

جامعة مولود معمري تيزي وزو
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس



المهارات الاجتماعية لدى المراهقين المدمنين على مواقع
التواصل الاجتماعي
-تطبيق (Tik Tok) نموذجاً-

-دراسة ميدانية ببعض ثانويات بولاية بومرداس-

مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر في علم النفس
تخصص علم النفس المدرسي

إشراف:

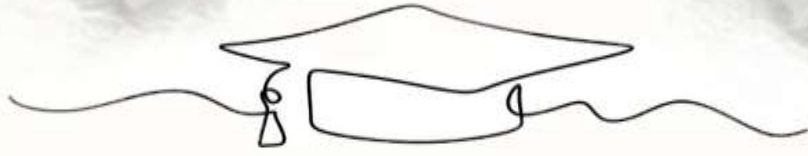
أ. إفرودة صفية

اعداد الطالبتين:

مامش فاطمة الزهرة

لونيس لمياء

السنة الجامعية: 2025/2024



كلمة الشكر

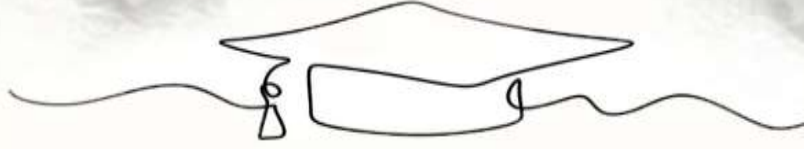
الحمد لله الذي يسر البدايات وبلغنا الغايات وأكمل النهايات الحمد لله عزوجل الذي وفقني في إتمام هذا البحث والذي رزقني الصحة والعافية والعزيمة حمدا كثيرا ...

ولا يسعنا في هذا المقام الا ان نتقدم بالشكر الجزيل الى استاذتنا الدكتورة "إقروفة صفية" المشرفة على هذه المذكرة التي كانت حريصة على اثراء هذا البحث وعلى كل ما قدمته لنا من توجيهات ومعلومات، والتي كان لها الأثر الكبير في انجاز هذا العمل.

فان قلت شكرا فشكري لن يوفيها، حقا سعت فكان سعيها مشكورا، فلها مني كل الفخر والاعتزاز والاعتراف بالجميل.

كما أتوجه بالشكر الجزيل الى كافة اساتذتنا بجامعة مولود معمرى "تامدة" وقسم علم النفس.

واتقدم بأسمى آيات الشكر والتقدير والعرفان الجميل الى والدي ابي الغالي وامي الغالية واخوتي لما تحملوه من مشقة وعناء في سبيل انجاز هذا العمل.



اهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

الى أولئك الذين رسموا احلامهم على جدران الجامعات وحملوا دفاترهم في طريقهم الى الشهادة " الى طلبة غزة
الجامعين"

الذين رحلوا قبل ان تكمل الحكاية... قبل ان ينادي بأسمائهم يوم التخرج فصاروا نورا لا ينطفئ في سماء العلم والكرامة
...سلاما على ارواحكم الطاهرة
وموعدنا عند رب لا ينسى...

الى من قال فيهما سبحانه وتعالى « واخفض لهما جناح الذل من الرحمة وقل رب ارحمهما كما ربياني صغيرا» الى من
دعموني بلا حدود واعطوني دون مقابل الى من علموني ان الدنيا كفاح وسلاحها العلم والمعرفة الى الاول الداعمين
لي.

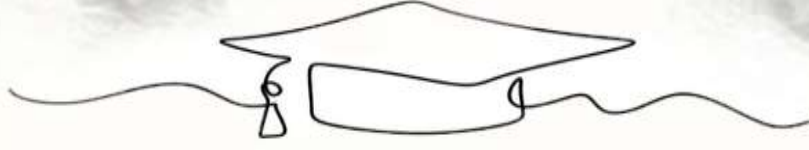
"ابي الغالي وامي الغالية"

الى ضلعي الثابت وامان ايامي الى من شددت عضدي بيهم فكانوا ينابيع ارتوي منها

"اخواتي الغاليات"

لكل من كان عونا وسندا في هذا الطريق... للأصدقاء الاوفياء ورفقاء السنين لأصحاب الشدائد والأزمات كل باسمه.
اهديكم هذا الإنجاز فالحمد لله على ما وهبني وان يجعلني مباركا وان يعنني أينما كنت فمن قال انا لها نالها وان لها
وان ابت رغما عنها اتيت بيها فالحمد لله شكرا وحبا وامتنانا على البدء والختام
واخر دعوانا
ان الحمد لله رب العالمين.

فاطمة الزهراء



اهراء

الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات

«الحمد لله الذي علم بالقلم علم الانسان مالم يعلم»

الحمد لله عند البدء وعند الختام والصلاة والسلام على رسول الله

لقد كانت رحلة طويلة، لحظة لطالما انتظرتها، فخورة جدا بوصولي إليها، نعم ها أنا
أخرج بكل فخر واعتزاز أهدي هذا العمل إلى نفسي التي كافحت ولم تتوقف عن
السعي نحو تحقيق هذا الحلم رغم كل التحديات وراهننت على النجاح بكل صبر وتفانٍ.

أهدي هذا النجاح إلى والديّ

خصوصا امي التي كافحت من أجلي، ولا يفوتني ان أهدي هذا العمل الى زميلتي
المتواضعة التي شاركتني فيه وكانت خير رفيق درب في مشوار هذا البحث، اهداء
خاص إلى الذين راهنو على فشلي وخسارتي.

لمياء

قائمة المحتويات

الصفحة	العنوان
ا	كلمة الشكر
ب	إهداء
ت	فهرس المحتويات
ث	فهرس الجداول
ف	فهرس الاشكال
ج	ملخص الدراسة باللغة العربية
ح	ملخص الدراسة باللغة الأجنبية
1	مقدمة
الجانب النظري	
الفصل الأول: الإطار العام للدراسة	
5	1- الاشكالية
11	2- فرضيات الدراسة
11	3- أهداف الدراسة
12	4- أهمية الدراسة
12	5- تحديد متغيرات الدراسة اجرائيا
الفصل الثاني: المهارات الاجتماعية	
16	تمهيد
17	1-تعريف المهارات الاجتماعية
17	1-1 تعريف المهارة لغة
17	1-2 تعريف المهارات الاجتماعية اصطلاحا
18	3- النظريات المفسرة للمهارات الاجتماعية
19	4-مكونات المهارات الاجتماعية
21	5- خصائص المهارات الاجتماعية

22	6- تصنيف المهارات الاجتماعية
23	7- المفاهيم المرتبطة بالمهارات
25	8- أهمية المهارات الاجتماعية لدى المراهقين
27	خلاصة الفصل
الفصل الثالث: الإدمان على المواقع التواصل الاجتماعي تطبيق تيك توك (TIKTOK)	
30	تمهيد
30	1- تعريف ادمان مواقع التواصل الاجتماعي
30	1-1 تعريف الإدمان لغة
31	1-2 مفهوم إدمان مواقع التواصل الاجتماعي اصطلاحاً
31	3- نشأة تطبيق التيك توك (TIK TOK)
32	4- أعراض الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي
33	5- أنواع مواقع التواصل الاجتماعي
36	6- سلبيات وإيجابيات تطبيق تيك توك (TIKTOK)
39	خلاصة الفصل
الجانب التطبيقي	
الفصل الرابع: الإجراءات الميدانية لدراسة	
42	تمهيد
42	1- الدراسة الاستطلاعية
42	1-1 أهداف الدراسة الاستطلاعية
42	1-2 عينة الدراسة الاستطلاعية
43	1-3 أدوات الدراسة الاستطلاعية
43	1-4 نتائج الدراسة الاستطلاعية
45	2- الدراسة الأساسية
45	2-1 منهج الدراسة
45	2-2 مجتمع الدراسة وخصائصه

46	3-2 عينة الدراسة وخصائصها
47	4-2 وصف أدوات الدراسة
49	3- الأساليب الإحصائية
50	4- حدود الدراسة
الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة	
53	تمهيد
53	1- عرض وتحليل نتائج الفرضيات
53	1-1 عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى
57	1-2 عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية
58	1-3 عرض وتحليل الفرضية الثالثة
59	2- تفسير ومناقشة الفرضيات
59	1-2 تفسير ومناقشة الفرضية الأولى
61	2-2 تفسير ومناقشة الفرضية الثانية
62	2-3 تفسير ومناقشة الفرضية الثالثة
64	استنتاج عام
65	خاتمة
66	التوصيات الدراسة
قائمة المراجع	
قائمة الملاحق	

قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
44	توزيع افراد عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الجنس والمؤسسة	01
45	نتائج الصدق التمييزي للمقياس بطريقة المعادلة الطرفية	02
46	نتائج الفاكرونباخ لمقياس المهارات الاجتماعية للمراهقين	03
47	توزيع افراد مجتمع الدراسة حسب المؤسسة والجنس	04

47	توزيع افراد عينة الدراسة حسب الجنس	05
49	ابعاد مقياس المهارات الاجتماعية للمراهقين والبنود المنتمية له	06
49	طريقة تصحيح مع البدائل لمقياس المهارات الاجتماعية للمراهقين	07
54	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس المهارات الاجتماعية للمراهقين	08
58	نتائج اختبار (T) لعينتين مستقلتين بدلال الفروق بين الجنسين	09
59	نتائج اختبار (T) لعينتين مستقلتين بدلالة الفروق بين المدمنين وغير المدمنين	10

قائمة الاشكال

الصفحة	عنوان الشكل	الرقم
50	يبيّن تحديد مستويات المقياس المهارات الاجتماعية للمراهقين	01

قائمة الملاحق

الرقم	عنوان الملحق
01	استمارة تحديد المدمنين وغير المدمنين على تطبيق تيك توك
02	مقياس المهارات الاجتماعية للمراهقين
03	نتائج صدق وثبات مقياس المهارات الاجتماعية للمراهقين
04	نتائج المعالجة الإحصائية

- ملخص الدراسة باللغة العربية:

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى المهارات الاجتماعية لدى التلاميذ المتمدرسين في التعليم الثانوي المستخدمين لتطبيق تيك توك، كما هدفت إلى معرفة الفروق في الدرجة الكلية لدى أفراد العينة من المدمنين على تطبيق التيك توك (TIK TOK) تبعاً لمتغير الجنس، وكذلك معرفة الفروق في الدرجة الكلية بين أفراد العينة من المدمنين وغير المدمنين على تطبيق تيك توك، ولتحقيق هذه الأهداف تم اعتماد المنهج الوصفي لجمع بيانات الدراسة، تم استخدام مقياس المهارات الاجتماعية للمراهقين من إعداد ندى نصر الدين عبد الحميد (2012)، تكونت العينة الأساسية للدراسة من (87) تلميذ (ة) من مستوى السنة الأولى والثانية ثانوي، يدرسون بثانويتي الإخوة ظريف بدائرة دلس وثانوية كاب جنات بدائرة برج منايل بولاية بومرداس، وقد تم تحليل البيانات باستخدام البرنامج الإحصائي لمعالجة البيانات (SPSS)، أسفرت الدراسة على أن مستوى المهارات الاجتماعية لدى المراهقين المدمنين على تطبيق تيك توك مرتفع، كما توصلت إلى عدم وجود فروق في الدرجة الكلية لمقياس المهارات الاجتماعية للمراهقين لدى أفراد العينة تبعاً لمتغير الجنس، وأسفرت أيضاً على عدم وجود فروق في الدرجة الكلية لمقياس المهارات الاجتماعية بين أفراد العينة من المدمنين وغير المدمنين على تطبيق تيك توك (Tik Tok).

Social Skills in Adolescents Addicted to Social : ملخص الدراسة باللغة الاجنبية:

Media Platforms: TikTok as a Case Study

Abstract:

The present study aimed to examine the level of social skills among secondary school students who use the TikTok application. It also sought to identify differences in the overall social skills scores among TikTok-addicted individuals in the sample based on gender, as well as to explore differences in scores between addicted and non-addicted users of the application. To achieve these objectives, the descriptive method was employed, and data were collected using the Social Skills Scale for Adolescents developed by Nada Nasr El-Din Abdel Hamid (2012). The main sample consisted of 87 students enrolled in the first and second years of secondary education at the Ikhoua Zarif High School in Dellys District and Cap Djinet High School in Bordj Menaïel District, both located in Boumerdes Province. The data were analyzed using the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS). The findings revealed that the level of social skills among adolescents addicted to TikTok was high. Furthermore, the study found no significant differences in the total social skills scores based on gender. It also showed no significant differences between addicted and non-addicted individuals regarding their overall scores on the social skills scale.

شهدت السنوات الاخيرة تطورا هائلا في مجال تكنولوجيا الاتصال، فمع ظهور الانترنت دخل العالم مرحلة جديدة حيث اصبحت شبكة الانترنت البنية الاساسية التي تسمح بتبادل المعلومات والاستفادة من مضامينها بسرعة فائقة وفعالية غير مسبوقة، واهم ما انجبتة الانترنت هو مواقع التواصل الاجتماعي التي غيرت من طبيعة العلاقات الانسانية بشكل جذري وجعلت العالم يبدو أصغر واقرب بين المستخدمين بحيث تتيح لهم التفاعل المباشر والفوري من خلال تطبيقات عديدة وعبر منصات وشبكات افتراضية، هذه المواقع لم تقتصر على تبادل الرسائل فحسب بل توسعت لتشمل مشاركة المحتوى المتنوع مثل القصص، الصور، الفيديوهات والبث المباشر مما اسهم في خلق بيئة تواصلية شاملة متعددة الابعاد، هذا الامر جذب فضول المراهقين ولاق اهتمامهم، حيث تم تصنيفهم من اكثر المستخدمين نشاطا، باعتبار أنهم وجدوا فرصة للتعبير عن انفسهم وتكوين صداقات والشعور بالقبول والانتماء الاجتماعي، اصبحت تمثل نافذة للاتصال بالعالم الخارجي واكتشاف المزيد والتعرف على مختلف الثقافات بعيدا عن القيود الاجتماعية والرقابة الوالدية.

فترة المراهقة مرحلة حيوية انتقالية تتسم بتغييرات جسدية نفسية تؤثر على سلوك الفرد، كما انها فترة اكتشاف الذات والبحث عن الاستقلالية ومحاولة التكيف ومجاعة تحديات الحياة الاجتماعية والتفاعل مع البيئة المحيطة، هذا جعل المراهقين يلجؤون إلى استخدام مواقع التواصل الاجتماعي كبيئة تواصل افتراضية بديلة تساهم في تلبية حاجاتهم النفسية والاجتماعية التي يجدون فيها نقص أو التي لا تلبى بشكل كاف في المحيط الواقعي.

ومن أبرز واحداث هذه المواقع هو تطبيق تيك توك (TIK TOK) الذي توسع انتشاره في السنوات الأخيرة بفضل مزاياه الخاصة التي تتمثل في فيديو لا يتجاوز عدة ثواني وخاصة البث المباشر الذي مكن العديد من كسب الشهرة وجني ارباح مالية، فالإقبال على هذا التطبيق بالدرجة الأولى من طرف فئة

المراهقين الذي وصل استخدامهم المفرط لدرجة الإدمان الذي يتسم بفقدان السيطرة على وقت الاستخدام والاستمرار في الاعتماد على واقع افتراضي تدريجياً، هذا الاستخدام قد ينعكس سلباً على المهارات الاجتماعية فمن ناحية قد يعزز للمراهق قدرات التعبير عن الذات والتواصل مع الأقران وتبادل الأفكار والاهتمامات المشتركة لكن في بيئات افتراضية هذا من جهة ، ومن جهة أخرى فيقد يؤدي إلى تراجع في التفاعل المباشر وجهاً لوجه، مما يسهم في تراجع وضعف مهارات فهم الاشارات الاجتماعية غير اللفظية كالتعبير الوجهية ولغة الجسد، بالإضافة إلى مشاعر العزلة والقلق.

