

جامعة محمد الصديق بن يحيى - جيجل-

قطب تاسوست - جيجل

كلية العلوم الانسانية والاجتماعية

تخصص علم النفس والأرطفونيا



عنوان المذكرة

الاستخدامات المفرطة لمواقع التواصل الاجتماعي
(الفيسبوك تحديدا) وانعكاساتها على قدرة التركيز
الذهني في الدرس من وجهة نظر الطلبة الجامعيين

قدم هذا البحث لنيل شهادة ليسانس

تخصص: علم النفس والارطفونيا

إشراف الأستاذ:

هاين ياسين

إعداد الطالبات:

✓ الفيلاف فتيحة

✓ بريطل بثينة

✓ معريوة إيمان

✓ كردود هدى

السنة الجامعية: 2020/2019

شكر وتقدير

الحمد لله الذي أنار لنا درب العلم والمعرفة وأعاننا على أداء هذا
الواجب ووفقنا إلى إنجاز هذا العمل نتوجه بجزيل الشكر والامتنان
إلى كل من ساعدنا من قريب أو بعيد على إنجاز هذا العمل في
تذليل ما وجدناه من صعوبات ونخص بالذكر الأستاذ المشرف هاین
ياسین اعترافاً بفضلته وعلمه الذي أنار طريقنا في شرح أساليب البحث

العلمي وروح التواصل في البحث

والشكر موصول إلى كافة أساتذة قسم علم النفس التربوي

والأرطوفونيا على ما قدموه لنا

فهرس الموضوعات:

01 ملخص الدراسة
	الفصل الأول إشكالية الدراسة مداخلها النظرية والمنهجية
03 أولًا: إشكالية الدراسة
04 تحديد الاشكالية
05-فرضيات الدراسة
06 أهمية الدراسة
07 أهداف الدراسة
08 تحديد المفاهيم والمصطلحات
09 الدراسات السابقة والتعقيب عليها
	الفصل الثاني: مواقع التواصل الاجتماعي
	تمهيد
16 ماهية مواقع التواصل الاجتماعي
16 تعريف مواقع التواصل الاجتماعي
16 نشأة مواقع التواصل الاجتماعي
17 خصائص مواقع التواصل الاجتماعي
18 مميزات مواقع التواصل الاجتماعي
19 ايجابيات مواقع التواصل الاجتماعي
20 سلبيات مواقع التواصل الاجتماعي
22 نظريات لاسخدام مواقع التواصل الاجتماعي
26 مواقع التواصل الاجتماعي في منظومة الاتصال بالجزائر
	الفصل الثالث موقع الفايسبوك
	تمهيد
30 تعريف موقع الفايسبوك
30 نشأة موقع الفايسبوك
30 عوامل الجذب للفايسبوك
31 آليات عمل الفايسبوك
32 واقع استخدام الفايسبوك في الجزائر
	خلاصة

الفصل الرابع: التركيز الذهني

تمهيد

37	تعريف التركيز الذهني.....
37	أسباب التركيز الذهني.....
37	أعراض التركيز الذهني.....
37	بعض اضطرابات التركيز الذهني.....
60	بعض التمارين المساعدة على زيادة التركيز الذهني.....
	خلاصة

الفصل الخامس: الاطار التطبيقي للدراسة

تمهيد

64	أولاً: منهج الدراسة.....
65	الاجراءات المنهجية للدراسة.....
66	مجالات الدراسة.....
66	مجتمع البحث وعينة الدراسة.....
	أدوار تجمع البيانات.....
67	ثانياً: تفرغ البيانات وتحليلها.....
	النتائج في ضوء الدراسات السابقة.....
74	التوصيات.....
	خلاصة
75	خاتمة
	قائمة المراجع
	الملاحق

ملخص الدراسة :

سعت هذه الدراسة لمعرفة الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي على القدرة على التركيز الذهني من وجهة نظر الطلبة الجامعيين وتكون مجتمع الدراسة من طلبة جامعيين لديهم استخدام لمواقع التواصل الاجتماعي في جامعة محمد الصديق بن يحيى ، وقد تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي نظرا لملائمته لأغراض الدراسة ، وأجريت هذه الدراسة على عينة مكونة من 32 طالب جامعي يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي وقد أعدنا استمارة تتكون من 23 فقرة وتم التأكد من صدق الأداة وثباتها ، وقد استخدمنا برنامج الرمز الاحصائي للعلوم الاجتماعية (spp) من أجل معالجة البيانات وذلك باستخدام المعالجات الاحصائية الآلية ، المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري ومعامل الارتباط لألفا كرومباخ ، وقد توصلت إلى هذه الدراسة إلى عدة نتائج أبرزها :

- الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي يؤثر على قدرة التركيز الذهني في الدرس من وجهة نظر الطلبة الجامعيين .
- إن لمواقع التواصل الاجتماعي تأثيرا إيجابيا على قدرة التركيز الذهني في حالة الاستخدام الإيجابي لهذه المواقع في خدمة العملية التعليمية و تحت بصر أولياء الأمور و توجيههم.
- وأهم التوصيات التي توصلت لها الدراسة استهداف الطلبة الجامعيين بحملات التوعية التي تهدف إلى توعيتهم بالاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي .
- ضرورة وضع ضوابط وقواعد و وسائل تكنولوجية حديثة لمراقبة المواقع الممنوعة .
- حث الطلبة على الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي على قدرة التركيز الذهني .

Summary study :

This study sought to find out the excessive use of social media on the ability to focus mentally from the point of view of university student, and study population consisted of university student who had use of social networking sites at the university of mohammed al siddik bin yahya , and the descriptive analytical approach was used due to its suitability for the purposes of the study .this study is based on a sample of 32 university students who use social media , and we have prepared a questionnaire consisting of 23 items , and the validity and reliability of the tool has been verified , and we have used the statistical code for social sciences (spp) program to process the data using the following statistical treatments : averages arithmetic , standard deviation and correlation coefficient of alpha cronbach , and this study reached several results , most notably :

- Excessive use of social media affects the ability to focus mentally in the lesson from the university students point of view .
- Social networking sites have a positive effect on the ability to focus mentally in the case of positive use of these sites in the service of the educational process and under the eyes of parents and their guidances .
- The most important recommendations reached by the study are to target university students with awareness campaigns aimed at making them aware of the excessive use of social networking sites .
- The need to establish modern technological , rules and means to the prohibited sites .
- Urging students to the excessive use of social media and its effect on the ability to mental focus

الإشكالية:

- أدى التطور المتواصل في وسائل الاتصال والإعلام الحديثين إلى إحداث ثورة حقيقية في جميع مجالات حياة الناس والمجتمعات، إما على المستويات المحلية أو العالمية الأمر الذي ظهرت آثاره جلية على نواحي السلوك والاقتصاد والثقافة والتربية والأخلاق والاتصال وغيرها.
- ولعل مواقع التواصل الاجتماعي تشكل أبرز مظهر لهذا التطور الحديث المتسارع، وهي منصات تواصلية تتحدد عبر شبكات عنكبوتية شديدة التعقيد والتداخل، كانت تتم أولاً عبر أجهزة حاسوبية مربوطة بخطوط الانترنت، غير أنها سرعان ما تطورت لتصبح متوفرة على لوحات إلكترونية وهواتف ذكية مربوطة بدورها بخطوط خدمات الانترنت عبر ما يعرف بالجيل الثالث والرابع والخامس.
- ولقد تدخلت هذه التقنيات المطورة ومن خلال سلوكيات التواصل الغير منقطع وربما غير المبرر أحياناً سواء في محيط العمل أو الأسرة أو الجامعة أو الشارع وحتى أماكن الاجتماع والراحة والانبساط لتملأ الفضاء البشري وتستحوذ على مراكز اهتمامات الأشخاص، ويبدو جلياً هذا السلوك واضحاً للعيان أكثر جلاء في الجامعات والمعاهد، أين ينغمس الطلبة مع هواتفهم الذكية في قنوات تواصل افتراضية لا تكاد تنتهي طيلة اليوم وهو الأمر الذي يدعونا حقاً للتساؤل عن حجم تأثيرها في قدرة الطلبة التحصيلية وعلى مستويات الداء التعليمي لديهم، ولقد إجابة كثير من الدراسات على هذا بشكل موسع حيث أكدت أن هذا الانغماس في التواصل الإلكتروني أدى بشكل كبير إلى خفض مستويات التحصيل كما تؤكد الاختبارات النوعية التي تجريها عادة المؤسسات التعليمية (المالكي، 2000).
- وتجمع الدراسات التي أثبتت تأثير مواقع التواصل الاجتماعي على قدرات التحصيل لدى الطلبة السلبي أن المشكلة تزداد تعقيداً من خلال ظهور أعراض نقص التركيز، وتشتت الذهني وضعف الذاكرة والقدرة على الاستكثار وكذلك التأخر الدراسي، فقد أظهرت دراسة كاربنسكي 2010 والتي شملت عينة من 219 طالباً إلى أن درجات التحصيل لدى الطلبة المدمنين على مواقع التواصل الاجتماعي أدى بكثير من أقرانهم الذين يستخدمون تلك المواقع بعقلانية واتزان، وأكدت الدراسة وجود علاقة ارتباطية عكسية بين درجات التحصيل ومستويات الادمان على الانترنت، حيث كلما زادت مستويات هذه الأخيرة انخفضت درجات التحصيل والعكس صحيح، كما أكدت الدراسة أن عدد ساعات الحضور لدى الطلبة المدمنين تقل عن عدد ساعات حضور أقرانهم العاديين (مذكرة

وسام طابل البسايشة) ومن جهة أخرى إشارة دراسة العتيبي (2008) بعنوان تأثير الفيسبوك على طلبة الجامعات السعودية حيث هدفت هذه الدراسة إلى توضيح أثر الفيسبوك على طلبة الجامعات السعودية وأشارت النتائج أن نسبة انتشار استخدام الفيسبوك بين طلاب الجامعات السعودية وطالباتها قد بلغت الدراسة 77% من الطلاب الجامعيين.

- كما يعد التركيز من المهارات النفسية المهمة لطلبة. فهو الأساس لنتائج عملية التعلم، فتشتت الانتباه أو عدم التركيز يؤثر سلباً في الأداء والتحصيل. وكلما زادت مقدرة الطالب على الانتباه في الشيء الذي يقوم بأدائه حقق استجابة أفضل وإن الطالب الذي يفتقد إلى التركيز ولو بنسبة ضئيلة فإن ذلك يؤثر سلباً في أنه ويحول دون تحقيق أقصى أداء وتحصيل ممكن، كذلك يؤثر سلباً في أدائه ويحول دون تحقيق أقصى أداء وتحصيل ممكن كذلك فإن السيطرة على الانتباه تساعد في عملية الانتقال من الانتباه الضيق إلى الانتباه الواسع إذ تغلب صفة التركيز دوراً هاماً في مجال التحصيل باعتبارها بوابة النجاح في الحياة العامة فاكتساب وإتقان الطالب لأساليب التركيز والانتباه العام لا يقل أهمية عن التأهيل الأكاديمي وقد أشار ماير وسالوفي 1995 Mayer & Salovey أن إمكانية تحسين التحصيل الأكاديمي لطلبة بتنمية المهارات الذهنية لديهم وحل المشكلات وإدارة الانفعالات في محيط البيئة التعليمية ولذلك لا بد من الاهتمام بفهم طبيعة الأساليب الانتباه وأهميته في البيئة التعليمية مما يساهم في رفع مستوى الأداء الأكاديمي عند الطلبة (احمد رضا حمروش (مجلة الابداع الرياضي، العدد 5 جامعة المسيلة ص 257-251)

- فلموقع التواصل الاجتماعي والتقنيات الحديثة لأجهزة التواصل والتركيز عليها جل الوقت يؤثر بشكل مباشرة على التركيز الذهني مما يؤدي إلى تدني التحصيل الدراسي للطلبة، فهي تشغلهم عن مراجعة الدروس وضعف التركيز في أداء واجباتهم مما يترتب على ذلك مشكلات تربوية كالنوم أثناء الدروس وقلة الانتباه والتركيز.

