الشبكة الزرقاء وترجع فكرة نشأة موقع الفيسبوك إلى صاحبه مارك زوكربيرج **Mark Zuckerberg** الذي أخذ على عاتقه تصميم موقع جديد على شبكة الإنترنت ليجمع زملائه في الجامعة ويمكنهم من تبادل أخبارهم وصورهم وآرائهم ولم يعتمد في تصميمه إلى أن يكون موقع تجاري يجتذب الإعلانات أو موقع يهتم بنشر الأخبار، وفي عام 2004 م أطلق عليه اسم الفيسبوك ويعود أصل التسمية **Facebook** إلى الدليل الذي تسلمه بعض الجامعات الأمريكية لطلابها الجدد وفيه أسماء وصور زملائهم القدامى ومعلومات مختصرة عنهم حتى لا يشعرون بالاغتراب. (بن كحيل، بوشياوي، 2021، ص106)

بعد الفيسبوك واحداً من أوائل شبكات التواصل الاجتماعي، بحيث تم إنشاء موقع الفيسبوك في فبراير 2004 مع مارك زوكربيرج في جامعة هارفارد، وكان الموقع في البداية متاحاً لطلاب جامعة هارفارد فقط، ثم افتتح لطلبة الجامعات وبعدها لطلبة الثانوية ولعدد محدود من الشركات، ثم تمت إتاحتها لأي شخص يرغب في فتح حساب له، يرى مؤسس الموقع أن الفيسبوك حركة اجتماعية وليس مجرد وسيلة للتواصل، ويوصف الموقع بأنه دليل سكان العالم، وأنه موقع يتيح للأفراد العاديين أن يصنعوا من أنفسهم

كيانا عاما من خلال الإدلاء والمشاركة بما يريدون من معلومات حول أنفسهم واهتماماتهم ومشاعرهم وصورهم الشخصية ولقطات الفيديو الخاصة بهم". (لغرس، 2021، ص41) والفيسبوك هو موقع تواصل اجتماعي يعمل على تكوين الأصدقاء ويساعدهم على تبادل المعلومات والملفات والصور الشخصية ومقاطع الفيديو والتعليق عليها وإمكانية المحادثة أو الدردشة الفورية، ويسهل إمكانية تكوين علاقات في فترة قصيرة.

(بن كحيل، بوشيخاوي، 2021، ص106)

2- انستغرام **INSTAGRAM** : انستغرام تطبيق مجاني لتبادل الصور، وشبكة اجتماعية أيضا، أطلق في أكتوبر/ تشرين الأول عام (2010م) ويتيح للمستخدمين التقاط صورة، وإضافة فلتر رقمي إليها، ومن ثم مشاركتها في مجموعة متنوعة من خدمات الشبكات الاجتماعية. في البداية كان دعم انستغرام على الآيفون، والآيباد، والآيبود، وفي أبريل/ نيسان (2012م) أضيف انستغرام لمنصة الأندرويد **Android** ثم تطور في يونيو/ حزيران (2013م) ليوضع في تطبيق تصوير الفيديو بالشكل المتقطع للمستخدمين. (مركز المحتسب للاستشارات، 1438، ص20)

بعد دمجها مع شبكة **Facebook**، ثمت **Instagram** لتصبح منصة تواصل اجتماعية رائدة لمشاركة الصور في المنطقة العربية بلغ عدد المستخدمين النشطين 7.1 مليون سنة 2017 مستخدم نشط بمعدل انتشار 1.8% بين سكان المنطقة العربية يتركز أكبر عدد من مستخدمي **Instagram** النشطين في السعودية بـ 2.1 مليون مستخدم نشط، تليها الإمارات العربية المتحدة بـ 1.2 مليون، ومصر بها 800 ألف مستخدم نشط، ولبنان 570 ألف. تمثل شبكة الانستغرام الشبكة الاجتماعية الأكبر عالميا من حيث مشاركة الصور وهي تستقطب الأفراد من جميع الفئات العمرية.

(علي موسى، 2018، ص33)

3- تويتر **Twitter**: مع تطور مواقع التواصل الاجتماعي وازدياد الإقبال عليها، ظهرت مواقع هدفها تسهيل وتبسيط ذلك التواصل، ليصبح عادة يومية في حياة الفرد وجزءاً من نشاطه الاجتماعي اليومي، ومن أبسط وأوسع انتشار لهذه المواقع هو تويتر والذي لخص بحوالي 140 حرفاً في الرسالة ما تفعله الآن. (المقدادي، 2013، ص38)

وتويتر تعنى التغريد ، وتويتر هي " شبكة من المعلومات الفورية وتقوم بإيصال أحدث المعلومات إلى المستخدم حول ما يجده مثيراً للاهتمام وببساطة يمكن متابعة ما يشاهده الآخرون من مقاطع ، الفيديو الأكثر مشاهدة على الموقع، بالإضافة إلى إمكانية متابعة المحادثات بين أفراد الموقع، موقع تويتر من الشبكات الاجتماعية الأكثر شعبية على الانترنت، فكرة الموقع عبارة عن رسائل صغيرة وسريعة من المعلومات تسمى تويتر **Tweet** وتعنى تغريدة ، وكل تغريده تتكون من 140 حرفاً ويمكن للمستخدم الاتصال بكل تغريده طرحها مستخدم آخر لكي يضيف ويفتح مجالات معلومات أكثر عمقا وقنوات أخرى للاتصال. (علي موسى، 2018، ص36)

فهو موقع شبكات اجتماعية يقدم خدمة تدوين مصغر والتي تسمح لمستخدميه بإرسال تحديثات **Tweets** عن حالتهم بحد أقصى 140 حرفاً للرسالة الواحدة. وذلك مباشرة عن طريق موقع تويتر أو عن طريق إرسال رسالة نصية قصيرة **SMS** أو برامج المحادثة الفورية أو التطبيقات التي يقدمها المطورون مثل الفيس بوك و **TwitBird**، تظهر تلك التحديثات في صفحة المستخدم ويمكن للأصدقاء قراءتها مباشرة من صفحاتهم الرئيسية أو زيارة ملف المستخدم الشخصي، وكذلك يمكن استقبال الردود والتحديثات عن طريق البريد الإلكتروني.

وقد ظهر الموقع في أوائل عام 2006 كمشروع تطوير بحثي أجرته شركة **Obvious** الأميركية في مدينة سان فرانسيسكو، وبعد ذلك أطلقته الشركة رسمياً للمستخدمين بشكل عام في أكتوبر 2006. وبعد ذلك بدأ الموقع في الانتشار كخدمة جديدة على الساحة

في عام 2007 من حيث تقديم التدوينات المصغرة، وفي أبريل 2007 قامت شركة **Obvious** بفصل الخدمة عن الشركة وتكوين شركة جديدة باسم **Twitter**، ومع ازدياد أعداد من يستخدمه لتدوين أحداثهم اليومية. (المقادي، 2013، ص38)

المبحث السابع: إيجابيات وسلبيات المواقع التواصل الاجتماعي.

1- إيجابيات المواقع التواصل الاجتماعي:

شبكات التواصل الاجتماعي تسمح للمستخدمين بالتفاعل مع الأصدقاء عبر المدونات والألعاب وتبادل الصور، ويقول خبراء في هذا المجال إن الأساس هو الحفاظ على حداثة المحتوى ومهارات الابتكار في المنتج، هذا وقد أوضح علماء نفس ألمان أن استخدام شبكات التواصل الاجتماعي عبر الأنترنت يجعل المستخدم أكثر انفتاحاً وصراحة.

تساعد على تنمية مهارة التفكير العلمي وتطوير التفكير الابداعي، وتحقيق بعض أهداف التعلم، كما أنها تساعد على ايجاد استراتيجيات لحل بعض المشكلات التعليمية.

كما أنها تعمل على تهيئة خدمة وضع المحاضرات الجامعية من خلال تحديد أحد المواقع التعليمية في الشبكة، والتي تمنح للطلاب الفرصة للاستفادة من تلك الخدمات بمراجعة المادة الدراسية، والاجابة عن الاستفسارات التي طرحها أستاذ المقرر، كما أنها توّطد العلاقة بين الطالب وأستاذ المادة عن طريق المراسلة بالبريد الالكتروني.

وتقوم الشبكات الاجتماعية أيضاً بدور فعال في جهود الاغاثة الدولية لضحايا الزلازل، في نشر رسائل الاستغاثة والدعوة للتبرع، حيث استخدم نجوم السينما والفن الذي يسجلون حضوراً على تلك المواقع بصفحاتهم التي ينابحها الملايين لنشر رسائل تحت على التبرع للصليب الأحمر. (عابد، 2012، ص45)

2-سلبيات مواقع التواصل الاجتماعي:

- اغلب الشباب والمراهقين يعانون من ادمان الكمبيوتر والهاتف النقال وشعورهم المستمر للحاجة الكبيرة لاستعمال الانترنت.
- كثرة الخلافات الاسرية نتيجة اهمال واجباتهم تجاه اسرهم ودراساتهم او عملهم.
- التعرف على المواقع الاباحية واللاأخلاقية مما يؤدي الى اعتماد السلوك المنحرف والعدواني.
- تعرض البريد الالكتروني للسرقة والاختراق ويؤدي الى المساومة على متطلباته وخصوصياته واسراره الخاصة.
- القضاء على الهوية العربية الاسلامية والتمسك بالثقافة الغربية والسلوكيات المنافية للقيم والعادات والتقاليد.
- حدوث جرائم التشهير لكثير من مستخدمي الانترنت وتشويه سمعتهم عن طريق الحصول على معلومات مغلوطة. (حامد سعيد، 2020، ص267)

خلاصة الفصل:

بعدما تطرقنا إلى تحديد نشأة شبكات التواصل الاجتماعي وذكرنا كيفية نشأتها وأنواعها أهميتها وخصائصها ثم تطرقنا إلى نماذجها وأهم إيجابيات وسلبياتها، استنتجنا أن ثورة تكنولوجيا الاتصالات هي السبب الرئيسي في ظهور مواقع التواصل الاجتماعي التي أصبحت جزء لا يتجزأ من حياتنا اليومية، وبفضل خصائصها التي تمتاز بها سهلت للأفراد التواصل فيما بينهم وتبادل الخبرات مع الآخرين، وفي آخر تم التطرق إلى أثر الشبكات الاجتماعية على المتلقين وفوائدها، ثم أهم نماذجها (فيسبوك، تويتر، انستغرام).

الفصل الثاني: نظرية الاستخدامات والإشباع

تمهيد:

المبحث الأول: مفهوم نظرية الإستخدامات والإشباع

المبحث الثاني: نشأة وتطور نظرية الإستخدامات والإشباع

المبحث الثالث: فرضيات وأهداف نظرية الإستخدامات والإشباع

المبحث الرابع: أبعاد نظرية الإستخدامات والإشباع

المبحث الخامس: نماذج نظرية الاستخدامات والإشباع

المبحث السادس: الانتقادات الموجهة إلى نظرية الاستخدامات والإشباع

خلاصة

تمهيد:

مما لا شك فيه أن عملية الاتصال عملية معقدة في النشاط الانساني بحيث تختلف مستوياته لتشمل الفرد والجماعة والمجتمع، ولقد شهدت بحوث الاتصال خلال العقود الماضية تحولاً جوهرياً بمراجعة شاملة للدراسة وتفسير ظواهر الاتصال على العديد من الاصعدة وذلك نتيجة للتغير الذي طرأ على العملية الاتصالية، فبعدما كان تركيز الباحثين على تأثير وسائل الاعلام بدأ من نظريات التأثير المباشر "نظرية الآثار الموحدة" التي تقول أن وسائل الاتصال يكون تأثيرها بطريقة موحدة على جميع الأفراد وترى أن جمهور وسائل الاعلام هو جمهور سلبي وأنه يتلقى مضمون الاعلامي دون تفاعل منه في انتقاء ما يريده.

وقد تغيرت وجهة نظرهم في طبيعة العلاقة بين وسائل الاعلام والأفراد، بمعنى ماذا يفعل الجمهور بوسائل الاعلام وعليه ظهر اتجاه بحثي جديد ينظر الى الجمهور بنظرة ايجابية وكمحور فعال بحيث تعتبر نظرية الاستخدامات والاشباعات من النظريات الجديدة التي اهتمت بتحليل وسائل الاعلام من قبل الأفراد كما ترى ايضا أن الجمهور نشط ويقوم بدور ايجابي في العملية الاتصالية وينتقي منها ما يشاء ويتفاعل مع ما يريد وكل ذلك يتم وفق رغباته وميولاته التي تلبي حاجياته بوعي منه اضافة الى الفروق الفردية بين الجمهور.

ومن خلال ما تم عرضه سنحاول في هذه الدراسة تقديم نظرة معمقة حول نظرية الاستخدامات والاشباعات وأهم ما جاء فيها.

المبحث الأول: مفهوم نظرية الاستخدامات والإشباع

تعريف النظرية:

تعرف النظرية على أنها محصلة دراسات وأبحاث ومشاهدات وصلت إلى مرحلة تطور وضعت في إطار نظري وعملي لما تحاول تفسيره (المشاقبة، 2015، ص143)

إلى جانب ذلك تعتبر النظرية عبارة عن قالب فكري منظم يبدأ بمجموعة من التدخلات والتي تسمى بالفروض العلمية حيث تقوم بربط مجموعة من المتغيرات وتساعد الباحث في تفسير العلاقة بين هذه المتغيرات تفسيراً منهجياً (الرحباني، 2009، ص44)

والنظرية بشكل عام حسب ما عرفها الدكتور أحمد بدر بأنها "مجموعة من البيانات والمعلومات المترابطة على مستوى عال من التجديد والتي يمكن أن تولد الافتراضات التي يتم إختيارها بالمقاييس العلمية وعلى أساسها يمكن أن توضح التنبأت على السلوك (المشاقبة، 2015، ص144)

تعريف نظرية الاستخدامات والإشباع:

يطلق عليها البعض نموذج والبعض الآخر مدخل ويطلق عليها آخرون إسم منظور (كافي، 2015، ص214).

تعتبر نظرية أو مدخل الاستخدامات والإشباع أحد المداخل الوظيفية التي تنظر في العلاقة بين مضمون أجهزة الإعلام والجمهور بنظرة جديدة تفترض أن قيم الناس وإهتماماتهم ومصالحهم وميولهم وأدوارهم الإجتماعية هي الأكثر تأثيراً وفاعلية على سلوكهم الإتصالي (الدليمي، 2016، ص249).

وقد انصب إهتمام نظرية الاستخدامات والإشباع بدراسة الإتصال الجماهيري دراسة وظيفية منظمة وذلك أن رؤيتها للجماهير تنحصر على أنها فعالة في قدرة أفرادها على إنتقاد الرسائل ومضمون وسائل الإعلام (عبد النبي، 2019، ص41).

كما يعتبر مدخل الإستخدامات والإشباع بمثابة نقلة فكرية في مجال دراسة تأثير وسائل الإتصال، فهو يعد نموذج البديل لنموذج التأثيرات التقليدية "الرصاصية السحرية" الذي يركز على كيف تؤثر وسائل الإتصال على تغيير المعرفة والإتجاه والسلوك. في حين يركز مدخل الإستخدامات والإشباع على كيفية إستجابة وسائل الإتصال بدوافع وإحتياجات الجمهور، كما يتميز الجمهور في إطار المدخل الإستخدامات والإشباع بالنشاط والإيجابية والقدرة على الإختيار الواعي والتفكير، وبذلك يتغير المفهوم التقليدي لتأثير من دراسة بما تفعله وسائل الإعلام بالجمهور إلى دراسة ماذا يفعل الجمهور بالوسيلة (عبد الواحد أمين، 2007، ص65) ويعرف كل من إياهو كاتز وبلومر نظرية الإستخدامات والإشباع بأنها "إستراتيجية بحثية يمكنها أن تمدنا ببناء أو هيكل لفروض متنوعة حول ظاهرة إتصالية معينة ويعد مدخل أرضية فسية لإقتراحات الفروض المتعلقة بتوجيهات الجمهور التي تنشأ عن أكثر من نظرية سيكولوجية (سعد، 2012، ص54).

وبالتالي يمكن القول بأن نظرية الإستخدامات والإشباع تؤكد على فاعلية الجمهور النشط وبأنه هو من يختار ويقرر بنفسه بكل وعي ما يريد أن يأخذه من وسائل الإعلام لإشباع إحتياجاته دون السماح لوسائل الإعلام في فرض نفسها عليه.

المبحث الثاني: نشأة وتطور نظرية الاستخدامات والإشباع.

خلال الأربعينيات القرن العشرين أدى إدراك عواقب الفروق الفردية والتباين الاجتماعي على السلوك الإنساني المرتبط بوسائل الإعلام إلى ظهور منظور جديد للعلاقة بين جماهير وسائل الإعلام حيث كان ذلك تحولاً من رؤية الجماهير على أنها عنصر سلبي غير فعال إلى رؤيتها على أنها فعالة في إنتقاد أفرادها بوسائل المضمون المفضل من الإعلان بشكل جيد وقد كانت النظريات المبكرة مثل نظرية الرصاصة السحرية ترى أن الجماهير عبارة عن كائنات منفصلة وسلبية تتصرف بناءً على نسق واحد وبالتالي ظهر الدور القوي للمتغيرات في المعرفة والإدراك والجماعات ذات الأنماط السلوكية الخاصة فلم يعد بإمكان فهم الجماهير بهذه الطريقة.

في الثلاثينيات أجريت دراسات عديدة في أنواع الحاجات التي يلبها مضمون إعلامي إضافة إلى الإشباع التي يقدمها للجماهير سواء كان ذلك عن طريق قراءة الكتب والمسلسلات الإذاعية والتلفزيونية التمثيلية والصحف اليومية والموسيقى الشعبية وأفلام السينما وذلك بغية معرفة أسباب استخدام الجماهير لوسائل الإعلام والنتائج التي قد تترتب عنها للرأي العام.

بحيث أصبح هناك كم وفير من المعلومات حول استخدامات وسائل الإعلام والإشباع التي تحققها في فترة الحرب العالمية الثانية (ديفلير، روكيتش، 1992، ص 266، 267)

واستمر إهتمام بهذه الدراسات في الأربعينيات من أعمال الباحثين لازر سفيلد وستاتون بيرلسون وفي الخمسينيات من أعمال الباحثين ريلز وفريدسون وماك كوبي وفي فترة الستينيات من أعمال شرام وليل باركر (مكاوي، عدلى العبد، 2007، ص 363)

ويعتبر إياهو كاتز KatzElihu أول من وضع الأسس الأولى في بناء مدخل الاستخدامات والإشباع سنة 1959 رداً على الإدعاء الذي قام به الباحث "برنارد بيرلسون" "Bernard Berelson" حيث ذكر فيه بأن مجال البحث في الدراسات الإعلامية قد أوشك على الإنتهاء، كما قدم كاتز توضيحاً في مقاله بأن مجال البحث فيما يتعلق بدراسة وسائل الإعلام كوسائل إقناعية ودعائية قد ولى وإنتهى بالفعل، مشيراً إلى أن معظم الأبحاث في تلك الحقبة كانت

تهدف إلى معرفة مدى تأثير الحملات الدعائية على الجماهير أو بالأحرى ماذا تفعل وسائل الإعلام للجمهور وأنه لا بد على الباحثين إنقاذ مجال الدراسات الإعلامية وذلك من خلال تحويل السؤال إلى ماذا يفعل الجمهور بوسائل الإعلام وماهي الحاجات التي يسعى إلى تحقيقها عن طريق هذه الوسائل وبالتالي ظهر مفهوم الجمهور النشط (الدليمي، 2016، ص251).

كما تطور مدخل الإستخدامات والإشباعات سنة 1974 نتيجة الجهود البحثية التي قدمت بشكل متكامل من طرف كل من كاتز وبلومر وجورفيتش.

إضافة إلى أن نظرية الإستخدامات والإشباعات قد مرة بثلاث مراحل في فترة تطورها وهي كالآتي:

1/ مرحلة الطفولة "المرحلة الوصفية": حيث إهتمت بتقديم وصف لتوجيهات الجماعات الفرعية لجمهور وسائل الإتصال وذلك فيما يتعلق بإختيارها للأشكال المختلفة من محتوى وسائل الإتصال وقد توسعت هذه المرحلة خلال الأربعينيات والخمسينيات من القرن الماضي

2/ مرحلة المراهقة "المرحلة التطبيقية": وتعتبر ذات توجه ميداني حيث كانت تركز على المتغيرات النفسية والتي تؤدي إلى نمط من الإستخدامات ووسائل الإعلام ومن نتائجها الهامة هي أن الجمهور يستخدم الوسيلة لإشباع حاجات معينة وقد تميزت في عقد الستينيات من القرن الماضي.

3/ مرحلة البلوغ أو المرحلة التفسيرية: وتم فيها التركيز على الإشباعات المتحققة نتيجة التعرض لوسائل الإتصال وإعداد قوائم الإستخدامات والإشباعات، وقد إمتدت منذ عقد السبعينيات من القرن الماضي إلى يومنا هذا، بالإضافة إلى أنه في هذه المرحلة قام بعض علماء الإتصال على توسيع المسارات النظرية المأخوذة من الدراسات السابقة لوسائل الإعلام وإعادة صياغتها من جديد.

الأمر الذي أدى إلى ظهور تطوران أساسيان كان لهما دور كبير في مولد ما أصبح يعرف بعد ذلك بالإستخدامات والاشباع.

- تطور 1: يشير إلى تقسيم علاقات الجمهور مع وسائل الإعلام إلى مجموعة من المفاهيم التي أدت إلى خلق مجموعة من نماذج الإشباع التي يمكن للإعلام تحقيقها.

- تطور 2: يشير إلى المحاولات التي تهدف إلى شرح كيفية إستخدام الجمهور لوسائل الإعلام لإشباع إحتياجاتهم (عدلى العبد، عاطف العبد، 2011، ص 299).

كما أن الدراسات التي أجريت في هذه المرحلة إهتمت بالاصول النفسية والإجتماعية للحاجات التي تنتج توقعات معينة من وسائل الإعلام والمصادر الاخرى، الأمر الذي يؤدي إلى أنماط مختلفة وعليه فإن التعرض لوسائل الإعلام أو الإشتراك في نشاطات اخرى ينتج عنها إشباع الحاجات ويتم ذلك في إطار الخصائص الفردية والإطار الإجتماعي للفرد (عبد الواحد أمين، 2007 ص 68).

المبحث الثالث: فرضيات وأهداف نظرية الاستخدامات والإشباع.

يهتم مدخل الاستخدامات والإشباع بدراسة الإتصال الجماهيري دراسة وظيفية منتظمة ففي سنة 1928 قام الباحثان السويديان بتقديم بحث يتعلق بوضع اسس علمية لنظرية الإستخدامات والإشباع، حيث يرى كاتز وزملائه أن منظور الإستخدامات والإشباع يعتمد على خمسة فروض لتحقيق ثلاثة أهداف رئيسية، وتتمثل هذه الفروض فيما يلي:

- أن أعضاء الجمهور المشاركون فعالون في عملية الإتصال الجماهيري ويستعملون وسائل الإتصال لتحقيق أهداف مقصودة تلبي توقعاتهم.
- يعبر إستخدام وسائل الإتصال عن الحاجات التي يدركها أعضاء الجمهور ويتحكم في ذلك عوامل الفروق الفردية، وعوامل التفاعل الإجتماعي وتتنوع الحاجات بإختلاف الافراد.
- لتأكيد على أن الجمهور هو الذي يختار الرسائل والمضامين التي تشبع حاجاته فالأفراد هم الذين يستخدمون وسائل الإتصال وليست وسائل الإتصال من تستخدم الأفراد.
- يستطيع أفراد الجمهور دائما تحديد حاجاتهم ودوافعهم وبالتالي يختارون الوسائل التي تشبع تلك الحاجات.
- يمكن الإستدلال على المعايير الثقافية السائدة من خلال الإستخدامات الجمهور لوسائل الإتصال وليس من خلال محتوى الوسائل فقط (مكاوي، 2007، ص364).

2/ أهداف الإستخدامات والإشباع:

- يسعى المدخل الإستخدامات والإشباع إلى تحقيق ثلاثة أهداف رئيسية وهي:
- تفسير إستخدام الجمهور لوسائل الإتصال المختلفة لإشباع إحتياجاتهم ودوافعهم.
- تفسير دوافع التعرض لوسيلة معينة من وسائل الإتصال والتفاعل الذي يحدث نتيجة هذا التعرض.

- التأكيد على نتائج استخدام الوسائل الإتصال بهدف الفهم الأعمق لعملية الإتصال الجماهيري (مكاوي، حسين السيد، 1998، ص241)

ويربط آلان روبن (Rubin :A.M 1985.P207) الأهداف الثلاثة السابقة بمنظور التحليل الوظيفي من خلال التأكيد على نمط السلوك الفردي حيث يكون الفرد هو وحدة التحليل Unit وتكون علاقة الفرد بمحيطه الإجتماعي هي بناء structure في حين يكون سلوك الأفراد عند استخدامهم لوسائل الإتصال هي الأنشطة Activités وتكون نتائج نمط السلوك الفردي في علاقته مع كل من وسائل الإتصال والمحتوى والإهتمامات العامة للجماهير هي الوظائف Fonctions (مكاوي، عدلى العبد، 2007، ص265)

المبحث الرابع: أبعاد نظرية الإستخدامات والإشباع.

هناك مجموعة من العناصر تمثل المفاهيم الأساسية وتشكيل الهيكل النظري لنظرية الإستخدامات والإشباع والتي تتمثل فيما يلي:

- الجمهور النشط
- الأصول النفسية والاجتماعية لاستخدام وسائل الإعلام.
- التعرض لوسائل الإعلام.
- واقع التعرض الجمهور لوسائل الإعلام.
- توقعات الجمهور من وسائل الإعلام.
- إشباعات الجمهور من وسائل الإعلام.

الجمهور النشط:

- يزعم هوويت (Houitt.D.1982.P21-34) أن النظريات القديمة كنظرية الرصاصة تحت الجلد كانت تنظر الى الجمهور باعتباره متلقيا سلبيا أمام قوة الرسالة وتأثيرها الفعال لكن مع ظهور مدخل الاستخدامات والاشباع. (المكاوي، عدلى العبد، 2007، ص 366).

ظهر مفهوم الجمهور النشط الذي يبحث عن المضمون الاعلامي المناسب بالنسبة له ويتحكم في اختيار الوسيلة التي تتقدم هذا المحتوى ويعرف ذلك "بالانتقاء النسبي" أو "توقع المكافأة"

(عدلى العبد، عاطف العبد، 2011، 302)

بحيث ينظر مدخل الاستخدامات والاشباع الى أفراد الجمهور على اعتبار أنهم اعضاء ومشاكون ايجابيون نشطون وفعالون في الاتصال ويفترض أن لدى اولئك الافراد العديد من الحاجات والدوافع المختلفة والمتنوعة والتي يسعون بنشاط وفاعلية لاشباعها من خلال الاختيار من بين الوسائل المختلفة والانتقاد من بين الرسائل المتعددة بطرق وأساليب واعية وهادفة ومقصودة. (رشدى خير الله، ص 158)

كما ينفي مفهوم الجمهور النشط الفكرة القائلة بوجود معنى واحد للرسالة يفسر في إطاره كل أفراد الجمهور مفردات هذه الرسالة فالجمهور النشط في اختيار الرسائل التي يتعرض لها وهو أيضا نشط في تفسير معاني هذه الرسالة بالطريقة التي ترضيه (عبد الواحد أمين، 2007، ص 720).

ويرجع الفضل الى كاتز Katz في تحويل نظريات الاتصال من جانب تقليل الاهتمام بما تقعه وسائل الاعلام بالناس وزيادة الاهتمام بما يفعله الناس بتلك الوسائل، ومنذ ذلك الوقت أصبح ينظر لجمهور وسائل الاتصال الجماهيري باعتبارهم ايجابيين ونشطين وليسوا سلبيين فالنشاط عند الجمهور وسائل الاعلام حسب ما يذهب اليه بلومر Blumler الذي يشير الى توفر الدافع والانتقائية الأذواق والاهتمامات التي تحدث في حالة التعرض لوسائل الاعلام). (كمال الحاج، 2020، ص 97).

ويتحدد مفهوم نشاط الجمهور في عدة أبعاد من أهمها.

← **الانتقائية Selectivity** ويتمثل في اختيار وسيلة الاتصال معينة واختيار التعرض لمضمون معين بها، ويمتد مفهوم الانتقائية ليشمل مرحلتي الإدراك والتذكر الانتقائي.

← **النقدية Utilitarianism** فجمهور وسائل الاتصال لا يختار فقط ما يتعرض له من وسائل لكنه يختار فضلا عن ذلك المضمون الذي يحقق له اشباع حاجات ودوافع معينة.

← **العمدية Intentionality** فالجمهور النشط طبقا لهذا المفهوم هم الأفراد الذين يرتبطون بعمليات التمثيل المعرفي النشط للمعلومات التي يحصلون عليها من وسائل الاتصال ثم القيام بالعمليات الانتقائية الواعية على هذا الأساس.

← **الاستغراق Invovement** ويحدث هذا الاستغراق على المستوى الإدراكي وبالتالي فان الاستغراق الجمهور على المضامين الاعلامية وخاصة التلفزيون يعتمد على مدى توحيد الجمهور مع الشخصيات التلفزيونية.

← **مناعة التأثير Imperviousness to Influence** فمفهوم النشاط هنا يدل على مستوى أفراد الجمهور في وضع حدود للتأثيرات غير المرغوب فيها. لوسائل الاتصال عليهم فاما أن ينتقي أفراد الجمهور اسلوب السيطرة أو التحكم في هذه التأثيرات أي يختارون الا يتأثروا أو يتأثروا بها، أو التحكم في هذه التأثيرات أي يختارون ألا يتأثروا أو يتأثروا بما يتعرضون له من خلال وسائل الاتصال طبقا للخيار الشخصي لهم. (الدليمي، 2016، ص260)

كما طورت لين 1990 مفهوم نشاط الجمهور الى ثلاث مراحل وهي:

← **المرحلة الاولى:** تتم قبل التعرض وتتمثل في التخطيط المسبق قبل التعرض للوسيلة.
 ← **المرحلة الثانية:** تتم أثناء التعرض وتتمثل في الاستغراق في المضمون الذي تم التعرض اليه.

← **المرحلة الثالثة:** تتم بعد التعرض وتتمثل في الاستفادة من المضمون الذي تم التعرض اليه من خلال استخدامه في الاتصال الشخصي. (قاقيش، 2014، ص21).