وفي ضوء ما تم التطرق إليه، تأتي هذه الدراسة للتعرف على المهارات الاجتماعية لدى فئة

المراهقين

المدمنين على مواقع التواصل الاجتماعي التيك توك (TIK TOK) كنموذج للدراسة. وقد تم تقسيم الدراسة إلى خمسة فصول رئيسية على النحو الآتي: الفصل الأول: الإطار العام للدراسة تناول هذا الفصل تحديد إشكالية الدراسة وصياغة تساؤلاتها، إلى جانب عرض الفرضيات المقترحة، كما تضمن الفصل توضيح أهمية الدراسة وأهدافها، بالإضافة إلى تحديد التعاريف الإجرائية للمفاهيم الأساسية، الفصل الثاني: المهارات الاجتماعية تم في هذا الفصل التطرق إلى مفهوم المهارة لغةً واصطلاحاً، ثم تعريف المهارات الاجتماعية، كما شمل الفصل عرضاً لمكونات المهارات الاجتماعية، والاتجاهات والنظريات وفي الفصل الثالث تطرقنا الى ادمان مواقع التواصل الاجتماعي تطبيق تيك توك خصص هذا الفصل لدراسة ظاهرة الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي وانواعها، مع تركيز خاص على تطبيق "تيك توك"، واعراضه بالإضافة الى السلبيات و الإيجابيات على المراهقين، بالنسبة للفصل الرابع تطرقنا الى الإجراءات الميدانية لدراسة شملت الإجراءات التطبيقية كل من الدراسة الاستطلاعية وأهدافها والعينة وأدوات الدراسة وأخيراً النتائج ومن ثم تطرقنا الى الدراسة الأساسية التي تناولت المنهج، مجتمع، عينة الدراسة وخصائصها، والاساليب الإحصائية المستخدمة وحدود الدراسة، وفي الفصل الخامس: تطرقنا الى عرض

وتحليل نتائج الفرضيات كل من الفرضية الأولى والثانية والثالثة ومن ثم تفسير ومناقشة الفرضية الأولى والثانية والثالثة، استنتاج عام وأخيرا خاتمة بالإضافة الى توصيات للدراسة

الجانب النظري

الإطار العام للدراسة

1. الأهمية
2. فرضيات الدراسة
3. أهمية الدراسة
4. أهداف الدراسة
5. تحديد متغيرات الدراسة إجرائياً

الإشكالية:

يشهد العالم اليوم قفزة تكنولوجية كبيرة في شتى المجالات بينها شبكة الانترنت التي تعتبر من اهم ما انجبتته هذه التكنولوجيا الحديثة، ومن اهم الوسائل والتقنيات التي تسهم في تعميم المعرفة ونشرها على المساحات الواسعة، وتبادل الخبرات والمعارف ومد جسور التواصل بين اقطاب العالم، كما تعتبر الوسيلة الأسرع في نشر الاخبار، الرسائل ونشر مقاطع الفيديو من مختلف الاحداث، الامر الذي ساعد في شهرة هذه المواقع التي اعطت فرصا كبيرة لكل من يستخدمها للتأثير وانتقال عبر الحدود.

ولقد فتحت الانترنت وشبكتها الاجتماعية الباب امام تدفق المعلومات والاخبار والبيانات، وأصبح العالم يدور في حجرة صغيرة من خلال وسائل التواصل الاجتماعي التي جعلت الجميع في عزلة عن المحيط الاجتماعي، مما سبب انخفاض مستوى التواصل الواقعي بين البشر، الامر الذي دفع الكثير من فئات البشر يعتمدون على وسائل التواصل الاجتماعي بشكل مفرط ومبالغ فيه (الجهني، 2017).

ولقد انتشرت أيضا بشكل كبير وسائل التواصل الاجتماعي في الآونة الأخيرة وصارت هي الوسيلة الوحيدة التي فرضت سيطرتها على الجميع والمجتمعات، وتجاوز عدد مستخدميها المليارات، باتت وسيلة شديدة التأثير بشكل كبير، وذلك لأنها تستخدم أساليب الجذب، فهي تستهوي متابعيها من جميع الفئات والاعمار وهو ما أسهم في كونها سلاح ذو حدين (عبد الرؤوف، 2000ص35).

وتحولت مواقع التواصل الاجتماعي مساحة افتراضية تستهدف جميع فئات المجتمع لنجد فئة الأكثر توافدا عليها هي فئة المراهقين حيث اشارت دراسات (Lenhart.madden) ان هناك تزايدا ملحوظا في استخدام المراهقين لمواقع التواصل الاجتماعي، أكثر من نصفهم من فئات العمرية 12 و17 سنة، لديهم ملف شخصي في هذه المواقع، ويدخل هؤلاء على المواقع أكثر من مرة في اليوم (عبد الصادق، 2014، ص34).

ففترة مراهقة من أكثر المراحل تطوراً وتعقيداً في حياة الفرد، حيث يكون المراهق خلالها غير ناضج نفسياً وانفعالياً، ويعيش حالة من التوتر والصراع الداخلي نتيجة التغيرات الجذرية والسريعة التي تطال مختلف أبعاد النمو (Erikson, 1968).

هذه التحولات تخلق شعوراً بعدم الاستقرار والارتباك، مما يدفع المراهق إلى البحث عن فضاءات بديلة يعبر فيها عن ذاته ويجد من خلالها نوعاً من التوازن والانتماء. وفي هذا السياق، تمثل مواقع التواصل الاجتماعي ملاذاً مفضلاً؛ إذ تتيح له فرصة الهروب من الواقع، وبناء صورة مثالية عن الذات والتفاعل مع الآخرين دون قيود مباشرة، كما تلبي حاجاته إلى القبول الاجتماعي، وتحقيق الذات، وتكوين الهوية.

(Maslow, 1943 ; Boyd, 2014)

خاصة في ظل غياب التواصل الفعال والتعبير العاطفي والحوار أحياناً داخل الأسرة او المدرسة مما يدفع المراهق للبحث عن بدائل رقمية تعوض هذا الفراغ العلائقي وتوفر له شعوراً بالانتماء والتقدير الذي قد يفترقه في بيئته الواقعية.

وفي هذا السياق كشفت دراسة "عساف (2021)"، التي هدفت الى التعرف على مستوى استخدام المراهق لمواقع التواصل الاجتماعي، وعلاقته بمستوى القيم لديهم، حيث كشفت عن وجود علاقة ارتباطية عكسية ذات دلالة إحصائية بين كثافة استخدام المراهقين لمواقع التواصل الاجتماعي ومستوى القيم لديهم. وفي ظل الانتشار الواسع لهذه المنصات الرقمية، أصبحت مواقع التواصل الاجتماعي جزء لا يتجزأ من حياة المراهق حيث توفر تطبيقات الفيس بوك وانستغرام و سناب شات و خاصة "تطبيق تيك توك" الذي ظهر مؤخراً طرقاً للتواصل وتعبير عن الذات ويعتبر هذا التطبيق من أكثر الوسائل و المنصات الشائعة بين المراهقين في عصرنا الحالي وهو من اصل صيني، حيث استطاع استقطاب اهتمام و شغف المراهقين، فهو يجمع بين سهولة الاستخدام، سرعة الانتشار، وتنوع المحتوى فيه، يقدم

تطبيق التيك توك بيئة افتراضية واسعة يمكن للمراهقين من خلالها التعبير عن أفكارهم و مواهبهم وعن ذاتهم، عن طريق مقاطع فيديو قصيرة تتناول مواضيع متعددة تشمل الموضة التحديات، الرقص، الكوميديا، النصائح، حيث يعتمد على (خوارزميات) اليات رقمية متقدمة تحلل سلوك المستخدم و تحدد اهتماماته، فعلى سبيل المثال اذا ابدى المراهق اهتماما بمحتوى متعلق بكرة القدم يقوم تطبيق بتكثيف عرض مقاطع متشابهة ما يعزز الارتباط بالمحتوى و يزيد من مدة استخدامه للتطبيق .

أصبح تطبيق تيك توك TIKTOK يحتل موقعا متقدما بين المنصات التي تجذب فئة المراهقين، بفضل محتواه السريع، المتجدد، والمُصمَّم وفقاً لتفضيلات المستخدم. ومع التفاعل المستمر مع هذا النوع من المحتوى، بدأت تظهر مؤشرات على أن الأمر لا يقتصر على استخدام عادي أو ترفيهي، بل قد يتجاوز ذلك إلى أنماط من الاستخدام المفرط والمندفع، الذي يكشف عن سمات الإدمان الرقمي، خاصة في مرحلة تتسم أصلاً بالهشاشة الانفعالية والبحث عن الذات.

فتوصلت دراسة "جمعة (2022)" ان نسبة المراهقين الذين يقومون باستخدام تطبيق التيك توك بشكل دائم كانت مرتفعة (جمعة، 2022، ص15).

حيث بلغ عدد المستخدمين الناشطين لهذا التطبيق مليار مستخدم شهريا خلال سنة 2023 أي ما يقارب ربع الإجمالي مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي المقدر 4,5 مليار مستخدم يمثل الشباب والمراهقين أكثر فئة استخداما للتطبيق، حيث تتراوح أعمار الاغلبية بين (18 و 24 سنة) بمتوسط استخدام يصل الى 850 دقيقة-شهر (مات الغرين، 2023).

وتدعم هذه الفكرة دراسة الباحث دشيثة (2021)، هدفت الى التعرف على اثار تطبيق تيك توك على مراهقين في الجزائر ومعرفة دوافع وعادات وانماط استخدام المراهقين له، وبينت النتائج ان اغلب المراهقين يستخدمونه بشكل يومي لأجل الترفيه والتسلية والحصول على أفكار جديدة ومتابعة المواهب

والتعرف على ثقافات أخرى، وقضاء الوقت، كما بينت ان المحتوى المعروض أثر قليلا في تفكير المراهق ونمط حياتهم وهو يمنحهم الراحة التي يبحثون عنها.

يرى ريفوي (Revoy) ان الإدمان لمواقع التواصل الاجتماعي هو اضطراب حقيقي يتميز بعدم القدرة على التحكم في الوقت رغم كل الجهود. فمن استخدام المفرط الى الإدمان (مرحباوي، 2018، ص343).

كما عرف ادمان مواقع التواصل الاجتماعي بانها الاستخدام المفرط وهو أقرب ما يكون الى الإدمان، ويجمع بينهم تغيير المزاج والانسحاب الاجتماعي والصراع والشعور بالضيق والكره والوحدة التي غالبا ما تظهر اعراضها عند توقف الفرد عن استخدام الانترنت (صباح وشجيري، 2018).

اظهرت الدراسات "يونج وروجرز (1998)" من و"أندرسون (2001)" ان هناك جملة من الآثار السلبية لإدمان شبكات التواصل الاجتماعي منها العزلة والبعد عن الحياة الواقعية وانخفاض ساعات النوم وما يترتب عليه من اجهاد وتوتر وفقدان الشهية وانخفاض في معدل تناول الطعام والاكنتاب، والشعور بالوحدة النفسية وانخفاض تقدير الذات، ونقص الكفاءة الذاتية وتضيق الواجبات، والانقطاع عن الدراسة، وانخفاض القدرة على تحمل الأعباء الأسرية وتأثير سلبي على العلاقات الاجتماعية وشيوع الأفكار الانتحارية والاكنتاب ثم الخجل، والرهاب الاجتماعي.

وفي المقابل أظهرت نتائج بعض الدراسات أن استخدام شبكة التواصل الاجتماعي تسهم على نحو إيجابي في إتاحة فرص الترفيه أمام الأشخاص بما تنعكس إيجابيا على حياتهم النفسية، فأظهرت نتائج أن استخدام شبكة التواصل الاجتماعي عموما والإفراط فيه خصوصا حتى ولو كان بغير سبب موضوعي يعزز فرص التواصل مع الأقران بما تنعكس إيجابيا (Gant & Shae.2002).

ومن هنا يمكن النظر الى ان تطبيق التيك توك (TIKTOK) كوسيلة رقمية تمنح المراهق فرصة للتعبير عن أنفسهم والتواصل مع اخرين بطريقة مبتكرة وجذابة، ما يجعلهم يقضون ساعات طويلة في هذا

العالم الافتراضي، ومع مرور الوقت يتحول هذا الاستخدام المفرط الى نمط ادماني يصعب التحكم فيه، مما يؤدي الى انسحاب التدريجي من التفاعل الواقعي ويخلق نوع من العزلة الاجتماعية التي تنعكس سلبيا على المهارات التواصلية والتفاعلية في الحياة اليومية، اذ إن هذا الانسحاب لا يقتصر فقط على العزلة، بل يمتد أثره إلى تراجع المهارات الاجتماعية التي تُعدّ ضرورية للتواصل الفعّال في الحياة اليومية. فالمرهق، الذي اعتاد على التفاعل الرقمي السريع والمختصر، قد يجد صعوبة في خوض حوارات واقعية، أو التعبير عن مشاعره، أو حتى قراءة تعابير الآخرين، مما يؤثر بشكل مباشر على جودة علاقاته الشخصية وقدرته على التكيف الاجتماعي.

ولا يخفي ان المهارات الاجتماعية تعد من الركائز الأساسية في بناء شخصية المراهق وتفاعله مع محيطه، اذ تدخل في كل مظهر من مظاهر حياة الفرد و تؤثر في تكيفه و سعادته في مراحل حياته مختلفة، فهي تؤثر في قدرة تكوين العلاقات الاجتماعية، وتحدد درجة شعبيته بين اقرانه و معلميه و الراشدين المهمين في حياته، بالإضافة الى ان المهارات ترتبط مباشرة بعدد من اشكال السلوك التوكيدي، مثل تقديم المساعدة للآخرين و التعاطف معهم وحسن التواصل والتعبير عن المشاعر كما تؤثر فيها، كما ترتبط بمشكلات الصحة النفسية في مراحل الحياة اللاحقة لذلك يعتبر ضعف المهارات الاجتماعية سببا في المشكلات السلوكية التي يعاني منها (عبد الله، 1999، ص 19).

وتتضح أهمية المهارات الاجتماعية من حيث ارتباطها بالصحة العقلية في فترة زمنية معينة، وتبين أيضا ان هناك دليلا متزايدا حول هذه الانفعالات من الناحية الجسمية والصحية ايضا، كما ان فهوم طبيعة التفاعل بين المهارات الاجتماعية والمهارات المزاجية من وجهة نظر التفاعل الانفعالي هو ان الافراد يتجهون خلف بيئة انفعالية المرتبطة بالكفاءة الاجتماعية (لبد، 1999، ص 31).

ويشير (عبد الستار إبراهيم، 1993،) إلى أن الانتقار للمهارات الاجتماعية أو القصور فيها لدى الطفل يعد من الأسس الرئيسية للاضطراب النفسي، نظراً لارتباطه بالعديد من جوانب ضعف التفاعل

الاجتماعي الايجابي، وتبدي القصور في المهارات الاجتماعية في صورة العديد من الاضطرابات والمشكلات التي تلعب فيها هذا القصور الدور الأساسي مثل حالات القلق الاجتماعي والخجل وعدم القدرة على التعبير على الانفعالات الايجابية مثل العجز عن إظهار مشاعر المودة والاهتمام كما يبدي أيضاً في السلبية التي تتمثل في عدم القدرة على التعبير عن الاحتياج أو رد العدوان، وقد يأتي القصور مصاحباً لكثير من الاضطرابات الأخرى، بما في ذلك من الاضطرابات العصبية والذهنية والفسولوجية يصاحبها قصور في المهارات الاجتماعية يتمثل العجز عن القيام بالحوار مع الآخرين وعدم القدرة على الاستجابة للتفاعل الاجتماعي (عبد ستار، 1993، ص 104).

بالإضافة الى دراسة "الزغبى (2014) "التي هدفت الى تعرف على أثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي (مثل فيسبوك، تويتر، وغيرها) على مستوى المهارات الاجتماعية لدى طلاب الجامعة، ومعرفة ما إذا كان هناك فرق في مستوى المهارات الاجتماعية باختلاف مدة الاستخدام ونوع النشاط وتسلط الضوء على الأبعاد السلوكية والنفسية المرتبطة بالتفاعل الاجتماعي الرقمي لمواقع , وكشفت عن جود علاقة سلبية بين الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي ومستوى بعض المهارات الاجتماعية الواقعية، كالتواصل اللفظي، والقدرة على بدء المحادثات، ومهارات حل المشكلات بينت أن الاستخدام المعتدل لتلك المواقع قد يُسهم في الحفاظ على العلاقات الاجتماعية دون التأثير السلبي على المهارات الواقعية الاجتماعية .

ومن هذا المنطلق، تُعد المهارات الاجتماعية من المواضيع ذات الأهمية البالغة في حياة المراهقين، نظراً لما لها من دور محوري في بناء علاقات ناجحة، وتحقيق التوافق النفسي والاجتماعي. ومع تزايد الاعتماد على الوسائط الرقمية، لا سيما تطبيق مثل تيك توك، بدأ يلاحظ تراجع ملحوظ في الكفاءة الاجتماعية لدى شريحة واسعة من المراهقين، فالإفراط في استخدام هذه التطبيقات قد يُفضي إلى العزلة، وضعف التواصل الواقعي، وقصور في التعبير اللفظي وغير اللفظي، مما يُعرضهم لصعوبات في التفاعل

اليومي مع محيطهم الأسري والمدرسي. ويتضح أن هذه المنصات، رغم ما توفره من ترفيه وتواصل افتراضي، قد تُنتج أنماطاً من الاعتماد الرقمي تُؤثر سلباً على نضجهم الاجتماعي والنفسي. وعليه، فإن افتقار المراهقين المدمنين على تطبيق تيك توك إلى المهارات الاجتماعية بات يمثل إشكالية حقيقية تستوجب الدراسة والتحليل، لا سيما في ظل ندرة البرامج الموجهة لمعالجة هذا النوع من الاضطراب التفاعلي الاجتماعي.