- ومن هنا يمكننا أن نتساءل هل يتأثر المستخدم المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي الفيسبوك وانعكاساتها على قدرة التركيز الذهني في الصف من جهة نظر الطلبة الجامعيين.

الفرضية العامة

يؤثر الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي فايسبوك بدرجة عالية على مستويات التركيز الذهني في الدرس من وجهة نظر الطلبة الجامعيين

الفرضيات الفرعية:

يؤثر الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي فايسبوك بدرجة عالية على المستويات الإدراك الحسي في الدرس من وجهة نظر الطلبة الجامعيين.

يؤثر الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي فايسبوك بدرجة عالية على مستويات الانتباه الانتقائي في الدرس من وجهة نظر الطلبة الجامعيين.

يؤثر الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي فايسبوك بدرجة عالية على المستويات الصفاء الذهني في الدرس من جهة نظر الطلبة الجامعيين.

أهمية الدراسة :

تكمن أهمية دراستنا الحالية فيما يلي:

- قيمة المعرفة تجربة الطلبة الجامعيين في تعاملهم مع مواقع التواصل والفايسبوك تحديدا.
- أهمية المعرفة المؤثرات المرتبطة بالتكنولوجيا الحديثة على نمط التعلم لدى الطلبة الجامعيين.
- أهمية الكشف عن طبيعة التركيز الذهني يتأثر باعتباره شرطا أساسيا للنجاح الأكاديمي.
- أهمية الفئة العمرية عينة الدراسة باعتبارها المؤهلة أولا لاستخدام التكنولوجيا الحديثة.
- قيمة المرحلة الجامعية والتكوين فيها وما يصاحب ذلك من وجوده مؤشرات في الواقع المعاش يوما بعد يوم.

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

- التعرف على حجم الأثر الذي يسببه الاستخدام المفرط لمواقع التواصل على قدرة التركيز الذهني حسب رأي الطلبة الجامعيين.
- معرفة أي نوع التركيز الذهني (الادراك الحسي، الانتباه الانتقائي، صفاء الذهني) ومستوياته (ضعيفة، متوسطة، عالية) التي تتأثر حسب اقرار الطلبة الجامعيين.
- الوقوف على مدى إدراك الطلبة لتأثير فيسبوك على نمط الدراسة لديهم.
- فهم بعض مسببات تدني مستوى الطلبة الأكاديمي.
- تقديم بعض البدائل والمقترحات المساعدة على تجاوز المشكلة.

التعريف الإجرائية:

الاستخدام المفرط: ونعني به الدخول المتكرر والطويل واليومي لمواقع الفايسبوك في كل الأوقات، وعلى مدار الأسبوع من أجل مهمات تواصلية بحتة لا تحمل طابعا علميا ولا تحقق عرضا أكاديميا وتقاس من خلال إجابة وإقرار الطالب بكونه ممن يستخدمون فيسبوك بشكل متكرر ودائم وطويل يوميا عبر البند الأول من بنود الاستمارة (انظر المحق رقم ..)

مواقع التواصل الاجتماعي: هي مواقع التواصل والدرشة والكتابة والحديث عبر الصوت والصورة التي توفرها تقنيات متطورة عبر الانترنت وعبر استخدام تطبيقات متنوعة على غرار فيسبوك، تويتر، واتساب فايبر... الخ

الفيسبوك: موقع تواصل اجتماعي مشتهر الاستخدام في الجزائر يقدم خدمات متنوعة على غرار خدمة الرسائل المكتوبة، التعليقات، الفيديوهات، التواصل الصوتي عبر المسنجر اجراء مجموعات تواصل الاطلاع على صفحات المشتركين وغيرها كثير من الخدمات التجارية والدعائية وصفحة الفيسبوك تختلف عن حساب فيسبوك إذ تختص الصفحة بالمؤسسات، والشركات التي تريد أن تجعل لنفسها اسما داخل الفضاء الالكتروني بينما تختص الحسابات بالأشخاص العاديين الذين يشتهرون هذه الحسابات لأغراض شخصية تواصلية بالدرجة الأولى وفي الدراسة الحالية يكون التركيز على حسابات الطلبة الجامعيين لا على الصفحات.

الانعكاسات: ويقصد بها كل التأثيرات السلبية التي يشعر بها الطالب نتيجة هذا الاستخدام المفرط وتقاس بالدرجة المتحققة التي يعبر عنها الطالب الجامعي حسب مستوى الثلاثة (درجة ضعيفة، متوسطة، كبيرة) التركيز الذهني: هي القدرة العقلية التي من خلالها يتمكن الشخص من مواصلة الانتباه والتركيز والمتابعة لفترة زمنية مقبولة، تساعد على إدراك واستجاب وضبط وفهم المعلومات وكل المؤثرات بشكل واضح وسليم، وتعرف إجرائيا في الدراسة بمؤشراتها السلوكية الثلاثة وهي الإدراك الحسي، والانتباه الانتقائي والصفاء الذهني.

الطلبة الجامعيون: هم كل الطلبة المتحصلين على شهادة البكالوريا والمسجلين في الجامعة أو في المدارس العليا أو المعاهد والمراكز الجامعية الذين يتابعون دراستهم بانتظام، وهم في دراستنا الحالية عينة من طلبة كلية العلوم الانسانية والاجتماعية الذين يدرسون في السنوات في تخصصات.

الدراسات السابقة:

الدراسة العربية:

وليد بن محمد العوض (2004): استخدام شبكة الانترنت في التركيز الذهني وتحصيل الدراسي لدى طلاب جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية: وتمثلت مشكلة الدراسة الإجابة على السؤال الرئيسي التالي: ما دور استخدام شبكة الانترنت في زيادة التركيز الذهني لدى طلاب الجامعة نايف العربية للعلوم الأمنية؟ شمل مجتمع الدراسة جميع طلاب الماجستير والدكتوراه في السنة الأولى والثانية بكلية الدراسات العليا بجامعة نايف العربية للعلوم الأمنية مع اختلاف تخصصاتهم وأقسامهم والمسجلين منذ بداية العام (2003-2004) حتى إعداد هذه الدراسة وقد بلغ عددهم (370) طالبا موزعين على النحو الآتي بالنسبة لطلبة الماجستير في السنة الأولى والثانية فبلغ عددهم (317) طالبا وأما لطلبة الدكتوراه في السنة الدراسية الأولى والثانية فبلغ عددهم (53) طالبا وتم استخدام أسلوب المسح الشامل لجميع طلاب الماجستير والدكتوراه بكلية الدراسات العليا بجامعة نايف العربية للعلوم الأمنية تم توزيع (370) استبانة وتم استرداد عدد (171) بنسبة 46% من المجتمع الأصلي، وعند تقريع الاستمارات وفق عدد مرات استخدام شبكة الانترنت تبين أن العدد الإجمالي الصالح من الاستمارات لتحليل (145) بنسبة 41.6 من مجتمع الدراسة بعزى إلى وجود (171) استبانة لا يستخدمون شبكة الانترنت بالإضافة إلى وجود تسرب في أعداد طلبة الماجستير في السنة الدراسية الأولى والثانية واستخدام برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) من أجل معالجة البيانات ومن أهم النتائج التي توصلت إليها دراسة العوض 1-- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في أثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي في التركيز الذهني لدى طلاب جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية تعزى لمتغير العمر.

2- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في أثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي في التركيز الذهني لدى طلاب جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية تعزى لمتغير المؤهل العلمي .

3- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلاب جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية تعزى مستوى الخبرة في التعامل مع موقع الفيس بوك.

دراسة العتيبي (2008) بعنوان تأثير الفيس بوك على طلبة الجامعات السعودية:

هدفت الدراسة إلى توضيح أثر الفيس بوك على طلبة الجامعات السعودية وأشارت النتائج أن نسبة استخدام (الفيس بوك) بين طلاب الجامعات السعودية وطالباتها قيد الدراسة بلغت (77%) وأظهرت أن دور الأهل والأصدقاء وتأثيرهم في التعرف عليه بدافع تمضية الوقت كعامل رئيس لاستخدامه حيث جاء هذا العامل في المرتبة الأولى في الاشباعات المتحققة من استخدامه وخلصت العينة إلى أن الفيس بوك حقق ما لم تحققه الوسائل الاعلامية الأخرى وأن استخدام الفيس بوك كان له تـ؟أثير على الشخصية أكثر من الوسائل الإعلامية الأخرى.

وأشارت الدراسة إلى أن الايجابيات التي يراها مستخدمو الفيس بوك أنه يساعدهم في تحصيلهم العلمي وتبادل المعلومات يزيد من التواصل والترابط الاجتماعي بين الأصدقاء، ويساعد على إبراز المواهب وصقلها.

مبينة أن السلبيات التي تكمن في تأثيره على الارتباطات الاجتماعية الأسرية لكثرة استخدام أفراد الأسرة للموقع... إضافة إلى الاستخدام المفرط للموقع لساعات طويلة، بينما توضح الدراسة أن معدل استخدام المسجلين للموقع مرتفع جدا ... حيث اتضح أن 64 % منهم يستخدم الموقع من ساعة إلى ست ساعات يوميا وأن أكثر من يستخدم الموقع هم الطلاب الجامعيين إذ كشف الدراسة أنهم أكثر استخداما له.

دراسة خضر (2009): الآثار النفسية والاجتماعية لاستخدام الشباب المصري للمواقع الاجتماعية: دراسة

على مستخدمي الفيسبوك والتي سعت إلى التعرف على دوافع استخدام الشباب المصري لموقع الفيس بوك، والكشف عن طبيعة العلاقات الاجتماعية والصدقات التي يكون الشباب المصري وأولوية تفضيلهم لها عند التعامل مع اصحابها، والتعرف على طريقة تعبير عينة الدراسة عن حالتهم النفسية والاجتماعية منة خلال استخدامهم موقع الفيس بوك وكان من أهم النتائج

1- أن أبرز مصادر معرفة طلبة القاهرة والجامعة البريطانية بموقع الفيس بوك هم الأصدقاء والمعارف بنسبة 36%

2- أن دافع التسلية والترفيه يأتي على رأس قائمة دوافع استخدام طلاب الجامعة لموقع الفيس بوك.

3- أنه لا توجد علاقة بين الطريقة التي يقدم بها طلاب الجامعات أنفسهم لآخرين على موقع الفيس بوك والجامعة التي يدرسون بها.

4- أن مشاهدة البومات الصور الخاصة بالأصدقاء تأتي على رأس قائمة الأنشطة التي يمارسها المبحوثون على موقع الفيس بوك بنسبة 76.5%

5- أن التفاعل الاجتماعي بين الأشخاص عبر موقع الفيس بوك يؤدي إلى تنمية المهارات الشخصية والخبرات الحياتية والتعامل مع الآخرين وفقا لها اتفقت عليه مجموعة طلاب جامعة القاهرة والجامعة البريطانية (ذكور وإناث)

6- أن من أهم مزايا الفيس بوك التواصل مع الأصدقاء ومواكبة ما يجري والتعرف على مزاج الأصدقاء ويجدد العلاقات بأصدقاء الماضي وإبداء الرأي الحر.