كما تبين أن النشاط الجمهور ينقسم الى نوعين رئيسيين هما.

1. النشاط المساعد Facilitative Activity

وهو يشجع ويزيد من تأثيرات وسائل الاتصال ويشمل العمليات الانتقائية المختلفة التي تزيد من تأثير الرسالة على الجمهور لأنه اختارها بقصد منه.

2. النشاط المانع Inhibitory Activity

وهو يقلل من تأثيرات وسائل الاتصال ويشمل العمليات التالية (التجنب - الالهاء - الشك....) وكلها عمليات تعوق صيغة استجابتهم لها. (الدليمي، 2016، ص 261).

ثانيا: الأصول النفسية الاجتماعية لاستخدامات وسائل الاعلام.

- يرجع الفضل في اكتشاف العلاقة بين الاصول الاجتماعية والنفسية ودوافع التعرض لوسائل الاتصال الى الباحثة ماتيلدا رايلي matilda raily (عدلى العبد، عاطف العبد، 2007، ص 304).

حيث تؤكد معظم الدراسات على وجود علاقة وطيدة بين الظروف الاجتماعية للفرد وبين استخدامه لوسائل الاعلام فأعضاء الجمهور لا يتعاملون مع وسائل الاعلام باعتبارهم أفراد معزولين عن واقعهم الاجتماعي. وانما باعتبارهم أعضاء في جماعات اجتماعية منتظمة وشركاء في بيئة ثقافية واحدة (الدليمي، 2016، ص216)

كما يذهب بلومر Blumer الى أن مكانة الفرد داخل مجتمعه وتفاعله داخل بيئته الاجتماعية تحدد كثيرا من احتياجاته الإتصالية. (كمال الحاج، 2020، ص97).

فالعوامل الديموجرافية والاجتماعية مثل النوع - السن - المهنة المستوى التعليمي والمستوى الاقتصادي والاجتماعي لها تأثيرها في استخدام مفهوم الجمهور الحشد بعد ظهور مدخل الاستخدامات والاشباع (عدلى العبد، عاطف العبد، 2016، ص304).

وبجانب الاصول الاجتماعية التي يمكن أن تؤدي الى استخدام الافراد لوسائل الاعلام توجد الاصول النفسية والتي تمكن من وجود دوافع وتحدد اصول كثير من استخدامات وسائل الاعلام.

ويعتقد الباحثون أن العوامل النفسية بين الأفراد يمكن أن ينتج عنها وجود حوافز مختلفة لاستخدام وسائل الاعلام فالعوامل النفسية تساهم في دفع الفرد الى القيام بعملية الاتصال كما أنها تلعب دورا وسيطا بين التعرض للمضمون الاعلامي واستجابات الفرد ولا شك أن فهم العوامل النفسية يساعد في شرح أسباب ودوافع استخدام الافراد للوسائل الاعلامية. (كمال الحاج، 2020، ص97).

ثالثا: التعرض لوسائل الاعلام.

أكدت العديد من الدراسات على أن هناك علاقة ارتباطية بين كل من البحث عن الاشباع والتعرض لوسائل الاعلام فدوافع الافراد لا تؤدي بهم الى التعرض لوسائل الاعلام من أجل تحقيق الاشباع وتلبية الاحتياجات ووفقا لنموذج الاستخدامات والاشباع فان الفرد يعرض نفسه انتقائيا لوسائل الاعلام التي يدرك قدراتها على اشباع الحاجات التي يشعر بها وفقا لخبرته السابقة حول خصائص كل وسيلة من الوسائل ومضمونها والسياق الاجتماعي الذي يتم استخدام الوسيلة في اطاره.

ان التعرض لوسائل الاتصال أو عملية استخدام الوسيلة هو نشاط اجتماعي فهو يتضمن استغراق الافراد في أنواع معينة من العمل أو الفعل في أماكن معينة وغالبا مع أفراد آخرين. وكانت أحد أكثر الملاحظات العامة لمعظم الدراسات بشأن استخدام الافراد لوسائل الاتصال في حياتهم اليومية هو أن هذه الوسائل تقوم في الغالب بوظيفة الربط بأنشطة وعلاقات اجتماعية اخرى. (الدليمي، 2016، ص263).

رابعا: دوافع تعرض الجمهور لوسائل الاعلام

يختلف استخدام الفرد لوسائل الاعلام باختلاف حاجاته ودوافعه وعند دراسة الحاجات والدوافع تختلف الاراء عليها بين علماء الاتصال وعلماء النفس وكان هذا الاختلاف امتدادا لتحديد مفهوم الدافع والذي يعرفه حامد زهران بأنه حالة جسمية أو نفسية داخلية تؤدي الى توجيه الكائن الحي تجاه أهداف معينة من شأنها تؤدي الى استجابة معينة لدى الكائن الحي ويمكن ملاحظة الدوافع عن طريق السلوك الناتج عنه. (عدلى العبد، عاطف العبد، 2011، ص305).

وقد قدم الباحثون عددا من القوائم المجموعات الدوافع التي تعرض الأفراد لوسائل الاتصال نتيجة لها ولعل من أشهر هذه القوائم تصنيف روبين.

بحيث يفترض مدخل الاستخدامات والاشباع أن دوافع التعرض لوسائل الاعلام ينتج أساسا عن الحاجات النفسية والاجتماعية لأفراد الجمهور التي بدورها تؤدي الى توقعات معينة يمكن اشباعها عن طريق استخدام هذه الوسائل أو من خلال استخدام وسائل اخرى غير اتصالية لاشباع تلك الحاجات (الدليمي، 2016، ص264).

وقد حدد روبن Robin دوافع التعرض لوسائل الاعلام في مبحثين وهما.

← دوافع النفعية Instrumental Motives

وهي تستهدف التعرف على الذات واكتساب المعارف والمعلومات والخبرات وجميع أشكال التعليم بوجه عام حيث أن وسائل الاعلام تجمع لنا معلومات عن أشياء وأماكن لا يمكننا كأفراد الجمهور الوصول اليها بأنفسنا خاصة مع ظهور القنوات الاخبارية المتخصصة كما تتضمن الدوافع المنفعية أو النفعية الحصول على النصيحة أو الرأي في مختلف الموضوعات والتعلم الذاتي في مجالات عديدة. (الدليمي، 2016، ص264).

دوافع طقوسية Ritualized Notive

وهي تستهدف تمضية الوقت والاسترخاء والصدقة والألفة مع الوسيلة والهروب من المشكلات. (المصري، 2010، ص 15)

وتنعكس هذه الفئة في المسلسلات والأفلام والبرامج المنوعات وبوجه عام يعد التلفزيون وسيلة ترفيهية بالدرجة الاولى بينما يعد البعض الوسائل المكتوبة وسائل تثقيفية. (عدلى العبد، عاطف العبد، 2011، ص 306).

الحاجات Needs

الحاجة هي افتقار الى شيء ما اذا وجد حقق الاشباع والرضا والارتياح للكائن الحي والحاجة شئ ضروري اما لاستقرار الحياة نفسها (حاجة فسيولوجية) أو للحياة بأسلوب أفضل (حاجة نفسية) وتتوقف كثير من الخصائص الشخصية على حاجات الفرد ومدى اشباع هذه الحاجات.

وقد قدم كاتز وجيروفيتش وهاس Katz and Gurevitch and hass

تصنيفا لاحتياجات الجمهور بحيث تتمثل أنواع الحاجات التي يسعى أفراد الى اشباعها عن طريق التعرض لوسائل فيما يلي:

(1) احتياجات معرفية Cognitive needs

وتتمثل في الحصول على المعلومات عن الموضوعات المتنوعة وفهم البيئة المحيطة.

(2) احتياجات عاطفية Affective needs

تتمثل في تحقيق المتعة واشباع الحاجات الجمالية والعاطفية المختلفة مثل الحاجة الى الحب والصدقة والتسلية .

(3) تحقيق الاندماج الذاتي Personal integrative

وتتمثل في زيادة الاستقرار والثقة في الذات وتأتي تلك الحاجات من الرغبة الفرد في تقديرالذات.

(4) الحاجة الى التفاعل الاجتماعي Social interachive needs وتتمثل في تحسين

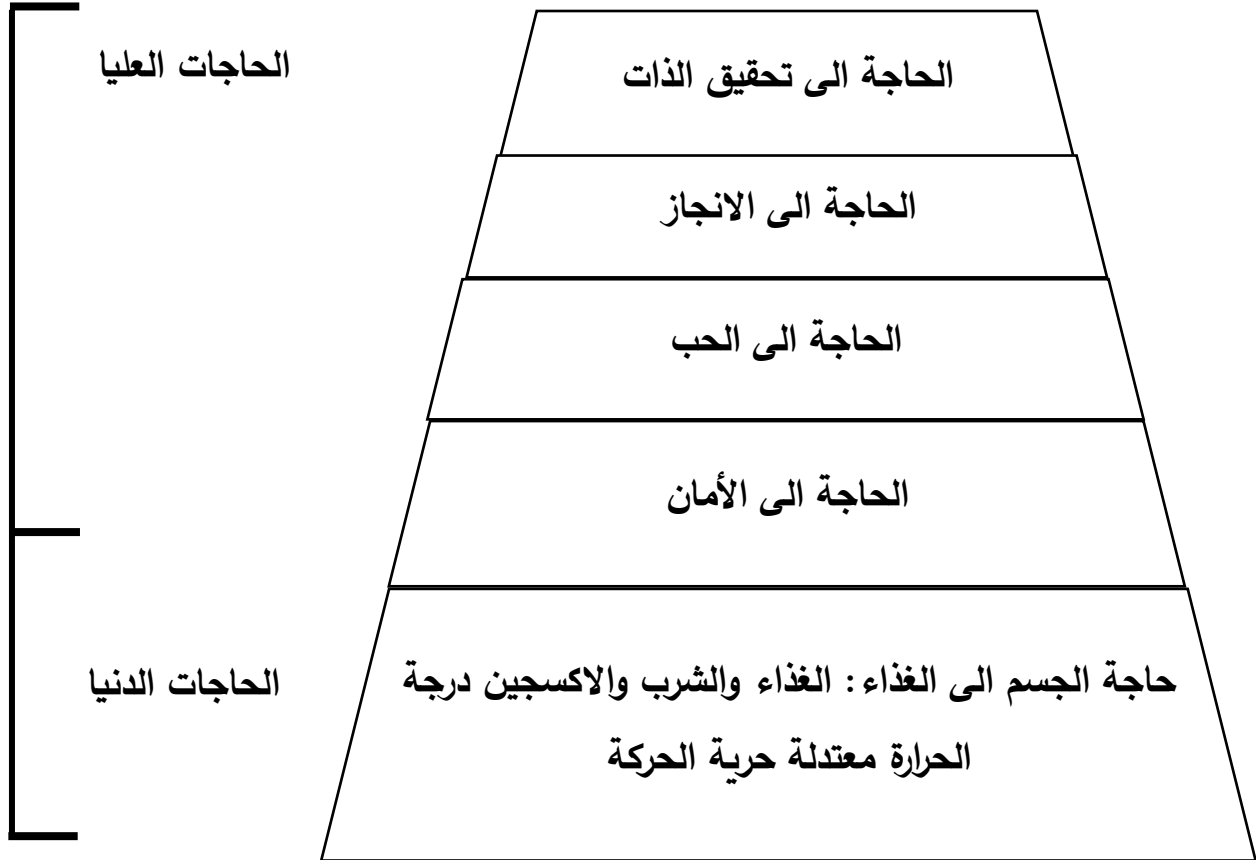
علاقات الفرد على اسرته وأصدقائه وزملائه.

(5) ازالة التوتر Tensionhelease

وتتمثل في الهروب من المشكلات الشخصية ونسيانها والرغبة في اللهو والاندماج في المضمون الاعلامي.

ويوضح الشكل الموالى توزيع الحاجات الاساسية التى يسعى الأفراد لاشباعها.

شكل رقم 01: يوضح الحاجات الاساسية التى يسعى الأفراد لاشباعها



شكل الحاجات الاساسية التى يسعى الأفراد لاشباعها. (عدلى العبد، عاطف العبد، 2016، ص308).

خامسا: توقعات الجمهور من وسائل الاعلام.

تعد توقعات الجمهور من وسائل الاتصال ناتجة عن دوافعه التي تختلف حسب الاصول النفسية والاجتماعية للأفراد كما تعد التوقعات سببا في عملية التعرض لوسائل الاتصال. (المكاوي، عدلى العبد، 2007، ص370).

كما تعتبر التوقعات مفهوم جوهري يتلائم مع مفهوم الجمهور النشط حيث أنه اذا كان على أفراد الجمهور الاختيار فيما بين وسائل اتصالية وغير اتصالية متعددة طبقا لاحتياجاتهم فلا بد أن يكونوا على درجة كافية من الوعي بالبدائل التي تكون أكثر اشباعا لاحتياجاتهم والسلوك الاتصالي لأفراد الجمهور ينشأ من هذه التوقعات والمعتقدات بشأن احتمال أن يكون لهذا السلوك اسهامه في اشباع احتياجاتهم المختلفة. (عدلى العبد، عاطف العبد، 2011، ص309)

يفيد مدخل التوقع - القيمة في امداد الباحثون بوسائل لتجسير الفجوات بين المعرفة والسلوك، فهو يربط سلوك الفرد في موقف معين بالتوقعات التي يبينها الفرد والقيمة للنتائج المرتبة على قيامه بالفعل وهذه النواتج المحتملة قد يتم ادراكها على أنها جذابة أو منفرة أو خليط منها... (الدليمي، 2016، ص266).

وبذلك تعد عملية التوقع والتقييم في استخدام وسائل الاتصال مدخل هاما للكشف عن طبيعة المحتوى الاتصالي الذي يبحث عنه الفرد لاشباع حاجات وهو مفهوم مبني على اسس اجتماعية ونفسية حيث يعتبر السلوك الفردي نحو الوسائل الاتصال ناتج عن هذين الشقين.

التوقع Expectancy

وهو اعتقاد الفرد أو ادراكه أن موضوعا ما أو سلوكا ما له خاصية معينة سوف تؤدي الى نتائج معينة سوف تؤدي الى نتائج معينة.

التقييم: Evaluation

وهو التقدير السلبي أو الايجابي لخواص معينة أو نتائج معينة للمضمون وعليه يرى ويندال Windhal أن المنتج النهائي لاستخدام مضمون الاتصال هو تراكم التأثير أو تتابعه. (عدلى العبد، عاطف العبد، 2011، ص 309).

وحسب محمود بن سعود البشير في كتابه "قصور النظرية في الدراسات الاعلامية" أن دونيسكويل أوضح بياناً في وصفه للعلاقة بين الجمهور وسائل الاعلام وما ينشأ من استخدامات والاشباعات اذ يقول " ان هناك دوافع عن مدى الاشباع لهذه الحاجات وهذه التوقعات مرتبطة بالانترنت التي هي مصدر الاشباع ولذلك فان الجمهور يمارس أنماط معينة من التعرض للانترنت ينتج عنها اشباع لهذه الحاجات وتلك الرغبات. (تياب، 2018، ص39).

سادسا: اشباعات وسائل الاعلام:

وفقا لنظرية الاستخدامات والاشباعات فان الافراد يستخدمون وسائل الاتصال من اجل الحصول على نتائج معينة تتفق مع توقعاتهم وهذه النتائج هي التي تلبي حاجاتهم ورغباتهم وهو ما يسمى بالاشباعات (عدلى العبد، عاطف العبد، 2011، ص310).

وقد ربط سوانسون Swanson/1987 بين محتوى الرسالة والاشباعات المحققة في برامج الترفيه والدراما يمكن أن تحقق اشباع والتخلص من الملل والقلق والهروب من المشكلات اليومية.

كما يفرق وينر L.wenner بين نوعين من الاشباعات الناتجة من التعرض لوسائل الاعلام وهما اشباعات المحتوى واشباعات عملية.

⇐ اشباعات المحتوى:

وهي الاشباعات الناتجة عن التعرض لمضمون أو محتوى وسائل الاعلام ويرتبط بها أكثر من ارتباطها بنوع الوسيلة المستخدمة.

وتنقسم بدورها الى نوعين وهما:

اشباعات توجيهية: تتمثل في مراقبة البيئة والحصول على المعلومات.

اشباعات اجتماعية: ويقصد بها ربط المعلومات التي يحصل عليها الفرد بشبكة علاقاته الاجتماعية. (مكاوي، السيد، 1998، ص249).

اشباعات العملية:

وهي اشباعات التي تحقق نتيجة اختيار الفرد كوسيلة اتصال معينة ولا ترتبط مباشرة بخصائص الوسيلة وتنقسم الى:

اشباعات شبه اجتماعية: وتتحقق من خلال التواجد مع شخصيات وسائل الاتصال بحيث تزيد هذه الاشباعات مع ضعف علاقة الفرد الاجتماعية وزيادة احساسه بالعزلة.

اشباعات شبه توجيهية: تتحقق من خلال تحقيق الاحساس بالتوتر والدفاع عن الذات. (علاوة، محمد، 2016، ص 308).

المبحث الخامس: نماذج نظرية الاستخدامات والاشباع

نموذج كاتز وزملائه:

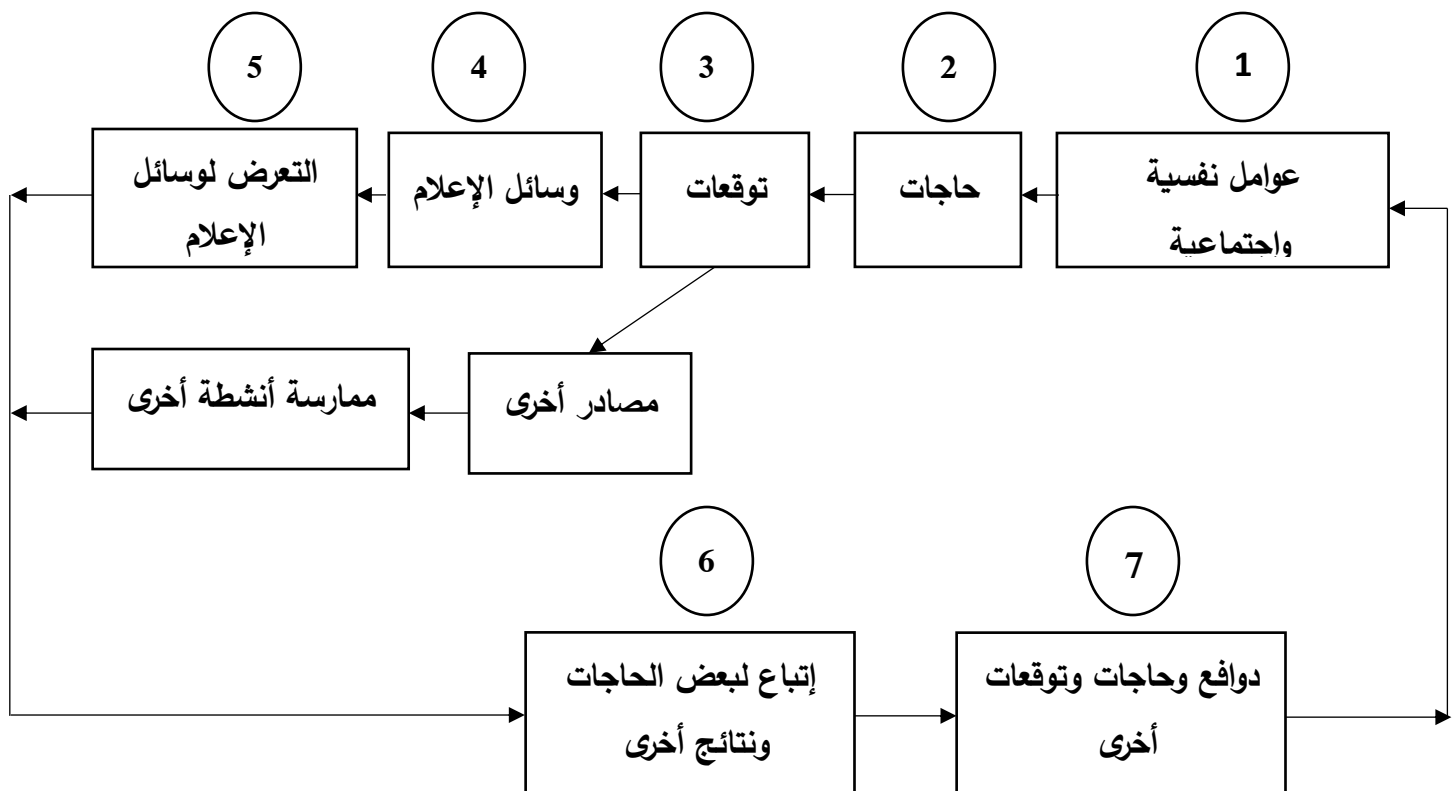
* يعد نموذج كاتز وزملائه أول نموذج تم استخلاصه من الدراسات التي أجريت في المجال الاستخدامات والاشباع في حقبة الأربعينيات، من القرن العشرين، فقد اهتم كاتز بدراسة العلاقة بين حاجات الفرد واتجاهاته السلوكية والاشباع التي يسعى للحصول عليها من بين البدائل الوظيفية المختلفة بما فيها وسائل الإعلام (الدليمي 2016 / P256)

- كما يرى كاتز أن المواقف الاجتماعية التي يجد الأفراد أنفسهم بها هي التي تعمل على إقامة العلاقة بين وسائل الإعلام واشباع الاحتياجات، إذا أن المواقف الاجتماعية يمكن أن تتسبب في التوتر والصراع الذي يشكل ضغط على الفرد مما يجعله يسعى الى استخدام وسائل الاعلام. (قاقيش، 2014، ص23)

وبناء على نتائج العديد من البحوث صاغ كاتز وزملائه نموذجاً للعلاقة بين استخدام الأفراد لوسائل الإعلام وما يمكن أن تشبعه من حاجات لدى هؤلاء الأفراد مقارنة بالبدائل الأخرى الوظيفية التي قد يلجأ إليها لتلبية الحاجات. (الدليمي، 2016، ص256)

- هذا النموذج يركز على مجموعة من العناصر تؤكد على وجود اصول نفسية واجتماعية للحاجات التي تولد توقعات من وسائل الإعلام والاتصال ومن مصادر أخرى تؤدي إلى أنماط مختلفة من التعرض لوسائل الإعلام أو القيام بأنشطة تؤدي إلى اشباع الحاجيات. (خولة 2017، 2018، ص45)

شكل رقم 02: يوضح نموذج كاتز الاستخدامات والاشباع



المصدر: مكاوي، حسين السيد، 1998، ص 242

ثانيا: نموذج روزنجرين Rosngern :

- قام روزنجرين ببناء نموذج الاستخدامات والاشباع يحدد فيه أهمية الحاجات الإنسانية التي تقع في أعلى "هرم ما سلو" مثل الحاجة إلى الصحة والحب والقبول وتحقيق الذات مقارنة بالحاجات العضوية والحاجات النفسية الأساسية في ارتباطها بالنموذج. (الدليمي 2016، ص258)

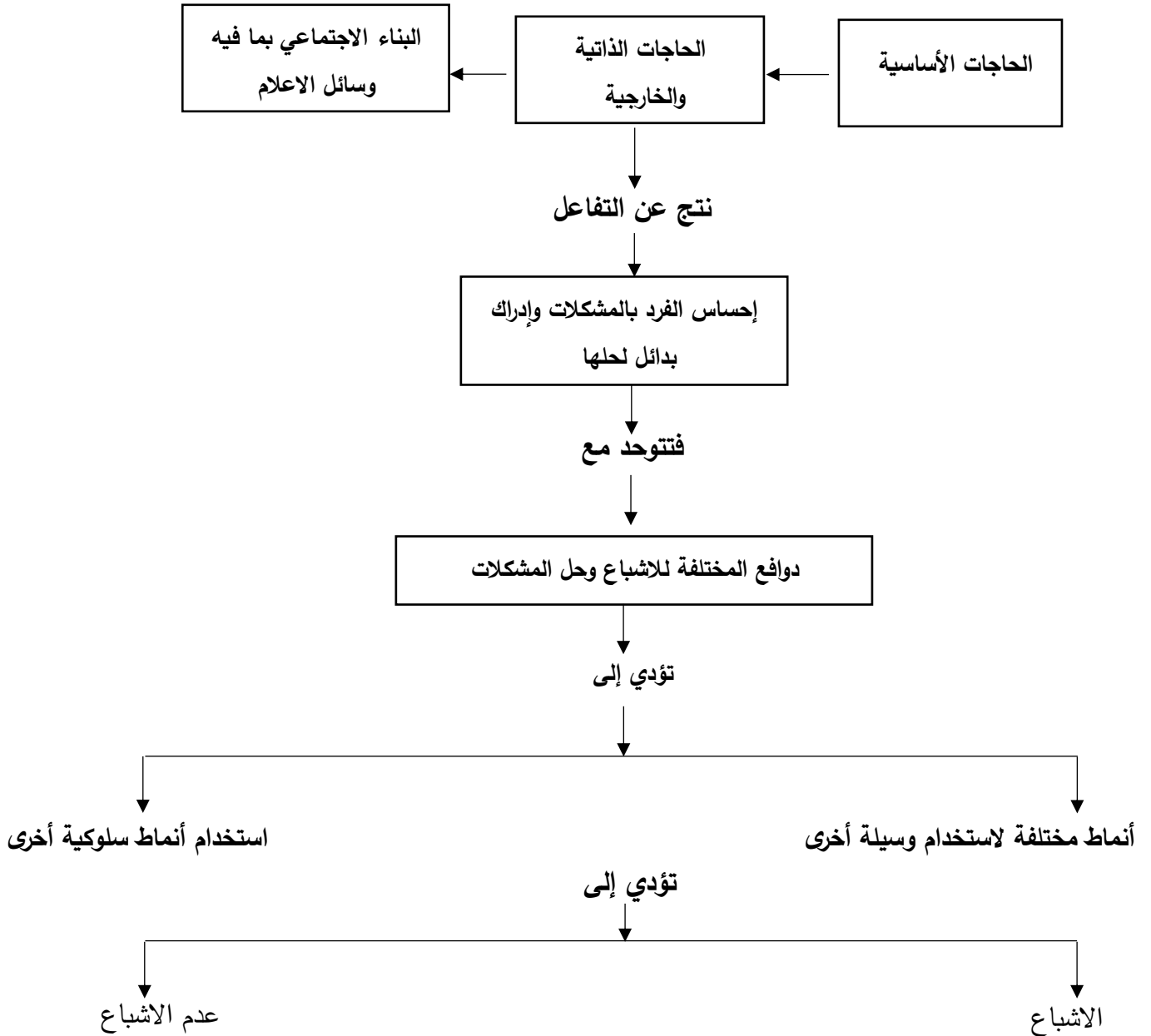
كما يعرض هذا النموذج مجموعة من العوامل التي تشكل مدخل الاستخدامات والاشباع والتي تبدأ من تولد حاجات البيولوجية ونفسية والاجتماعية لدى الانسان وتتفاعل هذه الحاجات مع الخصائص الفردية والإطار الاجتماعي المحيط بالفرد وينتج عن ذلك مشكلات فردية،

تختلف في حداثتها وبالتالي تتولد الدوافع لحل المشكلات أو اشباع الحاجات ويتم ذلك من خلال التعرض لوسائل الإعلام أو ممارسة أنشطة أخرى تحقق الاشباع المطلوبة.

(عدلى العبد، عاطف العبد، 2016، ص 301)

ويمكن توضيح نموذج روزنجرين في المخطط التالي:

شكل رقم 03 : يوضح نموذج روزنجرين



المصدر: سميشي وداد 2010، ص 40

-نموذج بالمجرين وروبين 1982 Rubin palmgreen:

يطلق على هذا النموذج "توقع الفائدة" إذ يهتم هذا النموذج بالربط بين استخدام الفرد لوسائل الإعلام والإشباع المتوقعة من هذا الاستخدام، حيث يتم مقارنة الإشباع المتحققة فعليا. (عدلى العبد، عاطف العبد، 2016، ص302)

ويقسم هذا النموذج إيجابية وفعالية مدخل الاستخدامات والإشباع إلى ثلاث مستويات:

- الانتقائية وهي سابقة على التعرض لوسائل الاتصال.

-الاستغراق: ويحدث أثناء التعرض لوسائل الاتصال.

- الإيجابية وتحدث بعد التعرض لوسائل الاتصال وتتمثل في التعليقات ومناقشات الفرد بعد التعرض الرسالة، كما تتمثل في إحساس الفرد بزيادة المعلومات بعد التعرض. (الدليمي 2016، ص258)

نموذج ويندال 1986 windhal:

يعرض هذا النموذج العلاقة بين الاستخدامات والتأثيرات والربط بينهما فقرار استخدام وسائل الإعلام يأتي على عدة نتائج

أولا: تفاعل العلاقات الخارجية والذاتية بما فيها الاهتمامات الاحتياجات

ثانيا: رسم ووضع توقعات وإدراك مضمون الرسالة الإعلامية

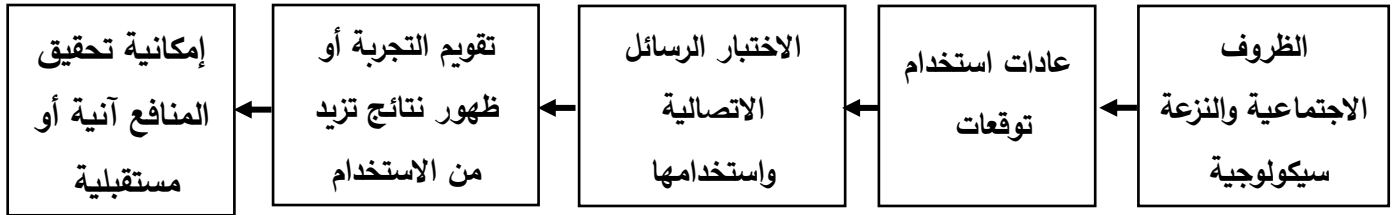
ثالثا: إقرار استخدام الوسائل الإعلامية بعد التفضيل بينها وبين وسائل أخرى.

(عدلى العبد، عاطف العبد 2016، ص302)

نموذج دينيس ما كويل:

قام ماكويل الإجراء صيغة أقل ميكانيكية لنموذجه المرتبط بالاستخدامات والاشباع، بحيث أكد فيه على الخلفية الاجتماعية وطبيعة والتجربة الاتصالية وحتى توقعات الجمهور من وسائل الاعلام والاتصال بالإضافة إلى استخدام الوسيلة ما والاشباع المتوقع والمتحصل عليه بالفعل.