بناء على ما سبق تسعى هذه الدراسة الى البحث في المهارات الاجتماعية لدى فئة المراهقين المدمنين على مواقع التواصل الاجتماعي تطبيق التيك توك (TIK TOK) عن طريق:

الإجابة عن التساؤلات التالية:

- ما مستوى المهارات الاجتماعية لدى افراد العينة من المراهقين المدمنين على تطبيق تيك توك

(TIK TOK) ؟

- هل توجد فروق في الدرجة الكلية لمقياس المهارات الاجتماعية للمراهقين لدى افراد العينة من المدمنين

على تطبيق التيك توك (TIK TOK) تبعاً لمتغير الجنس؟

- هل توجد فروق في الدرجة الكلية بين افراد العينة من مدمنين وغير المدمنين على تطبيق تيك توك

لمقياس مهارات الاجتماعية للمراهقين؟

1-الفرضيات:

- مستوى المهارات الاجتماعية لدى المراهقين المدمنين على تطبيق تيك توك مرتفع

- توجد فروق في المهارات الاجتماعية بين المدمنين على تطبيق تيك توك تبعاً لمتغير الجنس

- يوجد فروق في المهارات الاجتماعية بين المدمنين وغير المدمنين على تطبيق تيك توك

2-الأهداف:

- معرفة مستوى المهارات الاجتماعية لدى افراد العينة من المراهقين المدمنين على تطبيق تيك توك (Tik

(TOK).

-الكشف عن الفروق فروق في الدرجة الكلية لمقياس المهارات الاجتماعية للمراهقين لدى افراد العينة من المدمنين على تطبيق التيك توك (TIK TOK) تبعا لمتغير الجنس.

-الكشف عن الفروق في الدرجة الكلية لمقياس المهارات الاجتماعية بين افراد العينة من المدمنين وغير المدمنين على تطبيق تيك توك (Tik Tok)

3-أهمية الدراسة:

ترتكز أهمية هذه الدراسة على المهارات الاجتماعية لدى فئة المراهقين المدمنين على مواقع التواصل الاجتماعي من بينهم (تيك توك) و هذه الفئة مأخوذة من الوسط المدرسي الذي تمثل بمجموعة من ثانويات بولاية بومرداس تم اعتماد هذه الدراسة كون ان المهارات الاجتماعية احد العوامل الهامة و المحددة لتفاعل الفرد مع الاخرين و خاصة المراهق فهي تساعده على إقامة علاقات مع المحيطين به و تمكنه من التفاعل و المشاركة في مختلف المواقف و الأنشطة و القيام بالأدوار المرغوبة ما يزيد ثقته بنفسه و يجعله يتحمل المسؤولية و القدرة على مواجهة التحديات

ومن جانب اخر المراهق عرضة لمواقع التواصل الاجتماعي خصوصا لمدى انتشارها بالأخص تطبيق التيك توك الذي اجتاحت الساحة وسيطر على عقول هذه الفئة ما جعلهم يصلون لدرجة الإدمان أي انهم لا يستطيعون عدم تصفح هذا الموقع.

ومن هنا نسلط الضوء على هذه الظاهرة الحديثة التي انتشرت مؤخرا والتي تناولت موضوع المهارات الاجتماعية لفئة المراهقين المدمنين على مواقع التواصل الاجتماعي تيك توك كونها دراسة جديدة ومهمة واطافة لدراسات التي سبقتها.

4- تحديد متغيرات الدراسة اجرائيا

▪ المهارات الاجتماعية:

يقصد بها مجموع الدرجات التي يتحصل عليها أفراد عينة الدراسة من خلال إجاباتهم على بنود مقياس المهارات الاجتماعية للمراهقين، الذي أعدته ندى نصر الدين عبد الحميد (2012) المستخدم في هذه الدراسة.

▪ مواقع التواصل الاجتماعي:

هي مجموعة من المواقع على شبكة الانترنت تتيح التواصل بين الأفراد في بيئة مجتمع افتراضي يجمعهم فيها الاهتمام أو الانتماء المشترك لفكرة أو هواية معينة في نظام عالمي لنقل المعلومات بسرعة من خلال عدة تطبيقات التي بواسطتها تتم العملية إلكترونيا وتتمثل في: فيسبوك، تويتر إنستغرام، سناب شات وتيك توك الذي تصدر عرش هذه التطبيقات.

▪ تطبيق التيك توك:

هو عبارة عن تطبيق حديث يستخدمه المراهقون من افراد العينة يتم من خلاله مشاهدة مختلف مقاطع الفيديو لفترات زمنية متفاوتة.

الفصل الثاني

المهارات الاجتماعية

الفصل الثاني

المهارات الاجتماعية

تمهيد

- 1- تعريف المهارات الاجتماعية
- 1-2 تعريف المهارة
- 1-3 تعريف المهارات الاجتماعية
- 2- النظريات المفسرة للمهارات الاجتماعية
- 3- مكونات المهارات الاجتماعية
- 4- خصائص المهارات الاجتماعية
- 5- تصنيف المهارات الاجتماعية
- 6- المفاهيم المرتبطة بالمهارات
- 7- أهمية المهارات الاجتماعية لدى المراهقين

خلاصة الفصل

تمهيد:

تعد المهارات الاجتماعية من العناصر الأساسية لنمو الفرد وتكيفه داخل الوسط المدرسي، حيث تمكنه من بناء علاقات إيجابية، والتواصل الفعال والتعامل مع المواقف المختلفة بشكل سليم، ويكتسب المتعلم هذه المهارات من خلال تفاعله مع محيطه، خاصة داخل المدرسة التي تشكل فضاءً هاماً للتنشئة الاجتماعية. وتبرز أهمية تناول هذا الموضوع في ظل ما تعرفه المجتمعات من تحولات تؤثر في طبيعة التواصل والعلاقات بين الأفراد، مما يستدعي دراسة هذه المهارات من منظور نفسي وتربوي لفهم أبعادها ودورها في التوافق المدرسي والاجتماعي.

1-تعريف المهارات الاجتماعية:**1-1تعريف المهارة:**

لغة: تعني الإتقان والبراعة والتمكن من أداء شيء ما بسهولة ودقة. يُقال: "مَهَرَ الشيء"، أي: برع فيه، وأجاد عمله (ابن منظور، محمد بن مكرم، 2003).

1-2 تعريف المهارات الاجتماعية :

اصطلاحاً: هي مجموعة من السلوكيات والقدرات التي يمتلكها الفرد وتمكنه من التواصل والتفاعل بفعالية مع الآخرين في المواقف الاجتماعية المختلفة، بهدف تحقيق علاقات إيجابية وتفاهم متبادل (السيد عبد الله احمد، 2013، ص55).

ويعرف رين ماركل (Rain, Markle,1980) المهارات الاجتماعية بأنها حصيلة الفرد من السلوكيات اللفظية وغير اللفظية والتي يستطيع الفرد بواسطتها التأثير في استجابات الآخرين، وتعمل هذه الحصيلة كميكانيزم يؤثر من خلاله الفرد في بيئته بالتحرك نحو الأشياء المرغوبة أو تجنب الأشياء غير المرغوبة في المحيط الاجتماعي (عبد المنعم الدردير، 2005، 79).

ويعرفها باتريك (Patrick 1983) بقوله: انها قدرة الفرد في الحصول على التقبل من الآخرين من خلال السلوك المقبول اجتماعياً.

كما قدم ميش لسون وآخرون (Michael son & al 1993) تعريفاً متكاملًا للمهارات الاجتماعية يرى انها مبادلات واستجابات الفرد بطريقة ملائمة وفعالة من خلال السلوكيات اللفظية وغير اللفظية المحددة والمميزة كما يرى أن المهارات الاجتماعية مهارات تفاعلية ويتأثر ادائها بخصائص أطراف التفاعل مثل الجنس والعمر والمكانة الاجتماعية كما تتأثر أيضاً بالبيئة التي يحدث فيها ذلك التفاعل (محمد السيد، 1998، ص 88).

2-النظريات المفسرة للمهارات الاجتماعية:

النظرية السلوكية: تدور هذه النظرية على العموم حول محور عملية التعلم في اكتساب السلوك الجديد. وترى أنه عبارة عن مجموعة من العادات التي يتعلمها الفرد ويكتسبها أثناء مراحل نموه المختلفة. وهوما قد أشار إليه ريجيو Riggio عندما أكد أن المهارات الاجتماعية ليست فطرية أو موروثية، إنما هي مهارات متعلمة نكتسبها عبر التفاعل الاجتماعي (ممدوحة سلامة، 1993، ص 96).

وأن الطفل يكتسب القيم الاجتماعية من البيئة من خلال "التعلم الشرطي"، ويتعزز ذلك بالكفاءات .

نظرية التعلم الاجتماعي: تسمى هذه النظرية أيضا بنظرية التعلم بالملاحظة والتقليد أو التعلم بالتمذجة، وهي تمثل تكاملا بين النظريتين المعرفية والسلوكية (الزغلول، 2003، ص 125).

وهي تستند على أساس أن الإنسان كائن اجتماعي يعيش ضمن مجموعات من الأفراد يتفاعل معها، يؤثر فيها ويتأثر، فهو يلاحظ سلوكيات وعادات واتجاهات الأفراد الآخرين ويعمل على تعلمها من خلال ملاحظة الشخص لسلوك شخص آخر، ثم القدرة على القيام بالسلوك الملاحظ أو لبعض منه (الكناني ومبارك، 1992، ص 403).

ووفقا لذلك فإن التعلم الاجتماعي يمكن أن يكون نتاجا لعملية ملاحظة وتقليد سلوك الآخرين (والوالدين، زملاء المدرسة، الرفاق)، الذين يعدون بمثابة نماذج يقتدى بيها (هاني عتريس، 1997، ص 10).

إن عملية ملاحظة سلوك النموذج تؤدي إلى تكرار السلوكيات المشابهة لسلوكيات النموذج التي تعلمها الملاحظ في السابق، فالطفل الذي تعلم السلوك التعاوني ولم يمارسه، يمكن أن يؤديه عندما يلاحظ عدداً من الاطفال يمارسون هذا السلوك أمامه (البيلي، 1997، ص 399).

ووجه الاختلاف بين هذه النظرية والنظرية السلوكية هو أن التعلم بالملاحظة يتضمن جانبا انتقائيا وليس بالضرورة أن التعرض إلى الأنماط السلوكية التي تعرضها النماذج يعني تقليدها.

النظرية المعرفية: يفترض أصحاب هذا الاتجاه أن الاستجابات لا تحدث على نحو آلي وإنما هي نتاج لسلسلة من العمليات المعرفية التي تتم عبر مراحل متسلسلة من المعالجة، تؤدي في اية المطاف

إلى أن يتسق توظيف المعلومات مع المواقف المتنوعة، لذلك يفترض أن القصور في المهارات الاجتماعية إنما هو نتاج للعوامل المعرفية مثل التوقعات السلبية (معتز عبد الله، 2000، ص 259). وعلى هذا الأساس يهتم المعرفيون بنمط المعارف والمعلومات والخبرات التي يكونها الشخص عن نفسه وسلوكه (الداهري والكبيسي، 1999، ص 83).

3- مكونات المهارات الاجتماعية :

إن العلماء في تحليلهم وتقسيمهم لمكونات المهارات الاجتماعية يرون أنها مكملة كل منها للآخر، حيث أن الفرد لا يمكنه القيام بجانب واحد دون الآخر، لأن معرفة الفرد للمهارات والمعايير الاجتماعية لا تغنيه عن الالتزام بهذه المعايير وترجمتها إلى سلوك مناسب يتوقع منه في المواقف المختلفة (المطوع، 2009 ص 29).

ويرى سبنسر، 1991 أن المهارات الاجتماعية تشمل المكونات المعرفية والعناصر السلوكية اللازمة للفرد للحصول على نواتج إيجابية عند التفاعل مع الآخرين مما يؤدي إلى إصدار الآخرين لأحكام وتقييمات إيجابية على هذا السلوك، ويميز بعض الباحثين من أمثال مكفل (Mcffall 1982) بين اتجاهين أساسيين في تحديث مكونات المهارات الاجتماعية هم:

▪ **الاتجاه الأول:** ينظر إلى المهارات لكونها بناء سلوكيا يتمثل في استجابات خاصة ومحددة بموقف معين.

▪ **الاتجاه الثاني:** يسمى بمدخل السمة وينظر إلى المهارات الاجتماعية لكونها بناء فرضيا يشير إلى قدرة شخصية أو سمة في الفرد تشمل استعداداً عاماً للاستجابة (عزالدين 2004، ص 48).

وبشكل عام فإن للمهارات الاجتماعية مكونات عدة لخصها (المشاط 2008) فيما يلي:

المكونات السلوكية: وتشير المكونات السلوكية للمهارة الاجتماعية إلى كافة السلوكيات التي تصدر من الفرد، والتي يمكن ملاحظتها عندما يكون في موقف تفاعلي مع الآخرين، وتسمى تلك المكونات بالسلوك الاجتماعي، ويمكن وضع المكونات السلوكية للمهارة الاجتماعية في تصنيفين رئيسيين هما :

- **السلوك اللفظي Verbal behaviour:** إن السلوك اللفظي القائم بالتواصل يكون له أهمية كبرى في تقييم مهاراته الاجتماعية في مواقف التفاعل الاجتماعي، فمحتوى السلوك الكلامي يعمل على نقل ما يقصده الفرد بطريقة مباشرة أكثر من أي مظهر آخر من مظاهر السلوك الاجتماعي لمكونات المهارة الاجتماعية ذات المحتوى اللفظي.

- **السلوك غير اللفظي Verbal non behaviour:** يلعب السلوك غير اللفظي دوراً مهماً في عملية التواصل بين الأفراد وعلاقتهم ببعضهم، وغالباً ما تكون مظاهر هذا السلوك غير اللفظي عبارة عن رسائل لها أهميتها في تقييم المهارة الاجتماعية لكل فرد عند القيام بأي محادثة في محتوى كلامه (المشاط، 2008، ص15).

ويرى لاد ومايز (Ladd، Mize، 1983) ان من أهم مكونات المهارة قدرة الطفل على المعرفة بقواعد السلوك الاجتماعي، وتحديد أهدافه ووسائل تحقيق تلك الأهداف الوعي بالسياق الذي تدور فيه تلك السلوكيات، وتقييم أدائه السلوكي وتعديله طبقاً لطبيعة الموقف وما يطرأ عليه من تغيرات. (المطوع، 2009، ص28).

المكونات المعرفية: لا تعد المهارة الاجتماعية نشاطاً حركياً فحسب بل لها مكون آخر وهو المكون المعرفي، فالمهارة تتطلب جوانب معرفية وعمليات عقلية أهمها الإدراك الذي يدخل ضمن العمليات العقلية (حسن، 2006، ص69).

فالمكونات المعرفية تشمل عوامل عدة أهمها: العوامل الخاصة بمفاهيم المهارة وقواعدها، وأهداف الموقف الاجتماعي والسياق الاجتماعي ومدى تأثير السلوك على الآخرين، حيث تؤثر هذه العوامل

والمتغيرات بشكل واضح على المهارات الاجتماعية للفرد وقدرته على التصرف بشكل مناسب في المواقف المختلفة (المطوع، 2009، ص25).

ويلاحظ أن بعض المكونات المعرفية للمهارة الاجتماعية يصعب ملاحظتها مباشرة مثل تلك التي تشير إلى تطلعات الفرد وأفكاره وقراراته بشأن ما يجب عليه قوله أو فعله أثناء التفاعل الاجتماعي، حيث إن الأفكار غير مرئية للملاحظ المشاهد، لذا نجد أنهم يستنتجون تكراراً بشكل خاطئ أو صحيح مما قاله أو فعله الشخص الملاحظ.

وفي المهارات الاجتماعية نجد أن القدرات المعرفية تتضمن المهارة المستندة على الإدراك الصحيح للأمني الشخص الآخر أو نواياه في الاستجابة التي يغلب أن تؤثر على رأي الطرف الآخر، وتلك القدرات مسؤولة عن النجاح أو الفشل في المواقف الاجتماعية (المشاط، 2008، ص15).

4- خصائص المهارات الاجتماعية:

تقدير الذات والشعور بالفعالية الذاتية:

عرف "كوبر سميث" تقدير الذات أنه: تقييم يضعه الفرد بنفسه ويعمل على المحافظة عليه، وبمعنى آخر هو حكم الفرد على الكفاءة الشخصية (الدرديري، 2008، ص604).

تسهيل إدارة علاقات العمل:

تسهل المهارات الاجتماعية المرتفعة على الفرد إدارة علاقات العمل وبطريقة أفضل، وتجنبه نشوء الصراعات معهم وحلها إن وجدت بصورة فعالة ومواجهة المواقف الحرجة والتخلص من المأزق بكفاءة (طريف شوقي، 2002، ص18).

المساعدة على التكيف وتجنب الصراعات:

يعرف "ماتسون (1989)" الشخص صاحب المهارة الاجتماعية بأنه الشخص الذي يستطيع أن يتكيف جيداً مع بيئته، والذي يتجنب الصراعات أثناء تفاعلاته مع الآخرين (الدرديري، 2005، ص81).

الاستفادة من الآخرين وتعلم المزيد:

يشير عبد الحليم (2003) أن المهارات تساعد الفرد على الاستفادة من الآخرين من خلال الانصات وجمع المعلومات منهم (عبد الحليم، 2003، ص116).