دراسة حافظ (2011): تواصل الشباب الجامعي من خلال المواقع الاجتماعية وانعكاسها على قدرة التركيز الذهني:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الدوافع الحقيقية للتواصل بين الشباب الجامعي من خلال المواقع الاجتماعية وزيادة التركيز الذهني فيما بينهم التبادل المعرفة وانتقاء المعلومات وأكدت الدراسة أن تواصل الشباب الجامعي من خلال المواقع الاجتماعية بعد ظاهرة اجتماعية أكثر منها ضرورة أحدثتها التكنولوجيا الحديثة.

وأظهرت أن إيمان الفئة الشبابية على استخدام المفرط للمواقع الاجتماعية أدى إلى فقدان المهارات المطلوبة في إقامة علاقات اجتماعية في البيئة المجتمعية الواقعية، وتراجع التركيز الذهني لدى فئة الشباب الجامعي، الأمر الذي يؤدي إلى جنوح الشباب نحو الاعتماد على الفيس بوك في جميع الحالات داخل الجامعة.

دراسة البلوشي (2011): أثر مواقع التواصل الاجتماعي على التركيز الذهني لدى طلبة الكويت المغتربين في جمهورية مصر العربية:

قد أجريت على عينة من (140) طالبا وطالبة، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها أن 47% تقريبا من عينة الدراسة المستخدمين للفيسبوك قد تعلموها بمفردهم ودون مساعدة أحد وأن 25% من إجمالي العينة

قد تعلموا استخدام الفيس بوك من خلال الأصدقاء في الجامعة وأقرانهم وأشارت النتائج إلى ارتفاع متوسط عدد ساعات استخدام الفيس بوك في الأيام العادية بالنسبة للذكور 3.15 ساعة والإناث 2.98 بينما تجاوزت ذلك في أيام العطل والإجازات تتصل إلى 5.15 ساعة للذكور و4.20 بالنسبة للإناث مما أوجد سلوكا سلبيا في التركيز الذهني لأن معظمهم يفضلون العالم الافتراضي الذي توفره مواقع التواصل الاجتماعي لاشباع رغباتهم داخل الجامعات.

الدراسات الأجنبية:

دراسة أنجزتها جامعة تكساس الأمريكية (2009) أظهرت أن الناس يقبلون استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وفي مقدمتها موقع (فيس بوك) بهدف التعبير عن حقيقة شخصياتهم، بدلا من رسم صور مثالية عنها حيث أنها تشبع لدى معظم المستخدمين حاجاتهم الأساسية لتعريف الآخرين بأنفسهم.

دراسة فانسون ميشيل (2010): التي هدفت إلى التعرف على أثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على التركيز الذهني، وقد طبقت الدراسة على عينة بلغ قوامها (1600) شابا من مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي في بريطانيا.

أظهرت نتائجها أن أكثر من نصف الأشخاص البالغين الذين يستخدمون الموقع الاجتماعي قد أشاروا بأنهم يقضون وقتا أطول على مواقع الاتصال الاجتماعي (الفيس بوك) من ذلك الوقت الذي يقضونه مع أصدقائهم الحقيقيين أو مع أفراد أسرهم كما أظهرت الدراسة أيضا أنهم يتحدثون بصورة أقل عبر الهاتف ولا يشاهدون التلفاز كثيرا ويلعبون عدد أقل من ألعاب الكمبيوتر ويرسلون كمية من الرسائل النصية وكذلك البريدية وقد أثبتت الدراسة أنه نحو 53% من الذين شاركوا في الدراسة المسحية بأن مواقع التواصل الاجتماعي على شبكة الانترنت تسببت بالفعل في تغيير أنماط حياتهم وكشفت الدراسة عن أن نصف مستخدمي الفيس بوك في بريطانيا هم أعضاء في أحد مواقع التواصل الاجتماعي، مقارنة بـ (27%) فقط في فرنسا و(33%) في اليابان و(40%) في الولايات المتحدة.

دراسة أرين كارنيسكي 2010: أثر موقع "فيس بوك" على التركيز الذهني لدى طلبة الجامعات:

وقد طبقت الدراسة على (2019) طالبا جامعيًا، أظهرت الدراسة أن الدرجات التي يحصل عليها طلاب الجامعات المدمنون على الفيس بوك وتصفح أكبر المواقع الاجتماعية على الانترنت أدنى بكثير من تلك التي يحصل عليها نظراؤهم الذين لا يستخدموا هذا الموقع كما أظهرت النتائج وجود علاقة عكسية

بين الوقت المستخدم من قبل الطالب الجامعي في تصفح الفيسبوك ودرجاته في الامتحانات أنه كلما ازداد الوقت الذي يمضيه الطالب الجامعي في تصفح هذا الموقع كلما تبينت درجاتهم في الامتحان وقدرة تركيزهم الذهني على الإجابة في هوثبتت النتائج أيضا أن الأشخاص الذين يقضون وقتا أطول على الانترنت يخصصون وقتا أقصر للدراسة مشيرا إلى أن لكل جيل اهتمامات تجذبه، وأن هذا الموقع يتيح للمستخدم الدردشة وحل الفوازير وإبداء رأيه في كثير من الأمور والبحث عن الأصدقاء جدد أو قدامى وبينت النتائج 79% من الطلاب الجامعيين الذين شملتهم الدراسة اعترفوا بأن إدمانهم على موقع الفيس بوك أثر سلبا على قدرتهم على التركيز الذهني.

الدراسات المحلية

دراسة بومعيزة (2006) : بعنوان أثر وسائل الإعلام على القيم والسلوكيات لدى الشباب:

دراسة استطلاعية منطقة البلدية:

هدفت الدراسة إلى توضيح أثر وسائل الإعلام الجماهيرية على القيم والسلوكيات لدى الشباب وتكون أفراد العينة من 215 مفردة إناث و200 مفرد ذكور بولاية البلدية (الجزائر)، ولقد توصلت الدراسة إلى الكثير من الاستنتاجات منها أغلبية المبحوثين صرحوا بأن استعمالهم لوسائل الإعلام ساعدتهم على الارتباط بالقيم أكثر وهذا عكس الاعتقاد السائد، لكن الإناث أكثر اعتقادا من الذكور فيما يخص قدرة وسائل الإعلام على جعلهن يرتبطن بقيم الطموح والتقوى وتقدير العلم والعلماء والديمقراطية والعدل، وأنه كلما كان المستوى التعليمي أدنى وإلا واعتبر المبحوثون أو وسائل الإعلام مصدر التعزيز القيم عندهم باستثناء بعض القيم التي لها علاقة بالتركيز الذهني داخل الصف الدراسي مثل الانتباه الانتقائي والإدراك الحسي والتركيز الذهني وأن دور وسائل الإعلام يبقى مكملا لدور مؤسسات التنشئة الاجتماعية الأخرى وأنه كلما كان دور هذه الأخيرة قويا إلا وقل دور وسائل الإعلام في تعزيز الفهم، وبصفة خاصة قيم الأبعاد الدينية والاجتماعية والدينية والمعرفية.

التعقيب على الدراسات السابقة:

تنوعت الدراسات السابقة في مجال الدراسة أو موضوعها، فهناك التي أشارت إلى دور موقع التواصل الاجتماعي في زيادة وقوة التركيز الذهني كدراسة وليد بن محمد العوض (2004) وهناك من سلطت الضوء على تأثير الفيس بوك وإدمان الطلاب على استخدامه ودراسة العتيبي (2008) بينما جاءت دراسة خضر (2009) لتتناول الآثار النفسية والاجتماعية لاستخدام الشباب المصري لمواقع التواصل

الاجتماعي كما تمحورت دراسة حافظ(2011) على تواصل الشباب الجامعي من خلال المواقع الاجتماعية وانعكاساتها على قدرة التركيز الذهني بينما حاول دراسة البلوشي (2011) معرفة العلاقة بين مواقع التواصل الاجتماعي والتركيز الذهني لدى الطلبة الجامعيين.

- 1- تمهيد
- 2- مفهوم مواقع التواصل الاجتماعي.
- 3- خصائص مواقع التواصل الاجتماعي.
- 4- مجالات استخدام مواقع التواصل الاجتماعي.
- 5- النظريات المفسرة لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي.
- 6- مواقع التواصل الاجتماعي في منظومة الاتصال بالجزائر.

تمهيد:

شهد العالم في السنوات الأخيرة نوعاً من التواصل الاجتماعي بين شعوب العالم عبر فضاء إلكتروني افتراضي، مما أدى إلى تقريب المسافات بين الشعوب وإلغاء الحدود بين الدول وزواج بين الثقافات ويسمى هذا النوع من التواصل بين الناس بمواقع التواصل الاجتماعي الذي صار العديد من البشر يلجؤون إليها كوسيلة لاتصال.

أولاً: تعريف ونشأة مواقع التواصل الاجتماعي:

تعريف مواقع التواصل الاجتماعي: هي تركيبة اجتماعية إلكترونية تتم صناعتها من أفراد أو جماعات أو

مؤسسات، وتتم تسمية الجزء التكويني الأساسي (مثل الفرد الواحد) باسم (العقدة، nœud) بحيث يتم

إيصال العقدة بأنواع مختلفة من العلاقات كتشجيع فريق معين أو الانتماء لشركة ما أو حمل جنسية لبلد

ما في هذا العالم وقد تصل هذه العلاقات لدرجات أكثر عمقا كطبيعة الوضع الاجتماعي أو المعتقدات أو

الطبقة التي ينتمي إليها الشخص. (عواد، 2010)

أو هي مجموعة من المواقع الإلكترونية التي تتيح للمستخدمين إنشاء مواقع خاصة بهم ومن تم ربطه من

خلال نظام اجتماعي إلكتروني مع أعضاء آخرين لديهم الميول والهوايات نفسها أو جمعة مع أصدقاء

الجامعة أو الثانوية (راضي، ص2).

نشأة مواقع التواصل الاجتماعي:

بدأت مواقع التواصل الاجتماعي في الظهور في منتصف التسعينات حيث أنشئ موقع

(classmates.com) عام 1995 للربط بين زملاء الدراسة وموقع SixDegrees.com عام 1997

الذي ركز على الروابط المباشرة بين الأشخاص وظهرت تلك المواقع الملفات الشخصية للمستخدمين

وخدمة إرسال الرسائل الخاصة لمجموعة من الأصدقاء (خالد، 2008، ص5)

وعلى الرغم من توفير تلك المواقع لخدمات مشابهة لما توجد في الشبكات الاجتماعية الحالية إلا أن تلك

المواقع لم تستطع أن تظهر ربعا لما لكيها وتم إغلاقها، وبعد ذلك ظهرت مجموعة من الشبكات

الاجتماعية التي لم تستطع أن تحقق النجاح الكبير بين الأعوام 1999 و 2001 وفي السنوات اللاحقة

ظهرت بعض المحاولات الأخرى لكن الميلاد الفعلي للشبكات الاجتماعية كما نعرفها اليوم كان سنة

2002 فع بداية العام ظهرت friendster التي حققت نجاحا دفع "جوجل" إلى محاولة شرائها منذ

2003، لكن لم يتم التوافق على شروط الاستحواذ في النصف الثاني من العالم نفسه ظهرت في فرنسا

شبكة Skyrock كمنصة للتدوين ثم تحولت بشكل كامل إلى شبكة اجتماعية سنة 2007 وقد استطاعت بسرعة تحقيق انتشار واسع لتصل حسب إحصائيات يناير 2008 إلى المركز السابع في ترتيب الشبكات الاجتماعية حسب عدد المشتركين (عمار، 2010، ص9).