الشكل رقم 04: يوضح نموذج دينيس ماكويل لمدخل الاستخدامات والاشباع.



المصدر: سميثي وداد، 2010، ص 41

المبحث السادس: الانتقادات الموجهة إلى نظرية الاستخدامات والإشباع .

بالرغم من أن الدراسات الاستخدامات والإشباع قد وصلت إلى درجة عالية من النضج وتطور ورغم تطبيقاته العديدة في مجال دراسات الاتصال الجماهيري إلى أنه قد تعرض مدخل الاستخدامات والإشباع لعدد من الانتقادات والتي تصدى لها في نفس الوقت العديد من الباحثين المؤيدين له وقد تمثلت هذه الانتقادات كالآتي:

1- أن هذه النظرية تتبنى مجموعة من المفاهيم تتميز بنوع من المرونة مثل الدوافع، الإشباع، الهدف، الوظيفة، وهذه المفاهيم ليست لها تعريفات محددة وبالتالي من الممكن أن تختلف عن النتائج التي نحصل عليها لتطبيق النظرية نتيجة اختلاف التعريفات (كافي، 2015، ص 216)

2- أن الحاجات الخاصة بالفرد متعددة ومتنوعة ما بين فيزيولوجي ونفسي واجتماعي وبالتالي تختلف أهميتها من فرد لآخر ولتحقيق تلك الحاجات تتعدد أنماط التعرض لوسائل الإعلام واختيار المحتوى (إسماعيل، 2003، ص 207)

3- ترى البحوث التي تستند إلى نظرية الاستخدامات والإشباع إلى مجموعة الوظائف ووسائل الإعلام والاتصال وذلك من خلال المنظور الفردي لمستخدم الرسائل الاتصالية وفي مقابل ذلك فإن الرسالة قد تحقق وظائف لبعض الأفراد وتحقق أيضا اختلال وظيفي للبعض الآخر.

4- المبالغة في مفهوم الجمهور الناشط الإيجابي الذي يسعى بدوره إلى تحقيق أهداف محددة وإشباع حاجات معينة في حين أثبتت العديد من الدراسات أنه كثيرا ما يتم التعرض للمحتويات الإعلامية بدرجة قليلة من الاختيارية وبشكل اعتيادي أيضا (عدلى العبد، عاطف العبد، 2011، ص 314)

5- يرى نقاد أن هذا المدخل أقل من أن يكون نظرية مستقلة بحد ذاتها بل أنها مجرد تجميع لجوانب معينة من النظريات التأثير الانتقائي بحيث لا يمكن النظر إليها باعتبارها منهجا متكامل.

6- عدم إمكانية تعميم مدخل الاستخدامات والاشباع على جميع الأفراد الجمهور وذلك راجع إلى عدم تماثل نتائج البحوث والاستخدامات والاشباع باختلاف الثقافات والخصائص الديموغرافية لأفراد الجمهور (الدليمي، 2016، ص270)

7- مبالغة مدخل الاستخدامات والاشباع في أن أفراد الجمهور يستخدمون وسائل الإعلام بالشكل متعمد وهادف وأن اختيارهم للمضمون الذي يتعرضون له يتم بحرية تامة وبناء على احتياجاتهم فقط في حين أن هناك عدة عوامل قد تحد من امتلاك الافراد لوسائل الإعلام منها العوامل الاقتصادية والاجتماعية.

8- عدم القدرة على قياس استخدام الجمهور لوسائل الإعلام بحيث يطرح تطبيق هذه النظرية تساؤلات حول كيفية قياس الاستخدام، هل يمكن قياسه بالوقت الذي يقضيه الفرد بالتعرض لمحتوى وسائل الإعلام؟ وهل تشير كثافة التعرض إلى قوة الدافع أم أن عامل انتباه اثناء المشاهدة يجب أن يؤخذ بعين الاعتبار (عدلى العبد، عاطف العبد، 2011، ص214)

الرد على الانتقادات الموجهة إلى نظرية الاستخدامات والاشباع:

على الرغم من الانتقادات الكثيرة التي قدمت للنظرية الاستخدامات والاشباع إلى أننا نجد مجموعة من البراهين والحجج التي قدمها مؤيدو النظرية للرد على هذه الانتقادات بحث تتمثل هذه الحجج والبراهين في النقاط التالية:

- دافع مؤيدو مدخل الاستخدامات والاشباع من خلال وضع قائمة من الحاجات والاشباع يختار الجمهور تحديدها عندما تقدم لهم، وعليه يتم تجاوز الشكوك حول قدرة الجمهور على تحديد حاجياتهم وإشباعاتهم (عبد الواحد أمين، 2007، ص p86)

- فيما يخص المنظور الفردي في مدخل الاستخدامات والاشباع من ناحية الأسلوب و المفهوم فإنه غير صحيح كما يشاع عنه حيث أن الباحثون الذين استعانوا هذا المدخل لم يستعينوا بالمدخل الفردي فقط حيث أكد "رايت" في حديثه عن التحليل الوصفي أن العبارات الخاصة بوظائف وسائل الإعلام على المستوى الفردي يمكن أن توجد عبارات موازية لها على مستوى الجمعي أو المجتمع ككل (رشدى خير الله 170p)

- أما بالنسبة للمبالغة في وصف نشاط الجمهور وغموض مفهوم الجمهور النشط فيمكن التغلب عليه إذا ما تم تعريفه إجرائيا وقياسه على أسس بنائية سليمة وتقسيم إيجابية الجمهور إلى ثلاث مراحل تمثلت في الانتقاء قبل التعرض، والاهتمام أثناء التعرض، والتذكر بعد التعرض، بمعنى أن الأفراد يتعرضون لمضامين وسائل الإعلام بناء على التخطيط المسبق لتحقيق أهداف معينة سبق تحديدها من قبل (الدليمي 271/2016p)

- وقد دافع مؤيدو هذه النظرية فيما يخص أن هذا المدخل أقل من أن يكون نظرية مستقلة بحد ذاتها بقولهم أن النظريات الإعلامية هي عبارة عن نظريات متكاملة و بنائية بمعنى أن النظريات الإعلامية تكمل بعضها البعض (رشدى خير الله 170/)

- يقوم مدخل الاستخدامات والاشباع على افتراض أن الأفراد ليسوا ضحايا لتأثيرات التي تحدثها وسائل الإعلام وإنما هم من يختارون بكل وعي وإتقان وسائل الإعلام التي يرغبون في التعرض لها وإلى المضامين التي تلبي حاجاتهم الاجتماعية والنفسية وذلك عن طريق قنوات المعلومات المتوفرة في مجتمع معين وبالتالي فإن الأفراد يقومون بدور إيجابي في عملية الاتصال. (الدليمي 2011، ص272)

- أما فيما يخص عدم القدرة على قياس استخدام الجمهور لوسائل الإعلام فإن طريقة وضع قوائم بالإستخدامات والاشباع التي يختار منها الجمهور ما يناسبه يعد بمثابة حلا مناسباً يمكن من خلاله تجاوز مشكلة عدم قدرة الأفراد على التعبير عن دوافعهم وإشبعاتهم وعليه

من الطبيعي أن تختلف نتائج الدراسات في هذا المجال باختلاف المجتمعات وذلك راجع إلى خصوصية كل مجتمع واختلاف ظروف أفراد الجمهور من النواحي النفسية والاجتماعية والمادية والثقافية لذا فإنه يمكن تقييم نتاج الدراسات التي تم تطبيقها على نفس المجتمع وليس على المجتمعات الأخرى. (عدلى العبد، عاطف العبد، 2011، ص 318)

بالإضافة إلى أن هناك تطوير مستمر للإجراءات البحثية مثل مشكلات الصدق وذلك عن طريق استخدام أكثر من أسلوب أو منهج للدراسة بغية الوصول إلى احتياجات واشباعات الجمهور وهو ما يطلق عليه بالأسلوب التعددي حتى يتم ضمان الاستفادة من مميزات هذه الأساليب المجتمعة بأحسن استفادة (الدليمي، 2016، ص 272)

خلاصة:

تعتبر نظرية الاستخدامات والاشباع من النظريات للتأثير التي يعتمد عليها الباحثين في التعرف على الأنماط و الدوافع والاشباع المحققة ونوع الحاجات التي تجعل الجمهور يتعرض للوسيلة الاعلامية برغم من كل هذا إلا أنها تعرضت لعدة انتقادات لحقتها طيلة سنوات، فبرغم من كل هذا فإن صلاحيتها في دراسة الاتصال الجماهيري لا تزال قائمة لدراسة العلاقة بين وسائل الاعلام والمجتمع وتقدم العديد من المفاهيم التي يصعب التخلي عنها فبحسب قول Mcquail " تساعدنا على وصف الأنشطة الأساسية التي تقوم بها وسائل الاعلام من حيث علاقتها بالعمليات الاجتماعية والبناء الاجتماعي، كما حافظت النظرية الاستخدامات والاشباع على مواكبتها للتطورات التكنولوجية الحديثة وذلك من خلال دراسة استخدام الجمهور للعديد من وسائل الاعلام والاتصال الحديثة أو تلك المتعلقة بمواقع التواصل الاجتماعي الناتجة عن استخدام الانترنت من منظور الاستخدامات والاشباع.

الفصل الثالث: الرضا عن الحياة

تمهيد:

المبحث الأول: مفهوم الرضا عن الحياة والمفاهيم المرتبطة به

المبحث الثاني: النظريات المفسرة للرضا عن الحياة

المبحث الثالث: عوامل وأبعاد الرضا عن الحياة

المبحث الرابع: محددات ومقومات الرضا عن الحياة

المبحث الخامس: الرضا عن الحياة والصحة النفسية وعلاقته ببعض النواحي النفسية

المبحث السادس: أهمية الرضا عن الحياة

خلاصة

تمهيد:

يعد مفهوم الرضا عن الحياة من بين أهم المفاهيم التي ركز عليها الباحثون في مجال علم النفس والصحة النفسية وبالتالي فالرضا عن الحياة يدل على قناعة الفرد لما يعيشه وحسن تقديره لنوعية حياته ومحاولاته في التوفيق بين ما يمتلكه من قدرات وامكانيات وبين طموحاته وطريقة تجسيدها على أرض الواقع كما يمثل حكما أو تقويما عقليا معرفيا لنوعية الحياة التي يعيشها ككل.

ومن خلال هذا الفصل نحاول تحديد معنى هذا المفهوم من خلال تناول العناصر التالية: مفهوم الرضا عن الحياة، المفاهيم المرتبطة به، وجهات النظر المفسرة للرضا عن الحياة، عوامل وابعاد الرضا عن الحياة، محددات ومقومات الرضا عن الحياة.

الرضا عن الحياة والصحة النفسية وعلاقته ببعض النواحي النفسية وأخيرا أهمية الرضا عن الحياة.

المبحث الأول: مفهوم الرضا عن الحياة والمفاهيم المرتبطة به

1-1 تعريف الرضا عن الحياة:

لقد تعددت تعاريف الرضا عن الحياة واختلفت بين العلماء والباحثين كل حسب توجهه في العلوم النفسية والاجتماعية والصحة النفسية والجسمية وفي تحديد الرضا سنحاول التطرق لمعناها اللغوي والاصطلاحي.

التعريف اللغوي: جاء تعريف الرضا في معجم الوجيز ترضية به وعنه وعليه رضا ورضاء ورضوانا ومرضاة أي اختاره وقبله ويقال رضية أي رآه أهلا له، وقال العلامة الركوي رحمه الله تعالى " الرضا الطيب النفس بما يصيبه. (أبو عبيد، 2014، ص13).

وورد في المنجد في اللغة العربية المعاصرة كلمة رضا لغويا بمعنى رضوان مرضاة أزال استيائه، رضي عن الشيء: اقتنع به ووافق عليه ويعني القبول والاستحسان (عدة، 2018، ص61).

التعريف الاصطلاحي: هناك الكثير من التعريفات للرضا عن الحياة وفيما يلي سرد لبعض التعريفات.

-تعريف منظمة الصحة العالمية:

الرضا عن الحياة هو معتقدات الفرد عن موقفه في الحياة وأهدافه وتوقعاته ومعاييرها واهتماماته في ضوء السياق الثقافي والمنظومة القيم في المجتمع الذي يعيش فيه.

(الفحل، 2016، ص13).

يعرفه مجدي محمد الدسوقي:

الرضا عن الحياة هو تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها طبقاً لنسقه القيمي ويعتمد هذا التقييم على مقارنة الفرد لظروف الحياتية بالمستوى الأمثل الذي يعتقد أنه مناسب لحياته. (الدسوقي، 1998، ص162).

نعمات علوان:

الرضا عن الحياة بأنه تقدير عام لنوعية حياة الفرد حسب المعايير التالية، السعادة، العلاقات الاجتماعية والطمأنينة والاستقرار الاجتماعي الذي يشعر به الفرد. (علوان، 2008، ص480).

يحي شقورة:

الرضا عن الحياة يشير إلى كيفية تقييم الأفراد لحياتهم بأبعادها المختلفة وهذا التقييم يكون في جانبين الأول معرفي ويتمثل في إدراك الأفراد وتقييم للحياة بشكل عام أو تقييم جوانب محددة من الحياة مثل الرضا عن الحياة والرضا الزوجي أو الرضا عن العمل، والجانب الثاني تقييمي ويتمثل في كيفية تقييم الأفراد لحياتهم بناء على تكرار الأحداث السارة أو غير السارة التي تسبب إما السعادة والفرح أو التوتر والقلق والاكتئاب. (شقورة، 2012، ص03).

أحمد عبد الخالق:

بأنه التقدير الذي يضعه الفرد لنوعية حياته بوجه عام اعتماداً على حكمه الشخصي ويتضمن هذا التعريف حسبه على عدة جوانب وهي:

-يعتمد حكم الشخص على تقديره الشخصي وليس كما يحدده غيره.

-يحدد الفرد بنفسه المعايير التي يقوم على أساسها حكمه على نوعية حياته.

-يتعلق هذا التقدير أو الحكم على الحياة بشكل كامل وليس بجانب محدد.(محمد علي، 2018، ص243).

ويعرف علي الديب: الرضا عن الحياة بأنه تقبل الفرد لذاته وأسلوب الحياة التي يحيها في المجال الحيوي الذي يحيط به فهو متوافق مع ربه وذاته وأسرته وسعيدا في عمله متقبلا لأصدقائه وزملائه راضيا عن إنجازاته الماضية متفائلا بما ينتظره من مستقبل مسيطرا على بيئته، فهو صاحب القرار قادرا على تحقيق أهدافه. (الديب، 1988، ص49).

جمال السيد تفاحة: بأنه تقبل الفرد لذاته نحو أسلوب الحياة التي يحيها في المجال الحيوي المحيط به ويكون متوافقا مع نفسه ومع المحيطين به ويشعر بقيمته وقادرا على التكيف مع المشكلات التي تواجهه والتي تؤثر على سعادته وقانعا بحياته وما فيها. (تفاحة، 2009، ص29).

في حين يرى الدكتور **ميطانيس ميخائيل** أن الرضا عن الحياة هو شعور الفرد بالرضا عن الحياة التي يعيشها يرتبط ارتباطا وثيقا بعملية تكيفه الشخصي والاجتماعي كما يعكس نظرته الخاصة إلى العالم كما يرتبط بما أنجزه تمكن من تحقيقه فعلا. (أسعدي، 2020، ص23).

يعرف Rut veenhoven الرضا عن الحياة بأنه مصطلح يحمل معاني متعددة ويمكن تميز أربعة أنواع والتي تتمثل في المتعة والتي يمر بها الرضا في جزء من الحياة التي يعيشها الفرد، الرضا الجزئي والذي يعني رضا الفرد عن جانب من جوانب حياته كالرضا عن العمل أو غيره من مجالات الحياة المختلفة وكذلك الخبرة العالية واخيرا الرضا عن الحياة أين يكون الفرد دائما راضيا عن حياته كما هي وهنا يمكن أن يستعمل الرضا عن الحياة بالتبادل مع مصطلح السعادة. (Rut veenhoven, 2006, P4-5)

يعرف دينر وريان Diener Ryan, 2009 الرضا عن الحياة بأنه تقييم ذاتي يحدث ضمن الخبرة التي يمر بها الفرد ويمكن قياس مظاهره بشكل موضوعي من خلال السلوك الشفهي وغير الشفهي والأفعال والذاكرة والانتباه. (بني اسماعيل، 2011، ص17).

ويؤكد كمال إبراهيم مرسى على أن الرضا عن الحياة من أهم مكونات السعادة في الدنيا وعلى الانسان أن يكون راضيا بحياته كما هي ويسعى إلى تتميتها وأن يرضى أو يرضى نفسه بها من أجل صحته النفسية التي تقوم على الرضا بمظهره وصحته و اسرته وعمله حتى يعيش في أمن وسلام مع نفسه ومع الآخرين كما أن الشعور بالسعادة يأتي من خلال الاقبال على الحياة والاستمتاع بها وتوقع الخير منها. (محمد علي، 2018، ص25).

ويرى راسل أن السعادة هي التحرر من الشعور باليأس والتخلص من الأفكار السوداوية والابتعاد عن التفكير المتشائم فالسعادة هي الهدف الذي نسعى إلى تحقيقه، حيث أنها تكمن في نظرتنا التفاؤلية إلى الحياة، لأن التشاؤم يحجب عنا جمال السعادة ويجردنا من حلاوة الحياة فالتفاؤل هو فلسفة الحياة السعيدة في حاضر سعيد ومستقبل مشرق.

(برتراند، عبده، 1980، ص55).

2-1- المفاهيم المرتبطة بالرضا عن الحياة:

تعددت التوضيحات والتعريفات حول مفهوم الرضا عن الحياة لارتباطه بشكل وثيق بالعديد من المفاهيم والمصطلحات التي تشترك معه أو تشكل إحدى مكوناته وتتمثل في مفاهيم التالية:

1- السعادة:

ان الشعور بالسعادة النفسية والتعبير عنها يختلف من شخص إلى آخر ومن ثقافة إلى أخرى ومن مرحلة عمرية إلى أخرى، كما أن مصادر السعادة تتفاوت من فرد إلى آخر فهي شعور

متكامل يتراوح بين مرحلة الطفولة السوية المشبعة وتحقيق اشباعات الحاضر بالإضافة إلى انها مشاعر راقية وانفعال وجداني إيجابي ما زال الانسان يطمح في الوصول إليه باعتباره من الغايات الأساسية. (العبيدي، 2015، ص184).

-وبما أن الرضا عن الحياة هو عملية تتضمن اصدار حكم المعرفي فإن للسعادة مكونين أساسيين هما: المكون الانفعالي الوجداني: والذي يتمثل في مشاعر الفرح والابتهاج والسرور واللذة والاستمتاع أما المكون الثاني المكون المعرفي والذي يتمثل في الرضا عن الحياة ويعتبر بمثابة التقدير العقلي للفرد لرضاه وتوفيقه ونجاحه في مجالات حياته المختلفة، وتعرف أمال جودة السعادة: "بأنها حالة انفعالية وعقلية تتسم بالإيجابية ويخبرها الانسان ذاتيا، وتتضمن الشعور بالرضا والمتعة والتفاؤل والأمل والاحساس بالقدرة على التأثير في الأحداث بشكل إيجابي" (البشير، 2019، ص359).

ويرى "مايكل أرجايل" أنه "يمكن فهم السعادة بوصفها انعكاسا لدرجة الرضا عن الحياة أو بوصفها انعكاسا لمعدلات تكرار حدوث الانفعالات السارة وشدتها لذا ينبغي أن نأخذ ثلاثة عناصر للسعادة في الاعتبار وهي: -الرضا عن الحياة ومجالاتها المختلفة.

-الاستمتاع والشعور بالبهجة.

-العناء بما يتضمنه من قلق واكتئاب.

كما تشتمل السعادة على 03 مكونات مرتبطة معا وهي: الوجدان الإيجابي وغياب الوجدان السلبي، والرضا عن الحياة. (أرجايل، 1993، ص25).

وإضافة على ذلك فإن للسعادة آثار إيجابية على سلوك الفرد منها التفكير الإيجابي اذ يفكر الناس بطريقة مختلفة وأكثر ايجابية عندما يكونون سعداء مقارنة بحالتهم في حالة الحزن والكآبة كذلك يكون السعداء أكثر ثقة بالنفس وأكثر تقديرا لذواتهم ولديهم استعداد لتقديم المساندة الاجتماعية للآخرين.

-ويبدو أن الشعور بالسعادة يؤثر في الحالة النفسية والجسمية كما تتأثر السعادة بأمور عدة منها تكامل شخصية الفرد، تقبل الذات والرضا من الحياة، بما فيها من الضغوط ومصاعب كذلك تتحقق السعادة من حب الآخرين والتفاعل معهم بإيجابية والحرص على إقامة صداقات جيدة لذلك فالشعور بالسعادة جزء لا يتجزأ من شعور الفرد بجودة حياته سواء النفسية والاجتماعية. (عدة، 2018، ص56).

نوعية الحياة:

تعرفها منظمة الصحة العالمية بأنها إدراك الفرد لوضعه في الحياة في السياق أو المحيط الثقافي والنظم القيمية التي يعيش فيها وبالعلاقة مع أهدافه وتوقعاته ومعايير وشؤونه حيث يعتبر مفهوم نوعية الحياة مفهوما شاملا يضم كل جوانب الحياة كما يدركها الأفراد وهو يتسع ليشمل الاشباع المادي للحاجات الأساسية أو الاشباع المعنوي الذي يحقق التوافق للفرد ويمكن قياس هذا الاشباع بمؤشرات موضوعية تقيس القيم المتدفقة ومؤشرات ذاتية تقيس قدر الاشباع الذي تحقق وعلى ذلك فنوعية الحياة كلها موضوعية ومكونات ذاتية.

(شقورة، 2012، ص32).

فنوعية الحياة تعني ذلك الإحساس بالارتياح والرضا عن الحياة بشكل عام ويحددها الشخص نفسه الذي يخضع لتقييم جودة الحياة بأنها جملة تكامل الجانبين الفسيولوجي والنفسي ليشكلا المؤثر الأقوى على الاهتمام بمستوى الراحة، الاستقرار والطمأنينة. (دريدي، 2018، ص43).

-كما يعتبر كل من شين shin وجنسون Johnson أن الرضا عن الحياة هو تقدير عام لنوعية الحياة لدى الفرد وفقا لمعايير يختارها بنفسه.

بينما هناك من يرى أن مفهوم الرضا عن الحياة مكون ذاتي ونفسي وتباين زوايا تناول مفهوم نوعية الحياة بتباين مداخل الباحثين لدراسته فهناك مدخل اقتصادي وكذا مدخل اجتماعي

ومدخل بيئي كما هناك أيضا مدخل نفسي الذي يهتم بجانب وصف الفرد عن حياته، شعوره بالسعادة وتقييمه الذاتي لمختلف جوانب هذه الحياة.

-كما تعني نوعية الحياة الاستماع بالظروف المادية في البيئة الخارجية والاحساس بحسن الحال واشباع الحاجات والرضا عن الحياة بالإضافة إلى إدراك الفرد لقوى المضامين في حياته وشعوره بمعنى الحياة إلى جانب الصحة متناغمة ومتوافقة بين جوهر الانسان والقيم السائدة في مجتمعه. (عدة، 2018، ص69).

التدين:

هو الاتجاه الذي يتبناه الفرد ويسلكه ويشكل من خلاله مفاهيمه ومبادئه في الحياة وهو عامل هام من عوامل شعور الفرد بالرضا والسعادة والتوافق مع نفسه ومع الآخرين، ويعد التدين من أهم الحاجات المشبعة لدى الانسان التي تبعث على الشعور بالرضا عن الحياة والاحساس بالسعادة، حيث يعتبره البعض حاجة نفسية موروثة فمعظم الناس عبر التاريخ يمارسون شكلا من أشكال التدين ويمثل لهم محددات لهويتهم وسببا من أجله يعيشون أو في سبيله يموتون. (عبد الخبير، 2018، ص13).

ويشير الحديبي إلى ان "الدين يوفر قاعدة وجدانية تضمن الأمن والاطمئنان النفسي والاتزان الانفعالي والتفاؤل، وحب الحياة ورضاه عنها، كما يوفر إحساسا بمعنى الحياة اليومية فهو يخفف من وطأة الكوارث والأزمات التي تعترض طريق الفرد، كما أن الشعور الديني يؤدي إلى الإحساس بالسعادة والرضا عن الحياة والقناعة والايمان بالقضاء والقدر خيره وشره، واليقين بأن الله عز وجل يتدخل في الأحداث المهمة من أجل الأفضل دائما ويتحقق ذلك للفرد من خلال الدعاء والصلاة والشكر مما يوفر له أسمى صور الدعم والطمأنينة يقول عز وجل: "من عمل عملا صالحا من ذكر أو انثى وهو مؤمن فلنحيينه حياة طيبة ولنجزينهم أجرهم بأحسن ما كانوا يعملون" [النحل 97] (جواب الله، 2016، ص185).

بالإضافة إلى ان التدين يتسع ليشمل الاشباع المادي للحاجات الأساسية أو الاشباع المعنوي الذي يحقق التوافق للفرد ويمكن قياس هذا الاشباع بمؤشرات موضوعية تقيس القيم المتدفقة ومؤشرات ذاتية تقيس قدر الاشباع الذي تحقق على ذلك فنوعية الحياة كلها ظروف موضوعية ومكونات ذاتية. (جودي، 2018، ص185).

-ويمكن النظر إلى التدين بوصفه واحدا من مجالات الشعور بالرضا عن الحياة وتزداد أهمية الدين بالنسبة لبعض الجماعات (مثل النساء والمسنين والمتدينين أنفسهم) كما أن هناك ارتباطا قويا بين الشعور بالرضا الديني وبين السعادة كما يؤكد مايكل أن هناك تفسيرين محتملين لفوائد الدين والعقيدة الدينية الأول يقترن بما تهيئه الأفكار الدينية من معنى وهدف للحياة، والثاني مقرون بالانتماء لها والتكامل معها. (كتلو، 2013، ص663).

وقد توصل chumbler في دراسته إلى ان الملتزمين بالمعتقدات الدينية كانوا مرتفعين على مقياس الرضا عن الحياة ويؤكد ellison على ان الذين لديهم دافع ديني قوي أكثر رضا عن الحياة واقل من النتائج السلبية لأحداث الحياة الضاغطة بالمقارنة مع غير المتدينين. (دريدي، 2018، ص44).

تقبل الحياة: هو مفهوم عام وشامل ويشتمل قدرة الفرد على التكيف والتوافق مع ذاته والآخرين المحيطين به. (مفتي، 2019، ص45).

-فالتقبل والرضا الذاتي يعتبر من أهم العوامل التي تؤثر في سلوك الفرد ففكرة الفرد عن نفسه إذا كانت طيبة يتخللها الرضا كانت دافعا له اتجاه العمل والتوافق مع الآخرين والسير والانجاز في مجالات تتفق مع قدراته وامكانياته والعكس صحيح اذ أن الفرد الذي لا يتقبل نفسه لا يشعر بالرضا وبالتالي يكون معرضا لمواقف احباطية والتي يشعر من خلالها بالفشل وعدم التكيف الاجتماعي ويدفعه ذلك إما إلى الانطواء أو العدوان. (دريدي، 2018، ص42).

جودة الحياة:

ان الرضا عن الحياة هو العامل الأساسي في إدراك الفرد لجودة الحياة وهو ما يعني أن الفرد لن يدرك جودة الحياة إلا عندما يشعر بالرضا عن الحياة. (عزة، 2021، ص357).

وجودة الحياة حسب تعريف منظمة الصحة العالمية لها فإنها تعني إدراك الفرد لوضعه في الحياة في سياق الثقافة وانساق القيم التي يعيش فيها ومدى تطابق أو عدم تطابق ذلك مع أهدافه، توقعاته، قيمه، اهتماماته المتعلقة بصحته البدنية، حالته النفسية، مستوى استقلاله، علاقاته الاجتماعية، اعتقاداته الشخصية وعلاقته بالبيئة بصفة عامة. (الكبيسي، 2012، ص431).

ويعتبر الرضا عن الحياة من أهم المكونات الرئيسية لمفهوم جودة الحياة إذ أن الإحساس الداخلي بحسن الحال والرضا عن الحياة الفعلية التي يعيشها المرء كما طرح كل من felec و1995 perry نموذج ثلاثي العناصر لجودة الحياة يعكس تفاعل بين ظروف الحياة، الرضا عن الحياة والقيم الشخصية. (جانب الله، 2016، ص184).

المبحث الثاني: النظريات المفسرة للرضا عن الحياة.

1-1-نظريات الرضا عن الحياة:

لقد تعددت النظريات المفسرة للرضا عن الحياة نظرا لاختلاف مفهومها عند العلماء . ولتعرف على النظريات المفسرة للرضا عن الحياة حاول علماء النفس فهم كيف يرضى الناس عن حياتهم؟ وكيف يرضون حتى يكونوا سعداء في حياتهم؟ وللإجابة عن هذين السؤالين كانت إجاباتهم مختلفة ضمنوها في نظرياتهم التي فسروا الرضا عن الحياة وحددوا مصادره ومن أهم هذه النظريات ما يلي:

نظرية التكيف والتعود: وتشير هذه النظرية إلى أن الأحداث والظروف الموضوعية يمكن أن تكون مصادر للذة أو الألم وذلك اعتمادا على مستوى التكيف السابق المتضمن لحدث يجري دائما، كما يتصرف الأفراد بشكل مختلف اتجاه الأحداث الجديدة في الحياة وإن الناس قادرون على التعود على أي شيء وذلك تبعا لنمط شخصيتهم وردود أفعالهم وأهدافهم في الحياة ولكن نتيجة التعود والتأقلم مع الأحداث سواء كانت سلبية أو إيجابية، وبمرور الوقت فإنهم يعودون إلى النقطة الأساسية التي كانوا عليها قبل الأحداث نتيجة للتكيف، فالأفراد من مختلف الأعمار وبغض النظر عن الجنس لا يختلفون في الشعور بدرجة السعادة أو الرضا عن الحياة ويرجعون السبب في ذلك إلى التكيف أو التأقلم مع لأوضاع الجديدة. (عدة، 2018، ص 73).