زيادة السلوك الاجتماعي:

يذكر "دانيل جولمان (1995)" أن المهارات الاجتماعية تجعل الآخرين التفاعل مع الآخرين فعالا ليصبح الانسان قادرا على مواجهة واقامة علاقات معهم (الدريديري، 2005، ص83).

خفض القلق الاجتماعي:

ربطت دراسة "بروش (1988)" بين القلق الاجتماعي والضعف في المهارات الاجتماعية من ناحية الشعور بالوحدة النفسية (السيد محمد، 1998، ص102).

5- تصنيف المهارات الاجتماعية:

حيث وضع طريف شوقي (2003) ان المهارات الاجتماعية تتضمن مهارات توكيد الذات: وتتعلق بمهارات التعبير عن المشاعر والآراء والدفاع عن الحقوق وتحديد الهوية وحمائتها ومواجهة ضغوط الآخرين.

- **مهارات وجدانية:** تسهم في تسيير إقامة علاقات وثيقة مع الآخرين وإدارة التفاعل معهم مما يساعد على الاقتراب منهم حتى يصبح الشخص أكثر قبولا.
- **المهارات الاتصالية:** وتنقسم الى قسمين رئيسيين وهما:

- **مهارة الارسال:** تعبر عن قدرة الفرد على توصيل المعلومات التي يرغب في نقلها الى الآخرين لفظيا او غير لفظيا من خلال التحدث والحوار والمشاركة والمناقشة.

-مهارات الاستقبال: تشير الى قدرة الفرد على الانتباه لتلقي الرسائل والاشارات اللفظية وغير اللفظية من الاخرين وادراكها وفهم ما ترمي اليه والتعامل في ضوء ما تعنيه.

- مهارات الضبط والمرونة الاجتماعية والانفعالية: وتشير الى قدرة الفرد على التحكم بصورة مرنة في سلوكه اللفظي وغير اللفظي الانفعالي خاصة مع مواقف التفاعل الاجتماعي مع الاخرين وتعديله بما يتناسب مع ما يطرا على تلك المواقف من مستجدات لتحقيق اهداف الفرد (طريف شوقي 2003ص51).

ويصنف ميرل (mirrel 2001) المهارات الاجتماعية الى:

- مهارة التفاعل الاجتماعي **interaction skills social**: وتشمل مهارات التواصل اللفظي وغير اللفظي التعبير عن الذات إقامة علاقات ودودة مع الاخرين.
- مهارات التعاون الاجتماعي **Co operation skills social**: وتشمل مشاركة الطفل للزملاء والاقربان في الأنشطة الجماعية لإتمام كلفوا به.
- مهارات الاستقلال الجماعي **Independent skills social**: وتشمل اعتماد الطفل على نفسه في إتمام المهام بعض الاعمال التي يستطيع القيام بها.
- مهارات الضبط الذاتي **control Safe skills**: وتشمل الطاعة والامتثال للتعليمات والقواعد.
- المهارات الشخصية **personality skills**: وتشمل المهارات التي تساعد الفرد على إقامة علاقات اجتماعية إيجابية مع الغير مثل مهارات المشاركة وتقبل.

6- المفاهيم المرتبطة بالمهارات الاجتماعية:

الكفاءة الاجتماعية:

أغلب الباحثين يرون أن المهارات الاجتماعية sociales Habiletés جزء من بناء واسع يطلق عليه الكفاءة الاجتماعية sociales Compétences فالكفاءة الاجتماعية هي نموذج نسقي مكون من مجموعة من المعارف والمهارات المركبة والأنماط السلوكية (زيتون، 2005، ص 82).

وحسب هذا المنظور فإن الكفاءة أشمل وأعم من المهارة، وبخاصة عندما ينظر إليها في شكلها الكامن، ومن جهة أخرى يرى البعض أن مصطلح "كفاءة" مرادف لمصطلح "مهارة" عندما ينظر إليها في شكلها الظاهر (أبو هاشم، 2004، ص 21).

يوجد تصور آخر للمهارات الاجتماعية بوصفها حكماً تقييمياً، فهي قدرات محددة تمكن الشخص من القيام بأداء وظائف ومهام بكفاءة (Mcfall, 1982, p23).

الذكاء الاجتماعي:

تمتد جذور مصطلح الذكاء الاجتماعي إلى الأبحاث المبكرة لثورندايك Thorndike وزملاءه، فقد ميز هذا الأخير بين الذكاء الاجتماعي والذكاء المجرد والذكاء الميكانيكي. إذ يرتبط الذكاء الاجتماعي بالتوافق الاجتماعي ويتجسد في قدرة الفرد على فهم وتدبر أحوال الناس والتصرف بحكمة في العلاقات الإنسانية والمواقف الاجتماعية (Riggio, 2005, p02).

المهارات التوكيدية:

اهتمت العديد من الدراسات بتنمية المهارات التوكيدية، باعتبارها محوراً أساسياً في المهارات الاجتماعية، بل وذهب البعض منهم إلى اعتبارها كمرادف للمهارة الاجتماعية (معتز، 2000، ص 348).

في مقابل ذلك يرى آخرون أن التصور الأكثر قبولا للمهارات التوكيدية هي جزء من المهارات الاجتماعية (طريف، 2003، ص 53).

وهي قدرة الفرد أن يتمكن من الدفاع عن نفسه وعن حقوقه والتعبير عن مشاعره وآراءه بطريقة تلقائية وملائمة اجتماعيا بشرط احترام الآخرين (خليفة، 2006، ص 13).

العلاقات الاجتماعية :

أكد العديد من الباحثين أن نجاح أو فشل العلاقات المتبادلة بين الأشخاص يتعلق بجانب كبير بالمهارات الاجتماعية، تتجلى أهمية العلاقات الاجتماعية في كونها مصدر الكثير من سلوك الإنساني ومن ذلك فإن المهارات الاجتماعية والعلاقات الاجتماعية مفهومان متكاملان لا يظهر أحدهما الا بظهور الاخر (جولمان، 2000، ص 165).

7- أهمية المهارات الاجتماعية لدى المراهقين:

تُعد المهارات الاجتماعية من المتطلبات الأساسية التي يحتاجها المراهق للتكيف مع بيئته الاجتماعية والنفسية، خاصة في ظل التغيرات التي تصاحب هذه المرحلة العمرية الحساسة، وتكمن أهمية هذه المهارات في كونها تسهم في بناء علاقات صحية وإيجابية مع الأقران، وتساعد المراهق على التعبير عن مشاعره وأفكاره بشكل فعّال، كما تُنمي لديه الثقة بالنفس والاستقلالية.

التكيف النفسي والاجتماعي: أشارت دراسة (الزهراني، 2012) إلى أن تنمية المهارات الاجتماعية لدى المراهقين تُحسن من توافقه النفسي والاجتماعي، إذ تُكسبهم القدرة على التعامل مع ضغوط الحياة اليومية والتواصل الإيجابي مع أفراد المجتمع. وتُساعد هذه المهارات في تكوين صداقات ناجحة وتجنب العزلة والانطواء، مما ينعكس على الصحة النفسية للمراهق بشكل عام (الزهراني، محمد، 2012).

الوقاية من السلوكيات السلبية: تُشير الأدبيات النفسية إلى أن ضعف المهارات الاجتماعية يعد من العوامل المؤدية إلى الانحراف السلوكي لدى المراهقين. فالمراهق الذي لا يُجيد التفاعل الاجتماعي، ولا يملك القدرة على التعبير عن رفضه للضغوط السلبية، يكون أكثر عرضة للوقوع في مشكلات مثل العنف، التتمر، أو تعاطي المخدرات (عبد الرحمن، سمية، 2014).

تعزيز الثقة بالنفس والقبول الاجتماعي: يساعد اكتساب المهارات الاجتماعية على رفع مستوى الثقة بالنفس وتقدير الذات، حيث يشعر المراهق بقدرته على التعبير عن مشاعره، واتخاذ قراراته، والمشاركة في الحوار والنقاش، مما يمنحه شعورًا بالكفاءة والقدرة على التأثير في البيئة المحيطة (علي، أحمد، 2018).

النجاح الأكاديمي والمهني: أكدت دراسة (الخطيب، 2017) أن الطلبة الذين يتمتعون بمهارات اجتماعية جيدة يكونون أكثر قدرة على التفاعل الإيجابي في البيئة الصفية، والتعاون مع الزملاء، والتواصل مع المعلمين، مما يؤثر إيجابيًا على تحصيلهم الدراسي. كما تُعد هذه المهارات من أهم مؤشرات النجاح المهني مستقبلاً، نظرًا لحاجة أغلب الوظائف لسلوكيات مثل التعاون، العمل ضمن فريق، والتفاوض (الخطيب، خالد، 2017).

بناء علاقات أسرية إيجابية: تُسهم المهارات الاجتماعية في تحسين علاقة المراهق بأسرته، حيث تساعده على التعبير عن مشاعره واحتياجاته بطرق ناضجة، واحترام قواعد الأسرة، والمشاركة في اتخاذ القرارات. كما أن التواصل الفعال داخل الأسرة يُخفف من التوترات اليومية ويقلل من الصراعات (السرجماني، فاطمة، 2015).

ملخص الفصل:

تُعد مرحلة المراهقة من أهم المراحل النمائية التي يمر بها الفرد، حيث تشهد تحولات كبيرة على المستويات النفسية، الاجتماعية والانفعالية، ومن خلال هذه المرحلة، تلعب المهارات الاجتماعية دوراً محورياً في بناء شخصية متوازنة وتمكين المراهق من التفاعل الإيجابي مع محيطه. وقد تبين من خلال هذا الفصل أن المهارات الاجتماعية تشمل مجموعة من القدرات التي تساعد الفرد على التواصل، التعبير عن الذات، التعاون، التفاوض، وفهم مشاعر الآخرين، وهي مهارات مكتسبة تتطور من خلال التفاعل مع البيئة الاجتماعية.

كما أظهرت الدراسات أن اكتساب هذه المهارات يُعد مؤشراً مهماً على الصحة النفسية والقدرة على التكيف، في حين أن ضعفها قد يؤدي إلى صعوبات في تكوين العلاقات، العزلة، والسلوكيات العدوانية. ومن هذا المنطلق، تبرز الحاجة إلى فهم العوامل المؤثرة في هذه المهارات خلال مرحلة المراهقة، لما لذلك من انعكاسات على تطور الفرد الاجتماعي والعاطفي في مراحل لاحقة من حياته.

الفصل الثالث

إدمان مواقع التواصل الاجتماعي تطبيق تيك توك (Tik Tok)
Tok)

تمهيد

1- تعريف الإدمان مواقع التواصل الاجتماعي

1-1 تعريف الإدمان لغة

1-2 تعريف الإدمان اصطلاحاً

2- نشأة تطبيق تيك توك (TIK TOK)

3- أعراض الإدمان على تطبيق تيك توك (Tik Tok)

4- أنواع مواقع التواصل الاجتماعي

5- إيجابيات وسلبيات تطبيق تيك توك (TIKTOK)

خلاصة الفصل

تمهيد:

اصبحت مواقع التواصل الاجتماعي وسيلة فعالة للتواصل بين الأفراد، حيث أنها تتيح الربط بين الزملاء والأصدقاء وليس هذا فقط بل أنها تساعد في التعرف والتواصل بين الأشخاص والمجتمعات المختلفين بعضهم البعض، ولعل أبرزها هو تطبيق التيك توك (TIK TOK) ، ويُعد واحدا من أكثر هذه المنصات انتشارًا، لا سيما بين فئة المراهقين، الذين يقبلون عليه بشكل متزايد. ويُلاحظ تنوع أنماط استخدامهم للتطبيق بين ما هو ترفيهي وتعليمي وما قد يكون له آثار سلبية أو ايجابية.

1-تعريف ادمان مواقع التواصل الاجتماعي :**1-1تعريف الإدمان:**

لغة: المداومة على الشيء أو الاعتماد عليه (بيومي، 2002، ص163).

1-2مفهوم إدمان مواقع التواصل الاجتماعي:

هو الاستخدام المفرط والغير مثمر لمواقع التواصل الاجتماعي من قبل الأفراد المعتمدين عليها بشدة لملئ أوقات الفراغ ولأغراض ترفيهية واجتماعية وعلى الرغم من أن تعريف لمنظمة على أن الإدمان يكون لملئ أوقات الفراغ إلا من بعض العلماء الآخرين قد ربطوا الاستخدام المرضي بسيطرته على معظم وقت المستخدم (غالبي عديلة، 2011، ص35).

ويرى رفوي (revooy) أن الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي هو اضطراب حقيقي يتميز بعدم القدرة على التحكم في الوقت رغم كل الجهود (مرحباوي سارة وآخرون، 2018، ص343). كما يعرف بأنه الاستخدام المتواصل والمستمر لمواقع التواصل الاجتماعي عدة مرات في اليوم الواحد ولمدة زمنية ليست قصيرة، لا يستطيع معها المستخدم التوقف أو التخلي لإحساسه بأعراض مشابهة لتلك التي يعيشها مدمن المخدرات أو الكحول (النيرب، 2016).

2-نشأة التطبيق تيك توك (TIK TOK):

ظهر تطبيق تيك توك (TIK TOK) في عام 2017 لشركة صينية على يد (Byte dance) بغرض انشاء مقاطع موسيقية، ولقطات فيديو قصيرة ، والذي بني على أساس إتاحة امكانية الابتكار للمستخدمين من خلال انشاء مقاطع فيديو خاصة بهم ، واصبح هذا التطبيق اكثرها شهرة في (2019) حيث يغطي 150 دولة ، ويعرض 75لغة، ويحتل صدارة التطبيقات في اكثر من 40 دولة حول العالم ، ولهذا أصبح احد اسرع منصات التواصل الاجتماعي نموًا ، حيث تخطى 800 مليون مستخدم حول العالم، وهذا التسارع في تحميل التطبيق جاء بوصفه رد فعل للحظر الذي فرض في اغلب دول العالم

كإجراء احترازي ضد تداعيات فيروس كورونا COVID-19 استطاع التطبيق في (2020) تحقيق تفاعل 800 مليون مستخدم حول العالم، حيث تجاوز تحميله حاجز 2 بليون في الربع الأول من العام (2020) ليكون بذلك الأعلى شعبية في تاريخ تطبيقات الهواتف الذكية في ربع سنة ، وفي تقرير (2020) statista Research department الذي أعلن في مارس (2021) ظهر أن تطبيق (TIK TOK) يتفاعل عليه 27,33 مليون مستخدم شهريا من خلال اجهزة اندرويد حول العالم ليكون بذلك هو أكثر التطبيقات على (Google Play / store).

3- أعراض الإدمان على تطبيق تيك توك: (Tik Tok)

لإدمان تطبيق تيك توك العديد من الأعراض يمكن إجمالها في النقاط التالية :

- الحاجة القهرية وملحة لاستخدام الموقع

- فقدان السيطرة (استخدام تطبيق أكثر من الوقت المحدد)

- تناقص في الأداء الوظيفي أو الدراسي بسبب الاستخدام المفرط للموقع.

- أعراض الفطام (symptômes de sevrage) والمتمثلة في هيجان في حالة الامتناع عن استخدام

الموقع، يظهر عن طريق العصبية والاكنتاب (Pfeiffer Samuel,2010, p17)

- الميل إلى النشوة والإحساس بالراحة الناتجان عن استخدام الموقع والإحساس بالضيق والتوتر عند

استحالة استخدامه .

-عدم القدرة على التوقف.

بالإضافة للأعراض المذكورة، هناك أعراض جسمية تتمثل في :

-متلازمة النفق الرسغي (syndrome du canal carpien) وهي حالة طبية تتمثل في اعتلال

أعصاب اليد والذراع وتظهر الأعراض على شكل آلام وتمتد أعلى الذراع (آلام الرأس والإصابة بالشقيقة المزمنة).

-آلام الظهر عدم الانتظام في الأكل.

-إهمال النظافة الشخصية.

-أرق وتغيرات في دورة النوم (JeanCharles Nayebi, 2007, p23)

4-انواع مواقع التواصل الاجتماعي:

من أشهر المواقع التواصل الاجتماعي شائعة والتي لقيت توافدا كبيرا بين المراهقين هي:

1-موقع الفايسبوك (Facebook):

الفايسبوك هو شبكة اجتماعية استأثرت بقبول و تجاوب كبير من الناس خصوصا بين المراهقين في جميع انحاء العالم، و هي كانت لا تتعدى حدود مدونة شخصية ف بداية نشأتها في سنة 2004 في "جامعة هارفارد" في الولايات المتحدة الامريكية من طرف طالب متعثر في الدراسة يدعى (مارك زوكربيرج) و مدونته (The Facebook) محصورة في بداياتها في نطاق جامعة ثم اجتاحت شهرتها حدود الجامعة، و ظلت مقتصرة على أعداد من الزوار و لو انها كانت في زيادة مستمرة، و التي قال عنها مؤسسها: " « لقد أضحي كل منا يتكلم عن الفايسبوك الذي تفكر الجامعة في إنشائه، أظن أنه من السخف أن يستغرق الامر من الجامعة سنتين من أجل تنفيذ ذلك، وجدت أن بإمكان تنفيذ ذلك أفضل منهم وفي أسبوع واحد «

▪ مميزات الفايسبوك:

- الملف الشخصي: عند اشتراك في الموقع يجب أن تنشئ ملفا شخصيا يحتوي على معلومات الشخصية، صورك، أمور مفضلة لك، وكلها معلومات مفيدة من أجل التواصل مع الاخرين.