ومع بداية عام 2005 ظهر موقع myspace الأمريكي الشهير ويعتبر من أوائل وأكبر الشبكات الاجتماعية على مستوى العالم ومعه منافسه الشهير فيسبوك (السيد، 20089، ص11).

ثانيا: خصائص مواقع التواصل الاجتماعي:

تتشارك مواقع التواصل الاجتماعي في خصائص أساسية بينما تتمايز بعضها عن الأخرى بمميزات تفرضها طبيعة الشبكة ومستخدميها ومن أهم هذه الخصائص ما يلي:

الملفات الشخصية: والتي من خلالها يمكن للمستخدم التعرف على اسم الشخص ومعرفة المعلومات الأساسية عنه مثل تاريخ الميلاد النوع البلد وغيرها من المعلومات.

الأصدقاء / إقامة العلاقات: وهم الأشخاص الذين يتعرف عليهم الشخص والمواقع الاجتماعية تطلق لقب

"صديق" على هذا الشخص المضاف لقائمة الأصدقاء بينما تطلق بعض المواقع الاجتماعية الخاصة بالمحترفين مسمى "اتصال أو علاقة" على هذا الشخص المضاف لقائمة الأصدقاء

خاصية إرسال الرسائل: وتسمح هذه الخاصية بإرسال رسالة مباشرة للشخص سواء كان في قائمة الأصدقاء أو لم يكن.

ألبومات الصور: توفر مواقع التواصل الاجتماعي لمستخدميها إنشاء عدد لا نهائي من الألبومات ورفع مئات الصور فيها وإتاحة مشاركة هذه الصور مع الأصدقاء للاطلاع والتعليق عليها.

المجموعات: توفر العديد من مواقع التواصل الاجتماعي خاصية إنشاء مجموعة ذات اهتمام مشترك حيث يمكن إنشاء مجموعة بمسمى معين وأهداف محددة ويوفر موقع التواصل الاجتماعي لما لك المجموعة

والمنضمين إليها مساحة أشبه ما تكون بمنتهى حوار مصغر وألبوم

(صادق، 2011، ص11)

صور مصغرة كما توفر خاصية تنسيق الاجتماعات عن طريق ما يعرف بـ Events أو الأحداث ودعوة أعضاء تلك المجموعة له ومعرفة عدد الحاضرين من عدد غير الحاضرين.

الصفحات: تقوم فكرة الصفحات على إنشاء صفحة يتم فيها وضع المعلومات عن المنتج أو الشخصية أو الحدث ويقوم المستخدمين بعد ذلك بتصفح تلك الصفحات عن طريق تقسيمات محددة ثم إن وجدوا اهتماما بتلك الصفحة يقومون بإضافتها إلى ملفهم الشخصي.

إن مواقع التواصل الاجتماعي تشير إلى حالة من التنوع في الأشكال والتكنولوجيا والخصائص التي حملتها الوسائل المستحدثة عن التقليدية خاصة فيما يتعلق بإعلاء حالات الفردية والتخصيص تبيان نتيجة لميزة رئيسية هي التفاعلية (صادق، 2011، ص11)

ثالثاً: مميزات مواقع التواصل الاجتماعي:

تتميز مواقع التواصل الاجتماعي بعدة مميزات منها ما يلي:

1- **العالمية:** حيث تلقى الحواجز الجغرافية والمكانية وتتخطى فيها الحدود الدولية فيستطيع الفرد من

الشرق التواصل مع فرد في الغرب في بساطة وسهولة.

2- **التفاعلية:** فالفرد فيها مستقبل وقارئ، هو مرسل وكاتب ومشارك لذا فهي تلقى السلبية وتعطي

حيز للمشاركة الفاعلة من المشاهدين والقراء.

3- **التنوع و تعدد الاستعمالات:** فيستخدمها الطالب للتعلم والعالم لبث عمله وتعليم الناس والكاتب

للتواصل مع القراء و غيرهم.

4- **سهولة الاستخدام:** فالشبكات الاجتماعية أو مواقع التواصل الاجتماعي تستخدم الحروف

والرموز والصور التي تسهل للمستخدم التفاعل.

التوفير والاقتصادية في الجهد: والوقت والمال في ظل مجانية الاشتراك والتسجيل، فالفرد البسيط يستطيع امتلاك حيز على مواقع التواصل الاجتماعي، فهي ليست حكرا على أصحاب الأموال، أو حكرا على جماعة دون أخرى (صحيفة بوابة الشرق، عدد السبت 22 أكتوبر 2011).

رابعاً: إيجابيات وسلبيات مواقع التواصل الاجتماعي:

إن مواقع التواصل الاجتماعي تحملوا في طياتها العديد من الايجابيات والسلبيات لمستخدميها

إيجابيات مواقع التواصل الاجتماعي:

1- الاستخدامات الاتصالية الشخصية: وهو الاستخدام الأكثر شيوعاً ولعل الشرارة الأولى لمواقع

التواصل الاجتماعي اليوم كانت بهدف التواصل الشخصي بين الأصدقاء في منطقة معينة أو

مجتمع معين، ويمكن من خلال هذه المواقع الاجتماعية الخاصة تبادل المعلومات والملفات

والصور ومقاطع الفيديو، كما أنها مجال رحب للمعارف والصداقة وخلق جو مجتمع يتميز بوحدة

الأفكار، وإن اختلف أعمارهم وأماكنهم ومستوياتهم العلمية والثقافية.

2- الاستخدامات التعليمية: إن الدور الذي تلعبه مواقع التواصل الاجتماعي في تطوير التعليم

الإلكتروني وتعمل على إضافة الجانب الاجتماعي له، والمشاركة من كل الأطراف في منظومة

التعليم بداية من مدير المدرسة والمعلم وأولياء الأمور وعدم الاقتصار على التركيز على تقديم

المقرر للطلاب للتواصل والاتصال والمناقشة وإبداء الرأي .

الخدمات الحكومية: اتجهت كثير من الدوائر الحكومية للتواصل مع الجمهور من خلال مواقع التواصل

الاجتماعي، بهدف قياس وتطوير (الصاعدي، 2011 ، ص 15)

الخدمات الحكومية لديها، ومسايرة للتقنية الحديثة، بل أصبح التواصل التقني مع الجمهور من نقاط تقييم

الدوائر الحكومية وخدماتها المقدمة وتتميز هذه الخدمة بقلّة التكلفة والوصول المباشر للمستفيد الأول

ويمكن الاستفادة من مواقع التواصل الاجتماعي في حجز المواعيد وتأكيداتها، ونشر التعليمات والإجراءات، والتواصل مع المسؤول مباشرة، وإبداء الملاحظات والمقترحات.

الاستخدامات الإخبارية والدعوية: أصبحت مواقع التواصل الاجتماعي مصدر أصيل من مصادر

الأخبار لكثير من روادها، وهي أخبار تتميز بأنها من مصدرها الأول وبصياغة فردية حرة غالبا لا

احترافية ولاستخدامات مختلفة سياسية أو دعائية هذا بالإضافة إلى كونها فتحت الباب للتواصل والدعوة

مع الآخرين من مسلمين وغير مسلمين باختلاف لغاتهم وأجناسهم وبلدهم.

(الصاعدي، 2011، ص 15)

سلبيات مواقع التواصل الاجتماعي:

1- بث الأفكار الهدامة والدعوات المنحرفة والتجمعات الفاسدة المفسدة :

وهذا البث يحدث خلا امنيا وفكريا، وبخاصة أن أكثر رواد هذه المواقع الاجتماعية من الشباب

مما يسهل إغراءهم وإغوائهم بدعوات لا تحمل من الإصلاح شيئا بل هي للهدم والتدمير وقد يكون

وراء ذلك منظمات وتجمعات، بل ودول لها أهداف تخريبية (القدهي 2012 ، ص 5)

2- عرض المواد الإباحية والفاضحة والخادشة للحياء :

إن مسألة الإباحية والدعارة من المخاطر العظيمة على المجتمعات القديمة والمعاصرة ويؤكد ذلك

قول الرسول صلى الله عليه وسلم "ما تركت بعدي فتنة أشد على الرجال من النساء"

البخاري، كتاب النكاح، باب ما يتقى من شؤم المرأة، حديث رقم 4808

لقد ذكرت وزارة العدل الأمريكية في دراسة لها أن تجارة الدعارة والإباحة الخلقية تجارة رائجة جدا

يبلغ رأس مالها ثمانية مليار دولار ولها أواصر وثيقة تربطها بالجريمة المنظمة وتجارة الدعارة

تشمل وسائل عديدة منها الكتب، المجالات وأشرطة الفيديو والقنوات الفضائية الإباحية والانترنت

وقد تفيد الإحصائيات الاستخباراتية الأمريكية (FBI) أن تجارة الدعارة هي ثالث أكبر مصدر دخل للجريمة المنظمة بعد المخدرات والقمار (القهدي، 2012، ص 5)

3-التشهير والفضيحة والمضايقة، التحايل والابتزاز والتزوير:

وهي أخلاقية تظهر على الشبكة العنكبوتية بشكل عام لسهولة التدوين والتخفي على الشبكة وهي أخلاقيات لا تحتاج بالضرورة إلى معرفة تامة بالبرمجة والبرمجيات، ولا تستند في الغالب العام إلى مستند شرعي حقيقي، فلا يحتاج صاحبها للتدليل أو التعليل أو الإثبات كل هذا تقابله أنظمة وقوانين لا تملك الرد الرادع لمثل هذه التصرفات.

والابتزاز قد يكون أخلاقيا بصور أو مقاطع فيديو خاصة وهي من أكثر صور الابتزاز على مواقع التواصل الاجتماعي، وقد يكون ماليا من قبل أشخاص أو من قبل عاملين في مؤسسة أو شركة خاصة عند ترك العمل، أو الفصل فقد تكون بحوزته معلومات فيساوم صاحب المؤسسة أو الشركة على تلك المعلومات والتزوير من أكثر الجرائم نظم المعلومات انتشارا على الإطلاق. ويتم التزوير في صور شتى منها على سبيل المثال إدخال بيانات خاطئة أو تعديل البيانات الموجودة وتزوير لبيانات الخاصة للشخص مثل الجنس أو العمر أو وضع صورة مخالفة للواقع (داود ، 2011 ، ص 45).

4-انتهاك الحقوق الخاصة:

الخصوصية الشخصية الخاصة أو الخصوصية الاعتبارية للمواقع من الحقوق المحفوظة والتي يعتبر الاعتداء عليها جرما يستحق صاحبها العقاب والتحريم، وقد أدى انتشار الشبكة وبخاصة الاجتماعية بما تحمله من خصوصية اجتماعية للشخص والمواقع إلى سهولة هتك ستار الحقوق والتلاعب بها، إما بالتعطيل أو التغيير أو الاستغلال السلبي لها، ولمعلوماتها.

وانتهاك الخصوصية يتم من عدة طرق منها: انتحال الشخصية الخاصة للأفراد، أو الاعتبارية للمواقع فكل شخصية فردية واعتبارية حقوقها المحفوظة وبخاصة الشخصيات المهمة، والمتميزة وأصحاب الرئاسات الكبرى، استغلال للنفوذ والشهرة والثقة الاعتبارية لكثير من الشخصيات والمواقع (داود ، 2011، ص 45).