نظرية القيم والاهداف والمعاني:

تشير هذه النظرية لصاحبها أويش وآخرون إلى أن الأفراد يشعرون بالرضا عندما يحققون أهدافهم ويختلف الشعور بالرضا باختلاف تلك الأهداف ودرجة أهميتها بالنسبة لهم وحسب القيم السائدة في البيئة التي يعيشون فيها وتدل الدراسات على أن الأفراد الذين يدركون حقيقة أهدافهم وطموحاتهم وينجحون في تحقيقها فإنهم يتمتعون بدرجة أعلى من الرضا عن الحياة

إذا ما قورنوا بأولئك الذين لا يدركون حقيقة أهدافهم أو الذين تتعارض أهدافهم مع بعضها البعض، مما يؤدي إلى الفشل في تحقيقها وبالتالي الشعور بعدم الرضا ويعتمد تحقيق الأهداف على استراتيجيات المتبعة في تحقيقها والتي تتوافق مع شخصية الأفراد بالإضافة إلى أن الأهداف تختلف باختلاف المراحل العمرية للأفراد وأولوية هذه الأفراد في حياتهم.

بوجود الأهداف المسطرة لدى الفرد تجعله راضيا عن حياته من خلال تسطيره للأهداف ومحاولة تحقيقها على حسب الأولوية. (منشد، جبر، 2015، ص 130).

نظرية الفجوة بين الطموح والانجاز:

يرى أصحاب هذه النظرية أن الانسان يرضى عن حياته عندما يحقق طموحاته أو عندما تكون إنجازاته وأعماله قريبة من طموحاته، أما عندما تكون طموحاته أعلى من إمكاناته ولا يستطيع تحقيق أهدافه فلا يرضا عن نفسه ولا حياته بل يكون ساخطا متذمرا من نفسه من الحياة، فالطموح الزائد مع نقص الإمكانيات وعدم القدرة على تحقيق الأهداف يعرض الفرد إلى الإحباط المتكرر ويجعله تعيسا وحزينا على ما فات وقلقا على ما سيأتي في المستقبل.

ويدعوا أصحاب هذه النظرية إلى ضرورة تحقيق التوازن بين الطموحات والإمكانات، فيرسم الفرد لنفسه طموحات يقدر على تحقيقها حتى يشعر بالنجاح والتوفيق الكفاءة والجدارة فيرضى عن نفسه وعن حياته ويسعد بها. (جاب الله، 2016، ص 178).

نظرية التقييم الجوهرى للذات:

يرى جودج **judge 1997**، ان التقييم الجزئي لكل الجوانب الخاصة بأي مجال من مجالات الحياة هو الذي يولد الشعور النهائي بالرضا عن ذلك المجال الخاص في الحياة مثل العمل أو الأسرة، ومن ثم يتسبب في الاحساس العام بالرضا عن الحياة، وقد أثبتت الدراسات أن الرضا عن مجالات هامة في الحياة مثل الأسرة أو العمل والصحة تفسر حوالي خمسين بالمائة من التباين في الرضا العام عن الحياة، أما الخمسون بالمائة الباقية فتفسرها الفروق الفردية

والأخطاء التجريبية والمتغيرات الدخيلة، ويعرف التقييم الجوهرى للذات على أنه "مجموعة من الاستنتاجات الأساسية التي يصل إليها الأفراد عن ذاتهم وقدراتهم".

حيث حدد judgu أربعة محكات معيارية لتحديد العوامل الممثلة للتقييم الجوهرى للذات وهي:
-مرجعية الذات

-بؤرة التقييم وهو ما يمكن موازاته بعمليات العزو

-السمات السطحية

-اتساع الرؤية وشمول المنظور.

وقد وجد أن الافراد الذين يمتلكون تقييما جوهريا مرتفعا للذات هم أكثر شعورا بالرضا عن الحياة وعن الميادين العديدة للحياة مثل: الاسرة والعمل والدراسة، لأنهم أكثر ثقة في قدراتهم على الاستفادة بكل ميزة وفرصة تلوح في افق حياتهم. (عطية، 2008، ص 15).

نظرية المقارنة الاجتماعية:

حسب أصحاب نظرية المقارنة فإن الانسان يرضى عن حياته عندما يقوم بمقارنة نفسه بالآخرين، ويجد أن ما حققه من إنجازات وأعمال أفضل مما حققه الآخرون، فيشعر بالكفاءة والجدارة والقيمة وتقدير الذات ويكون سعيدا في حياته فالتفوق على الآخرين من اهم مصادر الرضا عن الحياة.

ويرى فيستنجر festinger ان الحافز لتقييم الفرد وآرائه في ظل انعدام المعايير الموضوعية هو المقارنة بآراء وقدرات الآخرين الأقل منهم وبهذا يستطيع الأفراد انشاء نقطة مرجعية لتقييم أوضاعهم وبالتالي يمكنهم تحسينها من خلال النقطة المرجعية مما يمكنهم من الشعور بالرضا.
(عدة، 2018، ص 78).

كما يرى استرلين esterlin أن الأفراد يقارنون أنفسهم مع الآخرين ضمن الثقافة الواحدة ويكونون أكثر سعادة إذا كانت ظروفهم أفضل ممن يحيطون بهم، فالمقارنة تخلق درجات مختلفة من الرضا ضمن المجتمع والثقافة الواحدة فالرضا يعتمد على المقارنة بين المعايير الموضوعية أو المتوقعة الفردية أو الثقافية أو الاجتماعية أو المادية من ناحية وما تم تحقيقه على أرض الواقع من ناحية أخرى، وقد تكون المقارنة بين الأفراد أو الجماعات المحيطة أو بين الدول والمجتمعات وبالتالي تختلف درجة الرضا عن الحياة باختلاف المعايير الذاتية والاجتماعية والاقتصادية. (الأحيوات، 2017، ص 13).

وأشار استرلين esterlin أيضا إلى أن الأفراد العاديين في أية ثقافة أو دولة يكونون محايدين في درجة الرضا، ذلك أن نصف الأفراد يكونون فوق المعدل ويركز مع الدور الدخل المادي وعلاقته بالسعادة والرضا عن الحياة، لأن الدخل المادي يرتبط بجميع مراحل الحياة حيث يضعون مستوى حياتهم المادي في المقام الأول ويرى كل من دينر deiner وفيجتا fugita ان المقارنة الاجتماعية ليست فقط وسيلة لظهار ما هو إيجابي وتحقيق السعادة والرضا وانما قد تؤدي إلى السلبية وعدم الشعور بالرضا لدى الأفراد وبالتالي وجود من هم أقل حظا قد لا يؤدي بالضرورة إلى الشعور بالرضا أو عدم الرضا أو الشعور بالسلبية أو الإيجابية اتجاه الذات أو أحداث الحياة. (عدة، 2018، ص 78).

نظرية الخبرات السارة:

يرى أصحاب هذه النظرية أن الانسان يرضى عن حياته عندما تكون خبراته فيها سارة وممتعة فليست الظروف أو المواقف الطيبة هي مصدر الرضا وانما ما يدركه الانسان من خبرات سارة فالظروف وإدراكها مسألة نسبية تختلف من شخص إلى آخر وفق ما يدركه كل منهما في الموقف من خبرات ممتعة أو غير ممتعة. (قنون، 2013، ص 112).

وبالتالي حتى يكون الانسان راضيا عن حياته بوجه عام يرتبط ذلك بخبراته للأحداث السارة التي تولد بدورها زيادة الحالة المزاجية للفرد والتعبير عن شعوره بالرضا عن الحياة، مما يعني أن المواقف الحياتية ليس لها دخل في الإحساس بالرضا عن الحياة، وإنما يكون عن طريق إدراك الفرد للخبرات واحداث حياته وما يكونه حولها من اعتقادات.

نظرية التقييم:

ترى هذه النظرية أن الشعور بالرضا يمكن قياسه من خلال عدة معايير وأحد هذه المعايير يعتمد على الفرد ومزاجه والثقافة والقيم السائدة، كما أن الظروف السائدة تؤثر على درجة الشعور بالرضا وعلى سبيل المثال الأفراد عندما يقيمون مدى رضاهم عن الحياة لا يفكرون عادة بقدراتهم الحركية إلا إذا تواجدوا مع أحد الافراد الذين يعانون من إعاقة حركية.

(عبد العزيز ابراهيم، 2021، ص 358)

كما أن الشعور بالرضا أو عدمه لا يرتبط بالعمر الزمني للفرد ويرتبط الرضا عن الحياة بالمستوى الاقتصادي للأفراد وبحسب نظرية ماسلو للحاجات فإن الأفراد في الدول الغنية يفترض أن يكونوا أكثر سعادة ورضا في حياتهم مقارنة بالدول الفقيرة التي تعاني من نقص مادي والذي يؤثر على اشباع الحاجات الأساسية للأفراد، مما يجعل حاجات الأمن أكثر أهمية في تلك الثقافات في حين تكون حاجات الحب وتحقيق الذات أكثر أهمية في الدول الغنية، كما أشارت أيضا بعض الدراسات إلى ان العلاقات الاجتماعية أكثر أهمية من الجوانب المادية من أجل الشعور بالرضا في بعض الثقافات (عدة، 2018 ص79).

وعليه فإن النظرية تقوم على تقييم الشعور بالرضا عن طريق المزاج والسلوك والثقافة التي يتمتع بها فهي من تحدد مستوى رضاه بقدرته على التكيف مع مختلف الحاجات الأساسية.

النظرية المتكاملة:

مع اختلاف النظريات السابقة في تفسير الرضا عن الحياة فإن المتأمل في افكارها يجدها متكاملة ومتناسقة وليست متعارضة أو متناقضة فيما بينها لأن عوامل الرضا كثيرة ومتنوعة وتختلف من شخص إلى آخر وتختلف في الشخص الواحد من موقف إلى آخر فبعض الناس يرضون عن الحياة عندما تكون ظروف الحياة طيبة وتسير وفق ما يريدون وغيرهم يرضون عنها عندما يدركون الخبرات السارة وآخرون يرضون عنها عندما يحققون طموحاتهم وينجزون أهدافهم وفريق رابع يرضون عن الحياة عندما يقارنون انجازاتهم بانجازات الآخرين ويدركون تفوقهم على غيرهم. (شقورة، 2012، ص 32)

وقد تمثل النظريات السابقة تفسيرات جزئية للرضا عن الحياة، إلا أن كمال إبراهيم مرسى يرى انه يمكن إيجاد تكامل فيما بينهما وإيجاد بعض عوامل الرضا عن الحياة وهي كالآتي:

- أن يعيش الانسان في ظروف طيبة تشعره بالأمن والطمأنينة.

- أن يدرك الخبرات السارة التي تمتعه وتسره.

- أن يحقق أهدافه في الحياة ويتغلب على الصعوبات التي تواجهه.

- أن تكون طموحاته في مستوى قدراته وامكانياته حتى لا يتعرض للإحباط كثيرا.

- أن ينجح ويتفوق في عمله أو دراسته حتى يشعر بالكفاءة والجدارة وتقدير الذات.

(عدة، 2018، ص 79)

2-1 وجهات النظر التي فسرت الرضا عن الحياة:

يتضح من الدراسات التي تناولت علاقة الشخصية بالرضا عن الحياة أنه يوجد ثلاث اتجاهات رئيسية في هذا المجال ويطلق على الأول اتجاه القاع-القمة والثاني يطلق عليه اتجاه القمة-القاع والثالث يعرف بالاتجاه الانفعالي.

اتجاه القاع-القمة BUTTOM-UP Approach :

يفترض هذا الاتجاه ان الرضا الكلي هو نتيجة لرضا الفرد عن مجالات الحياة المختلفة، تلك المجالات التي تشكل مدخلات تحتوي على معلومات رئيسية يستخدمها الفرد في التقييم الكلي للرضا عن الحياة ويتخذ هذا الاتجاه من البيئة منطلقا لتكوين خبرة الرضا عن الحياة فمستوى الرضا عن الحياة يعتمد على عوامل خارجية تتعلق بالبيئة المحيطة بالفرد، فأحداث الحياة المختلفة سواء كانت إيجابية أو سلبية لها تأثير على مستوى رضا الفرد عن حياته هو الذي يمر بكم من الخبرات والأحداث السارة يفوق الخبرات والأحداث المؤلمة والمحزنة وهذا ما تؤكدته دراسة قام بها مارتنسون وآخرون والتي أسفرت عن وجود علاقة بين المتغيرات السلبية ومستوى الرضا عن الحياة بعد ضبط عدد من المتغيرات التي يمكن أن تؤثر على مستوى الرضا عن الحياة كالحالة الصحية للفرد والشعور بالاغتراب والتصدع الشخصي وهذا يعني أن الشخص الذي يتمتع بعلاقات اجتماعية جيدة ومستوى اقتصادي عال أكثر رضا عن الحياة. (جاب الله، 2016، ص 179)

اتجاه القمة-القاع Top-Down Approach :

يعكس اتجاه القمة-القاع محاولات الباحثين المبكرة لفهم الأسباب والعوامل التي تجعل بعض الناس أكثر رضا عن حياتهم تلك المحاولات التي نظرت إلى ان سمات شخصية الفرد هي المسؤولة ع الرضا عن الحياة وليست العوامل الموقفية في حياة الفرد، ويفترض هذا الاتجاه أن هناك ميلا شاملا لدى الفرد لأنه يخبر الأشياء بطريقة إيجابية ومن ثم يستمتع بالفرح لأنه يشعر بالسعادة والرضا ويذكر هيللر وآخرون (2004) أن اتجاه القمة- القاع يركز على أهمية سمات الشخصية في تحديد مستوى الرضا عن الحياة لدى الأفراد، ويرى أن الرضا عن الحياة هو نتاج لعمليات ذاتية داخلية أكثر منه نتاج عوامل موضوعية خارجية، وطبقا لهذا الاتجاه فإن أحداث الحياة اليومية وبالرغم من تأثيرها على تقييم الفرد الذاتي وما يمر به من خبرات

إلا أن تأثير الأحداث والتغيرات التي تحدثها في مستوى الرضا عن الحياة على المدى الطويل هو تأثير محدود إذ ما قورن بتأثير الشخصية في الرضا عن الحياة. (كنان إسماعيل الشيخ، 2017، ص 379)

ويضع هيدي وبرينج headey et wearing تفسيراً لهذا التأثير المحدود للعديد من خبرات الفرد في مستوى الرضا عن الحياة من خلال نموذج الاتزان الدينامي الذي ينظر إلى قدرة سمات الشخصية على إعادة التوازن في مستوى الرضا عن الحياة بالرغم من انحراف هذا المستوى بسبب ما تملكه الحياة من قوة دافعة قد تؤثر سلباً أو إيجاباً في هذا المستوى، (جانب الله، 2016، ص 180) وفي هذا الصدد يرى كوستا ومكري أنه توجد علاقة بين عوامل الشخصية الخمسة الكبرى والوجود الشخصي الأفضل الذي يتكون من الوجدان الإيجابي والوجدان السلبي والرضا عن الحياة، وتوجد علاقة بين المستوى المرتفع من الانبساطية والرضا عن الحياة وعلاقة بين المستوى المنخفض بين العصابية والرضا عن الحياة، ويفسر لونسيري وآخرون تلك العلاقة بكون الشخصية تسبق الرضا عن الحياة وجوانب الخبرة الأخرى التي تسبب الرضا عن الحياة، إذ إن معرفة تأثير جوانب معينة من الخبرة على الرضا يتطلب النظر إلى دور سمات الشخصية وتأثيره على الرضا عن الحياة وبالتالي ينظر هذا الاتجاه إلى الرضا عن الحياة على أنه سمة راسخة في الشخصية واستعداد ثابت يؤثر في حياة الفرد ويجعله يسلك بطريقة متسقة وهذا الاستعداد الثابت في الرضا عن الحياة يخدم اتجاه القمة-القاع حيث يذهب إلى أن الاختلافات بين الأفراد تعزى إلى استعدادات يولد الأشخاص مزودين بها. (شقورة، 2012، ص 37)

الاتجاه التفاعلي reciprocal Approach:

اقترح هذا الاتجاه هيدي وبرينج heady and wearing 1992 ويتخذ من منظور التفاعل منطلقاً له، وينظر لكل من العوامل الشخصية والعوامل البيئية على قدر متساوي في علاقتها

بالسعادة ويفترض هذا الاتجاه أنه في الوقت الذي نسب فيه الرضا الكلي عن الحياة بالرضا عن مجالات محددة في حياة الفرد، فإن الرضا عن الحياة هو أيضا نتيجة للرضا عن هذه المجالات.

وبالتالي يعترف هذا الاتجاه بأهمية كل من الاستعداد الراسخ لدى الفرد الذي يؤثر على تقييمه للرضا سواء الرضا الكلي أو الرضا عن مجالات محددة في حياته، وأهمية تأثير الرضا على مجالات محددة في الحياة على حكم الفرد وتقييمه للرضا عن الحياة بشكل عام. (العجال، 2018، ص 26)

وهناك مجالات معينة من الحياة كالصحة والثروة والسعادة الزوجية تلعب دورا مهما في تحديد مستوى رضا الفرد عن حياته، ويؤكد هذا الاتجاه نتائج الدراسة التي قام بها، هيلر وآخرون بحيث أسفرت نتائجها على ان من سمات الشخصية والعوامل الموقفية علاقة بالرضا عن الحياة، كما تؤكد نتائج الدراسة الي قام بها بريف brief وآخرون إلى ان ظروف الحياة الموضوعية التي يمثلها اتجاه أسفل-أعلى يؤثران معا على الوجود الشخصي الأفضل. (عدة، 2018، ص 71)

ويتضح مما سبق وجود ثلاثة اتجاهات حاولت تفسير الرضا عن الحياة الأول القاع-القمة (أسفل-أعلى) حيث فسره من المنظور السلبي، إذ أن تقييم الفرد للرضا عن الحياة هو عمية سببية تبدأ من الرضا عن جوانب الحياة المختلفة والثاني القمة-القاع (الأعلى-الأسفل) تفسيره من خلال وجود استعدادات مسبقة للرضا عن الحياة لدى الفرد تحدد رضاه عن جوانب الحياة المختلفة، أما الاتجاه الأخير، الاتجاه التفاعلي الذي يركز على التفاعل بين الرضا الكلي عن الحياة والرضا عن جوانب الحياة المختلفة وفي مقارنة لهذه الاتجاهات الثلاثة في تفسير الرضا عن الحياة أسفرت نتائج دراسة قام بها لانس lance وآخرون 1989 ان الاتجاه التفاعلي

أكثر فعالية في تفسير الرضا عن الحياة مقارنة بالاتجاهين الأسفل-الأعلى (القاع-القمة) (الأعلى-الأسفل) (القمة-القاع). (عدة، 2018، ص 72- 73)

المبحث الثالث: عوامل وأبعاد الرضا عن الحياة.

1-العوامل التي ترتبط بالرضا عن الحياة:

أشار العلماء الى تعدد العوامل التي تساعد على زيادة الرضا عن الحياة لدى المسنين وقد اقترحوا مجموعة من المتغيرات كالصحة الجيدة والمشاركة في النشاطات الاجتماعية والزواج والحالة الاجتماعية الاقتصادية وعدم الإقامة في دور المسنين، ومن أهم هذه المتغيرات التي درست علاقتها بالشعور بالرضا ما يلي:

-الرضا عن الحياة والعلاقات الاجتماعية:

تعتبر العلاقات الاجتماعية مصدرا من أهم مصادر الشعور بالرضا حيث يتم تدعيم الرضا والتوافق النفسي من خلال وجود أفراد كمصدر ثقة في حياة الفرد مثل شريك الحياة والأصدقاء فالعلاقات الاجتماعية تقدم للفرد الفرصة للإفصاح +التعبير عن الذات والرفقة والمساندة الاجتماعية وقت الازمات هذا إضافة الى الشعور بالانتماء وهذا ما أكدته تيش وزملاءه عام 1981 حيث وجدوا أن الاتصال والاندماج مع الأصدقاء ارتبط بشكل مرتفع بالرضا عن الحياة لدى المسنين كما وجد تيل وكاهان عام 1999 أن العلاقات الاجتماعية كانت محددا قويا للشعور بالرضا الى السيدات المسنات في الصين سواء كن متزوجات أم لا

كما يعد الزواج من أكثر أنواع العلاقات الاجتماعية تأثيرا في الشعور بالرضا وهناك تراث بحثي كثير حول العلاقة بين الحالة الزوجية والشعور بحسن الحال .كما يقاس من خلال العديد من المؤشرات ومن ضمنها الرضا عن الحياة اذ وجدت دراسات عديدة أن فقدان شريك الحياة يعوق عملية التوافق ويؤدي الى تدهور الصحة الجسمية للمسنين بوجه عام فإن المتزوجين أكثر رضا عن الحياة من النساء المتزوجات والأرامل مما يوحي بأن فائدة الزواج

للرجال أكثر من فائدته لدى النساء و كما أن هناك جانباً يعتبر أن النساء عموماً يعبرن عن درجة من الشعور بالرضا أكثر من الرجال إضافة على ذلك فإن الرجال يحصلون على إشباع أكثر من الزواج إذا قورنوا بالنساء فالزوجات يوفرن للأزواج دعماً اجتماعياً أكثر مما يوفره لهن الأزواج.

- كما وجد جوف gove وهيوز hughes أن الزواج أكثر أهمية للرضا عنه الذكور منه على الإناث وقد وجد أيضاً أن النوعية الانفعالية للزواج أكثر أهمية لدى الإناث منها لدى الرجال بينما وجدت برنارد bernard عند مراجعتها لمجموعة من الدراسات أن النساء المتزوجات هن أقل رضا من الرجال المتزوجين

- الرضا عن الحياة والتقاعد والنشاطات وقت الفراغ

يرى كل من برات bratt وبيتر petter وكراوس craus أن النشاط الذي يمارسه الفرد في وقت الفراغ ويختاره وفق دافعية ذاتية وإرادته الشخصية تكون نتائجها اكتساب الفرد قيم معرفية وخلقية واجتماعية كما تساهم في توفير الراحة والرضا النفسي بجانب الشعور بالسرور والمتعة والاسترخاء وقد اكتشفت بعض البحوث الحديثة أن كبار السن لا يبدو أنهم تعساء أكثر ممن هم في منتصف العمر أو مقتبله وذلك على الرغم من التدهور في الصحة الجسمية والتقاعد وموت شريك الحياة والأقران وغير ذلك من المتغيرات الموضوعية المصاحبة لتقدم العمر ونتيجة لهذه الصعوبات فمن الممكن أن نتوقع مستويات منخفضة من السعادة بين كبار السن ومع ذلك يبدو أن السعادة لم تتأثر بهذه الظروف السيئة الناتجة عن عملية التقدم في العمر.

كما أظهرت دراسة ليلي عبد الله سنة 1995 أن أغلب المسنين المتقاعدين يعانون من أحد أمراض الشيخوخة وتقلص العلاقات الاجتماعية وزيادة وقت الفراغ و الحرمان من العائد المادي والأدبي وبالتبعية انخفاض الشعور بالرضا عن الحياة الذي يعتبر مؤشراً لسعادة المسن وصحته النفسية وقد وجدت دراسات أخرى أن الرجال المسنون يظهرون تدهوراً كبيراً في المزاج

والشعور بالرضا عن الحياة عندما يصبحون أرامل لفترة طويلة من الزمن وقد فسرت تلك النتيجة في الضوء أهمية العلاقات الاجتماعية لكلا الجنسين حيث كانت علاقة القرابة منبئا قويا بالشعور بالرضا لدى النساء عموما بغض النظر عن كونهن متزوجات أم لا.

ويسبب التقاعد عدم الرضا والتعاسة لمعظم المسنين ويؤثر تأثيرا كبيرا على الصحة النفسية والجسمية لهم ويمكن أن يؤدي الى الاكتئاب ويعود ذلك جزئيا الى أن العمل يزود الفرد بعدد من المزايا غير الواضحة بالإضافة الى كونه مصدرا للرزق وتتضمن هذه المزايا توفير نظام الاستخدام الوقت و قيام علاقات اجتماعية خارج نطاق الأسرة وربط الفرد بأهداف وغايات أوسع نطاقا وإعطاء مكانة وإحساس بالهوية وتوفير مستوى مرتفع من النشاط والحصول على المعرفة وتطبيقها وأحيانا توفير الفرحة للتعلم واكتشاف الأفكار الجديدة وربما كانت هذه العوامل مهمة للكثير من الناس فمن الواضح اذن أن الجلوس بلا عمل لا يفيد ومن ناحية أخرى يبدو أن بعض المتقاعدين عن العمل ينجحون في الحصول على المزيد من عوامل الرضا هذا بعد تركه للعمل وقد يرجع ذلك الى كونه استطاع أن يجد شيئا يفعله وينفق فيه وقته ويحافظ فيه على مهاراته وبالتالي نجد أن تنظيم الأنشطة في حالة التقاعد يحقق الرضا وقد نتساءل ما هو المقصود بأنشطة وقت الفراغ وأي أنشطة تحقق الرضا، بحيث يقصد بها كل ما يقوم به الفرد من نشاطات بناء على رغبته بغض النظر عن نتائجها وأهم صورها مشاهدة التلفاز، والحياة الاجتماعية والأندية وقراءة الجرائد والمجالات وممارسة الهوايات وقد تتضمن نفس الأنشطة التي تمارس في أنواع معينة من العمل وان كانت غير مدفوعة الأجر ولكن انسان يؤديها وقتما يشاء وكيف ما يشاء، وهذا إضافة الى نشاطات إنتاجية التي تقدم للمجتمع سواء كانت بأجر أم لا كالأعمال المنزلية أو الرعاية غير الرسمية لأطفال والجيران وقد وجدت الدراسات التي تمت بهذا العدد في مجملها أن هناك علاقة إيجابية بين ممارسة النشاطات والشعور بالرضا والرفاهية النفسية (قنون 2013، ص 115)

الرضا عن الحياة والتدين:

الرضا عن الحياة هو شعور الفرد بالارتياح اتجاه حالته الصحية وعلاقته الاجتماعية والعمل الذي يؤديه، متقبلاً لذاته وأن يكون مجاله الحيوي مشبعاً لحاجاته الأولية والثانوية ولديه قدر كبير من الايمان بالله متوافقاً مع أسرته ومجتمعه فالرضا هو الاطمئنان الى الاختيار الله وراحة القلب له فأهل الرضا هم الذين لا يختارون شيئاً يريدونه لأنفسهم بل يتركون التدبير لاختيار الله عزوجل فالدين هو أحد مجالات الشعور بالرضا وتزداد أهميته بالنسبة لبعض الجماعات خاصة الكبار السن ويبدو أن هناك ارتباط قوي بين الشعور بالرضا الديني والتعلق بالدين والسعادة والصحة.

وبهذا يعد التدين من أهم الحاجات المشبعة لدى الانسان التي تبعث على شعور بالرضا والإحساس بالسعادة حيث يعتبره البرت albert حاجة النفسية إنسانية موروثة فمعظم الناس عبر تاريخ البشرية يمارسون شكلاً من أشكال التدين ويمثل لهم محددات لهويتهم وسبباً من أجله يعيشون أو في سبيله يموتون وفي ضوء ما أسفرت عنه بحوث عديدة على الرفاهية النفسية يمكن اعتبار التدين عاملاً مركزياً للشعور بالرضا والتوافق مع عملية الشيخوخة حيث يؤدي للشخص الذي يعتقد به إمكانية أحداث قدر من التغيرات العميقة التي ينظر من خلالها الى نفسه وإلى الآخرين والإحساس بالدعم الاجتماعي من خلال انتمائه الى المؤسسة الدينية التي يعتقد بها وهذا ما أشارت اليه كتابات عديدة.

-كما يوفر التدين إحساساً بمعنى الحياة اليومية وحتى أثناء الأزمات كما أشارت دراسات حديثة الى ارتباط التدين بالصحة الجسمية والنفسية وبالأمن النفسي لدى المسنين إذ أن الاعتقاد من جانب الشخص بأن لديه علاقة شخصية حميمة آمنة بالله سبحانه وتعالى يقلل من مشاعر الوحدة النفسية والأعراض الاكتئابية ويقوي من الصحة الجسمية لديه او من ثم يساهم التدين في تحقيق الرضا عن الحياة (قنون، 2013، ص 116)

الرضا عن الحياة وسمات الشخصية:

تلعب سمات الشخصية دوراً مهماً في تحقيق الرضا عن الحياة بالإضافة إلى الظروف الموضوعية فالسمات مثل الانبساطية والعصابية وتقدير الذات تؤثر بشكل جوهري في الشعور بالرضا حيث وجد ارتباط إيجابي بين الرضا والانبساط في حيث كان الارتباط سلبياً بين الرضا والعصابية مما يجعلنا نستنتج أنه إذا كان اتزان الشخصية واستقرارها عازلاً ضد عدم الرضا وواقياً منه فإن الانبساط عامل إيجابي في الشعور بالرضا

- أن الإحساس بعدم الرضا عن الحياة وتأثير على الشخصية الفرد وتكيفه وعلاقاته داخل المجال الاجتماعي الذي يعيش فيه وهو تأثير لا ينبغي إغفاله أو تجاهله إذا كان يراد للفرد أن يعيش حياة مستقرة.

وقد أثبتت دراسات عديدة الدور الهام الذي تلعبه سمات الشخصية في تحقيق الرضا عن الحياة كدراسة بيترسون 2007 PETERSON ودراسة أونج 2006 ONG والتي أظهرت أن للشخصية الانبساطية إحساس عالمي بالرضا عن الحياة بينما للشخصية العصابية إحساس منخفض بالرضا عن الحياة كما أظهرت دراسة دينر ايمونس EMMONS DIENER 1985 الارتباط الإيجابي بين الانبساطية والرضا عن الحياة هذا بالإضافة إلى ارتباط العوامل الخمسة للشخصية و المتمثلة في الانبساطية العصابية يقظة الضمير المقبولية الاجتماعية (المجارية) الانفتاح على الخبرة بالرضا عن الحياة.

ويفسر علماء الشخصية العلاقة بين الشخصية والرضا عن الحياة في ضوء المعالجة المعرفية للمعلومات الوجدانية حيث وجد ريسيتينغ RUSTING مؤشرات على أن الأفراد يفضلون الانتباه وإدراك وتذكر المعلومات السارة عن المعلومات السيئة كما وجد كل من ريد REED وسيرلنتي SERRLENTY أن الأشخاص الانبساطيين يتسمون بالبطء في تغيير انتباههم

بعيدا عن المنبهات المدعمة أو التي تحمل المكافأة من الأشخاص الانطوائيين (عدة، 2018، ص 85)

-الرضا عن الحياة والمستوى التعليم:

على الرغم من أهمية الذكاء الأكاديمي للنجاح والتفوق الدراسي الا أنه ليس من الضرورة أن يكون المتفوقون دراسيا ناجحين ومتفوقين في خضم الحياة فعلى الرغم من أن معامل ذكائهم عال الا أنهم يتعثرون ويفشلون ليس في حياتهم الأسرية وعلاقتهم بالآخرين فقط بل أيضا في مجال عملهم ومن ناحية أخرى نجد أن من يكون ذكاؤهم متواضعا يحققون نجاحات مبهرة ويحصلون مع حب الجميع ورضاهم وبالتالي يكونون أكثر اتزاناً وهدوء وسعادة ورضا عن أنفسهم.