-إضافة صديق: يستطيع المستخدم إضافة أي صديق وان يبحث عن أي فرد موجود على الشبكة بواسطة بريده الإلكتروني.

-إنشاء مجموعة: تسمح هذه الخاصية بان تنشئ مجتمعا الكترونية يجتمع حول قضية معينة، سياسية كانت أو اجتماعية وجعل اشترك بهذه المجموعة حصريا بالعائلة او الاصدقاء، أو عامة يشترك بها من هو مهتم بموضوعها.

-الصور: وهي خاصية التي تمكن المستخدمين من تحميل البومات وصور من الأجهزة الشخصية الى الموقع وعرضه.

-التغذية الاخبارية: تظهر على الصفحة الرئيسية جميع المستخدمين، حيث تقوم بتمييز بعض البيانات مثل: التغييرات التي تحدث في الملف الشخصي، الاحداث المرتقبة واعياد الميلاد خاصة بأصدقاء المستخدم.

2- موقع الانستغرام (Instagram) :

عبارة عن خدمة تواصل اجتماعي، ومشاركة صور ومقاطع فيديو، وهي شركة أمريكية مملوكة لشركة (Facebook) تم إنشاؤها من طرف " كيفن سيسرتوم" و "مايك كرايغر" وتم إطلاق هذا التطبيق عام 2010 حصريا على IOS أي على أجهزة آبل ومن ثم تم إصداره لأجهزة Android وذلك بعد عام ونصف ويتيح هذا التطبيق للمستخدمين بتحميل الصور ومقاطع الفيديو، التي من ممكن من تعديلها باستخدام عوامل التصفح الموجودة في التطبيق، ويتم تنظيم الصور باستخدام العلامات ومعلومات الموقع.

▪ مميزات الانستغرام:

يوفر موقع الانستغرام العديد من المميزات والايجابيات المختلفة والمتمثلة في:

-سهولة مشاركة الصور والفيديوهات: يتيح إنستغرام للمستخدمين مشاركة صورهم ومقاطع الفيديو بطريقة مباشرة وبجودة عالية.

-القصص اليومية(stories): تتيح للمستخدمين نشر محتوى مؤقت يختفي بعد 24 ساعة، مما يشجع على الاستخدام اليومي.

-التفاعل الفوري: من خلال الإعجابات، التعليقات، والرسائل المباشرة، مما يعزز التفاعل الاجتماعي بين المستخدمين.

-Reels: يوفر أدوات لإنشاء محتوى مرئي قصير أو طويل، مما يجذب فئة الشباب ويحفز الإبداع.

-اكتشاف المحتوى الجديد: من خلال تبويب استكشاف، يتم عرض محتوى مخصص بناءً على اهتمامات المستخدم.

-دعم التسويق الرقمي: يُستخدم من قبل العلامات التجارية والمؤثرين لتسويق المنتجات والخدمات بطرق مبتكرة (يوسف، 2020، ص135).

3-تطبيق تيك توك (TIK TOK):

تيك توك هو البرنامج المعروف في الصين باسم دوين (Douyin) بالصينية هي خدمة شبكة اجتماعية لمشاركة الفيديو مملوكة لشركة بايت دانس الصينية، حيث يعد تطبيق تيك توك نسخة دولية من دوين (Douyin) طرحت في الاصل في السوق الصينية في سبتمبر 2016 يستخدم منصة الوسائط الاجتماعية لإنشاء مجموعة متنوعة من المقاطع المرئية القصيرة، مثل الرقص والكوميديا والتعليم، والتي تتراوح مدتها من 3 ثوان إلى عشر دقائق (Schwedel,2018) يتم استخدام تطبيق التيك توك (TIK

(TOK من قبل عدد من المستخدمين لعرض الثقافات المختلفة ليصبح التيك توك (TIK TOK) جديداً حيث أظهرت الدراسات أن سبب ازدهار تطبيق "تيك توك" يرجع إلى تنوع الأساليب التسويقية الفعالة التي يستخدمها، والاستراتيجيات الخاصة به، بالإضافة إلى استخدام تكنولوجيا الخوارزميات التي تتلاءم مع احتياجات المستخدمين، ومنح المستخدم حقوقاً واسعة في بناء وتعديل الفيديوهات الذي أثبت نجاحه في تطبيق "تيك توك"، حيث يعتمد المراهقين إلى نشر المحتوى ابداعى عبر التطبيق، حتى أصبح الامر بمثابة موضة في حياة الشباب (Zhang, 2019).

▪ مميزات تطبيق التيك توك (TIK TOK) بين المراهقين:

- سهولة الاستخدام وتصميم جذاب
- تيك توك يتميز بواجهة بسيطة تسمح للمراهقين بالتفاعل السريع دون خبرة تقنية.
- يدعم التفاعل الحسي من خلال الموسيقى، التأثيرات البصرية، والتحديات (Ahmed, S, 2022).
- التعبير عن الذات والابداع:
- تتيح للمراهقين التعبير عن أنفسهم من خلال الرقص، التمثيل، التقليد أو إنتاج محتوى خاص.
- يوفر أدوات تحرير سهلة تساعد في الإبداع (Anderson, 2018).
- الشعور بالانتماء والتفاعل الاجتماعي:
- يعزز العلاقات الاجتماعية من خلال التحديات والترندات والثنائيات.
- يتيح تفاعلاً مع فئات عمرية مشابهة، مما يعزز الشعور بالانتماء (Abidin, 2020).
- مصدر للترفيه وتخفيف التوتر:
- يستهلكه المراهقون كأداة للهروب من ضغوط الدراسة أو الحياة اليومية.
- يوفر محتوى ترفيهي سريع وسهل الهضم (يوسف، 2021).

- التعلم غير الرسمي:

- محتوى تعليمي بسيط في مجالات مثل اللغات، الطبخ، الحرف، الثقافة العامة.
- يتعلم المراهقون من المؤثرين في مجالات مختلفة دون الشعور أنهم في سياق تعليمي (Kaye, 2022).

5- سلبيات تطبيق تيك توك (TIK TOK) :

تتراوح الآثار الاجتماعية للتطبيق بين الإدمان والنبذ الاجتماعي، وغير ذلك، وهو ما يمكن الوقوف عليه تفصيلا على النحو التالي :

- **التحديات الخطرة:** في تطبيق التيك توك (TIK TOK) يمكن للمستخدمين الاشتراك في خمس تحديات مختلفة، وهي التحديات التي حظي بعضها بشهرة واسعة مثل تحدي In mayfeelingaschallenge الذي اجتاح مختلف التواصل الاجتماعي وعرف باسم "كيكي"، بجانب تحدي "Ohana na" الذي تطلب أداء حركات راقصة على أنغام الأغنية نفسها.

ويعد تحدي "breakerskull" أحد أخطر التحديات الذي لقي شعبية كبيرة على التطبيق على الرغم من خطورته التي تصل إلى حد الوفاة من ناحية وبدايته على سبيل الدعابة بين طالين في إسبانيا من ناحية أخرى، فبموجب ذلك التحدي يحاول شخصان عرقلة الثالث أثناء قفزه وهو ما حذر منه الأطباء، لما قد تتجم عنه إصابات قد تصل إلى ارتجاج المخ وغيرها، وعلى الرغم من ذلك يجدر القول أن تلك التحديات بشكل عام تمنح التطبيق خصوصية تصنيف إلى جاذبيته وتدفع المستخدمين إنشاء محتويات ومشاهد جديدة للآخرين.

- **النبذ الاجتماعي:** اقترن القبول المجتمعي إلى حد بعيد بعدد المتابعين، فإذا كان معدوما، شعر المراهقين بأنهم منبوذون لا يرغب أحد في مصادقتهم وهو ما قد يؤدي بهم إلى الوحدة والاكتئاب ويدفعهم إلى مقارنة أنفسهم بأصدقائهم، بل وجذب الانتباه بأي طريقة ممكنة ليتحول إلى محاولات بائسة تصرفات

غير مرغوب بيها لفت الانتباه، ويعد ارتداء الملابس الضيقة والخفية أحد أسهل الوسائل لزيادة أعداد المعجبين، لتجاوز مشاهداتها الآلاف.

- **الحسابات الوهمية:** يلجا كثيرون خلف حسابات وهمية للتتمر والتحرش بالمستخدمين عبر الرسائل والتعليقات، ومع الأخذ في عين الاعتبار أن تحويل الحسابات إلى حسابات مغلقة للأصدقاء فحسبه لا يحول دون ظهور صورة البروفايل أو المعلومات أسفلها وهو ما يمكن وهمه بالنظر لطبيعة المستخدمين فيمكن شخص إنشاء حساب على التيك توك بشرط عمره 11 عاما، ومع ذلك تتراجع فعالية الضوابط التي تحول دون تسجيل من قل أعمارهم عن ذلك.

- **العزلة الاجتماعية:** رغم أن التطبيق يدور حول التواصل الاجتماعي مع الجمهور، الى أنه في الواقع يميل مستخدميه إلى العزلة الاجتماعية لدرجة أنهم لا يستطيعون الاهتمام بالعلاقات التي يحيطون بها ويفضلون المواقع عن الواقع.

- **مضيعة للوقت:** يقضي مستخدموه ساعات طويلة على التطبيق ويستنزفون الكثير من الوقت بالملل بل نتيجة ورغم أن البعض قد يجني من وراء المال، ولكن ليس الكل، فهناك مخاطرة بأن المتابعين قد يحبون أو لا يحبون، وعندما لا تقدم ما يريدون فإنك ال تحصل على أي شيء في المقابل.

- **نشر الفساد بين المراهقين:** رغم أن التطبيق لم يكن قصدا استخدامه بهذه الطريقة إلا أننا نشاهد بعض الفتيات الصغيرات يظهرن أجسامهن أثناء الرقص لإرضاء الجمهور في بعض الأحيان، ويقدمن هذا تحت ضغط متابعة المعجبين ولا يردن ان يخسرن لزيادة نسبة المشاهدة (سيد، م. 2023، 10 نوفمبر).

6- ايجابيات تطبيق تيك توك (TIK TOK)

- يتوفر على العديد من المزايا التي تجذب المستخدمين كالموسيقى والصور والسيلفي والفيديوهات.

- اعتماد على مزمنة الشفاه والمقاطع الصوتية.

- الغناء والتمثيل بما يتيح حرية وجرأة التعبير أمامهم.

- يتسم تطبيق التيك توك بأنه متاح مجاناً للتحميل عبر برامج تشغيل الآبل والأندرويد، بالإضافة إلى سهولة استخدام ادوات تحرير الفيديو الموجودة داخل التطبيق.

- يستخدم تطبيق تيك توك الذكاء الاصطناعي لتوزيع الفيديوهات حسب نوعها واهتمامات المستخدمين.

- يستخدم هذا التطبيق مجموعة من الخصائص الاجتماعية التقنية التي تسمح للشباب ببناء والحفاظ على شبكة متماسكة من العلاقات الاجتماعية.

- قدرات الاتصال داخل التطبيق يعتمد على الاهتمامات المشتركة بين المستخدمين من خلال نوعية الفيديوهات التي يركز عليها الشباب (مها محمد فتحي، 2021، ص392).

خلاصة الفصل:

في الأخير يمكننا القول أن مواقع التواصل الاجتماعي عامة وتطبيق التيك توك (TIK TOK) بوجه الخصوص هو عملة بوجهين، استولت على المراهقين والشباب اليوم فمنهم من يستخدمهم إبراز مواهبه أو الترفيه عن النفس، لكن الأمر تعدى هذا فقد أصبح تطبيق التيك توك (TIK TOK) خاصة وجه آخر، استغله فارغي العقول لنشر ما يعتبرونه موهبة، وهو ما يعتبره النقاد تشويه لمبادئ وقيم الفرد وتحريف لسلوكيات المراهقين باعتبارها الفئة الأكثر تأثراً.

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع الإجراءات الميدانية للدراسة

تصميم

1- الدراسة الاستطلاعية

1-1 أهداف الدراسة الاستطلاعية

1-2 عينة الدراسة الاستطلاعية

1-3 أدوات الدراسة الاستطلاعية

1-4 نتائج الدراسة الاستطلاعية

2- الدراسة الأساسية

1-2 منهج الدراسة

2-2 مجتمع الدراسة وخصائصه

2-3 عينة الدراسة وخصائصها

2-4 وصف أدوات الدراسة

3. الأساليب الإحصائية

تمهيد:

سنتطرق في هذا الفصل الى الخطوات التي اتبعتها البحثتان في ميدان الدراسة، حيث يشمل هذا الفصل الدراسة الاستطلاعية والهدف منها والمنهج المتبع، ب الإضافة إلى وصف عينة الدراسة وخصائصها، كما سيتم التطرق إلى أداة الدراسة المستخدمة، والأساليب الإحصائية ثم حدود الدراسة.

1-الدراسة الاستطلاعية:

تعرف الدراسة الاستطلاعية بانها: «المحاولة الأولية التي يقوم بها الباحث لجمع معلومات عامة ومبدئية حول مشكلة البحث، بهدف التعرف على جوانبها المختلفة، وتحديد المفاهيم الأساسية المرتبطة بها، وذلك تمهيداً لبناء أدوات البحث وصياغة الفرضيات بشكل دقيق» (صبري العدل، 2011، ص75).

1-1اهداف الدراسة الاستطلاعية:

✓ استكشاف ميدان الدراسة وتعرف عن قرب على مشكلة المتمثلة في ادمان التلاميذ على تطبيق التيك توك (TIK TOK) والتأكد من وجودها.

✓ إمكانية إجراء الدراسة الاستطلاعية من حيث تسهيلات من طرف الطاقم الإداري.

✓ التأكد من الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة.

1-2عينة الدراسة الاستطلاعية:

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة مكونة من (44) تلميذ وتلميذة، من بينهم (22اناث) و(22ذكور) يدرسون في ثانويتي الشافعي احمد بدائرة برج منايل وثانوية المجاهد موسى عريج بدائرة دلس، الواقعتان بولاية بومرداس، من مختلف الشعب من سنة أولى جذع مشترك علوم وتكنولوجيا وآداب والسنة الثانية لغات اجنبية، تتراوح أعمارهم ما بين (15)و(18) سنة، مسجلون خلال سنة الدراسية 2024-2025.

النسبة المئوية	المجموع	الجنس		المؤسسة التربوية
		اناث	ذكور	
%43,18	19	9	10	شافعي احمد
%56,82	25	13	12	المجاهد موسى عريج
%100	44	22	22	المجموع

جدول (1): توزيع افراد عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الجنس والمؤسسة

مكان وزمان اجراء الدراسة الاستطلاعية:

اجريت الدراسة الاستطلاعية في ثانويتي شافعي احمد والمجاهد موسى عريج بولاية بومرداس في

الفترة الممتدة ما بين 15 جانفي الى غاية 29 جانفي 2025.

1-3 أدوات الدراسة الاستطلاعية:

استخدمت الباحثتان مقياس المهارات الاجتماعية للمراهقين، الذي صممه الباحثة ندى نصر الدين

عبد الحميد سنة (2012) جامعة عين الشمس في مصر تكون من (45) عبارة موزعة على خمسة ابعاد

هي: علاقة بين الاقران، إدارة الذات المهارات الاكاديمية، التفاعل الاجتماعي، والمهارات الشخصية

وقامت الباحثتان بالتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس عن طريق تطبيقه على عينة الدراسة

الاستطلاعية سيتم عرض النتائج الصدق والثبات في العنصر الموالي.

1-4 نتائج الدراسة الاستطلاعية:

- ساعدت الدراسة الاستطلاعية على استكشاف ميدان البحث والتعرف عن قرب على المشكلة المتمثلة في إدمان التلاميذ على تطبيق "تيك توك" (TIK TOK)، حيث تم التأكد من وجود الظاهرة من خلال الملاحظة المباشرة، والتفاعل مع التلاميذ، بالإضافة إلى ما تم رصده من خلال الحديث مع بعض المعلمين والإداريين الذين أشاروا إلى انتشار هذا السلوك داخل الوسط المدرسي.

- أظهرت نتائج إمكانية تنفيذ البحث الميداني، وذلك من خلال التسهيلات المقدمة من طرف الطاقم الإداري، الذي أبدى تعاونًا وتفهمًا لطبيعة الدراسة وأهدافها.