نظرية الاستخدامات والاشباع:

تعتبر هذه النظرية من نظريات التأثير الانتقائي، والتي تقدم شكلا جديدا لفهم علاقة الجمهور بوسائل الاعلام في هذا الجمهور ببيئته الاجتماعية والظروف المحيطة.

بحيث يركز هذا المدخل في سلوك الجمهور على كونه يتمتع بسمات نفسية تجعله يدرك ويتذكر كل ما تقدمه وسائل الاعلام على نحو انتقائي (مكاوي والسيد، 2003، ص 227).

ظهرت هذه النظرية عام 1959 على يد "إلياهوكاتز" لتشكل منحى جديد في نظرة منظري الاعلام العملية الاعلامية برمتها حيث حولت الانتباه من التركيز على الرسالة الاعلامية إلى التركيز على الجمهور الذي يستقبل الرسالة (العبد، 2005، ص 18). كما تعد نظرية الاستخدامات والاشباع مدخلا اتصاليا وسيكولوجيا، حيث يفترض وجود جمهور نشط له دوافع شخصية ونفسية واجتماعية تدفعه لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي كوسيلة تتنافس مع غيرها من الوسائل لاشباع احتياجاته. (مكاوي والسيد، 2003، ص 246).

فروض نظرية الاستخدامات والاشباع:

هناك خمسة فرضيات رئيسية تعتمد عليها نظرية الاستخدامات والاشباع وهي على النحو التالي:

- 1- يمايز الجمهور بين وسائل الاتصال محددة ويختار الانسب لاشباع حاجاته.
- 2- يتسم جمهور وسائل الاتصال بالاجابية والنشاط، وأن استخدامه لوسائل الاتصال يهدف لتحقيق اغراض معينة.
- 3- تنوع درجات الاشباع بالنسبة للحاجات المختلفة الجمهور وفقا لاختلاف وسائل الاتصال التي يستخدمها الجمهور في عملية الاشباع.
- 4- تدل استخدامات الجمهور لوسائل الاتصال على المعايير الثقافية السائدة.

يعبر استخدام وسائل الاتصال عن الحاجات التي يدركها أعضاء الجمهور، وتتحكم في ذلك

عوامل الفروق الفردية، وعوامل التفاعل

نظرية الاستخدامات والاشباع:

تعتبر هذه النظرية من نظريات التأثير الانتقائي، والتي تقدم شكلا جديدا لفهم علاقة الجمهور بوسائل الاعلام في هذا الجمهور ببيئته الاجتماعية والظروف المحيطة.

بحيث يركز هذا المدخل في سلوك الجمهور على كونه يتمتع بسمات نفسية تجعله يدرك ويتذكر كل ما تقدمه وسائل الاعلام على نحو انتقائي (مكاوي والسيد، 2003، ص 227).

ظهرت هذه النظرية عام 1959 على يد "إياهوكاتز" لتشكل منحى جديد في نظرة منظري الاعلام العملية الاعلامية برمتها حيث حولت الانتباه من التركيز على الرسالة الاعلامية إلى التركيز على الجمهور الذي يستقبل الرسالة (العبد، 2005، ص 18). كما تعد نظرية الاستخدامات والاشباع مدخلا اتصاليا وسيكولوجيا، حيث يفترض وجود جمهور نشط له دوافع شخصية ونفسية واجتماعية تدفعه لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي كوسيلة تتنافس مع غيرها من الوسائل لاشباع احتياجاته. (مكاوي والسيد، 2003، ص 246).

فروض نظرية الاستخدامات والاشباع:

هناك خمسة فرضيات رئيسية تعتمد عليها نظرية الاستخدامات والاشباع وهي على النحو التالي:

- 1- يمايز الجمهور بين وسائل الاتصال محددة ويختار الانسب لاشباع حاجاته.
- 2- يتسم جمهور وسائل الاتصال بالاجابية والنشاط، وأن استخدامه لوسائل الاتصال يهدف لتحقيق اغراض معينة.
- 3- تنوع درجات الاشباع بالنسبة للحاجات المختلفة الجمهور وفقا لاختلاف وسائل الاتصال التي يستخدمها الجمهور في عملية الاشباع.
- 4- تدل استخدامات الجمهور لوسائل الاتصال على المعايير الثقافية السائدة.

5- يعبر استخدام وسائل الاتصال عن الحاجات التي يدركها أعضاء الجمهور، وتتحكم في ذلك عوامل الفروق الفردية، وعوامل التفاعل الاجتماعي وتنوع الحاجات باختلاف الافراد . (katz,etAl,1974,p35)

الجانب التطبيقي:

تطبيق نظرية الاستخدامات والاشباعات على موضوع الدراسة:

اعتمدت هذه الدراسة على نظرية الاستخدامات والاشباعات باعتبارها نظرية تخدم موضوع دراستنا حيث يمكن خلالها معرفة دور موقع الفاييبوك بالنسبة للطلاب الجامعي وذلك من خلال معرفة فروضها وأهدافها.

كما أن النظرية تستطيع تفسير الدوافع نحو استخدام الطلبة الجامعيين لموقع الفاييبوك والتوصل إلى معرفة الاشباعات التي يحققها الفاييبوك للطلبة وقد طبقت هذه نظرية الاستخدامات والاشباعات في هذه الدراسة اتعرف على الدوافع وراء الاستخدام المفرط للفاييبوك وأهم الاشباعات المحققة منه وانعكاسات هذا الاستخدام الغير عقلاني على تحصيل الطلبة الجامعيين.

أهداف نظرية الاستخدامات والاشباعات:

هناك العديد من الأهداف التي تحققها نظرية الاستخدامات والاشباعات، إلا أن هناك ثلاثة أهداف رئيسية لهذه النظرية هي:

- محاولة اكتشاف كيفية استخدام الجمهور لوسائل الاتصال، وذلك بالنظر إلى الجمهور النشط الذي يستطيع أن يختار ويستخدم الوسائل التي تشبه حاجاته وتلبي توقعاته ورغباته، وهذا ما يتحقق هنا من خلال فهم العلاقة بين المتغيرات الوسطية (النوع، المرحلة الدراسية، العمر، التخصص) والاشباعات الاستخدامات المتحققة، وكذلك رصد وسيلة التصفح أو التعرض لمواقع التواصل الاجتماعي.
- تحديد وتفسير دوافع استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والعلاقة بين المتغيرات الأخرى ووصفها.

- التأكيد على نتائج استخدام وسائل الاتصال بهدف فهم عملية الاتصال الجماهيري، وهذا يأتي من خلال الفهم الفعلي للإشباع المتحققة من الاستخدام لهذا الموقع (مكاوي والسيد، 2003 ص247).

عناصر نظرية الاستخدامات والإشباع:

أ- الاستخدامات: ويقصد بها أن الجمهور يميل لاستخدام وسائل الاعلام لإشباع حاجاته وتحقيق أغراضه.

ب-الإشباع: يشير اشباع الوسيلة إلى مزيد من الاستجابات الفورية المتعلقة بالحاجة، ويصنف (حسن، 2010 ص 302) هذه الإشباعات تصنف إلى:

1- الإشباعات المتعلقة بالمحتوى: وتنتج عن طريق التعرض لمحتوى وسائل الاتصال وترتبط وهذه الإشباعات تصنف إلى:

أ- الإشباعات التوجيهية: ويقصد بها اكتساب لمعلومات جديدة أو مهارات عامة أو متخصصة.

ب-الإشباعات الاجتماعية: وترتبط بين المعلومات التي يحصل عليها الفرد وشبكة علاقاته الاجتماعية مثل التحدث مع الآخرين، والإحساس بالتميز، والقدرة على حل المشكلات.

2- الإشباعات العملية: وتحقق نتيجة الفرد لوسيلة اتصال معينة وتنقسم إلى:

أ- اشباعات شبه توجيهية: وهي مكملة الإشباعات التوجيهية وتتمثل في الشعور بالراحة والاسترخاء والمتعة.

ب-اشباعات شبه اجتماعية: وتكمل الإشباعات الاجتماعية مثل استخدام وسائل الاتصال لتخلص

من الاحساس بالوحدة والضجر والنقص العاطفي والتوحد مع الشخصيات تعكسها وسائل الاعلام

(حسن، 2010 ص 302-303).

في هذا الصدد يوضح Rosengren et Windahi أن نظرية الاستخدامات والإشباعات تركز اهتمامها

على الجمهور المستخدم لوسائل الاتصال وتبين سلوكه الاتصالي على أهدافه بشكل مباشر، ما دفع

الباحثين في مجال الاستخدامات والإشباعات إلى زيادة اهتمامهم بكيفية استخدام الأفراد لمواقع التواصل

الاجتماعي، بالإضافة إلى دراسة الدوافع التي تدفعهم لاستخدام هذه المواقع

(Rosengren et Windahi, p41) .

الانتقادات الموجهة لنظرية الاستخدامات والاشباع:

ساهمت نظرية الاستخدامات والاشباع في تقديم إستراتيجية جديدة لدراسة وتفسير استخدام الجمهور لوسائل الإعلام واشباعاتها، على اعتبار أن الجمهور عنصرًا فعالًا وإيجابيًا، وعلى الرغم من تطور أساليب والتقني إلا أن هناك انتقادات وجهت لهذه النظرية على النحو الآتي:

* يرى عدد من الباحثين بأن نظرية الاستخدام والاشباع تزيد عن كونها إستراتيجية لجمع المعلومات من خلال التقارير الذاتية للحالة العقلية التي يكون عليها الفرد أثناء تعامله مع الاستقصاءات، فهي تعتمد بإفراط على دوافع ذاتية للحالات النفسية للمستعملين. (ديفلير، وروكتيش، 1993 ص 17)

* نتائج نظرية الاستخدام والإشباع يمكن تتخذ كذريعة لإنتاج محتوى إعلامي هابط خاصة عندما يرى البعض بأن ذلك المنتج يلبي حاجات الملتهقين في مجالات التسلية والترفيه. (حسن، 2010 ص، 305).

* نظرية الاستخدام والاشباع مفاهيم تتسم بشيء من المرونة مثل الدافع، الإشباع حيث لا يوجد تعريفات محددة لهذه المفاهيم وهو ما يؤدي إلى اختلاف النتائج التي يتحصل عليها الباحث أثناء تطبيقه لهذه النظرية (ديفلير، وروكتيش، 1993 ص 17).

* تعتبر نظرية الاستخدام والاشباع أن استخدام الجمهور لوسائل الاعلام هادف ومقصود لكن هناك من يرى أن استخدام وسائل الاعلام يحكمه السلوك الاعتيادي أي بحكم العادة والتعود، فمثلا مشاهدة برامج معينة قد تعود إلى العادة أو إلى شعبيتها (مكاوي والسيد، 2003، ص 248).