وبهذا اختلف الباحثون في مجال العلاقة بين الرضا عن الحياة ومستوى التعليم فمنها من أقرت بوجود ارتباط إيجابي بين المتغيرين السابقين ومنها من نفت هذا الارتباط.

فمن بين الدراسات التي أكدت على العلاقة الإيجابية بين الرضا عن الحياة ومستوى التعليم دراسة فونسيكا 2008 fonseca والتي توصلت الى أن المتعلمين أكثر رضا عن حياتهم مقارنة بغير المتعلمين.

-بالإضافة الى دراسة رياض ملكوش حول علاقة الرضا عن الحياء بالدخل والتعليم والعمر لدى المعلمات رياض الأطفال في الأردن والفروق في الرضا باختلاف تقدير الذات ومركز الضبط والحالة الاجتماعية والتي أظهرت ارتباط الرضا عن الحياة بمستوى التعليم أي أنه كلما ارتفع مستوى تعليم ارتفع معدل الرضا عن الحياة.

بينما هناك دراسات أقرت بالعلاقة السلبية بين كل من الرضا عن الحياة و مستوى التعليم كدراسة بترسون 2007 pterson ودراسة 1999 chou (عدة، 2018، ص 87)

الرضا عن الحياة والعمر:

يشير هيل كاثلين hell kathlen الى أن الإحساس كبار السن بعدم الاهتمام بعدم تجعلهم أكثر عرضة لكثير من المشكلات الاجتماعية والنفسية والجسمية فقد تطرأ على الفرد عند تقدمه في السن تغيرات تؤدي الى فقدانه لبعض القدرات الوظيفية والبدنية والادراكية الحسية مما يؤثر بشكل كبير على توافقه الشخصي وعدم رضاه عن الحياة.

وقد توصل كل من سوير sauer وفيروف veroff الى أن العمر مرتبط إيجابيا بالرضا عن الحياة مما يشير الى أن الأشخاص الأصغر عمرا أقل رضا عن الحياة من الأشخاص الأكبر سنا بينما توصلت دراسات أخرى الى أن الرضا عن الحياة مرتبط بمرحلة الشباب أكثر من المراحل التي يكون فيها العمر متقدما ذلك أن الأكبر سنا ينظرون الى المستقبل بطريقة أكثر تشاؤما مقارنة بالأصغر سنا.

- بينما أظهرت دراسة هونبر 1994 honber أن الرضا عن الحياة لا يتأثر بالعمر الزمني للفرد ولا بالجنس بل يتأثر بالمستوى الاقتصادي والاجتماعي (عدة، 2018، ص 88)

2/- أبعاد الرضا عن الحياة:

يرى فرانكن أن من مظاهر الرضا عن الحياة السعادة، العلاقات الاجتماعية، الطمأنينة، الاستقرار الاجتماعي والتقدير الاجتماعي لان من يشعر بهذه الأشياء ويعمل على تحقيقها واشباع رغبته منها يكون راضيا عن حياته بصورة إيجابية حيث أن السعادة هدف للأفراد برغم من تباين ادراك ما يجلب للفرد السعادة

في حين يؤكد مجدي الدسوقي أن أبعاد الرضا عن الحياة تتمثل كالآتي:

السعادة: تعتبر السعادة عنصر من عناصر الاشباع البيولوجي والاجتماعي والنفسي لدى الفرد والجماعات وترتبط تماما بالصحة النفسية لدى الأفراد خاصة.

وأن الصحة النفسية تتحقق بشعور بالأمن والاستقرار النفسي.

الاستقرار النفسي: وتتمثل بالرضا عن النفس والشعور بالصحة والتفاؤل تجاه المستقبل.

التقدير الاجتماعي: وتتمثل في ثقته الفرد في قدراته وامكانياته والاعجاب تجاه سلوكه الاجتماعي.

القناعة: وتعتبر عن رضا الفرد وقناعاته بما وصل اليه واقتناعه بمستوى حياته التي يعيشها **الرضا عن الظروف الاجتماعية:** وهي وصف لسلوك الفرد بالتسامح والمرح وميله الى الضحك وتبادل الدعاية وتقبل الآخرين.

الطمأنينة: وتعني الاستقرار الفرد الانفعالي والنوم الهادئ المسترخي والرضا عن الظروف الحياتية وتقبل الآخرين وانتقادهم

ويرى في جمال السيد التفاحة أن أبعاد الرضا عن الحياة تتمثل في

التفاعل الاجتماعي: قدرة الفرد على التفاعل والاندماج والاتصال مع الآخرين وأن يؤثر فيهم ويتأثر بهم وأن يدرك أنه مصدر ثقة وانتماء.

القناعة: وهي رضا الفرد بما يقدم له من مساعدة وعون وقبول ذاته والمحيطين به.

التفاؤل: توقعات الفرد الإيجابية نحو المستقبل حياته والاستبشار والأمل في أن العسر يليه اليسر.

الثبات الانفعالي: التعايش مع الأحداث والمواقف بالثبات النسبي مع القدرة على ضبط والتحكم في النفس واستقرار الحالة المزاجية والاعتدال في اشباع الحاجات النفسية والبيولوجية.

التقدير الاجتماعي: هو شعور الفرد بالتقبل والحب والاعتراف به والسماح له بالمشاركة في صنع القرارات وحرية التعبير في الرأي والثناء على ما قدمه وما يفعله.

الحماية: إدراك الفرد لحجم الرعاية التي تقدم له والإحساس بالأمان وعدم النبذ والهجر وتلبية احتياجاته ومتطلباته.

وتخفيف من حدة القلق التي قد يتعرض لهن والمساندة والمواساة وقت الأزمات والشدائد (تفاحة، 2009، ص276)

أما عبد المنعم فقد حدد للرضا عن الحياة أبعاد أساسية تتمثل في السعادة، التدين، تقبل الحياة، نوعية الحياة (جلالة، 2015، ص15).

أما رايف raif فترى أن الرضا عن الحياة يتضمن الأبعاد التالية:

1- **تقبل الذات:** ويشير الى القدرة على أقصى مدى تسمح به القدرات والإمكانات والنضج الشخصي والاتجاه الإيجابي نحو الذات

2- **العلاقات الايجابية مع الآخرين:** وتشير الى القدرة على إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين قائمة على الثقة والثناء والقدرة على التواجد مع الآخرين والقدرة على الأخذ والعطاء مع الآخرين

3- **الاستقلالية:** وتشير الى القدرة على تقرير مصير الذات والاعتماد على الذات والقدرة على ضبط وتنظيم السلوك الشخصي.

4- **الكفاءة البيئية:** (السيطرة على البيئة) وتشير الى القدرة على اختيار وتخيل البيئات المناسبة والمرونة الشخصية أثناء التواجد في السياقات البيئية.

5- **هدفية الحياة:** وتشير الى أن يكون للفرد هدف في الحياة ورؤية توجه تصرفاته وأفعاله نحو تحقيق هذا الهدف مع المثابرة والإصرار.

6- **النمو الشخصي:** وتشير الى قدرة الفرد على تنمية قدراته وامكانيته الشخصية لإثراء حياته الشخصية. (بوعيشة، 2014، ص 91)

أما في موسوعة علم النفس فيتسم تعريف الرضا عن الحياة على أنه مفهوم ذو أبعاد عديدة أوضحها بيترمان وسيلا petrman and silas في 7 محاور .

التوازن الانفعالي: يتمثل في ضبط الانفعالات الإيجابية والانفعالات السلبية كالحزن والكآبة والقلق.

الحالة الصحية العامة للجسم:

- **الاستقرار المهني:** حيث يمثل الرضا عن العمل بعدا هاما في جودة الحياة

-**الاستقرار الأسري:** تواصل العلاقات الاجتماعية داخل البناء العائلي

- الاستمرارية وتواصل العلاقات الاجتماعية خارج نطاق العائلة

- **الاستقرار الاقتصادي:** وهو ما يرتبط بدخل الفرد الذي يعينه على مواجهة الحياة

ومن خلال التعاريف المتعددة لهذا المفهوم الرضا عن الحياة يمكن تميز 3 أبعاد له وهي:

الذاتية: ويقصد بها مدى الرضا الشخصي بالحياة وشعور الفرد بجودة الحياة

الوجودية: وتمثل الحد المثالي لإشباع حاجات الفرد واستطاعته للعيش بتوافق روحي ونفسي مع ذاته ومع مجتمعه

الموضوعية: وتشمل الجوانب الاجتماعية للحياة الأفراد والتي يوفرها المجتمع من مستلزمات مادية (جلالة، 2015، ص15).

المبحث الرابع: محددات ومقومات الرضا عن الحياة.

1-1 محددات الرضا عن الحياة:

يعد الإحساس بالرضا أحد المكونات الأساسية للسعادة فهو نوع من التقدير والتأمل لمدى حسن سير الأمور سواء في الحاضر أو في الماضي وهناك شعور بالرضا الحياتي بوجه عام وعن العمل وعن وقت الفراغ وعن الأسرة وعن المجالات الأخرى ويختلف الناس في درجة تقديرهم لمدى رضاهم عن الحياة ويمكن تفسير الاختلافات في الشعور بالرضا في الحياة بين الناس بعدة محددات وأعمال فيها.

أ)-تأثير الظروف الموضوعية على الشعور بالحياة :

تأثر ظروف الحياة على الشعور بالرضا فالأشخاص المستقرون في حياتهم ولهم عمل مشوق وصحتهم جيدة هم أكثر سعادة من الآخرين ولكن هذا ليس كل شيء فهناك الكثير من الشعور بالرضا المستمر من الأنشطة ممتعة لكنها لا ترتبط بتاتا بأشباع الحاجات.

ب)-خبرة الاحداث السارة:

قد يتأثر الشعور بالرضا عن الحياة بخبرة الاحداث السارة والتي تولد مشاعر ايجابية وقد تبين أن مجرد وضع الناس في حالة مزاجية حسية يزيد من تعبيرهم عن الشعور بالرضا عن الحياة ككل.

ج)- الطموح و الانجاز:

يكون الشعور بالرضا أكثر عندما تقترب من الطموحات من الانجازات ويكون أقل عندما يبتعد عنها وتقوم الطموحات على المقارنة بالآخرين أو على خبرة الفرد الماضية.

د- المقارنة مع الآخرين:

لكي تحدد ما اذا كان القم قصيرا ام طويلا لابد من عقد المقارنات مع الآخرين وتعتمد كيفية اصدار الناس الاحكام أو التقديرات على مدى فهمهم لمعنى الدرجات على مقاييس التقدير هذه ويمكن ان تكون التقديرات الذاتية للشعور بالرضا عن الحياة معتمدة على المقارنة مع الآخرين في حين يعتمد تقدير السعادة على الحالات المزاجية المباشرة. (الاحيوات، 2017، ص03).

2-1 مقومات الرضا عن الحياة:

تتمثل مقومات الرضا من الحياة في حالة المعافاة الكاملة بدنيا وعقليا ونفسانيا واجتماعيا وفقا لتعريف منظمة الصحة العالمية فإن للصحة عناصر مفيدة وهي كالآتي:

1- الصحة الجسدية:

وتشمل الخلو من التوتر والقلق والامراض والقدرة على القيام بوظائف الجسم الديناميكية والحالة المثلى منة اللياقة البدنية.

2-الصحة النفسية:

القدرة في التعرف على المشاعر والتعبير عنها وشعور الفرد بالسعادة والراحة النفسية دون اضطراب وتردد.

3-الصحة الروحية:

وهي صحة تتعلق بالمعتقدات والممارسات الدينية للحصول على السلام مع النفس.

4-الصحة العقلية:

هي الصحة التي تتعلق بالقدرة على التفكير بوضوح وتناسق والشعور بالمسؤولية والقدرة على حسم الخيارات واتخاذ القرارات وصنعها.

5- الصحة الاجتماعية:

هي القدرة على اقامة العلاقات مع الآخرين والاستمرار بها والاتصال والتواصل مع الآخرين واحترامهم.

6- الصحة المجتمعية:

هي القدرة على اقامة العلاقات مع كل ما يحيط بالقرب من مادة او اشخاص وقوانين وأنظمة.

-الاولضاع الاقتصادية المريحة:

مثل السكن الجيد، غذاء، الدخل، والقدرة الشرائية للفرد.

- الجو الاسري:

وجود شريك في الحياة والاولاد والعلاقات الاجتماعية والتواصل مع الأقرباء والأصدقاء.

(عيسى، 2013، ص60-61).

* أما الحمص 2010 فيرى ان الرضا من الحياة تعريف نسبي يختلف من شخص لآخر حسب ما يراه من تقييم حياته توجد عوامل كثيرة تتحكم فيه:

1- القدرة على التفكير وأخذ القرارات.

2- القدرة على التحكم.

3- الاحوال المعيشية والعلاقات الاجتماعية.

4- المعتقدات الدينية والقيم الثقافية والحضارية.

5- الصحة الجسمانية والعقلية.

6-الاضاع المالية والاقتصادية والتي في ضوءها يحدد كل شخص التي تلزمهم بالنسبة له والذي يحقق سعادته في الحياة التي يحبها. (ماضوي، 2018، ص 23).

-ويتضمن التفسير الدقيق للفروق الفردية في السعادة ثلاث تأثيرات تشمل على الشخصية والجوانب الاجتماعية والعوامل البشرية فمن الناحية الشخصية يجتمع الرضوان عن حياتهم بالسعادة والصحة الجسدية والشعور بالطمأنينة والشعور بالتقدير الاجتماعي وتتضمن القناعة والجوانب أو العلاقات.

الاجتماعية: العمل، الزواج، الاصدقاء، والجيران والعوامل البيئية، والديمغرافية، العمل والدخل والتكيف الاجتماعي، وهي قدرة من ان يصل الى درجة من التكيف مع نفسه اي مع قيمه الى رضاها لنفسه وان يصل الى درجة اليأس بها من التكيف مع البيئة التي يعيش فيها وكذلك الشعور بتقليل لذاته وتقليل الاخرين له وشعوره بالسعادة ولارتياح اتجاه ما يقدم به من تحريفات وسلوكيات وكذلك يظهر التكيف الاجتماعي في الاستمتاع الفرد بحياته وعمله واسرته واصدقائه وشعوره بالطمأنينة والسعادة والراحة البال (عيسى، 2013، ص 60-61).

المبحث الخامس: الرضا عن الحياة والصحة النفسية وعلاقته ببعض نواحي النفسية.

1-1 الرضا عن الحياة والصحة النفسية:

يعد الرضا عن الحياة من الموضوعات الحيوية التي تناولتها العلوم النفسية كعلم الصحة النفسية ومجال علم الأمراض النفسية على حد سواء إذ أن الرضا عن الحياة علامة هامة تدل على مدى تمتع الانسان بالصحة النفسية السليمة وإن الرضا عن الحياة يعني تحمس الفرد الحياة والاقبال عليها والرغبة الحقيقية في ان يعيشها.

- كما يرتبط الرضا عن الحياة بشكل وثيق وبصحة جسمانية وصحة نفسية أفضل وعمر مديد من المخرجات الايجابية لدى الفرد.

- اوضحت العديد من الدراسات أن الافراد الذين يتمتعون بصحة نفسية أفضل هم أكثر رضا عن حياتهم وأن الرضا عن الحياة يرتبط إيجابا بالصحة العامة لدى الفرد وعلى نقيض ذلك فإن الرضا عن الحياة يرتبط سلبا بكل من الميول الانتحارية والوحدة النفسية والاكتئاب، وكذلك يرتبط الرضا من الحياة سلبا بالضغط النفسي والقلق لدى الفرد. (محمد علي، 2017، ص 257)

يتفق العديد من الباحثين على ان الاحساس بالرضا عن الحياة يشير أن تقديم الفرد لمدى صحته النفسية وسعادته في الحياة استنادا الى سمات الشخصية كما ان الرضا عن الحياة يرتبط ايجابا بتقدير الفرد لذاته ويعد احد اهم العوامل المسؤولة عن احساسا الفرد بالرضا عن الحياة وقد أوضحت نتائج دراسة الدسوقي بوجود علاقة سالبة ودالة احصائيا بين الرضا عن الحياة وكل من الشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب والغضب ويسلم الكثير من علماء النفس بأن الاحساس بعدم الرضا عن الحياة وتأثير على شخصية الفرد وتكيفه وعلاقته داخل المجال الاجتماعي الذي يعيش فيه وهو تأثير لا ينبغي اغفاله او تجاهله اذا اراد الفرد أن يعيش حياة اجتماعية مشبعة ومنتجة. (بن الناصر العبد الواحد، 2019، ص348).

- ان الصحة النفسية للفرد وقدرته على التكيف الشخصي الاجتماعي تبدو في استمتاع الفرد بالحياة بعمله وأسرته واصدقائه والشعور بالطمأنينة والسعادة والرضا وراحة البال أما العصبي فلا يجد طعما للحياة ليعيش حياته بكل كيدها وذلك من فرط ما يعانيه من توترات وصراعات غير محسوسة وما يقترب من بهذه الصراعات من الشعور بالقلق والسخط والذنب وعدم الرضا عن حياته. (جاب الله، 2016، ص 189-190)

1-2- الرضا وعلاقته ببعض النواحي النفسية:

يعتبر الرضا هو أحد علامات التوافق النفسي للفرد وظاهرة الرضا اهمية في معرفة توافق الانسان في جوانب حياته المختلفة وبه يكون الفرد أكثر انتاجية وأكثر ايجابية في التفاعل وأكثر استمرارا وسعادة ويرتبط الرضا ببعض النواحي النفسية منها:

أولاً: الرضا وعلاقته بالتوتر، فكلما انخفض التوتر ارتفعت درجة الرضا.

ثانياً: علاقته بالتقبل فكلما تقبل الفرد بوضعه الاجتماعي والدراسي والمهني كلما ازدادت درجة الرضا.

ثالثاً: علاقته بالتوقع فالرضا مرتبط بمدى ما يتوقعه الفرد من عائد أو إثابة نتيجة ما يقوم به وكلما كان توقع الفرد ايجابيا كان الرضا اعلى.

- ويفيد صلاح مخيمر ان التوافق هو الرضا بالواقع المستحيل على التغيير، وتغيير الواقع القابل للتغيير ويرى ان عملية التوافق تتضمن إما تضحية الفرد بذاتيته نزولاً على مقتضيات العالم الخارجي وثمناً للسلام الاجتماعي، أو تتضمن تشبث الفرد بذاته وفرضها على العالم الخارجي. (جاب الله، 2016، ص 188)

ويعد الرضا عن الحياة عاملاً أساسياً في توافق الفرد النفسي وتقبله للأحداث والمواقع الحياتية، لذلك فإن انخفاض مستوى الرضا يدل على عدم التوافق النفسي والتأزم عند مواجهة ضغوط

الحياة، فالحياة الجامعية مثلاً في جوانبها المتعددة قد تكون من إحدى مصادر الضغوط التي يتعرض لها الطلاب، بالإضافة إلى المواقف الضاغطة التي يتعرض لها الطلاب أثناء هذه المرحلة في الأسرة أو حتى الذاتية، فإن هذه العوامل يمكن أن تؤثر على توافق الطلاب وصحتهم النفسية ورضاهم عن حياتهم.

يفيد ضحيك بأن الاتزان الانفعالي هو حالة شعور الفرد بالرضا عن الحياة والسعادة نتيجة تكامل الفرد النفسي وتوافقه مع بيئته مما ينعكس على قدراته للتعامل مع المواقف الطارئة بالعقلانية والثبات والواقعية، ويبين أيضاً أوزي 1998، إلى أن الشخصية السوية هي التي تنظر بعين الرضا للواقع المعاش، وهي التي تعمل على توافق مع البيئة المحيطة بها، فالتوافق حالة التواء والانسجام بين الفرد ونفسه وبينه وبين بيئته.

تبدو في قدراته على إرضاء أغلب حاجاته وتصرفه تصرفاً مرضياً إزاء مطالب البيئة المادية والاجتماعية. (شقورة، 2012، ص 38-39)

وفي هذا المجال يحدد عسلي بعض علامات الشخصية السوية وتتمثل في:

-**التوافق الاجتماعي:** حيث قدرة الفرد على عقد صلات اجتماعية راضية مرضية وعلاقات تتسم بالتعاون والتسامح والايثار، فلا يشوبها العدوان أو الارتياب، أو عدم الاكتراث لمشاعر الآخرين فهي علاقات متبادلة.

-**التوافق الذاتي:** قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه المتصارعة توفيقاً يرضيها جميعاً إرضاءً متزنًا.

-**القدرة على تحمل الإحباط:** يقصد به قدرة الفرد على الصمود للشدائد والأزمات ويعني ذلك أن انفعالاته متوازنة مع حجم المشكلة أو الموضوع الذي يثير الانفعال.

-**الشعور بالرضا والسعادة:** وهذه نتيجة طبيعية لتوافقه الذاتي والاجتماعي.

-الإنتاج الملائم: حيث قدرة الفرد على الإنتاج لمعقول في حدود ذكائه واستعداداته ومحاولا بذلك حل المشاكل بسلوك معين وهو يعرف كيف يواجه المواقف وقادرا على إيجاد حلول بديلة إذا فشل.

الجهود البناءة: حيث يساهم في احداث تغيرات إصلاحية بناءة في بيئته ويسعى إلى تغيير واقعه إلى الأفضل.

الاستقلالية: حيث ترتبط بقيم إنسانية فريدة صميمها الحرية والمسؤولية، فهي تعني أن يأخذ موقفا من هذا الواقع بإرادته الحرة، بحيث يقيم الأمور بوعي ويختار أفضل البدائل المتاحة أمامه.

-الواقعية: يعني أن السلوك يوجه نحو حل المشاكل والضغوط التي يقابلها الفرد ويستطيع حلها ويحقق الأهداف التي يتمكن من بلوغها. (جاب الله، 2016، ص 189)

وترى سوينتن Swintan 2007 أن هناك مجموعة من الحاجات تلعب دورا هاما في تحقيق الرضا عن الحياة لدى الأفراد وهي:

الحاجة إلى الانتباه واهتمام الآخرين.

-اشباع الحاجات الجسدية والعقلية.

-القدرة على تحقيق الأهداف الشخصية.

-القدرة على حل المشكلات.

-المساهمة في مساعدة الآخرين وبناء المجتمع.

-الحاجة إلى الحب والصداقة الحميمة.

-الشعور بالسيطرة.

-تحقيق الهوية وتحقيق مطالب وتوقعات كل مرحلة عمرية.

-الحاجة إلى الأمن والطمأنينة. (بني اسماعيل، 2011، ص 02)

كما أن مستوى التفاعل يعتبر مؤشرا هاما في تنبؤ الرضا عن الحياة وان الأفراد الذين يعانون مستوى مرتفعا من الضغوط ينخفض مستوى الرضا عن الحياة لديهم، فالتعرض المستمر للضغوط النفسية يجعل الفرد ينظر إلى الحياة نظرة تشاؤمية في حين أن التفاعل يساعد الفرد على النظرة الإيجابية للحياة والاقبال عليها، ومن ثم يستطيع التغلب على الصعاب والتعامل مع المواقف الضاغطة بفاعلية.

كما أن التفاعل والتشاؤم من سمات شخصية الانسان ولها تأثير على شعوره بالرضا عن الحياة، ولهذا فإن التفاعل يساعد على بناء جهاز مناعي قوي يزيد من القدرة على مواجهة الضغوط الحياتية والتكيف معها.

ويشير صبحي 2003، ان هناك علاقة وثيقة بين الإحساس بالرضا عن الحياة والاطمئنان النفسي، فغالبا يتطلع الفرد إلى ما يحقق له الانسجام مع مطالبه والالتزان مع رغباته واقتناء كل ما ينمي له ثروته وصحته وتعليمه ومعارفه وعلاقاته واحبابه، فكلما سعى الانسان لإرضاء حاجاته النفسية والعضوية يتجلى ذلك في زيادة حيويته ونمو قدراته وتطلعه المستمر في طلب المزيد من ذلك الذي أعاد إليه الراحة والسعادة والرضا والطمأنينة. (شقورة، 2012، ص 40)

المبحث السادس: أهمية الرضا عن الحياة.

أهمية الرضا عن الحياة:

يعتبر الرضا عن الحياة أحد الغايات الكبرى التي يسعى لتحقيقها معظم البشر وهو بعد أساسي من أبعاد الصحة النفسية السليمة ومؤشرا من مؤشرات الأساسية للتكيف النفسي ويمثل الإحساس بعدم الرضا نقطة لبء الكثير من المشكلات والاضطرابات النفسية كالاكتئاب والقلق والشعور بالوحدة كما أن مقومات الصحة النفسية للفرد في أي مرحلة من مراحل العمر أنها تكمن في توافق الفرد مع نفسه وتكيفه مع المجتمع من حوله أفرادا كانوا او جماعات ويتطلب هذا فهم الفرد لنفسه ومشاعره و ميوله والتغيرات التي يمكن أن تطرأ عليه خلال نموه وإدراك الفرد لقدراته ووقوفه على أسباب سلوكه يكسبه أسلوبا للتغلب على ما يقابله من مشكلات فيعيش راضيا سعيدا.

-ويهتم كثير من الباحثين بالرضا عن الحياة كما له من أهمية كبيرة في التأثير على الشخصية الأفراد وسلوكياتهم المختلفة وتوافقهم مع الظروف الحياة و الرضا عنها نظرا لارتباط الرضا عن الحياة بالصحة النفسية والجسدية للأفراد كما يهتم الباحثون بمفهوم الرضا عن الحياة أمثال تورندين، وهورني، وسلفيان وفروم حيث يرى هؤلاء العلماء أن مفهوم الرضا هو شعور الفرد بالراحة النفسية بعد قيام بإشباع حاجاته وتحقيق أهدافه ويمثل الإحساس بعدم الرضا عن الحياة أحد المشكلات المهمة في الحياة الشباب هذا العصر لان هذه المشكلة تعتبر بمثابة نقطة البداية بالنسبة لكثير من المشكلات التي تبدد طاقات الشباب وتجعله فريسة للتيارات المعرضة كتيارات العنف والإرهاب.

ونظرا لأهمية الرضا عن الحياة يتفق عدد من الباحثين على أن الإحساس بالرضا عن الحياة يشير الى تقييم الفرد لمدى صحته النفسية وسعادته في الحياة استنادا الى سماته الشخصية.

وقد توصل عدد من الباحثين الى أن المستوى المنخفض من الغضب يرتبط بدرجة عالية من الرضا عن الحياة لدى طلاب الجامعة (ماري بياجيو biaggio وهونج وجيانا كوبل hanggiannakopoulos 1994) وهذا يعني وجود علاقة عكسية بين الانفعال الغضب والرضا عن الحياة. (مي، 2017، ص20).

خلاصة الفصل:

من خلال تم تقديمه في هذا الفصل تبين أن الرضا عن الحياة يتمثل في تقدير الفرد لنوعية حياته ومحاولته تحقيق أهدافه وطموحاته وفقا لإمكانية وتقبله لأسلوب حياته محاولته التكيف والتوافق مع كل من يعترضه من عقبات ومشاكل ويتحقق الرضا عن الحياة اذا استطاع الفرد ادراك حقيقة أهدافه و تمكنه من توجيهها نحو الواقع و كذلك محاولته تكيف مع كل ما يستجد من حوله من متغيرات هذا بالإضافة الى ادراكه الخبرات السارة التي تحقق له المتعة وبالتالي يعتبر الرضا عن الحياة أحد مؤشرات التي توضح مدى تمتع الفرد بصحة النفسية جيدة ومن سمات الشخصية الإيجابية التي تمكن الفرد من زيادة مشاعر التقبل والإحساس بالأمن والطمأنينة وبناء علاقات إيجابية مع المحيطين به.

الاطار التطبيقي للدراسة

تمهيد

-التحليل الاحصائي وعرض النتائج.

1-التحليل الكمي والكيفي للجداول البسيطة (توزيع العينة حسب متغيرات الدراسة).

2-التحليل الكمي والكيفي للجداول المركبة.

3-دراسة علاقات الارتباط (الاختبار الإحصائي للفرضيات).

-مناقشة النتائج.

تمهيد:

تعد الدراسة الميدانية العنصر الأهم في جل الدراسات فالهدف منها في كل المواضيع هو جمع المعلومات عن الموضوع والقيام بتوظيفها في الدراسة، فالباحث يتأكد من صحة او خطأ ما يحتويه الجانب النظري ويكون ذلك بعد القيام بتوبيب المعلومات والبيانات في جداول بيانية وتحليلها وتفسيرها على ضوء الفرضيات.

التحليل الاحصائي وعرض النتائج:

1- التحليل الكمي والكيفي للجداول البسيطة (توزيع العينة حسب متغيرات الدراسة)

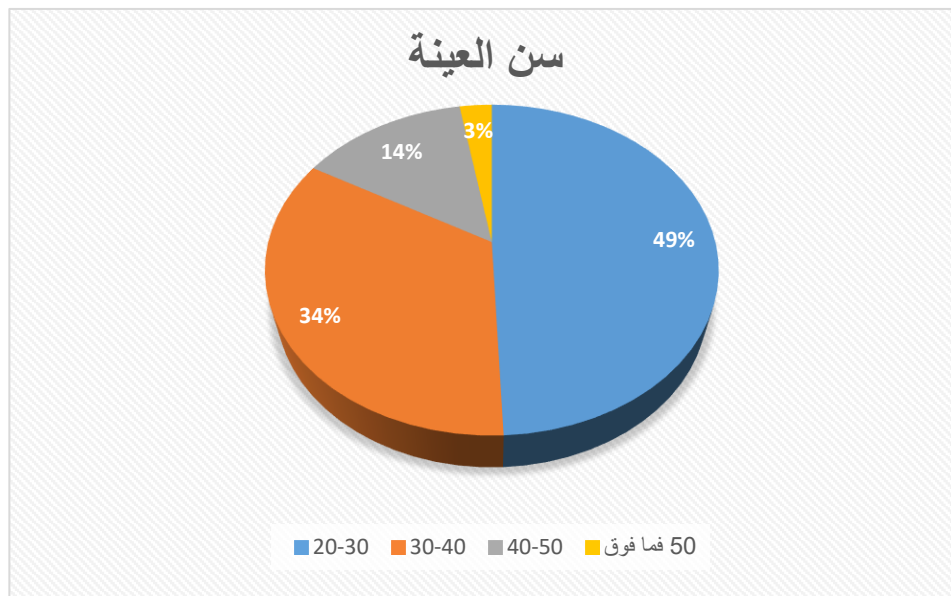
في هذا الجانب سنلقي نظرة إحصائية على العينة المختارة والمتمثلة في 150 امرأة مأكثة في البيت على أهم المتغيرات الشخصية وذلك باستخدام الجداول التكرارية والرسومات البيانية حسب النقاط التالية:

- توزيع أفراد العينة حسب السن:

الجدول 04: يوضح توزيع أفراد العينة حسب السن

المتغير	التكرار	النسبة المئوية
30-20	74	49.3%
40-30	51	34%
50-40	21	14%
50 فما فوق	4	2.7%
المجموع	150	100%

المصدر : من إعدادنا، بالاعتماد على نتائج برنامج SPSS



الشكل 05: يمثل توزيع أفراد العينة حسب السن

يتضح من خلال الجدول رقم 04 أن عدد النساء الماكثات بالبيت ذوي السن من 20-30 سنة هو 74 امرأة بنسبة تقدر بـ 49.3% أما عدد النساء ذوي السن من 30-40 سنة هو 51 امرأة بنسبة تقدر بـ 34%، أما النساء ذوي السن من 40-50 سنة هو 21 امرأة بنسبة تقدر بـ 14%، في حين أن النساء ذوي السن من 50- فما فوق هو 04 نساء بنسبة تقدر بـ 2.7%.