- تم التحقق من الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة، وكانت النتائج كما يلي:

الخصائص السيكومترية لمقياس المهارات الاجتماعية للمراهقين Social Skills Scale for Adolescents

من أجل التأكد من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة، تم حساب صدق وثبات المقياس

المهارات الاجتماعية للمراهقين كما يلي:

1- صدق المقياس:

لحساب صدق المقياس المهارات الاجتماعية للمراهقين اعتمدت الباحثان على طريقة الصدق

التمييزي كما يوضحه الجدول التالي:

الجدول (2): نتائج الصدق التمييزي للمقياس بطريقة المعادلة الطرفية:

مستوى الدلالة	الدالة الإحصائية	القيمة (T)	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	القيمة
0,01	0,00	8,03	1,46	32,04	22	القيمة العليا
			3,75	25,13	22	القيمة الدنيا

تشير نتائج الجدول إلى أن هناك فروقاً دالة إحصائية بين أصحاب الدرجات العليا والدرجات الدنيا في مقياس المهارات الاجتماعية للمراهقين، حيث بلغت قيمة $T(8,03)$ عند دلالة إحصائية (0.00) ومستوى دلالة (0.01). هذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة صدق مرتفع، ويقاس فعلاً ما وُضع لقياسه، مما يسمح لنا بتطبيقه في دراسة الحالية.

2- ثبات المقياس:

لحساب ثبات المقياس المهارات الاجتماعية للمراهقين اعتمدت الباحثتان على طريقة معامل الفاكرونباخ كما يوضحه الجدول التالي:

جدول (3): نتائج الفاكرونباخ لمقياس المهارات الاجتماعية للمراهقين:

المقياس	عدد الافراد	عدد البنود	معامل الفاكرونباخ
المهارات	44	45	0,65

تبين من خلال هذا الجدول ان معامل الفاكرونباخ يساوي (0,65) وهي قيمة مرتفعة تدل على ثبات المقياس مما يسمح لنا بتطبيقه في دراسة الحالية.

2- الدراسة الأساسية:

2-1 منهج الدراسة: اتساقاً مع موضوع الدراسة ونوعها وتحقيقاً لأهدافها اتبعت الطالبتان في هذا البحث المنهج الوصفي، وهذا للكشف والتعرف على المهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين المدمنين وغير المدمنين على تطبيق تيك توك (TIK TOK) .

بحيث «يعرف المنهج الوصفي أحد المناهج العلمية التي تُستخدم في البحث العلمي لدراسة الظواهر كما هي في الواقع، ويقوم على جمع البيانات والمعلومات وتحليلها وتفسيرها للوصول إلى استنتاجات منطقية تساعد في فهم الظاهرة المدروسة ويهدف هذا المنهج إلى وصف دقيق ومنظم للظاهرة من خلال تحديد خصائصها والعلاقات بينه» (عبيدات، 1998)

2-2مجتمع الدراسة وخصائصه:

تكوّن مجتمع الدراسة من مراهقين مدمنين وغير مدمنين لمواقع التواصل الاجتماعي تطبيق التيك توك (TOK TIK) والبالغ عددهم (852) فرداً، من بينهم (410) ذكور و(442) اناث متمدرسين في مرحلة التعليم الثانوي بثانوية هنادسي على بدائرة برج منايل وثانوية الاخوة ظريف بدائرة دلس الوقعتان في ولاية بومرداس مسجلون خلال السنة الدراسية 2024-2025. كما يبينه الجدول التالي:

الجدول (4): يمثل توزيع افراد مجتمع الدراسة حسب المؤسسة والجنس.

النسبة المئوية	المجموع	الجنس		المؤسسة التربوية
		اناث	ذكور	
52.93%	451	231	220	هنادسي علي
47.07%	401	211	190	الاخوة ظريف
100%	852	442	410	المجموع

2-3عينة الدراسة وخصائصها:

تتكون عينة الدراسة من تلاميذ الثانوية هنادسي على وثانوية الاخوة ظريف ويقدر عددها ب (87) تلميذ وتلميذة مسجلون خلال السنة الدراسية 2024-2025. كما يبينه الجدول التالي:

الجدول (5): يمثل توزيع افراد عينة الدراسة حسب الجنس.

النسبة المئوية	التكرارات	الجنس
52,87%	46	اناث
47,13%	41	ذكور
100%	87	المجموع

طريقة اختيار العينة:

تم اختيار عينة الدراسة بطريقة العرضية «حيث تعتبر العينة العرضية التي يتم اختيارها من بين الأفراد المتاحين بسهولة أمام الباحث، مثل الطلاب الموجودين في الصف عند توزيع الاستبانة» (عدس، 2004، ص167).

تم توزيع المقياس على مجموعة من التلاميذ داخل مؤسسة تربية هنادسي علي والاخوة ظريف اعتمادًا على توفرهم واستعدادهم للمشاركة أثناء إحدى الحصص الدراسية.

كيفية تحديد حجم عينة الدراسة:

تم تحديد حجم العينة في هذه الدراسة استنادًا على ما أكده الباحث شارل مير تلز بان حجم العينة في الدراسات الوصفية يصل إلى (10%) و(20%) (نقلا عن الضامن، 2007، ص136) وفقًا لهذه المعايير، في هذه الدراسة، بلغ حجم المجتمع (852) فردًا، وتم تحديد حجم العينة بـ(87) فردًا، أي ما يمثل حوالي 10.21% من إجمالي المجتمع وبذلك أصبح حجم العينة (87) فردًا.

2-4 وصف أدوات الدراسة:

اعتمدت الباحثتان في هذه الدراسة على أداتين:

الأداة الأولى: استمارة تحديد المدمنين وغير المدمنين:

لتحديد فئتي المدمنين وغير المدمنين قامت الباحثتان ببناء استمارة تضمنت بيانات أولية للتلميذ: الاسم، اللقب، المستوى الدراسي، السن، ومن ثم التعليمية، بالإضافة إلى سؤالين:

- هل انت من مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي تطبيق اليك توك TIKTOK؟ (نعم/لا)

- كم عدد الساعات التي تستغرقها في مشاهدة فيديوهات على تطبيق تيك توك (TIKTOK)

ساعة - ساعتين - 3 ساعات - 4 ساعات - 5 ساعات - أكثر

وُزعت الاستمارة على عينة الدراسة، وبعد تفرغ البيانات تحصلت الباحثتان على مجموعة من المدمنين و

غير المدمنين، تم تحديد التلاميذ المدمنين وغير المدمنين بناءً على عدد الساعات التي يقضيها المراهق

في استخدام تطبيق التيك توك (TIK TOK) يوميا، وقد تم تصنيف التلاميذ المدمنين كأفراد يقضون أكثر من ساعتين يوميا على تطبيق التيك توك (TIK TOK) وكان عددهم (51)، أما التلاميذ الغير المدمنين فهم الذين يقضون اقل من ساعتين يوميا على موقع التيك توك وكان عددهم (36)، ولقد تم تحديد درجة الإدمان استنادا لصحيفة "كوريري ديلا سيرا" في تقرير الذي ترجمته "عربي 21" هو ساعتين، بالإضافة الى دراسة أجرتها جامعة "اوبرتا دي كاتالونيا" و "بومبيو فابرا" في اسبانيا. وتطبيق التيك توك نفسه حدد 60 دقيقة للاستخدام اليومي للمراهق.

ثانيا: مقياس المهارات الاجتماعية للمراهقين Social Skills Scale for Adolescents:

بعد التأكد من صدق وثبات المقياس في البيئة المحلية لعينة الدراسة أصبح المقياس في شكله النهائي يتكون من (45) بندا موزعة على خمسة ابعاد كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (6): ابعاد مقياس المهارات الاجتماعية للمراهقين والبنود المنتمية له:

الرقم	الابعاد	عدد العبارات
1	العلاقة مع الاقران	12
2	إدارة الذات	06
3	المهارات الاكاديمية	08
4	الطاعة	07
5	التوكيدية	12
المجموع	5	45

طريقة تصحيح المقياس:

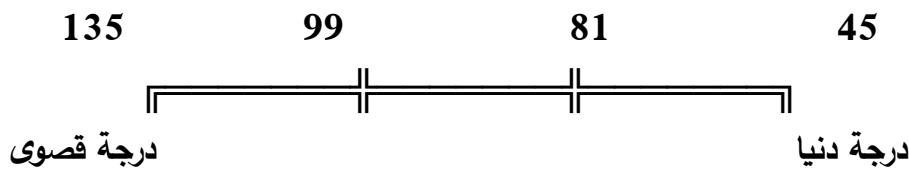
يحتوي المقياس على ثلاثة بدائل وتعطي الدرجات على حسب إجابة التلميذ فاذا أجاب على أحد بنود المقياس بدائما فانه يتحصل على درجة (3) وإذا إجابة على أحد البنود ب أحيانا فانه يتحصل على درجة (2) وبالتالي إذا أجاب بنادرا يتحصل على درجة (1) بعدها يتم تفرغ النتائج المتحصل عليها في جدول اكسل وبعدها يتم حساب احصائيا.

جدول (7): طريقة تصحيح مع البدائل لمقياس المهارات الاجتماعية للمراهقين

الدرجات	البدائل
3	دائماً
2	أحياناً
1	نادراً

كيفية تحديد مستوى المهارات الاجتماعية للمراهقين

تم تحديدها من طرف الباحثان بتطبيق القاعدة الثلاثية وكانت النتائج كما يلي:



الشكل (1): مستويات المقياس المهارات الاجتماعية للمراهقين

تطبيق المعادلة الطرفية:

• نأخذ درجة مرتفعة من المقياس التي هي 27×135 (قيمة ثابتة) على $100 = 36$ نأخذ هذه القيمة

ننقصها من الدرجة الكلية يعني $99 = 36 - 135$ الحد الفاصل بين القوي والمتوسط.

• $81 = 36 + 45$ الحد الفاصل بين المتوسط والضعيف

▪ أعلى درجة يمكن ان يتحصل عليها المبحوث هي: 135

▪ أدنى درجة يمكن ان يتحصل عليها المبحوث هي: 45

استخراج المجالات التالية:

(1) 45-----81 مستوى منخفض

(2) 81-----99 مستوى متوسط

(4) 99-----135 مستوى مرتفع

3. الأساليب الإحصائية:

اعتمدنا على كل من المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ثم استخدامها في معرفة مستوى المهارات الاجتماعية حيث قدرت قيمة المتوسط الحسابي ب (104,50) و قدرت قيمة الانحراف المعياري ب (12,70) وهذا يدل على ان مستوى افراد عينة الدراسة في المهارات الاجتماعية مرتفع. وكذلك استخدمنا ايضا المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمعرفة إذا ما توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية بين المدمنين والغير المدمنين.

اعتمدنا في برنامج التحليل-SPSS:

✓ المتوسط الحسابي

✓ الانحراف المعياري

✓ اختبار T. Test

4. حدود الدراسة:

- **حدود زمنية:** وهي الفترة التي تم تطبيق الاستبيان على عينة الدراسة والتي كانت في شهر جانفي 2025.
- **حدود مكانية:** أجريت هذه الدراسة في ثانويتي هنادسي على والإخوة ظريف بولاية بومرداس.
- **حدود البشرية:** تمثلت عينة الدراسة من تلاميذ متمرسون في ثانوية مسجلون في السنة الدراسية 2024_2025.

الفصل الخامس

تحليل ومناقشة نتائج الدراسة

تمهيد

1- عرض وتحليل نتائج الفرضيات

1-1 عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى

1-2 عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية

1-3 عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة

2- تفسير ومناقشة الفرضيات

2-1 تفسير ومناقشة الفرضية الأولى

2-2 تفسير ومناقشة الفرضية الثانية

2-3 تفسير ومناقشة الفرضية الثالثة

3- استنتاج عام

خاتمة

تمهيد:

خلال هذا الفصل قامت الباحثتان بعرض وتحليل النتائج المتوصل اليها بعد المعالجة الإحصائية ومن ثم مناقشتها وتفسيرها في ضوء الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات موضوع الدراسة.

1- عرض نتائج الفرضيات:

1-1 عرض نتائج الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى على ان « مستوى المهارات الاجتماعية لدى المراهقين المدمنين على تطبيق التيك توك (TIK TOK) مرتفع» ولاختبار صحة الفرضية تم استخدام المتوسطات الحسابية لكل بند على حدة كما يبين الجدول التالي:

جدول (08): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لنتائج مقياس المهارات الاجتماعية للمراهقين

الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	الحكم
1	أقوم بمعاملة أصدقائي ومدحهم والثناء عليهم.	2,2989	,70075	30	متوسط
2	أستطيع ان اواجه المشكلات بهدوء	2,0920	,74134	43	متوسط
3	اعتمد على نفسي في إتمام المهام والواجبات المطلوبة مني	2,2989	,74887	13	مرتفع
4	اتبع التعليمات والارشادات الموجهة لي	2,3333	,72604	20	مرتفع
5	ابدا بالحوار مع الاخرين	2,1494	,69095	18	مرتفع
6	اعرض مساعدتي على أصدقائي عند الحاجة	2,4138	,69134	20	مرتفع
7	اتبع القواعد والقوانين ولا أتعدى حدودي	2,4598	,67865	10	مرتفع

متوسط	31	,61934	2,3218	أستطيع انجاز المهام المطلوبة مني دون الاعتماد على اخرين	8
مرتفع	12	,69385	2,4368	اتبع اللوائح والقوانين	9
مرتفع	2	,67431	2,5862	اعترف بالجميل	10
مرتفع	6	,72272	2,4023	ادعو أصدقائي لمشاركتي في اللعب	11
متوسط	40	,75030	2,1724	امتك القدرة على فض المنازعات والتصالح مع الاخرين	12
مرتفع	20	,65337	2,3908	استجيب لتعليمات المدرسين وانفذها	13
متوسط	39	,70588	2,2184	استغل الوقت بطريقة جيدة	14
مرتفع	15	,77259	2,3333	ادعو أصدقائي لمشاركتي في اللعب وترفيه	15
مرتفع	20	,69615	2,4713	أشارك أصدقائي في المناقشات والأحاديث	16
مرتفع	9	,84212	1,9885	اتقبل انتقادات الاخرين عن طيب خاطر	17
مرتفع	20	,84450	2,3333	اسعى الى ان اتقن ما أقوم به من اعمال	18
مرتفع	6	,72916	2,5172	لا امانع في مشاركة أصدقائي لي في ادواتي والعبابي والأشياء الخاصة بي	19
مرتفع	1	,58058	2,6782	ثقتي بنفسي كبيرة	20
مرتفع	20	,55637	2,6897	أقف مع أصدقائي وقت الشدة وادافع	21

				عن حقوقهم	
متوسط	33	,62300	2,2759	اتجاهل الإغاضة واتصرف مع الأمور بحكمة	22
متوسط	43	,72549	2,0920	اجيد استغلال وقت الفراغ	23
مرتفع	20	,77207	2,0920	استجيب للنقد بطريقة ملائمة	24
مرتفع	2	,84212	2,0115	أكون صداقات كثيرة	25
مرتفع	20	,67569	2,5747	انا محبوب من أصدقائي	26
مرتفع	2	,63889	2,5862	اتعاون مع الاخرين في العديد من المواقف	27
مرتفع	20	,70928	2,4253	اذهب في المواعيد المحددة للمدرسة ومعى جميع ادواتي	28
مرتفع	13	,70474	2,3908	أستطيع إتمام المهام المطلوبة	29
مرتفع	15	,66170	2,3448	اعترض على القوانين التي اراها غير عادلة	30
مرتفع	11	,67787	2,4483	امتلك مهارات وقدرات تجعل أصدقائي معجبين بي وتشارك فيها معا	31
متوسط	45	,74762	1,8966	اتحكم في انفعالاتي وقت الغضب	32
متوسط	42	,73863	2,2644	لا اتردد في طلب المساعدة او السؤال عند الحاجة لذلك	33
متوسط	41	,79862	2,1149	لا اهتم بالأنشطة الترويجية	34
متوسط	34	,81354	2,2644	اجيد تقديم نفسي لأشخاص اراهم لأول	35

مرة					
36	ابادر بالمشاركة في الحديث والحوار مع أصدقائي	2,2874	,76109	31	متوسط
37	اتجاهل تشتيت أصدقائي لي اثناء أداء العمل	2,2874	,66312	2	مرتفع
38	تظهر تقتي في نفسي امام الجنس الاخر	2,2414	,76197	37	متوسط
39	انا شديد الإحساس بمشاعر أصدقائي فأتعاطف معهم وافهمهم جيدا	2,2529	,71882	36	متوسط
40	أستطيع ان اعبر عن مشاعري عندما يخطئ أحد في حقي	2,1724	,78068	20	مرتفع
41	امتك مهارات قيادية تؤهلني للقيام بدور القائد أحيانا بين أصدقائي	2,2644	,70644	34	متوسط
42	أحب الاشتراك في الأنشطة الجماعية	2,2414	,76197	37	متوسط
43	أستطيع تكوين صداقات بسهولة	2,3448	,74440	18	مرتفع
44	اتمتع بروح الفكاهة وشارك الاخرين المرح والضحك	2,5517	,62429	15	مرتفع
45	الجميع يريد ان أنظم لأشاركهم انشطتهم وان أكون معهم	2,4943	,67984	8	مرتفع
المجموع		2,08	0,7253		

نلاحظ من خلال الجدول (08) أن أغلب العبارات المتعلقة بالمهارات الاجتماعية قد حصلت على متوسطات حسابية مرتفعة، حيث تم تصنيف (31) عبارة من أصل (45) ضمن المستوى "المرتفع"، ما يُشير إلى أن أفراد العينة المراهقين المدمنين على تيك توك (TIK TOK) يُظهرون مستوى مرتفع من المهارات الاجتماعية وفقاً لأداة القياس المستخدمة. يتجلى ذلك من خلال تسجيل بعض البنود لأعلى المتوسطات مثل العبارة رقم (20) بمتوسط (2.6782)، وهو ما يدل على اتفاق كبير بين أفراد العينة حول توفر بعض المهارات الاجتماعية بدرجة مرتفعة، كالتواصل مع الآخرين، التفاعل في المواقف الاجتماعية، القدرة على التعبير عن الرأي، والانخراط في محادثات متنوعة. من جهة أخرى، نلاحظ تكراراً كبيراً للمتوسط (2.3333) في عدة عبارات، مع اختلافات بسيطة في الانحراف المعياري والرتبة، وهو ما قد يشير إلى نمط شائع في إجابات العينة يعكس توجهًا عامًا أو تقاربًا في تقييم بعض العبارات، كما أن الانحرافات المعيارية في أغلب العبارات كانت معتدلة (حوالي 0.6 - 0.7)، مما يُعزز من تجانس الآراء ويُضفي مصداقية أكبر على النتائج وبالتالي تحققت الفرضية التي تنص على أن مستوى المهارات الاجتماعية لدى المراهقين المدمنين على تطبيق تيك توك (TIK TOK) مرتفع.