التواصل الاجتماعي في منظومة الاتصال بالجزائر:

في قراءة متتالية بمحتوى بعض صفحات المحلية على مواقع التواصل الاجتماعي تظهر هذه السرعة في نشر أخبار والمعلومات والصور وحتى الفيديوهات بدون التأكد من صدقها ومن مصدرها في السلوك الاجتماعي ربطه بعض الأساتذة المختصين في السلوك السلبي لأنه يؤثر على القيم والأخلاق التي يتخبط فيها المجتمع وغياب الوعي والضمير مثلما وضحته الأستاذة الاعلام والاتصال زينب بوشلاغم بهذه الظاهرة كما اعتبرت الأستاذة أن الإشباع في ظاهرة مراقبة اللازمة بكل أشكالها وهو ما نلاحظه من خلال هذه الأزمة العالمية التي تضاعفت فيها الأخبار والمعلومات الزائفة غير مؤسسة وتدهور اعلامي كبير لدى العديد من الدول والمجتمعات جراء جائحة كورونا وهو تقريبا أمر طبيعي لارتباط المفهومين

لكن ما هو غير طبيعي هو غياب البدائل لمواجهة الاشباكات وتنفيذها عن طريق منظومة اعلامية فعالة تقوم بنشر المعلومات الصحيحة في وقتها المواطن وتلعب خلية إدارة الأزمة ونشرها بطريقة منسقة في جميع القطاعات والهيئات المتداخلة دورا هاما أيضا في مثل هذه الظروف التي يمر بها المجتمع من خلال تفعيل منظومة اتصال فعالة للتواصل مع المواطن وربطه بتطورات الأحداث وعدم تركه له فرصة الاختيار والاشباكات المفروضة التي تتزايد انتشارها على حساب مواقع التواصل المحلية والصفحات الرسمية إلى تفاعل سريعا مع مستجدات وحديث الشارع وتحسين المعلومات والمعطيات الدقيقة التي يطمح إليها المواطن وبالتالي ترك الفضاء مفتوحا للاعلام الموازي البديل أو صفحات المواطن.(يومية الشعب الجزائري بمقال أدرج يوم 2020/04/13).

خلاصة:

لقد لعبت مواقع التواصل الاجتماعي دورا بارزا في عملية الاتصال والتواصل بين مختلف شعوب العالم رغم ما تحتوي عليه من سلبيات إلا أنها تتميز بمجموعة من الامتيازات والخصائص التي تميزها عن غيرها من المواقع.

- 1- تمهيد
- 2- تعريف موقع الفاييسبوك
- 3- نشأة وتطور موقع الفاييسبوك.
- 4- عوامل الجذب في موقع الفاييسبوك.
- 5- واقع استخدام الفاييسبوك في الجزائر.

تمهيد:

إن لمواقع التواصل الاجتماعي مجموعة من النماذج التي تستعمل للتواصل ومن بين هذه النماذج الفاييسبوك والذي يعتبر أحد أهم هذه النماذج في عملية الاتصال والتواصل بين مختلف الأشخاص وجميع مجالات الحياة.

أولاً: تعريف الفايسبوك ونشأته:

تعريف الفايسبوك: هو موقع ويب للتواصل الاجتماعي يمكن الدخول إليه مجاناً وتديره شركة "فيس بوك" محدودة المسؤولية كملية خاصة لها (الداليمي، 2011، ص 182).

وقد تم إنشاء موقع الفايسبوك في فبراير / شباط عام 2004 بواسطة مارك زوكربيرغ في جامعة هارفارد وكان الموقع في البداية متاحاً لطلاب جامعة هارفارد فقط، ثم افتتح لطلبة الجامعات وبعدها لطلبة الثانوية ولعدد محدود من الشركات، ثم أخيراً تمت إتاحتها

لأي شخص يرغب في فتح حساب به يرى مؤسس الموقع أن فيسبوك حركة اجتماعية (Social movement) وليس مجرد أداة أو وسيلة للتواصل وبوصف الموقع بأنه "دليل العالم" وأنه موقع يتيح للأفراد العاديين أن يصنعوا من أنفسهم كيانات عامة من خلال الإدلاء والمشاركة بما يريدون من معلومات حول أنفسهم واهتماماتهم ومشاعرهم وصورهم الشخصية ولقطات الفيديو الخاصة بهم وحسب الدراسات الحالية في مجال الإعلام الجديد ينظر لموقع الفيسبوك أنه سوف (خيرية ونجاة، 200 هـ ص 26) يزيد البريد الإلكتروني ويحل محله ولذلك فإن الهدف من هذا النوع الاختراع هو جعل العالم مكاناً أكثر انفتاحاً (خيرية ونجاة 1438 ، ص26)

بلغ العدد الشهري للمستخدمين النشطين للموقع 1.44 ملياراً نهاية (3/2015) (الموقع الرسمي لموقع فيسبوك 908022).

بحوالي 75 لغة ويقضي هؤلاء المستخدمين جميعاً أكثر من 700 مليار دقيقة على الموقع شهرياً وحقق الموقع رقماً قياسياً يوم الاثنين 2015/08/24 حيث دخل الموقع مليار مستخدم في اليوم الواحد (جريدة الرياض 1436 العدد 17231).

عوامل الجذب في موقع الفايسبوك:

- سهل الاستخدام ومفتوح للجميع، حتى أقل الناس تقنياً يمكنهم التسجيل والبدء في النشر

- من السهل مشاركة الصور والرسائل النصية ومقاطع الفيديو ومشاركات الحالة والمشاعر على موقع ترفيهي وتوقف يومي منتظم العديد من المستخدمين.

- يوفر الخصوصية، بحيث يمكن المستخدمين حماية معلوماتهم من الوصول إلى تابعين لجهة خارجية.

ara.4meahc.com

آلية عمل الفيسبوك:

من بين أهم آليات التواصل في موقع الفاييسبوك:

1- التعليقات : notes

خاصية التعليقات متاحة بين جميع الأصدقاء وفي المجموعات والصفحات المنظمين لها، حيث يمكن للمستخدم أن يكتب تعليق في مساحة التعليقات ويمكنك الضغط على زر comment إضافة تعليق وفي نفس المساحة أن تضيف رابط موقع أو صورة.

2- الإشارة : tags

خاصية الإشارة متاحة في الصور والفيديوهات والنوت بحيث يمكنك أن تلفت انتباه أصدقائك عبر الإشارة لهم في صورتك أو في مقطع فيديو المحمل عبر الفاييسبوك وبالتالي سترسل لهم تنبيهات لأي تحديث في الصورة.

3- الإعجاب : like

خاصية معجب أيضا بنفس آلية التعليقات بين الأصدقاء والمجموعات والصفحات المنظمين لها، ذلك يعتمد أيضا على الصلاحيات الممنوحة حيث يمكن للمستخدم بعمل معجب like لأي نص أو صورة أو فيديو لأصدقائك.

4- النكز : pokes

خاصية نكز "غمزة" تتيح إرسال نكز افتراضية لإثارة الانتباه إلى بعضهم البعض، وهي عبارة عن اشهار يخبر المستخدم بأن أحد الأصدقاء يقوم بالترحيب به.

(وائل مبارك خضر فضل الله، 2011، ص 16).

واقع استخدام الفايسبوك في الجزائر:

أضحت شبكات التواصل الاجتماعي في هذه السنوات الأخيرة، مصدرا ضروريا للإعلام بالنسبة لعدد معتبر من الجزائريين لكن أيضا "فضاء سانحا" للممارسة وأداة سهلة "لتضليل الإعلامي" داخل للمجتمع حسب المختصين.

وبالفعل فإن كل الفايسبوك وتويتر وغوغل وغيرها من الشبكات الاجتماعية تم فرضها كمصادر إعلامية "جوارية" في البلد لاسيما منذ اطلاق التدفق الفائق السرعة الهاتف النقال من الجيلين الثالث والرابع خلال السنوات الأخيرة مما سمح بـ "دمقرطة" الانترنت ومضاعفة عدد المشتركين ليتجاوز 34.5 مليون مشترك. وقد دفع التدفق الفائق السرعة إلى اقتناء هواتف ذكية تسمح بالحصول الفوري على المعلومات التي تنقلها شبكات التواصل الاجتماعي من خلال التنبيهات والاضطرابات الالكترونية على حساب وسائل الإعلام الكلاسيكية التي تجد صعوبة في التمتع في هذا الفضاء الالكتروني الذي تنتشر فيه كل أنواع المعلومات التي يصعب التأكد منها.

في هذا الصدد صرح "عبد الرفيق خنيفسة" مختص في مجال تكنولوجيايات الإعلام والاتصال لوج ج أن: "عدد كبير من الجزائريين لاسيما الشباب يستعملون شبكات التواصل الاجتماعي مثل الفايسبوك (أكثر من 17 مليون شخص في سنة 2017) .

أو تويتر للإطلاع على الأخبار الراهنة، غير أن أرضيات الواب هذه معرضة أكثر لنشر اخبار كاذبة مع سهولة تقاسمها مما يجعل التحكم فيها صعبا بل مستحيلا.

وإذا كان نشر أخبار كاذبة على أرضيات الواب يعود في بعض الأحيان إلى أخطاء أو سوء فهم، فإنها غالبا ما تنتشر عمدا بنية الإساءة إلى الآخر أو المؤسسات أو فقط يهدف إلى الاشهار بشكل واسع والفعل فإن مئات الخيار لا يمكن التأكد منها وتمس أحيانا بالأشخاص أو المؤسسات أو الهيئات العمومية تنتشر من طرف مجهولين ويتم تقاسمها مع مستخدمي الانترنت عن طريق الفايسبوك، وكان من بين هذه الخيار نشر رسائل نسبت للأمن الوطني ممطدة لشعارات معرضة على شبكات التواصل الاجتماعي.

كما نددت الحكومة باستعمال شبكات التواصل الاجتماعي من أجل تضخيم ظاهرة الهجرة السرية في هذا الخصوص أوضح وزير الداخلية والجماعات المحلية "نور الدين بدوي" أن وسائل التواصل الاجتماعي تؤثر بشكل معتبر على الشباب من خلال قصص أمل كاذبة وكذلك الأغاني التحريضية ذات مستوى منحط.

*حملات التضليل الإعلامي لإثارة النقاش:

لقد أصبحت وسائل التواصل الاجتماعي فضاء "مجهولا" تنشر فيه حملات التضليل الاعلامي المنتظمة عبر حسابات مشبوهة بهدف إثارة النقاش، ولاسيما عشية الانتخابات الرئاسية.

وتعرف شبكة "الناات" انتشارا واسع النطاق لحسابات مجهولة، خصوصا من خلال الفايسبوك.

كما أن الحكومة الجزائرية لم تتأخر في التصرف معتبرة أن المواطن قد أصبح فريسة سهلة للإشاعات المروجة على منصات التواصل الاجتماعي وهو من شأنه المساس باستقرار البلاد (وكالة الأنباء الجزائرية، 2019).

خلاصة:

إن الفيسبوك وسيلة هامة وسهلة الاستعمال في مختلف مجالات الحياة ومن طرف العديد من البشر إلا أن الإفراط في استعماله يؤدي إلى العديد من المشاكل بمختلف أنواعها فالطالب الجامعي مثلا لو أكثر من استعماله في جميع الأوقات فإنه يؤدي إلى قلة التركيز الذهني وضعف الانتباه لدى رغم ما يتمتع به الفيسبوك من ايجابيات إلا أنه لديه سلبيات لا تعد ولا تحصى.

- 1- مفهوم التركيز الذهني.
- 2- أسباب ضعف التركيز الذهني.
- 3- أعراض ضعف التركيز الذهني
- 4- اضطرابات التركيز.
- 5- الطرق المساعدة على تحسين التركيز الذهني.

خلاصة.

تمهيد

تعتبر عملية التركيز من العمليات العقلية الهامة في اتصال الفرد بالبيئة المحيطة به، كما أنه يعد من العمليات المعرفية الهامة في علم النفس المعرفي وتكمن أهميتها في كونها من المتطلبات الرئيسية للعديد من العمليات المعرفية كالإدراك والانتباه والتفكير واتخاذ القرارات والتي لا بد أن تتوفر في العملية التعليمية خاصة.