يتضح مما سبق تقديمه أن النسبة المرتفعة للنساء الماكثات في البيت من 20-30 سنة، راجع إلى كون أن هذه الفئة العمرية تتميز بأنها أكثر شبابا ونشاطا وحيوية وطموحا، ولها أهداف تسعى إلى تحقيقها، ولها حب الإكتشاف والاطلاع على كل ما هو جديد مقارنة بالفئة العمرية من 50 سنة فما فوق فهي الفئة الأقل ولوجا واستعمالا لهذه الشبكات لكونها لا تميل لجيل تكنولوجيا المعلومات، كما أنها حريصة على الحفاظ على عادات جيلها بعيدا عن مواقع التواصل الاجتماعي.

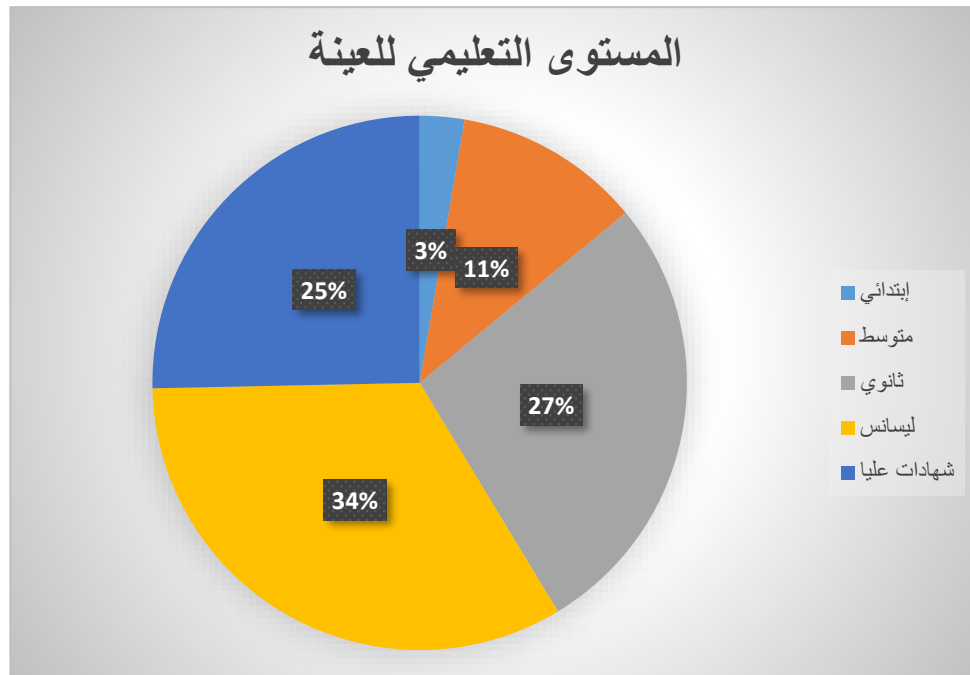
وعليه نستنتج أنه حسب الأفراد العينة فمعظم الماكثات في البيت هن من الفئة العمرية من 20-30 سنة.

- توزيع أفراد العينة حسب المستوى التعليمي:

الجدول 05: يوضح توزيع أفراد العينة حسب المستوى التعليمي

المتغير	التكرار	النسبة المئوية
ابتدائي	4	2.7%
متوسط	17	11.3%
ثانوي	41	27.3%
ليسانس	50	33.3%
شهادات عليا	38	25.3%
المجموع	150	100 %

المصدر : من إعدادنا، بالاعتماد على نتائج برنامج SPSS



الشكل 06: يمثل توزيع أفراد العينة حسب المستوى التعليمي

يتضح من خلال الجدول رقم 05، أن أغلبية المبحوثات ذوات مستوى ليسانس تمثل أعلى نسبة والتي تقدر بـ 33.3%، ثم تليها نسبة المبحوثات ذوات المستوى التعليمي (ثانوي) بنسبة تقدر بـ 27.3% وتليها نسبة المبحوثات ذوات مستوى شهادات عليا بنسبة تقدر بـ 25.3%، ثم تليها نسبة المبحوثات ذوات مستوى تعليم المتوسط بنسبة تقدر بـ 11.3% وفي الأخير نسبة 2.7% بالنسبة للمبحوثات ذوات مستوى التعليم الابتدائي.

وبالتالي نستنتج مما سبق أن المبحوثات ذوات المستوى الجامعي هن من يستخدمن وسائل التواصل الاجتماعي من أجل الاطلاع على آخر الاخبار المتعلقة بأهم الأحداث الخاصة بالعمل، خاصة لدى الراغبات في ايجاد فرص عمل في مجال تخصصهم أو الاستعانة بمواقع التواصل الاجتماعي في عرض مواهبهم في مختلف المجالات وحتى العمل من خلاله دون الخروج من البيت.

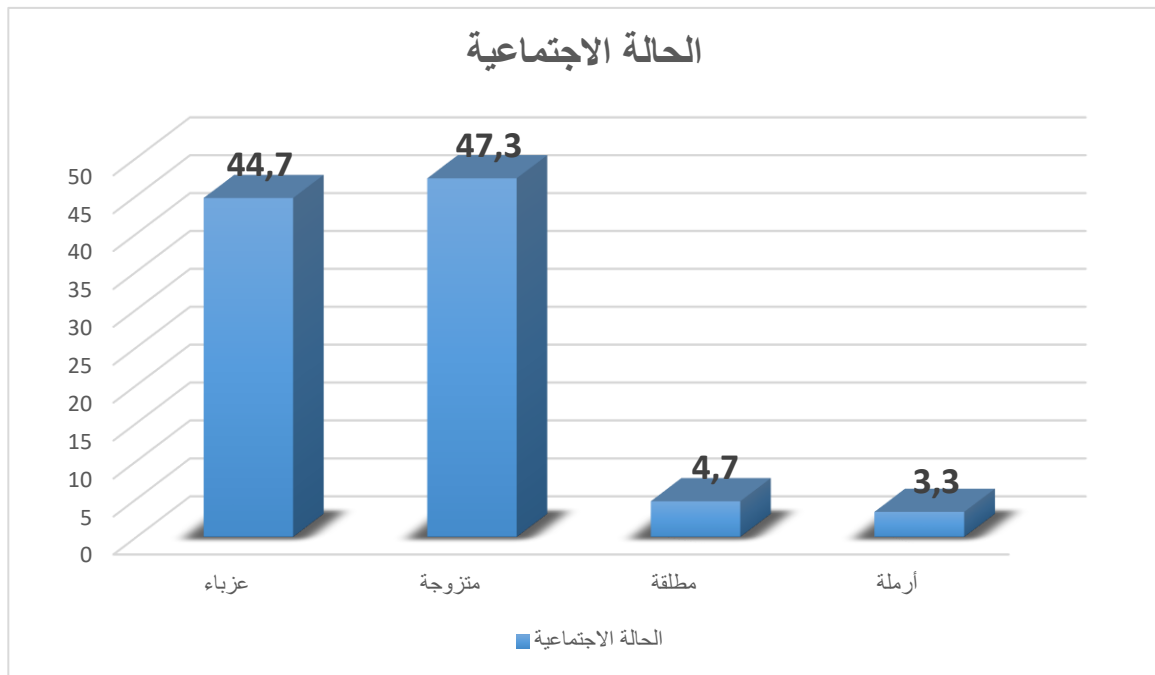
إضافة إلى ان المستوى التعليمي للمبحوثات ذوات المستوى الثانوي قد يعود إلى انقطاع المرأة عن الدراسة بسبب الظروف المعيشية أو راجع إلى اخفاقهن في الدراسة، اما ذوات المستوى المتوسط والابتدائي قد يرجع إلى الظروف الاقتصادية والاجتماعية أو حتى المشكلات الأسرية التي تعرضن لها.

- توزيع أفراد العينة حسب الحالة الاجتماعية:

الجدول 06: يوضح توزيع أفراد العينة حسب الحالة الاجتماعية

المتغير	التكرار	النسبة المئوية
عزباء	67	44.7%
متزوجة	71	47.3%
مطلقة	7	4.7%
أرملة	5	3.3%
المجموع	150	100%

المصدر : من إعدادنا، بالاعتماد على نتائج برنامج SPSS .



الشكل 07: يمثل توزيع أفراد العينة حسب الحالة الاجتماعية

ويبين الجدول رقم 06 والشكل البياني رقم 07 للحالة الاجتماعية للعينة المتمثلة في 150 امرأة مأكثة في المنزل حيث يبين ان أعلى نسبة تقدر ب 47.3 % للمرأة المتزوجة وبعدها نسبة 44.7 % للمرأة عزباء ثم أقل نسبتي 4.7 % للمرأة المطلقة ونسبة 3.3 % للمرأة الأرملة.

ومنه نستنتج أن الأغلبية الساحقة هن المتزوجات الأكثر نضجا وتحملا للمسؤولية والقدرة على إدارة شؤون المنزل، إضافة إلى المبحوثات العازبات ذلك كون أن الفتاة رافضة لفكرة الزواج في سن مبكرة قد يكون من اجل البحث عن العمل والاستقرار أو استطاعتها لتحمل المسؤولية الزوجية أو أن نصيبها في الزواج لم يأت بعد.

وبالتالي نستنتج أن أغلبية المبحوثات اللواتي يستخدمن الفايسبوك هن المتزوجات باعتبارهن الأكثر استفادة من خدمات الفايسبوك.

-التحليل الكمي والكيفي للجداول المركبة:

الجدول رقم 07 : يوضح العلاقة بين السن والتمتع بحياة سعيدة لدى المرأة الماكثة في

البيت.

المتغير	السن	30-20	40-30	50-40	50 فما فوق	المجموع
معارض	التكرار	0	0	18	4	22
	النسبة	0%	0%	81.8%	18.2%	100%
	المجموع	0%	0%	85.7%	100%	14.7%
محايد	التكرار	0	49	3	0	52
	النسبة	0%	94.2%	5.8%	0%	100%
	المجموع	0%	96.1%	14.3%	0%	34.7%
موافق	التكرار	57	2	0	0	59
	النسبة	96.6%	3.4%	0%	0%	100%
	المجموع	77%	3.9%	0%	0%	39.3%
موافق بشدة	التكرار	17	0	0	0	17
	النسبة	100%	0%	0%	0%	100%
	المجموع	23%	0%	0%	0%	11.3%
المجموع	التكرار	74	51	21	4	150
	% النسبة	49.3%	34%	14%	2.7%	100%
	المجموع	100%				

التمتع بحياة سعيدة

يوضح الجدول رقم (07) أن التمتع بحياة سعيدة لدى النساء اللواتي تتراوح أعمارهن بين 20 - 30 سنة أجابو بنسبة 77 % بموافق وبنسبة 23 % بموافق بشدة والذين أجابوا بمحايد بنسبة تقدر بـ 96.1 % من النساء الذين تتراوح أعمارهم بين 30 - 40 سنة أما الذين أجابوا بنسبة 85.7 % على معارض هم النساء الذين أعمارهم من 40 - 50 سنة والذين أعمارهم من 50 سنة فما فوق أجابوا بمعارض بنسبة تقدر بي 18.2 % .

ويمكن ايضاح وتفسير العلاقة بين السن والتمتع بحياة سعيدة لدى المرأة الماكثة في البيت حسب ما أوضحت نتائج الجدول أعلاه أن هناك تباين في الشعور والتمتع بالحياة السعيدة لدى النساء الماكثات في البيت بين مختلف الفئات العمرية من 30 - 40 سنة والتي قدرت بـ 96.1 بالمئة والفئة العمرية من 40 - 50 سنة والتي قدرت بـ 85.7 بالمئة لكون أن هذين الفئتين قد تقدما في العمر وأنهم قد وصلوا الى مرحلة من الطموح والتفاؤل نحو مستقبل أفضل قد بدأ في الإضمحلال وبالتالي الرغبة في العيش حياة عادية وبسيطة والإهتمام بالأمر الأسرية فقط، في حين أن الفئة العمرية من 20 - 30 سنة التي عبرت عن مدى تمتعها بالحياة سعيدة بنسبة قدرت بـ 77 بالمئة وذلك راجع الى أن هذه الفترة من عمر الإنسان هي مرحلة مهمة وأساسية التي يستطيع من خلالها تحقيق أهداف والإنجازات المرجوة لكون أن الرضا عن الحياة وشعور بحياة سعيدة مرتبط ارتباطا وثيقا بمرحلة الشباب اين تكون رؤيته للمستقبل نظرة تفاؤلية طموحة.

الجدول رقم 08 : يوضح العلاقة بين المستوى التعليمي وثقة الآخرين في قدراتي لدى المرأة الماكثة في البيت.

المتغير	مستوى التعليمي	شهادات عليا	ليسانس	ثانوي	متوسط	ابتدائي	مجموع
معارض	التكرار	19	0	0	0	0	19
	% النسبة	100%	0%	0%	0%	0%	100%
	المجموع	50%	0%	0%	0%	0%	12.7%
محايد	التكرار	8	40	0	0	0	48
	% النسبة	16.7%	83.3%	0%	0%	0%	100%
	المجموع	21.1%	80%	0%	0%	0%	32%
موافق	التكرار	7	10	41	4	0	62
	% النسبة	11.3%	16.1%	66.1%	6.5%	0%	100%
	المجموع	18.4%	20%	100%	23.5%	0%	41.3%
موافق بشدة	التكرار	0	0	0	13	4	17
	% النسبة	0%	0%	0%	76.5%	23.5%	100%
	المجموع	0%	0%	0%	76.5%	100%	11.3%
معارض بشدة	التكرار	4	0	0	0	0	4
	% النسبة	100%	0%	0%	0%	0%	100%
	المجموع	10.5%	0%	0%	0%	0%	2.7%
المجموع	التكرار	38	50	41	17	4	150
	% النسبة	25.3%	33.3%	27.3%	11.3%	2.7%	100%
	المجموع	100%					

ثقة الآخرين في قدراتي

يوضح الجدول رقم (08) أن ثقة الآخرين في قدرات المرأة الماكثة في البيت ذات المستوى التعليمي العالي (شهادات عليا) أجابوا بمعارض بسبة تقدر بـ 50 بالمئة وأجابوا بمحايد بنسبة تقدر بـ 16.7 بالمئة أما النساء الذين لديهم مستوى ليسانس أجابوا بمحايد بنسبة تقدر بـ 83.3 بالمئة أما الذين أجابوا بموافق عند النساء الذين لديهم شهادات عليا بنسبة تقدر بـ 11.3 بالمئة أما النساء الذين لديهم ليسانس أجابوا بنسبة تقدر بـ 16.1 بالمئة، أما النساء الذين لديهم مستوى ثانوي بنسبة تقدر بـ 66.1 بالمئة، أما النساء الذين لديهم مستوى متوسط بنسبة تقدر بـ 6.5 بالمئة في حين أن الذين أجابوا بموافق بشدة عند النساء الذين لديهم مستوى متوسط بنسبة 76.5 بالمئة وإبتدائي بنسبة 23.5 بالمئة، أما الذين أجابوا بمعارض بشدة الذين لديهم مستوى شهادات عليا بنسبة تقدر بـ 10.5 بالمئة.

يمكن تفسير العلاقة بين المستوى التعليمي وثقة الآخرين في قدرات المرأة الماكثة في البيت، حيث أن ثقة الآخرين في قدرات وإمكانيات النساء الماكثات في البيت في فرض أنفسهن على أرض الواقع لا يرتبط بصفة مباشرة بالمستوى التعليمي لديهم، فقد لوحظ حسب ماتم التوصل إليه من نتائج في الجدول رقم (8) أعلاه أن النساء الماكثات في البيت ذوات مستوى تعليمي ثانوي ومتوسط وحتى ابتدائي هم الأكثر رضا عن أنفسهم كما أنهم متقائلون بثقة المجتمع الذي ينتمون إليه في الوصول وتحقيق الغايات التي يسعون إليها بالرغم من المستواهم التعليمي.

جدول رقم (09): يوضح العلاقة بين الحالة الإجتماعية والرضا عن نفس لدى المرأة الماكثة في البيت:

المتغير	الحالة الإجتماعية	أرملة	مطلقة	متزوجة	عزباء	المجموع
معارض	التكرار	2	7	5	0	14
	% النسبة	14.3%	50%	35.7%	0%	100%
	المجموع	40%	100%	7%	0%	9.3%
محايد	التكرار	0	0	27	0	27
	% النسبة	0%	0%	100%	0%	100%
	المجموع	0%	0%	38%	0%	18%
موافق	التكرار	0	0	39	35	74
	% النسبة	0%	0%	52.7%	47.3%	100%
	المجموع	0%	0%	54.9%	52.2%	49.3%
موافق بشدة	التكرار	0	0	0	32	32
	% النسبة	0%	0%	0%	100%	100%
	المجموع	0%	0%	0%	47.8%	21.3%
معارض بشدة	التكرار	3	0	0	0	3
	% النسبة	100%	0%	0%	0%	100%
	لمجموع	60%	0%	0%	0%	2%
المجموع	التكرار	5	7	71	67	150
	% النسبة	3.3%	4.7%	47.3%	44.7%	100%
	المجموع	100%				

أنا راضية عن نفسي

يوضح الجدول رقم (09) العلاقة بين الحالة الإجتماعية والرضا عن النفس لدى المرأة الماكثة في البيت ذات الحالة الإجتماعية متزوجة بنسبة تقدر بـ 35.7 بالمئة، والمطلقة بنسبة 50 بالمئة، والأرملة بنسبة تقدر بـ 14.3 بالمئة اللواتي أجبن على معارض، أما الذين أجابوا على محايد ذوي الحالة الإجتماعية متزوجة بنسبة تقدر بـ 38 بالمئة في حين أن الذين أجابوا على موافق ذوي الحالة الإجتماعية عزباء بنسبة تقدر بـ 47.3 بالمئة والمتزوجة بنسبة تقدر بـ 52.7 بالمئة أما الذين أجبن على موافق بشدة ذوي الحالة الإجتماعية عزباء بـ 47.8 بالمئة، والذين أجابوا على معارض بشدة ذوي الحالة الإجتماعية أرملة بنسبة تقدر بـ 60 بالمئة.

وبالتالي نستنتج من خلال ماتم التواصل اليه من نتائج كما هو موضح في الجدول رقم (09) أعلاه أن النساء الماكثات في البيت ذوي الحالة الإجتماعية عزباء يتمتعون بالرضا النفسي عن ذواتهم وقنوعين بحالتهم الإجتماعية مقارنة بالنساء الماكثات بالبيت ذوي الحالة الإجتماعية أرملة ومطلقة وحتى المتزوجة، حيث يمكن ارجاع الأمر الى الظروف الصعبة التي يعيشونها أو الى كثرة ثقة المسؤوليات التي تقع على عاتقهم خاصة إذا كان لديهم أطفال فهم يحاولون تسخير كل جهدهم لهم ليعيشوا حياة أفضل مما هم عليها أمهاتهم.

جدول رقم (10): يوضح العلاقة بين الحالة الإجتماعية والشعور بالسعادة لوجود علاقات طيبة مع الآخرين لدى المرأة الماكثة في البيت.

المتغير	حالة الإجتماعية	أرملة	مطلقة	متزوجة	عزباء	المجموع
معارض	التكرار	2	7	0	0	9
	% النسبة	22.2%	77.8%	0%	0%	100%
	المجموع	40%	100%	0%	0%	6%
محايد	التكرار	0	0	34	0	34
	% النسبة	0%	0%	100%	0%	100%
	المجموع	0%	0%	47.9%	0%	22.7%
موافق	التكرار	0	0	37	34	71
	% النسبة	0%	0%	52.1%	47.9%	100%
	المجموع	0%	0%	52.1%	50.7%	47.3%
موافق بشدة	التكرار	0	0	0	33	33
	% النسبة	0%	0%	0%	100%	100%
	المجموع	0%	0%	0%	49.3%	22%
معارض بشدة	التكرار	3	0	0	0	3
	% النسبة	60%	0%	0%	0%	100%
	المجموع	100%	0%	0%	0%	2%
المجموع	التكرار	5	7	71	67	150
	% النسبة	3.3%	4.7%	47.3%	44.7%	100%
	المجموع	100%				

أشعر بالسعادة لوجود علاقات طيبة تربطني بالآخرين

يوضح الجدول رقم (10) العلاقة بين الشعور النساء الماكثات في البيت بالسعادة لوجود علاقات طيبة تربطها بالآخرين والحالة الاجتماعية، وقد جاءت نسبة العازبات اللواتي أجابوا على الموافق بشدة بنسبة 49.3 بالمئة، وعلى موافق بنسبة تقدر بـ 47.9 بالمئة، أما النساء المتزوجات الذين أجابوا على محايد بنسبة تقدر بـ 47.9 بالمئة، وعلى موافق بنسبة 52.1 بالمئة في حين ان النساء المطلقات فقد أجابوا على معارض بنسبة تقدر بـ 77.8 بالمئة أما الأرامل فقد أجابوا على معارض بنسبة تقدر بـ 22.2 بالمئة وعلى معارض بشدة بنسبة 60 بالمئة.

ومنه نستنتج أن النساء الماكثات بالبيت ذوي الحالة الاجتماعية عزباء ومتزوجة أنهم يشعرون بالسعادة لوجود علاقات طيبة تجمعهم مع الآخرين على عكس من ذلك النساء الماكثات بالبيت ذوي الحالة الاجتماعية المطلقة والأرملة فهم لا يشعرون بالسعادة ويمكن تفسير ذلك لعدم حصولهم على الدعم الاجتماعي لتخطي هذه الحالة التي أصبحوا فيها، أو ان المجتمع بحد ذاته لم يتقبلهم خاصة المطلقات منهم وهذا مايزيد في شعورهم بالتشاؤم وعلى أنهم علة على المجتمع ككل.

-دراسة علاقات الارتباط (الاختبار الإحصائي للفرضيات):

-الفرضية الأولى تنص على:

-توجد علاقة ارتباطية بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والسعادة لدى المرأة الماكثة في البيت.

-والإختبار صحة الفرضية تم اجراء إختبار معامل الارتباط بيرسون pearson correlation لمعرفة العلاقة بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والسعادة لدى المرأة الماكثة في البيت ويتضح ذلك من خلال الجدول التالي:

الجدول رقم 11 : يبين علاقة الارتباط بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والسعادة لدى المرأة الماكثة في البيت

السعادة لدى المرأة الماكثة في البيت	استخدام مواقع التواصل الاجتماعي	
1	0.959**	السعادة لدى المرأة الماكثة في البيت
0.959**	1	استخدام مواقع التواصل الاجتماعي

الارتباط ذو دلالة عند مستوى 0.01**

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ أن قيمة معامل الارتباط بيرسون 0.95 وهي قيمة موجبة دالة عند مستوى دلالة 0.01، مما يدل على أن هناك ارتباط إيجابي بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والسعادة لدى المرأة الماكثة في البيت، أي أنه كلما زاد استخدام مواقع التواصل الاجتماعي " الفاييس بوك " زاد الشعور بالسعادة لدى المرأة الماكثة في البيت.

ويمكن تفسير استخدام النساء الماكثات في البيت لمواقع تواصل الاجتماعي " الفاييس بوك " بكثرة راجع الى أنهن إعتبروه المتنفس الوحيد لهم في التواصل مع الآخرين، بحيث أن أراء الأصدقاء الإيجابية والمؤانسة الإجتماعية ومشاركة نفس الرأي كلها عوامل ترتبط بزيادة مستوى

الشعور بالسعادة، ولهذا تعتبر العلاقات الإجتماعية مصدر من مصادر الشعور بالسعادة من خلال وجود أفراد كمصدر للثقة مما يجعل المرأة الماكثة في البيت مطمئنة من ناحية حصولها على الدعم العاطفي الذي تحتاجه في الأوقات العصيبة، ثم أن النساء الماكثات في البيت يصفن الشعور بالسعادة من جراء إستخدامهم المواقع التواصل الإجتماعي على أنها الشعور بالرضا والإشباع وطمأنينة النفسية وتحقيق الذات والشعور بالبهجة والإستمتاع .

ومن هنا يمكننا القول أن هذه الفرضية قد تحققت وأن هناك علاقة إرتباطية موجبة دالة إحصائياً بين إستخدام مواقع التواصل الإجتماعي والسعادة لدى المرأة الماكثة في البيت حيث قدرت بـ $R = 0.95$ ، $P = 0.01$.

-الفرضية الثانية تنص على :

توجد علاقة إرتباطية بين إستخدام مواقع التواصل الإجتماعي والتقدير الإجتماعي لدى المرأة الماكثة في البيت.

ولإختبار صحة الفرضية تم إجراء إختبار معامل الإرتباط بيرسون pearson correlation لمعرفة العلاقة بين إستخدام مواقع التواصل الإجتماعي والتقدير الإجتماعي لدى المرأة الماكثة في البيت ويتضح ذلك من خلال الجدول التالي:

الجدول رقم 12 : يبين علاقة الارتباط بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والتقدير

الاجتماعي لدى المرأة الماكثة في البيت

استخدام مواقع التواصل الاجتماعي	التقدير الاجتماعي لدى المرأة الماكثة في البيت	
1	0.965**	التقدير الاجتماعي لدى المرأة الماكثة في البيت
0.965**	1	استخدام مواقع التواصل الاجتماعي

الارتباط ذو دلالة عند مستوى 0.01**

نلاحظ من خلال النتائج المبينة في الجدول (11) أعلاه أن قيمة معامل الارتباط بيرسون 0.96 وهي قيمة موجبة دالة عند مستوى الدلالة 0.01، مما يدل على أن هناك ارتباط إيجابي بين استخدام المواقع التواصل الاجتماعي والتقدير الاجتماعي لدى المرأة الماكثة في البيت، أي أنه كلما زاد استخدام مواقع التواصل الاجتماعي زاد معه التقدير الاجتماعي لدى المرأة الماكثة في البيت.

ويمكن تفسير ذلك أن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي " فايس بوك " قد منح للمرأة الماكثة في البيت مزيدا من الحرية والقدرة على التعبير كما زاد من إمكانياتها وقدرتها على الحوار والمناقشة مع الآخرين وتمكينها من التعرف على أشخاص جدد وإعطائها مزيدا من الجرأة في الحديث مع الناس، وهذا كله من شأنه أن يعزز من ثقة المرأة بنفسها، حيث يرى الفقي (2007) أن لثقة أثر عجيبا فالرجال والنساء الذين يتقون في أنفسهم يستطيعون جذب الانتباه الآخرين بنسبة كبيرة ويتقدمون في أعمالهم بصورة سريعة فالنجاح يأتي إليهم بسرعة وسهولة ولو تم التعمق أكثر في مكنوناتهم لوجدنا أن ثقتهم بأنفسهم ناتجة عن الإجتهد المستمر يستطيع أي شخص أن يقوم به والذي يؤدي بدوره إلى تحقيق الإعجاب إتجاه سلوكه الاجتماعي.

ومن هنا يمكننا القول أن هذه الفرضية قد تحققت وأن هناك علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي "فايس بوك" والتقدير الاجتماعي لدى المرأة الماكثة في البيت حيث قدرت ب $R = 0.96$ ، $P = 0.01$.

-الفرضية الثالثة: تنص على

"توجد علاقة ارتباطية بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والاستقرار النفسي لدى المرأة الماكثة بالبيت"

ولاختبار صحة الفرضية تم اجراء اختبار معامل الارتباط بيرسون pearson correlation لمعرفة العلاقة بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والاستقرار النفسي لدى المرأة الماكثة بالبيت، ويتضح ذلك من خلال الجدول التالي:

الجدول رقم 13 : يبين علاقة الارتباط بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والاستقرار النفسي لدى المرأة الماكثة في البيت

الاستقرار النفسي لدى المرأة الماكثة في البيت	استخدام مواقع التواصل الاجتماعي	
0.969**	1	الاستقرار النفسي لدى المرأة الماكثة في البيت
1	0.969**	استخدام مواقع التواصل الاجتماعي

الارتباط ذو دلالة عند مستوى **0.01

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه أن قيمة معامل الارتباط بيرسون 0.96 وهي قيمة موجبة دالة عند مستوى الدلالة 0.01.

مما يدل على أن هناك ارتباط ايجابي بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والاستقرار النفسي لدة المرأة الماكثة بالبيت، أي أنه كلما زاد استخدام مواقع التواصل الاجتماعي "الفيسبوك" زاد معه الاستقرار النفسي لدى المرأة الماكثة بالبيت.

ويمكن تفسير ذلك أن المرأة الماكثة في البيت تتمتع بالاستقرار النفسي جراء استخدامها لمواقع التواصل الاجتماعي فإذا أخذنا بعين الاعتبار الشخصية الانسانية بصفة عامة وشخصية المرأة الماكثة في البيت بصفة خاصة، فإنها تميل إلى الظهور بمستوى متوازن وفق المنظور الانساني الذي يرى أن للإنسان سلوك هادف في السيطرة على البيئة وعلى مكانة الفرد فيها مما

يؤدي إلى اشباع الحاجات من استخدامها لمواقع التواصل الاجتماعي، إضافة إلى أن كثرة استخدام المرأة الماكثة في البيت لمواقع التواصل الاجتماعي راجع إلى شعورها بتقبل الآخرين لها ومعاملتها بمودة ودفع واحساسها بالانتماء إلى الجماعة وأن لها دورا مهما فيها، وبالتالي شعورها بالأمن واستقرارها النفسي.