1-2 عرض نتائج الفرضية الثانية :

تنص الفرضية الثانية على أنه «توجد فروق في المهارات الاجتماعية بين المدمنين على تطبيق التيك توك (TIK TOK) تبعاً لمتغير الجنس» ولاختبار صحة الفرضية تم استخدام اختبار (T) والمتوسط الحسابي والانحراف كما يبين الجدول التالي:

الجدول (09): نتائج اختبار (T) لعينتين مستقلتين بدلال الفروق بين الجنسين.

المقياس	الجنس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة (T)	القيمة المحسوبة	مستوى الدلالة	الدالة الإحصائية
المهارات	الذكور	46	103.50	13.29				

0.965	0.337	0.965	0.961	12.27	106.15	41	الاناث	الاجتماعية للمراهقين
-------	-------	-------	-------	-------	--------	----	--------	-------------------------

نلاحظ من خلال الجدول (09) ان متوسط الحسابي لعينة الاناث سجل بقيمة (106,15) وانحراف المعياري قدر ب (12.27) في حين بلغ المتوسط الحسابي لعينة الذكور (103.50) وانحراف المعياري ب (13.29) في مستوى المهارات الاجتماعية باستخدام اختبار (T) للفروق بين الجنسين. تشير النتائج الى ان الفروق بين متوسطات الذكور والإناث في المهارات الاجتماعية غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05)، حيث أن القيمة الاحتمالية (0.337) أكبر من (0.05). وبالتالي، ترفض الفرضية البديلة وتقبل الفرضية الصفرية التي تنص على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في المهارات الاجتماعية وبالتالي لم تتحقق الفرضية الثانية من الدراسة.

1-3 عرض نتائج الفرضية الثالثة:

تنص الفرضية الثالثة على ان « يوجد فروق في المهارات الاجتماعية بين المدمنين وغير مدمنين على تطبيق تيك توك (TIK TOK) » ولاختبار صحة الفرضية تم استخدام اختبار (T) لعينتين مستقلتين بدلالة الفروق بين المدمنين وغير المدمنين كما يوضحه الجدول التالي:

المقياس	الجنس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة (T)	القيمة المحسوبة	مستوى الدلالة	الدالة الاحصائية
المهارات الاجتماعية للمراهقين	المدمنين	51	106.23	12.40	1.52	1.52	0.13	1.51
	الغير مدمنين	36	102.05	12.89				

جدول (10): نتائج اختبار (T) لعينتين مستقلتين بدلالة الفروق بين المدمنين وغير المدمنين

نلاحظ من خلال الجدول (10) ان نتائج المتوسط الحسابي للمراهقين المدمنين على تطبيق تيك توك (TIK TOK) بلغ (106.23) بانحراف معياري قدره (12.40)، بينما بلغ المتوسط الحسابي لغير المدمنين (102.05) بانحراف معياري قدره (12.89). وقد أظهرت نتائج اختبار "ت" لعينتين مستقلتين أن قيمة "ت" المحسوبة بلغت (1.523) عند درجة حرية (df=85) ، وكانت القيمة الاحتمالية (Sig=0.132)، وهي أكبر من مستوى الدلالة المعتمد (0.05) وكشفت النتائج على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المراهقين المدمنين وغير المدمنين على تيك توك (TIK TOK) في مستوى المهارات الاجتماعية، رغم وجود فرق بسيط في المتوسط لصالح المدمنين وبالتالي لم تتحقق الفرضية الثالثة من الدراسة.

2- تفسير ومناقشة الفرضيات:

2-1 تفسير ومناقشة الفرضية الأولى:

يمكن تفسير النتائج التي تشير إلى ارتفاع مستوى المهارات الاجتماعية لدى عينة المراهقين المدمنين على تطبيق تيك توك (TIK TOK) من خلال عدد من العوامل المرتبطة بطبيعة التطبيق، والدوافع الاجتماعية لاستخدامه، وخصائص المرحلة العمرية للمراهقة.

تعد الطبيعة التفاعلية لتطبيق تيك توك (TIK TOK) من أبرز العوامل المساهمة في تنمية بعض المهارات الاجتماعية، حيث يُوفر التطبيق بيئة افتراضية قائمة على التفاعل الفوري، تبادل المحتوى، والتقليد الجماعي، مما يعزز من مهارات التواصل غير اللفظي، القدرة على التعبير عن الذات، والمشاركة الاجتماعية الافتراضية، فإن الدافع الاجتماعي لاستخدام التطبيق يشكل محركاً قوياً لاكتساب بعض المهارات، إذ يستخدم العديد من المراهقين التطبيق كوسيلة للاندماج الاجتماعي، بناء هوية جماعية افتراضية، واكتساب التقدير من الأقران، ما يُنمي مهارات مثل تقديم الذات، جذب الانتباه، والاحتكاك بالجماعة.

ومن المعروف أن مرحلة المراهقة تتميز بالحاجة المتزايدة للقبول والانتماء الاجتماعي، وهي عوامل تدفع المراهقين إلى استغلال التطبيقات التفاعلية مثل تيك توك (TIK TOK) لتلبية تلك الحاجات، ما يُساهم بشكل غير مباشر في تعزيز بعض المهارات الاجتماعية.

ولمناقشة هذه الدراسة فإن هذه النتيجة تتفق مع دراسة عايد وناصر (2022) التي أكدت أن تيك توك (TIK TOK) يمكن أن يُسهم في تعزيز مهارات التعبير والتفاعل الاجتماعي لدى المراهقين، وكذلك دراسة جريو وأعبكة (2020) ، التي بيّنت وجود علاقة إيجابية بين استخدام تيك توك (TIK TOK) وتنمية القيم والمهارات الاجتماعية، مثل التعاون والمشاركة.

وتؤكد دراسة (Vaterlaus et al. 2015) على أن المراهقين يستخدمون وسائل التواصل لتطوير

هويتهم الاجتماعية والتفاعل مع محيطهم، مما يُؤثر إيجابياً على مهاراتهم التفاعلية.

كما توصلت دراسة (Yang & Brown 2016) أن تقديم الذات عبر المنصات الرقمية قد يُعزز من نمو بعض جوانب المهارات الاجتماعية لدى المراهقين، خاصة في السياقات التي يُتاح فيها التعبير الحر والتفاعل مع الآخرين، وهي سمات يتصف بها تطبيق تيك توك (TIK TOK) تحديداً.

كما تختلف دراسة (Zhang & Liu 2023) إلى أن بعض المراهقين يستخدمون تيك توك (TIK TOK) كتعويض عن نقص العلاقات الواقعية أو للهروب من مشاكل اجتماعية حقيقية، وهو ما يخلق اعتماداً نفسياً وسلوكياً على التفاعل الرقمي، ويؤدي بمرور الوقت إلى صعوبة في التكيف مع مواقف التواصل الواقعي داخل الأسرة أو المجتمع.

في الاتجاه ذاته، كشفت دراسة (Li & Yang 2022) أن المراهقين الذين يُمضون وقتاً طويلاً على تيك توك (TIK TOK) يميلون إلى الانسحاب الاجتماعي التدريجي، إذ يُفضلون التفاعل الافتراضي على حساب العلاقات الواقعية، مما يؤدي إلى ضعف في جودة التفاعل الاجتماعي الحقيقي، وارتفاع في مستويات القلق الاجتماعي.

قد توصلت دراسة (Al-Menayes (2021 إلى أن الاستخدام المفرط لتطبيق تيك توك (TIK TOK) لدى المراهقين قد يُفضي إلى ضعف في التفاعل الاجتماعي الواقعي، نتيجة الاعتماد الزائد على التفاعل الرقمي السريع والسطحي، ما يؤدي إلى تراجع في مهارات التواصل الوجيه مثل الإصغاء الفعّال، تفسير الإشارات غير اللفظية، وضبط الانفعالات في المواقف التفاعلية المباشرة. وكذلك ودراسة (Uhis et al. (2017 من أن استخدام وسائل التواصل يمكن أن يكون سلاحًا ذو حدين، فقد يساهم في تطوير المهارات الاجتماعية إذا تم استخدامه بشكل معتدل وهادف، لكنه قد يؤدي أيضًا إلى ضعف في التفاعل الواقعي أو القلق الاجتماعي.

2-2 تفسير ومناقشة الفرضية الثانية:

تشير نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المهارات الاجتماعية بين الذكور والإناث من المراهقين المدمنين على تطبيق تيك توك (TIK TOK) ، ويمكن تفسير هذا التقارب في المهارات الاجتماعية بين الجنسين من خلال عدة عوامل، أبرزها طبيعة المحتوى التفاعلي الموحد الذي يقدمه تيك توك (TIKTOK) ، إذ يدفع التطبيق جميع المستخدمين بغض النظر عن الجنس، إلى المشاركة في نفس التحديات والأنشطة، مما يخلق بيئة تواصل اجتماعي موحدة. كما أن الاستخدام المتقارب للتكنولوجيا بين الجنسين في التطبيق يقلل من الفجوات التقليدية المرتبطة بالجنس، خاصة فيما يتعلق بالتفاعل الاجتماعي والتعبير عن الذات. بالإضافة إلى ذلك، فإن المنصات مثل تيك توك (TIK TOK) تتيح فرصًا متساوية للتواصل والمشاركة، مما يضعف من تأثير الفروقات البيولوجية أو التنشئة الاجتماعية في تحديد مستوى المهارات الاجتماعية.

ومع ذلك، فإن هذه النتيجة لا تعني غياب الفروق بشكل مطلق، بل قد تكون متأثرة بسياقات ثقافية، تربوية، أو بطريقة استخدام التطبيق. فرغم طغيان الطابع الموحد للتفاعل على تيك توك، إلا أن الخلفيات النفسية والاجتماعية قد تظل تلعب دورًا مهمًا في تشكيل أنماط التفاعل، وهو ما يستدعي المزيد من

الدراسات المقارنة الدقيقة التي تأخذ بعين الاعتبار هذه المتغيرات. ولمناقشة هذه الدراسة فان هذه النتيجة تتفق مع دراسة الحسين وبن يحيى (2021) ، التي اكدت إلى أن التفاعل الاجتماعي بين الذكور والإناث عبر تيك توك (TIK TOK) لا يختلف كثيرًا، بسبب طبيعة المحتوى الموحد الذي يدفع كلا الجنسين للمشاركة المتوازية في الأنشطة الرقمية.

كما تتفق مع دراسة سليم ونجوى (2023) التي أشارت إلى أن تطبيقات التواصل الحديثة، ومنها تيك توك (TIK TOK) ، تُوفر بيئة رقمية متساوية من حيث فرص التفاعل والتعبير، مما يُقلل من أثر الفروق التقليدية بين الجنسين.

وتُعزز هذه النتيجة أيضًا دراسة العساف (2021) ، التي أوضحت أن تطبيقات التواصل الاجتماعي تُنمي المهارات التفاعلية بشكل عام دون تمييز جنسي، وذلك بسبب الطابع التشاركي المفتوح لتلك المنصات.

وتختلف مع بعض الدراسات فقد توصلت دراسة عبده وأمين (2019) إلى أن الإناث يظهرن مهارات اجتماعية أعلى من الذكور، نظرًا لطبيعتهن الأكثر انفتاحًا على التعبير العاطفي والتواصل اللفظي. كما بيّنت دراسة يوسف (2020) أن الذكور يعانون من صعوبات في مهارات الإنصات والتعاطف الاجتماعي مقارنة بالإناث.

ومن جهة أخرى، ترى دراسة إبراهيم (2021) أن الفروقات في النمو الاجتماعي والانفعالي لا تزال قائمة، وأن التنشئة الاجتماعية والمجتمع الذكوري/الأنثوي يلعبان دورًا في تشكيل أنماط استخدام المنصات الرقمية، مما يؤثر على نوعية التفاعل الاجتماعي وجودته لدى كل من الذكور والإناث.

2-3 تفسير ومناقشة الفرضية الثالثة:

تشير نتائج الفرضية الثالثة إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية بين المراهقين المدمنين وغير المدمنين على تطبيق تيك توك (TIK TOK) ، وهو ما يوحي بأن الإدمان

على التطبيق لا يُعد عاملاً حاسماً في تمييز مستوى المهارات الاجتماعية لدى المراهقين، ويُمكن تفسير ذلك بأن تيك توك، بوصفه تطبيق تفاعلي، يوفر فرصاً شبه متساوية للتواصل والتعبير والمشاركة بين مختلف المستخدمين، بغض النظر عن مستوى الاستخدام. وهذا ما يُضعف تأثير "كمية الاستخدام" مقابل أهمية "نوعية التفاعل"، أي أن الكفاءة الاجتماعية لا تُبنى فقط على كثافة التواجد الرقمي، بل على مضمون وطريقة التفاعل الذي يقوم به المستخدم داخل التطبيق التيك توك (TIK TOK).

ولمناقشة هذه الدراسة فإن هذه النتيجة تتفق مع دراسة عبد الله الحارثي (2021) ، التي بينت أن مجرد استخدام تطبيقات التواصل الاجتماعي لا يؤدي بالضرورة إلى تنمية المهارات الاجتماعية، إذ تبقى نوعية التفاعل الرقمي وجودته هما العاملان الأهم في هذا السياق.

كما دعمت دراسة زهيرية وآخرون (2019) نفس التوجه، حيث لم ترصد فروقاً ذات دلالة في المهارات الاجتماعية بين مستخدمي مواقع التواصل وغير المستخدمين، مما يعزز الفكرة القائلة بأن التأثير النفسي والاجتماعي لا ينبع فقط من الاستخدام، بل من السياق المحيط بالفرد وطبيعة تفاعله مع هذه الوسائط.

وفي السياق ذاته، أوضحت دراسة قندوز (2020) أن التفاعل الرقمي، حتى بين المدمنين، لا ينعكس دائماً على الذكاء الاجتماعي أو القدرة على بناء العلاقات، مما يدل على محدودية تأثير الإدمان الرقمي في تطوير المهارات الاجتماعية بشكل مباشر.

كما توصلت بعض الدراسات إلى نتائج مغايرة، من بينها دراسة لمياء بوزيد (2022) ، التي ربطت بين الاستخدام المكثف لتطبيق تيك توك وانخفاض جودة التفاعل الواقعي، وهو ما يُفسّر ضمن إطار "الإزاحة الرقمية"، حيث يؤدي الوقت الطويل في العالم الافتراضي إلى تقليص فرص التفاعل الاجتماعي الحقيقي.

وتتفق معهم دراسة البشير وحنان (2023) أن الإفراط في استخدام منصات الفيديو القصير، مثل تيك توك، يُنتج تفاعلاً سطحياً سريعاً يفتقر إلى العمق، مما يُضعف مهارات أساسية مثل الإصغاء، التعاطف، وبناء العلاقات، وهي مهارات لا تُتمى إلا من خلال مواقف تواصلية حقيقية ومعقدة.

3-استنتاج عام:

في ضوء ما تم التوصل إليه من نتائج تحليلية وإحصائية في هذه الدراسة، يمكن القول إن استخدام تطبيق تيك توك (TIK TOK) ، رغم انتشاره الواسع بين المراهقين، لا يُعد عاملاً حاسماً يؤدي بالضرورة إلى تراجع أو تطور في مستوى المهارات الاجتماعية، بل إن تأثيره يظل مرتبطاً بعدة عوامل وسيطة، منها طبيعة الاستخدام، مستوى الوعي الرقمي، ودور البيئة الاجتماعية والثقافية المحيطة بالفرد.