تعريف التركيز الذهني: هو تعريض الذهن زمنا كافيا لمؤثر أو جملة مؤثرات كي تتطبع عليه انطبعا واضحا على أن يغلق الانسان ذهنه دون كافة المنثيرات الأخرى والمؤثرات هي المعلومات التي يتم استيعابها من خلال إحدى الحواس الخمس: البصر، السمع، الذوق، الحس، الشم ثم يتم معالجتها على ضوء ما سبقها في الذهن من معلومات وخبرات وتجارب وما يؤمن به الإنسان من مبادئ وقيم .
واعلم أن اكتساب صفة التركيز الذهني تعود على الانسان بأعظم الفوائد في حياته بقول أحد علماء النفس المشهورين: ليس العبقرية أكثر من التركيز الذهني وقال آخر: إن حصر الاهتمام هو أول مقومات العبقرية(كارول فوردمان، 2010، ص2).

2-أسباب التركيز الذهني:

لا بد من وجود أسباب تؤدي إلى ضعف القدرة على التركيز وتشتت الانتباه، ومن أهم هذه الأسباب ما يلي:

- الإصابة بمتلازمة التعب المزمن.
 - حدوث ارتجاج في المخ لدى الشخص.
 - الأرق والسهر لساعات طويلة من الليل.
 - الإصابة باضطراب ضعف الانتباه.
 - وجود مرض عقلي.
 - الإصابة ببعض الاضطرابات النفسية مثل انفصام الشخصية.
 - بعض الآثار الجانبية للأدوية تؤثر على التركيز.
- (www.esteshary.com).

3-أعراض ضعف التركيز الذهني:

فيما يأتي بعض أعراض ضعف القدرة على التركيز الذهني:

- عدم القدرة على التفكير بوضوح.
- صعوبة القدرة على اتخاذ القرارات.
- صعوبة تذكر الأشياء القديمة أو التي حدثت منذ وقت قصير.
- مواجهة صعوبة كبيرة في أداء المهام الصعبة.
- فقدان الأدوات والأشياء ، وصعوبة تذكر أماكن وجودها.

- نسيان المواعيد.
- كثرة التشتت.

(« what causes unable to concentrate »www.healthline.com)

اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة

يمثل اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة اضطراب أسري له مكون وراثي قوي وتمثل قابلية هذا المرض لأن يكون موروثا (نسبة التباين التي تعود إلى العوامل الجينية الإضافية تبلغ 76%(فارون وآخرون 2005)) ، وتمثل النسبة السابقة واحدة من أعلى النسب في حقل الاضطرابات العقلية ورغم ذلك فإن العوامل الوراثية وحدها لا تفسر ظهور الاضطراب. ويعتبر اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة اضطرابا متعدد العوامل في أسبابه أي أن أسبابه تكون بيئية ووراثية وبيولوجية حيث تلعب جميع هذه العوامل دورا في زيادة خطر ظهور هذا الاضطراب.

وتم ربط مجموعة من الجينات التي يوجد شك في ارتباطها باضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة خصوصا الجينات المرتبطة بالنظم الكاتيكولامينية catecholaminergi ، مع ملاحظة أن كل جين منهم على حدة لا يبدو مسؤولا إلا عن نسبة ضئيلة من زيادة خطر الإصابة بالاضطراب (2005 faraone et al, وعلاوة على هذا فإن الدراسات التي تسمح الجينوم بأكمله دون الانطلاق من أي فرضية ابتدائية، وهي ما يطلق عليه دراسات ربط الجينوم بأكمله لم تضيف أي أشكال متعددة جديدة للمعرفة الحالية (neale et al, 2010).

ويقودنا هذا التناقض الظاهري بين قابلية عالية لوراثة المرض وبين الدراسات التي تسمح الجينوم بأكمله للبحث عن فرضيات بديلة لسبب انتشار المرض. وتشير إحدى الاحتمالات إلى أن الاضطراب ينبع من التفاعل بين العوامل الوراثية والعوامل البيئية (nigg et al, 2010). ونجد في الواقع أنه تم رصد التفاعل بين العوامل الوراثية والبيئية في حالة تعرض الجنين للتبغ أثناء الحمل داخل الرحم والتباين في جينات dat1 و dat4 (nigg et al, 2010).

وقد تم اختبار عدد من المخاطر البيئية لتحديد مدى ارتباطهم باضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة (banerjee et al, 2007) ويبدو أن الابتسار هو العامل الأكثر ارتباطا بثبات مع اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة (bhutta et al, 2002)، كما توجد أدلة محدودة على ارتباطه بتعرض الجنين للتبغ وقت الحمل (langley et al, 2005 ; linnet et al, 2003) وأدلة محدودة على ارتباطه

بانخفاض الوزن عند الولادة (hach et al, 2004 ; mick et al, 2002) باعتبارها عوامل خطر محتملة. ونحتاج للمزيد من الدراسات لتقييم تأثير تعرض الجنين للكحول والمخدرات، والمشاكل النفسية للأم أثناء الحمل، والمضاعفات قبل وأثناء الولادة، والإصابة المخية نتيجة لصدمة، ومدة الرضاعة الطبيعية والحرمان المبكر والعوامل الأسرية والنفسية بالإضافة إلى التعرض للكافيين داخل الرحم (linnet et al, 2003) وتأثير الولادة أثناء مواسم معينة بالسنة (atladottir et al, 2007) ومن دواعي الحذر العلمي يجب أن نذكر أنه لا توجد بيانات كافية لربط اضطرابات فرط الحركة ونقص الانتباه بالإضافة للغذائية أو السموم البيئية أو ألعاب الحاسب الآلي.

المشاكل العصبية الحيوية (البيولوجية) وعلاقتها باضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة

ترتبط مجموعة متزايدة من الأدلة نقص الانتباه وفرط الحركة بعيوب عصبية محددة. وجدير بالذكر أن العيوب العصبية الجسمانية التي ترتبط بنقص الانتباه وفرط الحركة لا يمكن تفسيرها بوصفها عطب بالمخ، ولكنها تمثل اختلافات بسيطة في القيم الإحصائية حين نقارن عينات من مرضى مصابين بهذا الاضطراب وعينات من مجموعات ضابطة. وعلاوة على ما سبق لم يتم اكتشاف أي أثر جوهري للعيوب العصبية التي تم تحديدها على تطور الإصابة باضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة، حيث لا يمكن ربط أي منهم مع الاضطراب برابطة السبب والنتيجة، كما لا يمكن استخدام أي من هذه العيوب لأغراض التشخيص.

وتوجد بيانات مقنعة تربط ما بين قصور تخطط الفص الأمامي للجبهة frontal-striatal dysfunction وبين اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه (castellanos et al, 2006)، وطبقا لهذه البيانات فإن الأفراد الذين يعانون من هذا الاضطراب يكون لديهم قصور في الوظائف التنفيذية والسيطرة المانعة (على السلوك) المرتبطة تشريحيًا بدوائر تخطط المهاد القشري لفص الجبهة الأمامي thalamo cortico striatal circuits وتسوي (تخفف) الـ gaba من نشاط هذه الدوائر (تجعله معتدلا) كما تعدل الكاتيكولامينات (مثل الدوبامين والنورإبينفرين) من هذا النشاط. (kieling et al, 2008)، وفي الحقيقة فإن الأدلة تشير إلى أن عدم انتظام الكاتيكولامينات يرتبط باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه (kieling et al, 2008 ; taylor & sonuga-barke, 2008 ; swanson et al, 2007)، حيث:

- يتم تخفيف أعراض نقص الانتباه وفرط الحركة باستخدام مقومات (مناهضات) الدوبامين والنورادرينالين مثل المثيل فنيدات والأمفيتامين والأتوموكسيتين.

- تزيد عدد من الجينات المرتبة بالنظم الكاتيكلولامينية من خطر ظهور الاضطراب.
- يمكن في التجارب الحيوانية تقليد أعراض اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة من خلا خفض وظائف الكاتيكلولامين.

- يعتبر النوراديرينالين والدوبامين ناقلات عصبية رئيسية في مناطق المخ المرتبطة باضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة.

وتظهر دراسة واسعة سليمة الإجراءات أن الأطفال المصابون باضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة يظهرون تأخرا في نضج القشرة المخية الذي يقاس بمدى سمك القشرة المخية لدى المصابين بالاضطراب مقارنة بالمجموعة الضابطة ويكون التأخر في النضج واضحا أكثر في المناطق المرتبطة بالانتباه خصوصا القشرة قبل الأمامية الجانبية (shaw et al, 2007) lateral pre-frontal cortex.

الاستعلان السريري (ظهور المرض)

يتصف اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة بأعراض ضعف الانتباه وفرط الحركة أو والتقائية (الاندفاع) أو كلاهما معا. وحسب تعريف المرض يجب أن تظهر الأعراض في مرحلة مبكرة من الطفولة، بحيث تختلف عما هو متوقع في مراحل النمو الطبيعي.

ضعف الانتباه: يشير ضعف الانتباه إلى نمط سلوكي يصعب فيه على الفرد أن يبدأ مهمة وأن ينهيها كما يصعب عليه أن يندمج فيها ويكملها. ونجد أن الأطفال الذين يعانون من قصور الانتباه يعانون من صعوبة في تنظيم المهام والأنشطة ويعانون من صعوبة الإنصات حين يوجه إليهم الحديث، ويعانون من صعوبة في التخطيط للمهام وفي إكمالها. ويتضمن نقص الانتباه أيضا أعراض القابلية للتشتت والنسيان وكثرة فقد الأشياء أو صعوبة تذكر مكانها. ونجد أنه من الشائع في سن المراهقة والبلوغ ملاحظة عدم الدقة في إدراك الوقت حيث كثيرا ما يقللون من قدر الوقت المطلوب لأداء المهام كما يميلون للتسويف والمماطلة.

فرط الحركة: يتسم فرط الحركة بالآتي:

- النشاط الجسدي المفرط.

- الإحساس الدائم بالقلق وعدم الاستقرار والتلملل *restlessness* مما يجعل المرضى عاجزين عن البقاء ساكنين حتى في الحالات التي يتوقع فيها منهم ذلك.
- الحركة بلا هدف، أي حركة لا غرض لها وتؤثر في البيئة المحيطة بصورة سلبية (مثل الوقوف المتكرر والمشي بلا هدف حين يكون مطلوباً منهم الاستمرار في الجلوس، ومثل تحريك اليدين والتلاعب بالأشياء الصغيرة حين يتوقع منهم السكون).
- التلملل والتلوي بكثرة في مقاعدهم.
- عدم القدرة على اللعب بهدوء
- الإفراط في الكلام والجري عبر المكان أو التسلق حين لا يكون ذلك مناسباً.

الاندفاعية: تشير الاندفاعية إلى صعوبة تأخير فعل ما أو استجابة ما حتى لو كان معروفاً أن لهذا الفعل تبعات سلبية. وترتبط الاندفاعية بالحاجة للشعور بالرضا أو الحصول على مكافأة تأخرت أكثر مما يجب، حتى لو كان التأجيل ستكون نتائجه أفضل بكثير.

وتفصح سلوكيات الاندفاعية عن نفسها في صورة صعوبة في انتظار الدور المحدد للشخص حتى يتكلم أو يلعب أو يعبر الطريق. كما قد تعبر عن نفسها في الميل للفعل دون تفكير مثل إعطاء إجابة فورية بغض النظر عن مدى دقتها، أو إعطاء إجابات لا علاقة لها بالسؤال أو الانطلاق في الإجابة قبل انتهاء السؤال.