ومن هنا يمكننا القول أن هذه الفرضية قد تحققت وان هناك علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي "فايسبوك" والاستقرار النفسي لدى المرأة الماكثة في البيت حيث قدرت بـ $R=0.96$ ، $P=0.01$

-الفرضية الرابعة: تنص على:

"توجد علاقة ارتباطية بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وأبعاد الرضا عن الحياة لدى المرأة الماكثة في البيت".

ولاختبار صحة الفرضية تم اجراء اختبار معامل الارتباط بيرسون pearson correlation لمعرفة العلاقة بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وأبعاد الرضا عن الحياة لدى المرأة الماكثة في البيت ويتضح ذلك من خلال الجدول التالي:

الجدول رقم 14 : يبين علاقة الارتباط بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وأبعاد الرضا عن الحياة

استخدام مواقع التواصل الاجتماعي	ابعاد الرضا عن الحياة لدى المرأة الماكثة في البيت	
1	0.977**	ابعاد الرضا عن الحياة لدى المرأة الماكثة في البيت
0.977**	1	استخدام مواقع التواصل الاجتماعي

الارتباط ذو دلالة عند مستوى 0.01**

نلاحظ من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (13) أن قيمة معامل الارتباط بيرسون قدرت بـ 0.97، وهي قيمة موجبة دالة عند مستوى الدلالة 0.01، مما يدل على ان هناك ارتباط

إيجابي بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وأبعاد الرضا عن الحياة لدى المرأة الماكثة في البيت، بمعنى أنه كلما زاد استخدام مواقع التواصل الاجتماعي "فايسبوك" زاد الشعور بالرضا عن الحياة.

ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى أن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي يقود المرأة الماكثة في البيت إلى محاولة الاندماج مع الآخرين في عالم افتراضي بحيث يوجد فيه ما فقده في واقعهم المعاش من مساندة اجتماعية وصدقات وتقدير للأفكار والآراء، فقد سمحت هذه المواقع لمستخدميها في يخلقوا عالما خاصا بهم يرتقي إلى تطلعاتهم وآمالهم وتحقيق رغباتهم وأحلامهم الضائعة.

ثم أن مواقع التواصل الاجتماعي ساعدت المرأة على تقييمها لنوعية الحياة التي تعيشها طبقا لنسقتها القيمي ويعتمد هذا التقييم على مقارنة الظروف الحياتية بالمستوى الأمثل الذي تعتقد أنه مناسب لحياتها، وذلك حسب معايير الشعور بالسعادة، العلاقات الاجتماعية، الطمأنينة، الاستقرار النفسي والقناعة، إضافة إلى الحصول على التقدير الاجتماعي.

ومن هنا يمكننا القول أن هذه الفرضية قد تحققت وأن هناك علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وأبعاد الرضا عن الحياة لدى المرأة الماكثة في البيت، حيث قدرت ب: $R=0.97$ ، $P=0.01$

مناقشة النتائج:

يتضح من خلال الجدول رقم 07 وجود علاقة بين السن والتمتع بحياة سعيدة لدى المرأة الماكثة في البيت، بحيث توصلت نتائج الدراسة أن الفئة العمرية من 20-30 سنة هن أكثر سعادة في حياتهم بنسبة قدرت بـ 96.6%، حيث أن الشعور بالسعادة والتعبير عنها يختلف من شخص إلى آخر، ومن ثقافة إلى أخرى، ومن مرحلة عمرية إلى أخرى، كما تتفاوت أيضا مصادر السعادة من شخص إلى آخر بحيث أنها شعور متكامل يتراوح بين مرحلة الطفولة السوية المشبعة وتحقيق إشباعات الحاضر، إضافة إلى أنها مشاعر راقية وإنفعال وجداني ايجابي مازال الانسان يطمح للوصول إليه باعتباره من الغايات الأساسية.

وتوصلنا إلى أن النتيجة منطقية وأن هناك علاقة بين السن والسعادة لدى المرأة الماكثة في البيت ويعزى ذلك إلى كون أنها لا تزال في سن صغيرة ولها أمل في أنها في سن يمكن للمستقبل أن يجلب لها كل ما جديد، وتحقيق هدفها في الحياة وهو الاستقرار النفسي سواء كان بتكوين أسرة وممارسة دورها كزوجة وأم أو العمل على إيجاد فرص عمل تساعد في الاستقرار وبالتالي فنظرتها للمستقبل نظرة ايجابية مملوءة بالتفاؤل.

ثم أن الرضا عن الحياة يتحقق فقط حين تكتمل مقوماته وتتوفر الحياة الكريمة ويحقق الفرد التوافق مع نفسه ومع مجتمعه، حيث يتوفر ذلك بتحقيق الرضا عن الحياة وتتوفر السعادة بغض النظر عن عمر الانسان.

وقد اتفقت هذه الدراسة الحالية في التوصل إلى وجود علاقة بين السن والسعادة "الرضا عن الحياة" مع العديد من الدراسات، لكن هناك تضارب في نتائجها حيث وجدت الدراسات علاقة ايجابية بين العمر والسعادة بينما وجدت دراسات أخرى علاقة سلبية، وهناك دراسات لم تجد علاقة ذات مغزى وبالتالي اتفقت مع ما وجده kumbel وآخرون، و sauer أن العمر مرتبط ارتباطا ايجابيا مع الرضا عن الحياة مما يشير إلى ان الأشخاص أصغر عمرا أقل رضا عن الحياة عن الأشخاص الأكبر عمرا، بينما وجدت دراسات أخرى أي عمر الشباب مرتبط بالرضا عن الحياة أكبر من الأعمار الأكبر سنا، وفسروا ذلك أن الأكبر سنا ينظر مستقبل بطريقة أكثر تشاؤما مقارنة بالأصغر سنا.

ويتضح من خلال الجدول رقم 08 وجود علاقة بين المستوى التعليمي وثقة الآخرين في قدرات المرأة الماكثة في البيت بحيث توصلت نتائج الدراسة إلى أن النساء الماكثات في البيت ذوات المستوى التعليمي ليسانس وثنائي ومتوسط، أنهم أكثر تفاؤلاً اتجاه ثقة وأمل أفراد المجتمع في قدراتهم وامكانياتهم في الوصول إلى الأهداف المرجوة بالرغم من اختلاف المستوى التعليمي لدى النساء الماكثات في البيت إلا أنهم راضون عن حياتهم، فالتقبل الايجابي يعكس تقبل المرأة لعلاقاتها والبيئة الاجتماعية التي تعد جزء من سياقها الحياتي.

كما أن شعورها بالقبول الاجتماعي سيزيد من قبولها ولمعنى حياتها، وبالتالي يزيد في توقعاتها الايجابية التي ترتبط بالنظرة التفاؤلية والاستبشار اتجاه المستقبل وهو ما يعكس على تحديد المرأة لأهدافها ودافعيته لتحقيقها.

يمكن تفسير أن النساء الماكثات في البيت الحاملات لشهادات عليا أنهن أقل ثقة ورضا عن أنفسهن، وقد يرجع ذلك إلى طموهن الزائد، فبحسب نظرية الفجوة والطموح فإن الانسان يرضى عن حياته عندما يحقق طموحاته أو عندما تكون انجازاته وأعماله قريبة من طموحاته، اما عندما تكون طموحاته أعلى من امكانياته ولا يستطيع تحقيق أهدافه فلا يرض عن نفسه ولا عن حياته، فالطموح الزائد مع ضعف الامكانيات مع عدم القدرة على تحقيق الأهداف يعرض الانسان إلى الاحباط والقلق على ما سيأتي في المستقبل القريب والبعيد.

ونجد أن هناك العديد من الدراسات التي وجدت ارتباطا ايجابيا بين التعليم والرضا عن الحياة، إلا أن دراسة **Bryant** و **veroff** لم تجد ارتباطا ذو دلالة بين التعليم والرضا عن الحياة في حين وجد "كامبل" وزملاؤه وجود علاقة سلبية بين التعليم والرضا عن الحياة.

يتضح من خلال الجدول رقم 09 وجود علاقة بين الحالة الاجتماعية والرضا عن النفس لدى المرأة الماكثة في البيت بحيث توصلت نتائج الدراسة إلى أن النساء الماكثات في البيت ذوات الحالة الاجتماعية عزباء ومتزوجة هن الأكثر شعورا بالرضا عن النفس وقانعات بحالتهن الاجتماعية، بحيث يمكن تفسير هذه النتيجة إلى أن المفهومين الحالة الاجتماعية والرضا عن النفس أنهما مرتبطان ارتباطا وثيقا ببعضهما البعض، بحيث أنهما يحددان درجة تمتع المرأة

الماكثة في البيت بالصحة النفسية السوية ويهدفان على زيادة قدرة المرأة على مواجهة التحديات التي تعترضها في الحياة واجتيازها من خلال القدرة على التكيف اللازم.

ولقد توافقت نتائج الدراسة الحالية في وجود العلاقة بين الحالة الاجتماعية والرضا عن النفس "الاستقرار النفسي" مع بعض الدراسات في أن الزواج يعد من أكثر أنواع العلاقات الاجتماعية تأثيراً في الشعور بالرضا، كما أن هناك دراسات عديدة تناولت العلاقة بين الحالة الاجتماعية والشعور بحسن الحال والذي يقاس من خلال مؤشرات متعددة ومن ضمنها الرضا عن الحياة.

كما وجد Gove وهيزر hughes إلى أن الزواج أكثر أهمية للرضا لدى الذكور من الإناث، في حين وجدوا أيضاً أن النوعية الانفعالية للزواج أكثر أهمية للرضا لدى الإناث، وبالتالي فإن الرضا النفسي "الاستقرار النفسي" يؤدي إلى توافق نفسي واجتماعي والذي بدوره يؤدي إلى صحة نفسية سليمة والتي من خلالها يشعر الإنسان بالسعادة والرضا عن الحياة.

وبوجه عام يمكن القول أن المتزوجات والعازبات هن الأكثر رضا واستقرار نفسي من المطلقات الأرمال.

يتضح من خلال الجدول رقم 10 وجود علاقة بين الحالة الاجتماعية والشعور بالسعادة لوجود علاقات طيبة مع الآخرين لدى المرأة الماكثة في البيت، فالنساء الماكثات في البيت ذوات الحالة الاجتماعية عزباء ومتزوجة يشعرن بالسعادة لوجود علاقات طيبة تربطهن بالآخرين وأنهن يشعرن بالسعادة نتيجة لمقارنة حالتهم الاجتماعية بالحالات الأخرى.

وقد اتفقت نتائج الدراسة مع دراسة جاب الله على أن المرأة الماكثة في البيت سعيدة وراضية عن ظروفها الحياتية وقد يرجع ذلك إلى مقارنة حالتها بأخريات من نفس وضعيتها، فحسب النظريات المفسرة للرضا عن الحياة ووفق نموذج المقارنة الاجتماعية فإن الأفراد يقارنون أنفسهم مع الآخرين ضمن ثقافة واحدة ويكونون سعداء إذا كانت ظروفهم أفضل ممن يحيطون بهم.

أشارت النتائج الواردة في الجدول رقم 11 إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً التي قدرت بـ $P=0.01$ ، $R=0.95$ ، بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والسعادة لدى المرأة الماكثة في البيت، أي أنه كلما زاد استخدام مواقع التواصل الاجتماعي فإن ذلك يؤدي إلى زيادة الشعور بالسعادة لدى المرأة الماكثة في البيت، وتعتبر السعادة حالة انفعالية وعقلية تتسم بالإيجابية وتتضمن الشعور بالرضا والمتعة والتفاؤل والأمل والاحساس بالقدرة على التأثير في الأحداث بشكل ايجابي.

ويعد عامل الرضا عن الحياة أحد مؤشرات السعادة النفسية وجودة الحياة الضرورية من أجل التطور النفسي والاجتماعي السليم لدى الأفراد، ثم أن السعادة تتحقق من خلال حب الآخرين والتفاعل معهم بإيجابية والحرص على إقامة صداقات جيدة وبالتالي فإن رضا الأفراد عن حياتهم تحدده طبيعة الروابط الاجتماعية التي لديهم، وعليه إذا ما قمنا بإسقاط هذا التفسير على فضاء استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وبالتركيز على موقع الفيسبوك بوجه خاص وبالاستناد إلى النتائج التي توصلنا إليها، نجد أن الأفراد الذين يشاركون في موقع فايسبوك هم الأكثر عرضة لتجربة الروابط الاجتماعية والشعور بالسعادة النفسية، وهو ما تشير إليه الدراسات الأخرى التي أجريت على استخدام الشباب والمراهقين لهذا الموقع أين وجدوا أن العلاقة بين السعادة والفيسبوك يمكن أن تكون متبادلة.

وأشارت النتائج الواردة في الجدول رقم 12 على وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً والتي قدرت بـ $P=0.01$ ، $R=0.96$ ، بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والتقدير الاجتماعي لدى المرأة الماكثة في البيت، بمعنى أنه كلما زاد استخدام مواقع التواصل الاجتماعي زاد معه التقدير الاجتماعي لدى المرأة الماكثة في البيت.

مما يعني أن حاجة المرأة الماكثة في البيت للتقدير الاجتماعي استطاعت ان تلييها من خلال استخدامها لمواقع التواصل الاجتماعي، فوعياها للأهداف التي سطرته لنفسها ومجهوداتها المبذولة في سبيل تحقيق طموحاتها والانجازات التي استطاعت تحقيقها جعلها تكسب ثقة في نفسها وتعال الاعجاب اتجاه سلوكها الاجتماعي الذي تنتمي إليه واحترام الآخرين لها ولذلك أصبحت فردا مهما في الكيان الاجتماعي مكنها من المشاركة في صنع القرارات التي تخصها

ولها حرية التعبير سواء عن رأيها في الأمور العامة أو حتى التعبير عن مشاعرها وما يتعلق بحياتها الخاصة، فإذا أسقطنا كل هذه الأمور باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي والتقدير الاجتماعي فإننا نجد ان المواقع ساعدت في شعور المرأة الماكثة بالبيت في التقبل والحب والاعتراف والسماح لها بالمشاركة في صنع القرارات والثناء على ما تقدمه.

وأشارت النتائج الواردة في الجدول رقم 13 على وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا والتي قدرت بـ $P=0.01$ ، $R=0.96$ ، بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والاستقرار النفسي لدى المرأة الماكثة في البيت أي أنه كلما زاد استخدام مواقع التواصل الاجتماعي زاد معه الاستقرار النفسي لدى المرأة الماكثة في البيت.

ويرجع ذلك إلى تعرضها لخبرات ايجابية جعلها تشعر بالتفاؤل اتجاه المستقبل، كما أن شعور النساء الماكثات في البيت بالاستقرار النفسي من خلال استخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعي سيجعلهم أكثر قدرة في التعرف على طموحاتهم وكيفية تقدير ما يريدون الوصول إليه، إضافة إلى أنه يشكل حافزا للتطور والطموح للتواصل، وأن هذا الطموح لا يمكن ان يحدث من دون إدراك للأفراد، فأهداف الفرد هي التي توجه سلوكه نحو المستقبل وانها ضرورية لتقدمه وتطوره وصولا إلى تأكيد الذات وخلق مكانة اجتماعية مرموقة.

وأشارت النتائج الواردة في الجدول رقم 14 على وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا والتي قدرت بـ $P=0.01$ ، $R=0.97$ ، بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وابعاد الرضا عن الحياة لدى المرأة الماكثة في البيت، حيث كلما زاد استخدام مواقع التواصل الاجتماعي ارتفع مستوى الرضا عن الحياة لدى المرأة الماكثة في البيت.

يعتبر الرضا عن الحياة أقصى هدف يطمح الانسان إلى تحقيقه كما يدل على طريقة تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها طبقا لنسقه القيمي، ثم أن انتماء المرأة الماكثة في البيت لشبكة عريضة من مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي الجديرين بالثقة يجعلها مطمئنة من ناحية حصولها على الدعم الاجتماعي والعاطفي الذي تحتاجه في الأوقات العصيبة، وهذا الدعم يعزز بدوره ثقة الفرد اتجاه أفراد شبكته الاجتماعية الافتراضية.

ثم أن Kahnmen and krueger 2016، يعتبران الروابط الاجتماعية عاملا محددا للرضا عن الحياة مما يعني ان المحافظة على العلاقات الاجتماعية يعتبر ضروري للرضا الشخصي، وهو ما توفره الشبكات الاجتماعية، كما تسمح مواقع التواصل الاجتماعي بتطوير الاحساس بالرفاهية في المحيط الجديد وتمتين الروابط الاجتماعية التي تساعد على زيادة الاستقرار النفسي ورضا المستخدم عن حياته وقد اتفقت دراستنا مع ما توصل إليه الباحث Leary and Kowalski, 1990، إلى ان المستخدمين يتأثرون ببعضهم البعض حول أنشطتهم على صفحة المواقع التواصل الاجتماعي في الفيسبوك.

إذ تبين ذلك من خلال ما يظهره أصدقاء المستخدمين لموقع الفيسبوك من فرح وسعادة فيما يرتبط بحالتهم الخاصة، فذلك يحسن من شعوره إلى نحو أفضل ويجعله متمحسا لكي يثبت وجوده أكثر، ومن ناحية أخرى يمكن للسعادة أن تولد أكثر مضاغفا من خلال ما يسمى بالعدوى العاطفية حيث يتأثر الأفراد بالحالة العاطفية الايجابية التي يرونها عند غيرهم في الواقع، الأمر مشابه تماما في الواقع الافتراضي بحيث تستطيع الوسائط الاجتماعية تحقيق ذلك بشكل أفضل نظرا للاعداد الهائلة لمستخدمي موقع فايسبوك، الذي يحقق اتزانا نفسيا للأفراد ويعود ذلك بالايجاب على العلاقات الاجتماعية.

كما أصبحت الوسائط التكنولوجية الجديدة في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي من ضروريات الحياة العصرية خاصة من جانبها الاجتماعي والنفسي، فقد ساهمت في الكثير من الاحيان في التخفيف من التوترات النفسية والكتمان، إذ أصبحت تعتبر متنفسا للكثير من الانطوائيين ثم أن الحصول على الدعم الاجتماعي الذي يعد أحد أهم مقومات الصحة النفسية، فعندما يدرك الفرد أنه مدعوم من قبل الأسرة او الأصدقاء المقربين له فإنه يشعر بالمزيد من الرضا ويتصرف بالمنطق وأداء أفضل في التعامل مع المشاكل التي تواجهه، وهذا ينطبق على ان الشبكات الاجتماعية يمكن ان تتيح للأفراد خبرات ايجابية منتظمة ومجموعة من الأدوار التي تتلقى مكافئة من المجتمع ، بحيث أن هذا النوع من الدعم والمساندة الاجتماعية يرتبط بالسعادة والرضا عن الحياة.

الخاتمة

الخاتمة:

لقد أصبح الفايسبوك ذو أهمية بالغة في حياتنا لما فيه من إجابيات كثيرة في تبادل المعلوماتي والمعرفي وفتح المجال لمناقشة الأفكار والمقترحات التي يطرحها الجميع والتي قد تختلف الآراء نحوها أو تؤيدها كل حسب رؤيته.

وأن المرأة الماكثة في البيت تلعب دورا وحيويا في موقع الفايسبوك وذلك من خلال تحريك وتغيير الأفكار ونشر آرائها بكل حرية دون قيود مسبقة، مما جعلها تشعر بالرضا فيما يخص إمكاناتها وقدراتها وثقتها بنفسها وبالتالي جعلها تمضي قدما نحو تحقيق أهدافها.

والرضا عن الحياة يشير إلى مثل أعلى يصبوا إليه الفرد على أمل أن يحققه بشكل أو بآخر.

ومن خلال طرحنا لإشكالية الدراسة التي تساءلنا فيها حول استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى المرأة الماكثة في البيت، وبعد صياغة الفرضيات كإجابة مؤقتة للتساؤلات التي طرحت، ولفحص ومعالجة فرضيات الدراسة قمنا بدراسة ميدانية على عينة من النساء الماكثات في البيت لولاية بومرداس، وبعد المعالجة الإحصائية بمعامل الارتباط بيرسون وهذا بإستعمال نظام SPSS توصلنا إلى النتائج التالية:

-توجد علاقة ارتباطية بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والسعادة لدى المرأة الماكثة في البيت.

-توجد علاقة ارتباطية بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والتقدير الاجتماعي لدى المرأة الماكثة في البيت.

- توجد علاقة ارتباطية بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والإستقرار النفسي لدى المرأة الماكثة في البيت.

- تجد علاقة ارتباطية بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وأبعاد الرضا عن الحياة لدى المرأة الماكثة في البيت.

وقد دفعتنا هذه النتائج إلى طرح بعض التساؤلات التي ربما تستحق أن تكون موضوع إشكالية مطروحة للدراسات المستقبلية وفي ضوء ما إنتهت إليه الدراسة الحالية من نتائج فإنه يمكن الخروج بإقتراح وهو كما يلي: هل توجد علاقة إرتباطية بين إستخدام مواقع التواصل الإجتماعي والمرونة النفسية لدى المرأة الماكثة في البيت؟

قائمة المراجع

قائمة المراجع

1- القرآن الكريم :

المعاجم والقواميس:

2- قاموس عام، عربي أنجليزي، (بيروت: دار الكتب العلمية، د.ط، 2005).

الكتب:

3-(د، م)، مركز المحتسب للإستشارات، دور مواقع التواصل الإجتماعي في الإحتساب تويتر نموذجاً، (ط 01)، دار المحتسب للنشر والتوزيع، الرياض 1438.

4- أحمد المصري منى، 2010، الكتاب والأدباء الأردنيون والاشباكات المتحققة لهم من وسائل الاعلام التقليدية، رسالة مكملة للحصول على درجة الماجيستر في الإعلام، كلية الإعلام، جامعة الشرق الاوسط.

5- بدر أحمد، (1994)، أصول البحث العلمي ومناهجه، الدوحة، المكتبة الأكاديمية.

6- بن إبراهيم الشاعر عبد الرحمن، (2015)، مواقع التواصل الإجتماعي، والسلوك الإنساني، (ط 01)، دار الصفاء للنشر والتوزيع، عمان.

7- بن سعود البشير محمد ، 2014، نظريات التأثير الإعلامي الرياض المحمدية، طبعة الأولى، دار العبيكان للنشر.

8- حسن عماد مكاوي، عاطف عدلى العبد، 2007، نظريات الاعلام.

9- حسن عماد مكاوي، ليلي حسن السيد، 1998، الاتصال ونظرياته المعاصرة، القاهرة، الطبعة الاولى، دار المصرية اللبنانية.

10- خفاجة مبرقت علي، عوض صابر فاطمة، (2002)، أسس ومبادئ البحث العلمي(ط 01)، الإسكندرية، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية.

11- الدليمي عبد الرزاق، 2016، نظريات الاتصال في القرن الحادي والعشرين، عمان، الطبعة الأولى، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع.

- 12- راسل برتراند، 1980 الفوز بالسعادة ترجمة سمير عبید بیروت - لبنان منشورات دار مكتبة الحياة.
- 13- رشدي خير الله هشام، نظريات الإعلام للفرقة الثالثة صحافة، محاضرات في نظريات الإعلام، كلية التربية النوعية، جامعة المنوفية.
- 14- رضا عبد الواحد أمين، 2007، نظريات العلمية في مجال الإعلام الالكتروني، قسم الصحافة والإعلام، جامعة الأزهر، منتدى سور الأزبكية.
- 15- السوداني حسن، المنصور محمد، (2016)، شبكات التواصل الاجتماعي وتأثيرها على الجمهور المتلقين، (ط 01)، عمان - الأردن، مركز الكتاب الأكاديمي.
- 16- عاطف عدلى العبد، نهى عاطف العبد، 2011، نظريات الاعلام وتطبيقاتها العربية، القاهرة، دار الفكر العربي.
- 17- عبد البني عبد الله الطيب، 2014، فلسفة ونظريات الإعلام هـ م الطبعة الأولى، دار العالمية للنشر والتوزيع.
- 18- عبيدات محمد أبو نصار محمد، مبيضين عقلة، (1999)، منهجية البحث العلمي، القواعد والمراحل والتطبيقات، (ط 02) عمان، دار وائل للطباعة والنشر.
- 19- عويسى كزة، بوالحية دنيا، 2021، استخدامات المرأة الجزائرية لليوتيوب والاشباعات المحققة منها دراسة ميدانية على عينة من النساء الماكثات في البيت بولاية جيجل، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر الاكاديمي في علوم الإعلام والاتصال تخصص سمعي بصري، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد الصديق بن يحيى، جيجل.
- 20- الفحل نبيل محمد الفحل، 2016 مقياس الرضا عن الحياة للمراهقين المكفوفين القاهرة مصر دار العلوم للنشر والتوزيع.
- 21- قندليجي عمر، (1999)، البحث العلمي وإستخدام مصادر المعلومات، (ط 01)، عمان، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع.

- 22-كافي مصطفى يوسف، 2015، الرأي العام ونظريات الاتصال، الأردن؛ عمان، دار ومكتبة الحامد للنشر والتوزيع.
- 23-كمال الحاج، 2020، نظريات الاعلام والاتصال، الجمهورية العربية السورية، الجامعة الافتراضية السورية.
- 24-مايكل أرجيل 1998 سيكولوجية السعداء ترجمة د.فيصل عبد القادر يوسف . الكويت. عالم المعرفة سلسلة كتب ثقافية شعرية يصدرها المجلس الوطني للثقافة والفنون والاداب.
- 25-محمد حسن اسماعيل، 2003، مبادئ علم الاتصال ونظريات التأثير ، دون ذكر البلد، طبعة الاولى، دار العالمية للنشر والتوزيع.
- 26-محمد عبد حميد، 2004، نظريات الإعلام واتجاهات التأثير، القاهرة ، الطبعة الثالثة، دار عالم الكتب للنشر والتوزيع.
- 27-مشاقبة بسام عبد الرحمان، 2015، نظريات الاتصال، الاردن، عمان، دار اسامة للنشر والتوزيع.
- 28-مقدادي خالد غسان يوسف، (2013)، ثورة الشبكات الإجتماعية ماهية مواقع التواصل الإجتماعي والأبعادها التقنية الإجتماعية الإقتصادية الدينية، والسياسية على الوطن العربي والعالم، (ط 01)، الأردن، دار النفائس، للنشر والتوزيع.
- 29-ملفين ديفلير، وساندرا بول روكيتش، ترجمة كمال عبد الرؤوف، 1994، نظريات وسائل الإعلام، القاهرة، مصر، الطبعة العربية الأولى، دار الدولية للنشر والتوزيع.

مجلات ومقالات:

- 30-إبراهيم حسن، عمر جمال، (2021)، مواقع التواصل الإجتماعي: المفهوم والأهمية، مجلة كلية الآداب بقنة، العدد 52، جامعة جنوب الوادي.

- 31-إسماعيل الشيخ كنان، (2017)، المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة - دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة دمشق، مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية - سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية، المجلد 39، العدد 02.
- 32-بن صالح العبد الواحد الهنوف بنت خالد، (2019)، الأمن النفسي كمنبأ بالرضا عن الحياة لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بمدينة الرياض، مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، المجلد 11، العدد 4.
- 33-بن كحيل شهرزاد، بوشيخاوي إسمهان، (2021)، العنف على مواقع التواصل الاجتماعي نموذجاً (Facebook as a sample) violence in social media، مجلة الفكر المتوسطي، المجلد 10، العدد 01، جامعة محمد بن أحمد، وهران.
- 34-جعفر أحمد كرم جوهر محمد علي 2018 الرضا عن الحياة لدى الابناء. المجلة العلمية لكلية رياض للأطفال، جامعة المنصورة المجلد الخامس، العدد الثاني.
- 35-حامد سعيد سعاد، حمود كاظم بلقيس، عادل فرمان شذى، (2020)، مواقع التواصل الاجتماعي وتأثيراتها الإيجابية والسلبية وإستخدام الألعاب الإلكترونية العنيفة وآثرهما على السلوك العدواني لدى طلبة الجامعة، مجلة العربية للتربية النوعية، المجلد 04، العدد 13.
- 36-الحميدي سعاد عبد الله حسن عبد الله، (2019)، معنى الحياة وعلاقته ببعض أبعاد التفكير الايجابي في ضوء الرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة بدولة الكويت، مجلة جامعة الشارقة للعلوم الانسانية والاجتماعية المجلد السادس عشر العدد الثاني (B).
- 37-الدسوقي محمد مجدي (1998) دراسة لابعاد الرضا عن الحياة وعلاقتها بعدد من المتغيرات المفسية لدى عينة من الراشدين صغار السن، المجلة المصرية للدراسات في الصحة النفسية مصدر المجلد الأول.
- 38-الديب علي محمد (1988) العلاقة بين التوافق والرضا عن الحياة لدى المسنين بين استمرارهم في العمل مجلة علم النفس العدد السادس 59 ص 45 ص.

- 39-ساعد شفيق، بركات نوال، (2016)، التأثيرات النفسية والاجتماعية لإستخدام الشباب لمواقع التواصل الإجتماعي -موقع الفايبروك وطلبة جامعة بسكرة -نموذجا، مجلة العلوم الإجتماعية، العدد 16 جامعة بسكرة الجزائر.
- 40-السيد تقاحة جمال، (2009)، الصلابة النفسية والرضا عن الحياة لدى عينة من المسنين، مجلة كلية التربية جامعة الاسكندرية المجلد التاسع عشر، العدد الثالث.
- 41-شويرف عبد العالي، (2016)، أساسيات في منهجية البحث العلمي في إعداد مذكرات ورسائل وأطروحات، مجلة الدراسات الإسلامية، ع/قسم العلوم الإسلامية الدورية المحكمة، جامعة الأغواط.
- 42-عابد زهير، (2012)، دور شبكات التواصل الإجتماعي في تعبئة الرأي العام الفلسطيني نحو التغيير الإجتماعي والسياسي، دراسة وصفية تحليلية، مجلة النجاح لأبحاث العلوم الإنسانية المجلد، العدد.
- 43-العبيدي عفراء ابراهيم خليل (2015) الحكمة وعلاقتها بالسعادة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة بغداد المجلة العربية لتطوير التفوق المجلد السادس العدد 10.
- 44-عدنان مارد جبر وحسام محمد منشد (2015)، الرضا عن الحياة وعلاقته بالأمل لدى طلبة الجامعة، مجلة الاستاذ المجلد الثاني العدد 214.
- 45-عزة حسن عبد العزيز ابراهيم (2021)، فعالية الذات وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الصف الثالث الاعدادي بمدينة المانيا، مجلة البحث في التربية وعلم النفس. المجلد 36، العدد الأول، الجزء الأول.
- 46-عطية عطية محمد سيد أحمد (2008) التلكؤ الأكاديمي وعلاقته بالدافعية للإنجاز والرضا عن الدراسة لدى طلاب الجامعة الملك خالد بالمملكة العربية السعودية، مجلة الاطفال الخليج ذوي الاحتياجات الخاصة. www.gulfikids.com.
- 47-علوان نعمات شعبان (2008) الرضا عن الحياة وعلاقته بالوحدة النفسية. دراسة ميدانية على عينة من زوجات الشهداء الفلسطينيين. مجلة الجامعة الإسلامية المجلد 16 العدد الثاني.