لقد بينت نتائج الفرضيات أن الفروق في المهارات الاجتماعية بين المراهقين المدمنين على تيك

توك

(TIK TOK) وغير المدمنين، وكذلك بين الذكور والإناث، لم تكن دالة إحصائياً، مما يشير إلى أن إدمان هذه المنصة لا يؤدي بالضرورة إلى تدهور أو تحسن واضح في الكفاءات الاجتماعية. وهو ما يدعو إلى إعادة النظر في بعض التصورات التربوية والنفسية التي تربط تلقائياً بين الإدمان الرقمي وضعف التكيف الاجتماعي لدى المراهقين.

من منظور علم النفس المدرسي، تُبرز هذه النتائج أهمية تبني مقاربات متعددة الأبعاد لدراسة العلاقة بين الاستخدام المفرط لتطبيقات التواصل الاجتماعي والمهارات الاجتماعية لدى المراهقين داخل الأوساط التربوية، حيث تُعد هذه المهارات من المؤشرات الأساسية على التوافق النفسي والاجتماعي في البيئة المدرسية.

وعليه، فإن هذه الدراسة تُسهم في إثراء الأدبيات النفسية والتربوية، خاصة في مجال علم النفس المدرسي، من خلال تسليط الضوء على تأثير الاستخدام المفرط لمنصات التواصل الاجتماعي - مثل تيك توك (TIK TOK) على المهارات الاجتماعية لدى فئة المراهقين. كما تفتح آفاقاً جديدة للبحث في كيفية تعامل المراهقين داخل الأوساط التعليمية مع التحديات المرتبطة بالتفاعل الرقمي، وأثر ذلك على

التكيف الاجتماعي والانفعالي، مما يُساعد المختصين التربويين والنفسيين على تطوير تدخلات فعّالة تعزز الصحة النفسية والتواصل الإيجابي في المدارس

خاتمة:

في ختام هذه الدراسة التي تناولت موضوع المهارات الاجتماعية لدى فئة المراهقين المدمنين على مواقع التواصل الاجتماعي، مع التركيز على تطبيق "تيك توك" (TikTok) كنموذج، يمكن القول إن هذا الموضوع يُعد الظواهر النفسية والاجتماعية التي تستقطب فئة المراهقين، وتأتي أهمية هذا الموضوع من كون المهارات الاجتماعية تمثل إحدى الركائز الأساسية في تكوين الشخصية السليمة، وتعزيز التوافق النفسي والاجتماعي، لا سيما في مرحلة المراهقة التي تُعد من أكثر المراحل العمرية حساسية وتأثيرًا بالعوامل الخارجية.

وقد انطلقت الدراسة من إشكالية علمية تبحث عن المهارات الاجتماعية لدى فئة المراهقين المدمنين على مواقع التواصل الاجتماعي تيك توك وذلك بهدف الوقوف على ما إذا كان الاستخدام المفرط لهذا التطبيق ينعكس سلبيًا على الكفاءات الاجتماعية، أو يسهم في تطويرها ضمن بيئات افتراضية. وبناءً على نتائج التحليل الإحصائي، توصلت الدراسة إلى أن المراهقين أفراد العينة يتمتعون بمستوى مرتفع من المهارات الاجتماعية، دون وجود فروق دالة إحصائية لمتغير الجنس أو مستوى الإدمان على التطبيق. وتشير هذه النتيجة إلى أن التأثيرات المحتملة لتطبيق "تيك توك" على المهارات الاجتماعية قد تكون أكثر تعقيدًا مما يُعتقد، ولا يمكن تفسيرها فقط بدرجة الاستخدام، وإنما قد تتأثر بعوامل وسيطة أخرى كنعوية التفاعل، والدعم الأسري، والبنية الشخصية للمراهق.

وتبعًا لهذه النتائج، تؤكد الدراسة على ضرورة تبني مقاربات تربوية ونفسية تهدف إلى توجيه استخدام المراهقين لمواقع التواصل الاجتماعي بشكل واعي ومتوازن، مع تعزيز برامج التربية النفسية والاجتماعية داخل المؤسسات التعليمية، بما يسهم في تطوير مهارات التفاعل الاجتماعي الواقعي، ووقاية الفئة المراهقة من الانعزال أو الاعتماد المفرط على التواصل الافتراضي

اقتراحات الدراسة:

- ضرورة إدماج برامج تنمية المهارات الاجتماعية ضمن المناهج التربوية في المدارس، خاصة في مرحلة التعليم المتوسط والثانوي، لتقوية قدرات المراهقين على التفاعل الواقعي والفعال مع الآخرين.
- تنظيم ورشات توعية نفسية لفائدة التلاميذ حول الاستخدام لمواقع التواصل الاجتماعي، مع التركيز على مخاطر الإدمان الإلكتروني وآثاره النفسية والاجتماعية.
- تفعيل دور الأخصائي النفسي المدرسي في رصد التغيرات السلوكية لدى المراهقين المرتبطة بالإفراط في استخدام تطبيقات مثل "تيك توك"، وتقديم تدخلات وقائية أو علاجية عند الحاجة.
- تشجيع الأنشطة الجماعية والرياضية والثقافية داخل المؤسسات التعليمية، بهدف خلق فرص للتفاعل الاجتماعي المباشر، وتقليل الاعتماد المفرط على التواصل الافتراضي.
- تعزيز التنقيف الرقمي داخل الأسرة والمدرسة، من خلال توجيه المراهقين نحو الاستخدام الإيجابي للتكنولوجيا، وبناء وعي نقدي لديهم تجاه المحتوى الذي يتعرضون له يوميًا.
- دعم التعاون بين الأسرة والمدرسة في مراقبة استخدام المراهقين لتطبيقات التواصل، ومرافقتهم في بناء توازن صحي بين الحياة الرقمية والواقعية.



قائمة المراجع

قائمة المراجع:

-أبو حطب، فؤاد، &صادق، أمال (1992). *علم النفس التربوي* (ط10). القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

-أبو هاشم، محمد السيد،(2004) ، *سيكولوجية المهارات* (ط1)، القاهرة، دار زهراء للنشر.

-أبو هنا، عبد السلام الجندي الأزهري، (2021)، *فتح ملك الملوك في معرفة حكم التيك توك*، بركلين، نيويورك، أمريكا.

-أحمد، قاسم، جداري، سمية، (2019)، *تأثير مواقع التواصل الاجتماعي على الأمن المجتمعي للدول الخليجية* (ط1)

- أحمد، (2022)، *استخدام تطبيقات الفيديو القصير وتأثيرها على المراهقين، المجلة العربية للإعلام الرقمي*.

-ابن منظور، محمد بن مكرم،(2003)، *لسان العرب*، الطبعة الحديثة، بيروت، دار صادر.

-إبراهيم، عبد السلام، الدخيل، عبد العزيز، إبراهيم، رانية، (1993) *العلاج السلوكي للطفل، أساليبه ونماذج من حالاته، الكويت، عالم المعرفة*.

-عبيدات، ذوقان، العدس، عبد الرحمن، &عبد الحق، محمد(1998)، *البحث العلمي، مفاهيمه، أدواته وأساليبه، عمان، دار الفكر للنشر والتوزيع*.

-عبد الحميد، ندى نصر الدين، (2012)، *مقياس المهارات الاجتماعية للمراهقين، مجلة الإرشاد النفسي، المجلد 30، دار المنظومة، مصر*.

-عبد الحكيم، بشرى عبد الباقي ربيع،(2016)، *استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى طلبة الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، قسم التربية والدراسات الإنسانية، جامعة نزوى، سلطنة عمان*.

-عبد الرحمن، محمد سيد، (1998)، *دراسات في الصحة النفسية* (ط1)، القاهرة، دار القباء للنشر.

- عبد الرحمن، محمد سيد، (1998)، نظريات الشخصية

- عبد الستار، إنصاف، (1993)، العلاج المعرفي السلوكي للطفل ونماذج الحالات ، سلسلة عالم المعرفة، (18)، الكويت.

- عبد الصادق، حسام، (2014)، استخدام المراهقين لمواقع التواصل الاجتماعي وتأثيره على سلوكياتهم (مذكرة ليسانس غير منشورة)، جامعة الجزائر 3، كلية العلوم الاجتماعية.

- عبد القادر، الصادق، (2014) الإنترنت وعلاقتها بالبيانات الشخصية عبر مواقع التواصل الاجتماعي، مجلة القانون والمجتمع، (2).

- عبد الله، محمد سيد، (2002)، بحوث في علم النفس الاجتماعي والشخصية، القاهرة دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.

- عبد الله، محمد قاسم، (2000)، العلاقة بين المهارات الاجتماعية وتقدير الذات لدى عينة من الأطفال السوريين، مجلة الطفولة العربية، 4. (11) الجمعية الكويتية لتقدم الطفولة العربية، الكويت.

- عايش، صباح، & الشجيري، عمر خلف رشيد. (2018). أثر إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على التطور الفكري لدى طلبة الجامعة: دراسة مقارنة بين جامعتي سعيدة والأنبار. مجلة جامعة الأنبار للعلوم الإنسانية، 4. (2)

- عتريس، هالة. (1997). المهارات الاجتماعية وتقدير الذات والشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب الجامعة (رسالة ماجستير غير منشورة). كلية الآداب، جامعة الزقازيق، مصر.

- عدس، عبد الرحمن. (2004). أسس البحث العلمي: النظرية والتطبيق (ط1). عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

- الزغلول، عارف. (2003). نظريات التعلم (ط1). عمان: دار الشروق.

- الزيتون، منى أبو بكر. (2005). اختلاط المراهقين في التعليم. العين: دار الكتاب الجامعي.

-السيد، عبد الله أحمد. (2013). المهارات الاجتماعية ودورها في تنمية الشخصية. مجلة العلوم التربوية، جامعة بغداد، (42)، 55-70.

- صار، سمر محمد. (2022). التأثيرات النفسية والاجتماعية لتطبيقات الهواتف الذكية: تيك توك نموذجًا. المجلة المصرية لبحوث الإعلام، (79).

-فؤاد، مها محمد. (بدون تاريخ). تأثير تعرض الشباب لفيدوهات التيك توك عبر هواتفهم الذكية على إدراكهم للقيم الاجتماعية في المجتمع. المجلة المصرية لبحوث الرأي العام، 14. (1)جامعة القاهرة، مركز بحوث الرأي العام.

- قاسيمي جداري، سميرة. (2019). تأثير مواقع التواصل الاجتماعي على الأمن المجتمعي للدول الخليجية (ط1). [مكان النشر غير مذكور].

-مطر، غنية عبد الله. (2011). الإدمان على الإنترنت وعلاقته بالسلوك الصحي لدى الشباب (مذكرة ماجستير منشورة). جامعة باتنة، الجزائر.

- مطر، مصطفى فؤاد. (2018). الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي: مقارنة نفسية نظرية. مجلة حوليات جامعة قلمة للعلوم الاجتماعية والإنسانية.

- مات الغرين، (2023)، إحصائيات تيك توك والاستخدامات والتركيبة السكانية. تم الاسترجاع من :

<https://websiterating.com>

- نيرب، ناهدة محمود، (2016) الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالنسق القيمي لمدمني مواقع التواصل الاجتماعي من طلبة الجامعات في محافظة غزة رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

-يوسف، أسماء، (2021). تأثير تطبيقات التواصل على الصحة النفسية للمراهقين. مجلة الطفولة والتنمية.

- Ballaloud, G. (2015, juin). *Les addictions. Journal Officiel de la République Française.*
- boyd, d. (2014). *It's complicated: The social lives of networked teens.* Yale University Press.
- Chandler, D. (1994). Why do people watch television? *Media and Cultural Studies, University of Western Australia.* Retrieved April 8, 2006, from <https://2u.pw/XpUeTj>
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis.* W. W. Norton & Company.
- Gant, D., Eshaelia, C., & Chartie. (2002). Internet use and the self-concept: Linking specific uses to global self-esteem.
- Gumpel, T. (1994). Social competence and social skills training for persons with mental retardation: An expansion of a behavioral paradigm.
- Lenhart, A., Madden, M., Cortesi, S., Gasser, U., Duggan, M., Smith, A., & Beaton, M. (2013). *Teens, social media, and privacy.* Pew Research Center. <https://www.pewresearch.org/internet/2013/05/21/teens-social-media-and-privacy/>
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4).

- McFall, R. M. (1982). A review and reformulation of the concept of social skills. *Behavioral Assessment*, 4(1), 1–33.
- Merrell, K. W. (2001). Assessment of children's social skills: Recent developments, best practices, and new initiatives. *Exceptional Children*, 67(1), 3–13.
- Nayebi, J. C. (2007). *La cyberdépendance en 60 questions*. Éditions RETZ.
- Pfeifer, S. (2010). *Mieux maîtriser la relation à Internet*. Empreinte Temps Présent.
- Riggio, R. E. (2005). The Social Skills Inventory (SSI): Measuring nonverbal and social skills. In V. Manusov (Ed.), *The sourcebook of nonverbal measures*.
- Riggio, R. E., & Carney, D. R. (2003). *Social skills inventory manual*. Mind Garden.
- Zuo, H., & Wang, T. (2019). Analysis of TikTok user behavior from the perspective of popular culture. *Frontiers in Art Research*, 1(3)

الملاحق

ملحق (1): استمارة تحديد المدمنين

وتغير المدمنين

ملحق (2): مقياس المهارات

الاجتماعية للمراهقين

ملحق (3): نتائج صدق وثبات مقياس

المهارات الاجتماعية للمراهقين

ملحق (4): نتائج المعالجة الإحصائية

لبيانات الدراسة الأساسية

مقياس المهارات الاجتماعية للمراهقين

الاسم:
اللقب:
السن:
المستوى الدراسي:

التعليمة:

عزيزي التلميذ(ة) اليك بعض العبارات الموجودة في المقياس التالي المطلوب منك قراءتها جيدا وضع علامة (X) في الخانة المناسبة علما انها تستخدم لأغراض البحث العلمي

وشكرا على تعاونكم

الرقم	العبارات	دائما	احيانا	نادرا
1	اقوم بمجاملة أصدقائي ومدحهم والثناء عليهم.			
2	استطيع ان اواجه المشكلات بهدوء.			
3	اعتمد على نفسي في إتمام المهام والواجبات المطلوبة مني			
4	اتبع التعليمات والارشادات الموجه لي			
5	ابدا بالحوار مع الاخرين			
6	اعرض مساعدتي على أصدقائي عند الحاجة			
7	اتبع القواعد والقوانين ولا اتعدى حدودي			
8	استطيع انجاز المهام المطلوبة مني دون اعتماد على الاخرين			
9	اتبع اللوائح والقوانين			
10	اعترف بالجميل			
11	ادعو أصدقائي لمشاركتي في اللعب			
12	امتلك القدرة على فض المنازعات والتصالح مع الاخرين			
13	استجيب لتعليمات المدرسين وانفذها			
14	استغل الوقت بطريقة جيدة			
15	ادعو أصدقائي لمشاركتي في اللعب والترفيه			

			أشارك أصدقائي في المناقشات والاحاديث	16
			اتقبل انتقادات الاخرين عن طيب خاطر	17
			اسعى الى ان اتقن ما أقوم به من اعمال	18
			لا امانع في مشاركة أصدقائي لي في ادواتي والعباتي والاشياء الخاصة بي	19
			ثقة بنفسي كبيرة	20
			اقف مع أصدقائي في وقت الشدة وادافع عن حقوقهم	21
			اتجاهل الإغظة واتصرف مع الأمور بحكمة	22
			اجيد استغلال وقت الفراغ	23
			استجيب للنقد بطريقة ملائمة	24
			أكون صادقات كثيرة	25
			انا محبوب من أصدقائي	26
			اتعاون مع الاخرين في العديد من المواقف	27
			اذهب في المواعيد المحددة للمدرسة ومع جميع ادواتي	28
			استطيع إتمام المهام المطلوبة	29
			اعترض على القوانين التي اراها غير عادلة	30
			امتلك مهارات وقدرات تجعل أصدقائي معجبين بي ونتشارك فيها معا	31
			اتحكم في انفعالاتي وقت الغضب	32
			لا اتردد في طلب المساعدة او السؤال عند الحاجة لذلك	33
			لا اهتم بالأنشطة الترويحية	34
			اجيد تقديم نفسي لأشخاص اراهم لأول مرة	35
			ابادر بالمشاركة في الحديث والحوار مع أصدقائي	36
			اتجاهل تشنيت أصدقائي لي اثناء أداء العمل	37
			تظهر ثقتي في نفسي امام الجنس الاخر	38
			انا شديد الإحساس بمشاعر أصدقائي فأتعاطف معهم	39

			افهمهم جيدا	
			استطيع ان اعبر عن مشاعري عندما يخطئ احد في حقي	40
			امتك مهارات قيادية تؤهلني للقيام بدور القائد أحيانا بين أصدقائي	41
			احب الاشتراك في الأنشطة الجماعية	42
			استطيع تكوين صداقات بسهولة	43
			اتمتع بروح الفكاهة وشارك الآخرين المرح والضحك	44
			الجميع يريد ان انظم لأشاركتهم انشطتهم وان أكون معهم	45