- 48-علي موسى أمال، (2018)، إستخدام شبكات التواصل الإجتماعي وآثاره السلبية على الأسرة، مجلة ميلاف للبحوث والدراسات، المجلد 04، العدد 02، المركز الجامعي عبد الحفيظ بوصوف، ميلة، الجزائر.
- 49-فراد راضية، أونيس إبتسام، (2021)، إتجاهات الأسرة نحو إعتماد مواقع التواصل الإجتماعي لرفع الوعي الصحي في ظل جائحة كورونا، دراسة ميدانية لعينة من الأسر بمدينة تبسة، مجلة الدراسات الإعلامية، مجلد 06، العدد 01، جامعة العربي تبسي(الجزائر).
- 50-كامل حسن كتلو، ناهدة العرجا (2016)، الصحة النفسية لدى المسنين الفلسطينيين دراسة ميدانية لواقع الصحة النفسية لدى المسنين وفي بيوت في محافظة لحم المجلة الاردنية للعلوم الاجتماعية، المجلد التاسع العدد الثاني.
- 51-الكبيسي عبد الكريم عبدة جمعة (2016)، قياس مستوى جودة الحياة لدى اعضاء هيئة التدريس في الجامعة دراسة في الجامعة دراسة ثقافية مقارنة لعينات البيبية، وعراقية، ومصرية مجلة البحوث التربوية والنفسية، المجلد (2016) العدد 49.
- 52-لعزاري فتيحة، (2021)، أثر إستخدام مواقع التواصل الإجتماعي على الأمن الفكري لدى الشباب الجامعي، دراسة وصفية مسحية لعينة من طلبة السنة الأولى علوم الاجتماعية، مجلة مواقف للبحوث والدراسات في المجتمع والتاريخ، مجلد 17، العدد الأول جامعة لونيبي علي، البليدة.
- 53-لغرس سهيلة (2021) أهمية شبكات التواصل الإجتماعي في عملية التنشئة الإجتماعية مقارنة نظرية، مجلة الإعلام والمجتمع، مجلد 05، العدد 01، جامعة مصطفى الإسطنبولي، معسكر الجزائر.
- 54-مفتي عبد المنعم (2019). الرضا عن الحياة لدى طلبة قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة سطيف. مجلد الاداب والعلوم الاجتماعية، المجلد سادس عشر العدد الثالث ص 45. 62ص.

الأطروحات والمذكرات:

اطروحات:

55- بن طفور مصطفى، (2017)، أثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على الهوية الثقافية للشباب الجامعي -دراسة ميدانية على عينة من مستخدمي الفايسبوك بجامعتي مستغانم ووهران 02، أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه في علوم الإعلام والاتصال، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة عبد الحميد بن باديس، مستغانم

56- بني اسماعيل أحمد محمد حسين (2011) الرضا عن الحياة لدى المراهقين وعلاقته بأساليب التنشئة الاسرية والرضا عن الاداء المدرسي وفاعلية برنامج تدريبي في تحسين الرضا لديهم، قدمت هذه الاطروحة استكمالا لمتطلبات الحصول على درجة الدكتوراه في الارشاد النفسي، كلية دراسات العليا جامعة الاردنية.

57- بوعيشة أمال، (2014) جودة الحياة وعلاقتها بالهوية النفسية لدى ضحايا الارهاب بالجزائر، أطروحة مقدمة لنيل شهادة دكتوراه علوم في علم النفس، وتخصص علم النفس المرضي الاجتماعي كلية العلوم الانسانية والاجتماعية جامعة محمد خيضر بسكرة.

58- جاب الله يمينه (2016)، معنى الحياة وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية (الشعور بالوحدة النفسية، الرضا عن الحياة لدى المرأة العانس. دراسة مقارنة بين المرأة العانس المكاثرة بالبيت والمرأة العانس العاملة، اطروحة مقدمة لنيل درجة الدكتوراه علوم النفس العيادي جامعة محمد لمين دباغين سطيف 2-

59- جيدور حاج بشير، (2017)، أثر وسائل التواصل الاجتماعي في عملية التحول الديمقراطي في الدول العربية، دراسة مقارنة، اطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه في العلوم السياسية، تخصص تنظيمات سياسية وإدارية، كلية الحقوق والعلوم السياسية جامعة محمد خيضر، بسكرة.

60- رقاب محمد (2021)، الشائعة والرأي العام الافتراضي في الجزائر -دراسة وصفية تحليلية على موقع الفايسبوك، اطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه المقدمة في علوم الإعلام والاتصال، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة عبد الحميد بن باديس، مستغانم.

- 61-رقاد حليلة (2017)، أثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على الممارسة اللغوية للطلبة الجامعيين - الفاييس بوك-نموذجاً، دراسة على عينة من طلبة جامعة وهران، اطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه في علوم الإعلام والاتصال، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة عبد الحميد بن باديس، مستغانم.
- 62-زروقي رياض، (2021)، الاستخدامات الترفيهية في شبكات التواصل الاجتماعي، دراسة ميدانية على عينة من مستخدمي الفاييس بوك - طلبة جامعة محمد خيضر بسكرة أنموذجاً، اطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه في علوم الإعلام والاتصال، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد خيضر، بسكرة.
- 63-عبيدي إيمان (2020)، استخدام الأساتذة الجامعيين لشبكات التواصل الاجتماعي في الوسط الأكاديمي دراسة تحليلية ميدانية، اطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه الطور الثالث تخصص إعلام جديد وقضايا المجتمع، جامعة العربي بن مهيدي، أم البواقي.
- 64-عدة زهرة (2018) العصابية الانبساط والنهائية وعلاقتها بالرضا عن الحياة والصحة النفسية في ضوء المتغير الاجتماعي والاقتصادي دراسة على عينة من طلبة قسم علم النفس جامعة تلمسان، اطروحة للحصول على شهادة الدكتوراه في العلوم في علم النفس العام. كلية العلوم الاجتماعية جامعة محمد بن أحمد - وهران 2.
- 65-قنون خميسة (2013). الاستجابة المناعية وعلاقتها بالدعم الاجتماعي المدرك والرضا عن الحياة لدى مرضى السرطان دراسة على عينة من مرضى السرطان بمركز مكافحة السرطان والمستشفى الجامعي لولاية باتنة. اطروحة مقدمة لنيل الدكتوراه في علم النفس العيادي.
- 66-كسيرة أسمهان، (2018) شباب الجزائري والهوية الافتراضية، دراسة ميدانية لعينة من مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي الفاييس بوك، اطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه في علوم الإعلام والاتصال، تخصص تكنولوجيا وسائل الإعلام والمجتمع، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة عبد الحميد بن باديس، مستغانم.

رسائل ماجستير:

67- أبو عبيد دعاء شعبان (2014) الرضا عن الحياة وعلاقته بقلق المستقبل لدى الاسرى المحرومين المبعدين الى قطاع غزة، رسالة ماجستير الجامعة الاسلامية غزة عمادة - الدراسات العليا - كلية التربية قسم علم النفس.

68- الإحيوات ايمان سليمان، (2017) الرضا الحياتي وعلاقته بمستوى الطموح، وقلق المستقبل لدى امهات طلب غرف المصادر في مدينة العقبة، رسالة مقدمة الى كلية الدراسات العليا استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في الارشاد النفسي والتربوي، قسم الارشاد، كلية الدراسات العليا، جامعة مؤتة العراق.

69- توتاوي صليحة، (2015)، استخدام الأبناء لشبكات التواصل الإجتماعي وانعكاساتها على العلاقات الأسرية- دراسة على عينة من الأبناء مستخدمي شبكات التواصل الإجتماعي لولاية شلف ووهران، رسالة مكملّة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس الأسري، كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية، جامعة وهران.

70- جلاله سهيلة سعيد مصطفى، (2015)، الرضا عن الحياة وعلاقته بالإجهاد النفسي الناتج عن الحصار لدى موظفي القطاع الحكومي في غزة، قدمت هذه الرسالة كأحد متطلبات الحصول على درجة الماجستير، كلية التربية، قسم علم النفس-الصحة النفسية المجتمعية، الجامعة الإسلامية -غزة، عمادة الدراسات العليا، غزة فلسطين.

71- الرحباني عبير شفيق جورج، (2009)، استخدامات الصحافة الإلكترونية وانعكاساتها على الصحف الورقية اليومية في الاردن، رسالة مقدمة إستكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإعلام، كلية الآداب قسم الإعلام جامعة الشرق الأوسط للدراسات العليا، الاردن.

72- سعد أحمد علي، (2012)، استخدامات طلاب الجامعة لتكنولوجيا الإتصال والإشباعاات المحققة منها -الدراسة الميدانية، رسالة مقدمة للحصول على درجة الماجستير في التربية، تخصص الإعلام التربوي الصحافة، كلية التربية، جامعة بنها.

73- شقورة يحيى عمر شعبان (2012) المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة، الرسالة كما لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في علم النفس كلية التربية جامعة الأزهر غزة.

74- الصيوافي عبد الحكيم بن عبد الله بن راشد، (2015)، إستخدام وسائل التواصل الإجتماعي لدى طلبة الحلقة الثانية من التعليم الأساسي في محافظة الشمال الشرقية بسلطنة عمان وعلاقته ببعض المتغيرات، رسالة الماجستير في التربية، تخصص إرشاد نفسي، جامعة نزوى.

75- عبد الدخيل علاء حسين، (2016)، شبكات التواصل الإجتماعي ودورها في رسم صورة المرأة من وجهة نظر طلبة الجامعات الأردنية، مذكرة مكملة للحصول على درجة الماجستير في الإعلام، كلية العلوم الإجتماعية، جامعة شرق الأوسط.

76- عيسى حسين عبد الحميد، (2013) الذكاء الإجتماعي وعلاقته بالإتزان الإنفعالي والرضا عن الحياة لدى أفراد شرطة المرور لمحافظة غزة، رسالة مقدمة كمتطلب تكميلي للنيل درجة الماجستير في علم النفس، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، عمادة الدراسات العليا، غزة فلسطين.

77- قاقيش عدي أحمد مصطفى، (2014)، استخدام طلبة الجامعات الاردنية للبرامج الوثائقية والإشباع المتحققة منها (الجزيرة الوثائقية وناشيونال جيوغرافيك أبو ظبي أنموذجا)، رسالة مقدمة إستكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإعلام، كلية الإعلام، جامعة البترا، الاردن.

78- ملوكي عبد الله، (2012)، أثر الإنترنت في نشر الجريمة في الوسط الطلابي-طلبة علوم الإعلام والإتصال بجامعة الحاج لخضر، باتتة، أنموذجا، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علوم الإعلام والإتصال، كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية، جامعة الحاج لخضر باتتة.

79- مي عبد الخير عبد اللطيف عبد العال، (2018) الرضا عن الحياة والوعي بالذات كمنبئات بالصمود النفسي لدى عينة من طلبة الأقسام العلمية والأدبية للجامعة، دراسة مقدمة

للحصول على درجة الماجستير في الدراسات التربوية، الصحة النفسية، معهد البحوث والدراسات التربوية، جامعة الدول العربية، المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم.

مذكرات ماستر:

80-أسعدي مروة (2020) مؤشرات الرضا عن الحياة لدى امهات أطفال التوحد دراسة ميدانية التوحد بمدينة بوسغات مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر كلية العلوم الانسانية والاجتماعية قسم علم النفس، جامعة محمد بوضياف بالمسيلة.

81-تياب خولة، (2018)، استخدام المرأة الجزائرية لمواقع التواصل الاجتماعي دراسة ميدانية على عينة من مستخدمي الفيسبوك، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علوم الإعلام والاتصال تخصص سمعي بصري، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة العربي بن مهيدي ام البواقي.

82-دريدي سميحة، (2018)، ادمان ادمان الفيسبوك وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى الطالب الجامعي دراسة ميدانية على عينة من طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية بجامعة قاصدي مرجاح - ورقلة، مذكرة مقدمة لنيل شهادة ماستر أكاديمي، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية جامعة قاصدي مرجاح- ورقلة.

83-العجال سلامنية، (2018)، دراسة مقارنة في الرضا عن الحياة بين ممارسين وغير ممارسين للنشاط الرياضي الترويحي لدى كبار السن، مذكرة مقدمة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في تخص النشاط الحركي المكيف، معهد التربية البدنية والرياضة، جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم.

كتب باللغة الأجنبية:

84-Rut veenhoen (2006) how do we Assess How happy we are temets implications and temability of three tjeoues paper presented at. Comferenee On “now Directions in the study of Happimess.” United States and.International porspectives University of notre same U.S.A

الملاحق

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة مولود العمري - تيزي وزو

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم العلوم الإنسانية

فرع علوم الإعلام والاتصال

تخصص سمعي بصري

إستمارة الإستبيان

إستخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى المرأة الماكثة في البيت.

دراسة مسحية على عينة من مستخدمي فايسبوك.

في إطار تحضير مذكرة لنيل شهادة ماستر في علوم الإعلام والاتصال تخصص سمعي بصري بعنوان "استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى المرأة الماكثة في البيت" دراسة مسحية على عينة من مستخدمي فايسبوك. نضع في متناولك هذا لاستبيان الذي يمثل مجموعة من الفقرات الرجاء الإجابة عليها كاملة بكل حرية ودقة وذلك بوضع فقط علامة (x) أمام الإجابة التي تزينها مناسبة مع العلم أن هذه المعلومات التي تدلين بها ستكون لغرض البحث العلمي فقط مع ضمان السرية التامة.

تحت إشراف الأستاذة

بوشلاغم زينب

من إعداد الطالبتين:

-خلفون مريم

-زيات زينة

البيانات الشخصية:

السن:

30 - 20 ☐ 40-30 ☐ 50-40 ☐ 50 فما فوق ☐

المستوى التعليمي:

ابتدائي ☐ متوسط ☐ ثانوي ☐ ليسانس ☐ شهادات عليا ☐

الحالة الاجتماعية:

عزباء ☐ متزوجة ☐ مطلقة ☐ أرملة ☐

ضع علامة (X) على الإجابة المناسبة.

الرقم	العبارات	موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة
01	أستخدم الفايسبوك بشكل دائم					
02	لا أستخدم الفايسبوك إلا نادرا					
03	أستخدم الفايسبوك منذ سنوات عديدة					
04	أستخدم الهاتف المحمول لفتح حسابي في الفايسبوك					
05	عند استخدامي للفايسبوك أكون لوحدى					
06	تناسبني الفترة الليلية في استخدامي للفايسبوك					
07	أقضي من ساعة إلى ساعتين في تصفح الفايسبوك					
08	مستقبلا سأحافظ على استخدامي لموقع الفايسبوك					
09	أمتلك أكثر من حساب على الفايسبوك					
10	أستخدم الفايسبوك باسم مستعار					
11	يتم اختياري وقبولي لطلبات صداقة على أساس الاشتراك في الاهتمامات					
12	أتصفح الفايسبوك باللغة العربية					
13	الموضوعات التي أتابعها على موقع الفايسبوك الطبخ والحلويات					

					أنظم إلى مجموعات في الفايسبوك للاشتراك في مجموعات الموضة والجمال	14
					أستخدم موقع الفايسبوك من أجل الحصول على الراحة النفسية.	15
					يساعدني الفايسبوك في الحصول على تقدير ذاتي	16
					استخدم الفايسبوك من أجل التحفيز على المساهمة في النشاطات الاجتماعية	17
					أشعر عند استخدامي للفايسبوك أنني أغير أشياء سلبية بأشياء إيجابية في نفسي	18
					أعتبر الفايسبوك ملاذا للتعبير عما أريد قوله في أي وقت وبكل حرية	19
					جعلني الفايسبوك أكون شخصية أحسن مما كنت عليها من قبل	20
					ساعدني الفايسبوك على أن أشعر بثقة كبيرة في نفسي	21
					أشعر بالسعادة عند استخدامي الفايسبوك	22
					جعلني الفايسبوك أشعر بالأمان من خلال المعرفة التي أحصل عليها من خلاله	23
					ساعدني الفايسبوك في تحقيق مكانة ما في المجتمع	24
					ساعدني الفايسبوك في زيادة المعرفة والإطلاع على الأحداث والتطورات في مختلف الميادين	25
					أستخدم موقع الفايسبوك للتواصل مع افراد العائلة والأصدقاء	26
					أنا أسعد حالا من الآخرين	27
					أنا راضية عن نفسي	28
					ظروف حياتي ممتازة	29
					في معظم الأحوال تقترب حياتي من المثالية	30
					أنا راضية عن كل شيء في حياتي	31
					أشعر بالثقة إتجاه السلوكي الإجتماعي	32
					أشعر بالأمن والطمأنينة	33
					أتمتع بحياة سعيدة	34
					أشعر أن حياتي الآن أفضل من أي وقت مضى	35

					36	حصلت حتى الآن على أشياء مهمة في حياتي
					37	أشعر أنني موفقة في حياتي
					38	أشعر بالبهجة الممزوجة بالتفاؤل تجاه المستقبل
					39	أنا راضية بما وصلت اليه
					40	أميل الى الضحك وتبادل الدعابة
					41	أشعر بالرضا والإرتياح عن ظروف في الحياتية
					42	أتقبل الآخرين وأتعاش معهم كما هم
					43	أعيش في مستوى حياة / معيشة أفضل مما كنت أتمناه أو أتوقعه.
					44	أشعر بالسعادة لوجود علاقات طيبة تربطني بالآخرين
					45	أشعر أن حياتي مشرقة ومليئة بالأمل
					46	أتقبل نقد الآخرين
					47	يثق الآخرون في قدراتي
					48	يتسم سلوكي مع الآخرين بالتسامح والمرح
					49	أنام نوما هادئا مسترخيا
					50	ينظر الآخرون الي باحترام
					51	لا اعاني بمشاعر اليأس وخيبة الأمل
					52	لدي القدرة على اتخاذ القرار وتحمل نتائجه
					53	علاقاتي الإجتماعية بالآخرين ناجحة
					54	روحي المعنوية مرتفعة
					55	لو قدر لي أن أعيش من جديد فلن اغير شيئا من حياتي

شكرا على تعاونكم معنا

الملحق 02: نماذج العمل في Spss

جداول من برنامج Spss الخاصة بمحور الجداول البسيطة

التعليمي مستوى

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
ابتدائي	4	2.7	2.7	2.7
متوسط	17	11.3	11.3	14.0
ثانوي	41	27.3	27.3	41.3
ليسانس	50	33.3	33.3	74.7
عليا شهادات	38	25.3	25.3	100.0
Total	150	100.0	100.0	

العينة سن

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
20-30	74	49.3	49.3	49.3
30-40	51	34.0	34.0	83.3
40-50	21	14.0	14.0	97.3
فوق 50	4	2.7	2.7	100.0
Total	150	100.0	100.0	

الاجتماعية الحالة

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
عزباء	67	44.7	44.7	44.7
متزوجة	71	47.3	47.3	92.0
مطلقة	7	4.7	4.7	96.7
ارملة	5	3.3	3.3	100.0
Total	150	100.0	100.0	

الملحق 03: جداول من برنامج Spss الخاصة بالمحور الجداول المركبة

Crosstabulation: سعادة * سن العينة

		العينة سن				Total
		20-30	30-40	40-50	فوق 50	
سعادة بحياة اتمتع	Count	17	0	0	0	17
	% within سعادة بحياة اتمتع	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%
	% within سعادته	23.0%	0.0%	0.0%	0.0%	11.3%
	% of Total	11.3%	0.0%	0.0%	0.0%	11.3%
	Count	57	2	0	0	59
	% within سعادة بحياة اتمتع	96.6%	3.4%	0.0%	0.0%	100.0%
	% within سعادته	77.0%	3.9%	0.0%	0.0%	39.3%
	% of Total	38.0%	1.3%	0.0%	0.0%	39.3%
	Count	0	49	3	0	52
	% within سعادة بحياة اتمتع	0.0%	94.2%	5.8%	0.0%	100.0%
	% within سعادته	0.0%	96.1%	14.3%	0.0%	34.7%
	% of Total	0.0%	32.7%	2.0%	0.0%	34.7%
معارض	Count	0	0	18	4	22
	% within سعادة بحياة اتمتع	0.0%	0.0%	81.8%	18.2%	100.0%
	% within سعادته	0.0%	0.0%	85.7%	100.0%	14.7%
	% of Total	0.0%	0.0%	12.0%	2.7%	14.7%
	Count	74	51	21	4	150
	% within سعادة بحياة اتمتع	49.3%	34.0%	14.0%	2.7%	100.0%
	% within سعادته	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
	% of Total	49.3%	34.0%	14.0%	2.7%	100.0%
	Count	0	0	0	0	0
	% within سعادة بحياة اتمتع	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
	% within سعادته	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
	% of Total	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
Total		151	151	151	151	603

Crosstabulation يثق الآخرون في قدراتي * مستوى التعليمي

		التعليمي مستوى				
		ابتدائي	متوسط	ثانوي	ليسانس	شهادات عليا
بشدة موافق	Count	4	13	0	0	0
	% within يثق الآخرون في قدراتي	23.5%	76.5%	0.0%	0.0%	0.0%
	% within التعليمي مستوى	100.0%	76.5%	0.0%	0.0%	0.0%
	% of Total	2.7%	8.7%	0.0%	0.0%	0.0%
	Count	0	4	41	10	7
	% within يثق الآخرون في قدراتي	0.0%	6.5%	66.1%	16.1%	11.3%
	% within التعليمي مستوى	0.0%	23.5%	100.0%	20.0%	18.4%
	% of Total	0.0%	2.7%	27.3%	6.7%	4.7%
	Count	0	0	0	40	8
	% within يثق الآخرون في قدراتي	0.0%	0.0%	0.0%	83.3%	16.7%
	% within التعليمي مستوى	0.0%	0.0%	0.0%	80.0%	21.1%
	% of Total	0.0%	0.0%	0.0%	26.7%	5.3%
موافق	Count	0	0	0	0	19
	% within يثق الآخرون في قدراتي	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%
	% within التعليمي مستوى	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	50.0%
	% of Total	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	12.7%
	Count	0	0	0	0	4
	% within يثق الآخرون في قدراتي	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%
	% within التعليمي مستوى	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	10.5%
	% of Total	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	2.7%
	Count	4	17	41	50	
	% within يثق الآخرون في قدراتي	2.7%	11.3%	27.3%	33.3%	
	% within التعليمي مستوى	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	
	% of Total	2.7%	11.3%	27.3%	33.3%	
معارض	Count	0	0	0	0	19
	% within يثق الآخرون في قدراتي	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%
	% within التعليمي مستوى	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	50.0%
	% of Total	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	12.7%
	Count	0	0	0	0	4
	% within يثق الآخرون في قدراتي	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%
	% within التعليمي مستوى	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	10.5%
	% of Total	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	2.7%
	Count	0	0	0	0	19
	% within يثق الآخرون في قدراتي	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%
	% within التعليمي مستوى	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	50.0%
	% of Total	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	12.7%
بشدة معارض	Count	0	0	0	0	19
	% within يثق الآخرون في قدراتي	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%
	% within التعليمي مستوى	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	50.0%
	% of Total	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	12.7%
	Count	0	0	0	0	4
	% within يثق الآخرون في قدراتي	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%
	% within التعليمي مستوى	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	10.5%
	% of Total	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	2.7%
	Count	0	0	0	0	19
	% within يثق الآخرون في قدراتي	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%
	% within التعليمي مستوى	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	50.0%
	% of Total	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	12.7%
Total	Count	4	17	41	50	
	% within يثق الآخرون في قدراتي	2.7%	11.3%	27.3%	33.3%	
	% within التعليمي مستوى	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	
	% of Total	2.7%	11.3%	27.3%	33.3%	

Crosstabulation أنا راضية على نفسي * الحالة الاجتماعية

		الاجتماعية الحالة				Total
		عزباء	متزوجة	مطلقة	ارملة	
بشدة موافق	Count	32	0	0	0	32
	% within نفسي على راضية انا	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%
	% within الاجتماعية الحالة	47.8%	0.0%	0.0%	0.0%	21.3%
	% of Total	21.3%	0.0%	0.0%	0.0%	21.3%
	Count	35	39	0	0	74
	% within نفسي على راضية انا	47.3%	52.7%	0.0%	0.0%	100.0%
	% within الاجتماعية الحالة	52.2%	54.9%	0.0%	0.0%	49.3%
	% of Total	23.3%	26.0%	0.0%	0.0%	49.3%
	Count	0	27	0	0	27
	% within نفسي على راضية انا	0.0%	100.0%	0.0%	0.0%	100.0%
	% within الاجتماعية الحالة	0.0%	38.0%	0.0%	0.0%	18.0%
	% of Total	0.0%	18.0%	0.0%	0.0%	18.0%
معارض	Count	0	5	7	2	14
	% within نفسي على راضية انا	0.0%	35.7%	50.0%	14.3%	100.0%
	% within الاجتماعية الحالة	0.0%	7.0%	100.0%	40.0%	9.3%
	% of Total	0.0%	3.3%	4.7%	1.3%	9.3%
بشدة معارض	Count	0	0	0	3	3
	% within نفسي على راضية انا	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%	100.0%
	% within الاجتماعية الحالة	0.0%	0.0%	0.0%	60.0%	2.0%
	% of Total	0.0%	0.0%	0.0%	2.0%	2.0%
Total	Count	67	71	7	5	150
	% within نفسي على راضية انا	44.7%	47.3%	4.7%	3.3%	100.0%
	% within الاجتماعية الحالة	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
	% of Total	44.7%	47.3%	4.7%	3.3%	100.0%

Crosstabulation اشعر بالسعادة لوجود علاقات طبية تربطني بالآخرين * الحالة الاجتماعية

		الاجتماعية الحالة				Total
		عزباء	متزوجة	مطلقة	ارملة	
بشدة موافق	Count	33	0	0	0	33
	% within اشعر بالسعادة	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%
	تربطني طبية علاقات لوجود بالآخرين					
	% within الاجتماعية الحالة	49.3%	0.0%	0.0%	0.0%	22.0%
	% of Total	22.0%	0.0%	0.0%	0.0%	22.0%
	Count	34	37	0	0	71
	% within اشعر بالسعادة	47.9%	52.1%	0.0%	0.0%	100.0%
	تربطني طبية علاقات لوجود بالآخرين					
	% within الاجتماعية الحالة	50.7%	52.1%	0.0%	0.0%	47.3%
	% of Total	22.7%	24.7%	0.0%	0.0%	47.3%
	Count	0	34	0	0	34
	% within اشعر بالسعادة	0.0%	100.0%	0.0%	0.0%	100.0%
محايد	تربطني طبية علاقات لوجود بالآخرين		%			
	% within الاجتماعية الحالة	0.0%	47.9%	0.0%	0.0%	22.7%
	% of Total	0.0%	22.7%	0.0%	0.0%	22.7%
	Count	0	0	7	2	9
	% within اشعر بالسعادة	0.0%	0.0%	77.8%	22.2%	100.0%
	تربطني طبية علاقات لوجود بالآخرين					
	% within الاجتماعية الحالة	0.0%	0.0%	100.0%	40.0%	6.0%
	% of Total	0.0%	0.0%	4.7%	1.3%	6.0%
	Count	0	0	0	3	3
	% within اشعر بالسعادة	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%	100.0%
	تربطني طبية علاقات لوجود بالآخرين				%	
	% within الاجتماعية الحالة	0.0%	0.0%	0.0%	60.0%	2.0%
بشدة معارض	% of Total	0.0%	0.0%	0.0%	2.0%	2.0%
	Count	67	71	7	5	150
	% within اشعر بالسعادة	44.7%	47.3%	4.7%	3.3%	100.0%
	تربطني طبية علاقات لوجود بالآخرين					
	% within الاجتماعية الحالة	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
	% of Total	44.7%	47.3%	4.7%	3.3%	100.0%
	Count	67	71	7	5	150
	% within اشعر بالسعادة	44.7%	47.3%	4.7%	3.3%	100.0%
	تربطني طبية علاقات لوجود بالآخرين					
	% within الاجتماعية الحالة	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
	% of Total	44.7%	47.3%	4.7%	3.3%	100.0%
	% of Total	44.7%	47.3%	4.7%	3.3%	100.0%
Total						

الملحق 04: جداول من برنامج Spss الخاصة بالاختبار الفرضيات

Correlations		
	saida	social
Pearson Correlation	1	.959**
Sig. (2-tailed)		.000
N	150	150
Pearson Correlation	.959**	1
Sig. (2-tailed)	.000	
N	150	150

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations		
	social	rida
Pearson Correlation	1	.977**
Sig. (2-tailed)		.000
N	150	150
Pearson Correlation	.977**	1
Sig. (2-tailed)	.000	
N	150	150

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations		
	social	ta9dir
Pearson Correlation	1	.965**
Sig. (2-tailed)		.000
N	150	150
Pearson Correlation	.965**	1
Sig. (2-tailed)	.000	
N	150	150

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		social	nefsi
social	Pearson Correlation	1	.969**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	150	150
nefsi	Pearson Correlation	.969**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	150	150

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

الملحق 05: جداول من برنامج Spss الخاصة بالثبات والصدق للاستبيان

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.845	4

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
social	229.2733	6972.804	.990	.702
rida	225.7067	6941.417	.990	.701
ma3loumet	291.5867	11494.486	.974	.927
oule	149.3133	3001.586	1.000	.802

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
298.6267	12006.343	109.57346	4