وقد يتردد الآباء في قبول تشخيص حالة أبنائهم بأنهم مصابين باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه على أساس أن الطفل يمكنه أن يبقى على انتباهه حين يقوم بمهام محددة مثل ممارسة ألعاب الفيديو أو مراقبة التلفزيون أو في مواقف محددة . ومن المهم ملاحظة أن التحفيز ومدى مناسبة المهمة من جهة نظر الطفل وجاذبيته تؤثر بصورة كبيرة على ظهور الأعراض أو عدم ظهورها.

الاختلافات في طريقة ظهور المرض وفقاً للسن

تختلف طريقة ظهور الأعراض المرضية وفقاً لمرحلة النمو الأعراض الأكثر شيوعاً وفقاً لسن المريض ويعتبر تقييم الإصابة بفرط النشاط ونقص الانتباه والاندفاع تقييماً صعباً في سن ما قبل المدرسة بصفة حيث تكون هذه السلوكيات طبيعية في هذه الفئة العمرية، ولا يمكن اعتبارها غير طبيعية إلا لو كانت

شديدة جدا ومتغلغلة ومنتشرة بحيث تسبب قصور كبير في أداء الوظائف والمهام. (Byrne et al,2000) ونجد في سنوات المدرسة أن الأطفال الذين يعانون من اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه كثيرا ما يجذبون الانتباه لأنفسهم نتيجة قصور أدائهم الدراسي، ونتيجة لمشاكل الانتباه، ويسهل التعرف عليهم عن مرحلة ما قبل المدرسة. ويميل فرط الحركة للتقلص في سن المراهقة أو قد يتغير داخلي بالتململ *restlessness*

الاكتشاف:

تزايد القلق في السنوات الأخيرة حول الإفراط في تشخيص نقص الانتباه وفرط الحركة في الدول المتقدمة (sciutto & eisenberg, 2007) ولكن على العكس فإنه في البيئات الأقل حظا فإن اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة كثيرا ما لا يتم الانتباه إليه ولا يتم علاجه. وكشفت مراجعة منهجية للبحوث التي تمت على المجتمعات المحلية في بلاد أمريكا اللاتينية ومنطقة الكاريبي، أن نسب علاج الأطفال المصابين بنقص الانتباه وفرط الحركة تراوحت ما بين صفر (لا علاج على الإطلاق) و7% (polanczyk et al,2008). ونجد في الدول النامية والدول الأقل نمو حيث تكون إمكانية الوصول إلى خدمات الرعاية الطبية أو الحصول المعلومات الصحية محدودة، نجد أنه في تلك الدول عادة ما لا يتم اكتشاف نقص الانتباه وفرط الحركة ويتواءم الآباء والعائلات مع الأعراض بأفضل ما يستطيعون، مثلا من خلال تجنب الأماكن أو المواقف التي يعلمون أن الأعراض ستكون فيها ذات آثار مخربة (مثل المطاعم والمتاجر) وكثيرا ما يكون المدرسون هم من يحولون الأطفال للعلاج.

ونجد أنه فيما يتعلق بالمرهقين والبالغين أن العلل المصاحبة تكون في كثير من الأحوال هي العامل الذي يدفع للحصول على علاج، حيث يمكن تحويل المرضى للعلاج نتيجة لمشاكل مثل سوء استخدام العقاقير أو الاكتئاب أو جود مصاعب في العلاقات الإنسانية.

التشخيص:

يتم تشخيص نقص الانتباه وفرط الحركة على أساس طبي صرف ويمكن أن يتبع التشخيص إما الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع للاضطرابات العقلية *diagnostic and statistical Manual of Mental Disorders DSM* الصادر عن جمعية الطب النفسي الأمريكي 1994 أو التصنيف العالمي العاشر للأمراض *international classification of classification* التابع لمنظمة الصحة العالمية.

ويجب أخذ مرحلة نمو الطفل في الاعتبار حين التشخيص علاوة على مدى انتشار الأعراض (ظهورها في أكثر من بيئة مثل بيئة المنزل وبيئة المدرسة)، كما يجب أن يكون هناك دليل واضح عن عجز طبي كبير في الأداء في النواحي الاجتماعية أو الدراسية أو في العمل. ويعتبر تقييم بيئة الأسرة مسألة أساسية فيما يخص الأطفال الأصغر سنا حيث أنه في حال وجود تصرفات والدية كارثية أو غير متناسقة أو إيذاء أو إهمال فإن الأطفال غالبا ما يكون رد فعلهم انتهاج سلوك يماثل كثيرا أعراض نقص الانتباه وفرط الحركة وإغفال الانتباه لهذه التصرفات الوالدية يمكن أن يؤدي.

وتتميز الأعراض في كلا التصنيفين بأنها متماثلة ولكن لتلبية المعايير الخاصة بالدليل الدولي للأمراض يجب وجود الأعراض في كل من الثلاث أبعاد (الانتباه وفرط النشاط والاندفاعية). ونجد على الجانب الآخر أن الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات العقلية يضع أعراض فرط النشاط والاندفاعية في بعد واحد، ثم يذكر أن الأفراد قد تظهر عليهم أعراض في واحد فقط (من بعدين). ويتطلب تصنيف الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات العقلية (الرابع) ظهور 6 على الأقل من 9 أعراض لضعف الانتباه أو 6 من أصل 9 أعراض من فرط النشاط/الاندفاعية حتى يمكن تشخيص الحالة بأنها تعاني من نقص الانتباه وفرط الحركة ويتطلب كلا التصنيفين ثبات ظهور الأعراض لمدة ستة أشهر على الأقل بدرجة تصل إلى حد سوء التكيف ولا تتسق مع مرحلة العمرية للنمو التي يمر بها الطفل.

ويوجد وفقا للدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات العقلية الرابع ثلاث أنواع فرعية للاضطراب على أساس ظهور أو غياب أعراض بعينها في آخر 6 أشهر هي:

- النوع الفرعي المجمع (إذا توفرت المعايير التي تليها كلا من نقص الانتباه وفرط الحركة/الاندفاعية معا).

- النوع الفرعي الذي يغلب عليه عدم الانتباه (إذا تمت تغطية المعايير الخاصة بضعف الانتباه مع عدم تغطية المعايير الخاصة بفرط النشاط/الاندفاعية)

- النوع الفرعي الذي يغلب عليه فرط النشاط/الاندفاعية (إذا تمت تغطية المعايير الخاصة بفرط الحركة/الاندفاعية مع عدم تغطية المعايير الخاصة بعدم الانتباه).

وينتشر النوع الفرعي الذي يغلب عليه عدم الانتباه لدى البنات ويقل انتشاره في المواقع العلاجية لأن تحويل الأطفال للعلاج يقل في حالة ضعف الانتباه بينما يزيد في حالة فرط النشاط. ويرتبط هذا النوع الفرعي (الذي يغلب عليه ضعف الانتباه) عادة بضعف الأداء الدراسي وقصور الإدراك وتأخر النمو.

وعادة ما يتم وصف المرضى الذين يغلب عليهم ضعف الانتباه بأنهم يفتقرون للنظام صامتون وحالمون "ويحملون في الفراغ". ويتميز النوع الفرعي الذي يغلب عليه فرط النشاط/ الاندفاعية بأنه أقل شيوعاً سواء في البيئة العلاجية أو في المجتمع، كما يعتبر النوع الفرعي المجمع أكثر نوع فرعي يتم تشخيصه في المواقع العلاجية. ورغم أن جميع الأنواع الفرعية لنقص الانتباه وفرط الحركة ترتبط بسلوكيات اضطراب المعارض التحدي المعارض فإن الاضطراب المجمع أكثر ارتباطاً بهذه السلوكيات مما يجعل العلاج أكثر تحدياً وصعوبة. وعلاوة على ما سبق فإن النوع المجمع يرتبط بدرجة أعلى من القصور الوظيفي عن النوعين الفرعيين الآخرين.

المبلغ عن المرض

بصرف النظر عن معيار الانتشار (ظهور الأعراض في بيئتين مختلفتين على الأقل)، فإنه من الضروري وجود أكثر من مصدر للمعلومات، وعادة ما يكونون الآباء والمدرسين. ويرجع هذا إلى المبلغين (مصادر المعلومات) (سواء المدرسين أو الآباء) يلاحظون الأطفال في بيئات مختلفة، ويمكن لهذه البيئات أن تؤثر على ظهور الأعراض، كما تؤثر الكثير من التحيزات في المبلغين.

ويمتلك الآباء نظرة زمنية طويلة (عبر وقت طويل) ويمكنهم توفير معلومات عن مسار النمو العصبي للطفل. ويعاني الآباء على الجانب الآخر من صعوبة أكبر في الاعتراف بمشاكل أطفالهم. ونجد أن المدرسين على الجانب الآخر يتعاملون عن قرب مع عدد كبير من الأطفال في نفس السن، مما يمكنهم بسهولة من تحديد السلوكيات المخالفة للمعتاد، ويعرفون عن المقاييس الموضوعية التي يقاس بها الأداء الدراسي للأطفال، مما يجعلهم أكثر قدرة على اكتشاف القصور أو نقاط الضعف الدراسية.

وعلاوة على الحصول على المعلومات من الآباء والمدرسين، فإن المعالجين يجب عليهم فحص الطفل، رغم أنه كثيراً ما لا تظهر الأعراض أثناء مقابلة التقييم. وسنبتعد عن الواقعية لو توقعنا ملاحظة طفل يقوم بتقويض وتكسير الأشياء أو يجري بلا هدى في عيادة الطبيب بحيث يشخص الطبيب الحالة بأنها تعاني من نقص الانتباه وفرط الحركة. وعلاوة على ذلك فإنه مما يزيد من أهمية الفحص ضرورته

لاستبعاد التشخيص باضطرابات أخرى . ويجب مطالبة المراهقين بتسجيل الأعراض التي عانوا منها أثناء طفولتهم. وكثيرا ما يذكر المراهقون معاناتهم من أعراض في الماضي، حيث يعتبرونها سلوكيات طبيعية أو يقللون من تأثيرها. يمكن للمعلومات التي يقدمها الآباء وللتقارير المدرسية أن تساعد في تحديد سن ظهور الأعراض.

وتوجد أهمية أيضا لإجراء مقابلة تشخيصية علاجية مع الآباء لجمع معلومات تفصيلية على العلاقات مع النظراء والعائلة، ومعلومات عن التاريخ الطبي وعن فحص اضطرابات أخرى يمكن أن تصاحب اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة. ويجب التأكد من مدى وجود أو غياب أنماط وسلوكيات والدية غير متناسقة أو فوضوية أو سوء معاملة أو إهمال مما يؤدي بالأطفال للقيام بسلوكيات تماثل سلوكيات مشابهة لاضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة.

فحوص إضافية

كما سبق ذكره فإن تشخيص اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة يتم في العيادة الطبية ولا يحتاج الأمر لفحوص إضافية إلا إذا شك المعالج في وجود مشاكل أخرى (الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال، 2011)

ويساعد استخدام مقاييس تقديرية في إيجاد قياسات كمية لوجود الأعراض ومدى شدتها وفي مراقبة الاستجابة للعلاج. ويمكن للآباء والمدرسين إتمام الإجابة على تلك المقاييس scales حيث أنها سهلة الاستخدام، ويحدث في حالات نادرة في حال الشك في وجود مشكلة جسدية تسبب المشكلة النفسية أن تكون هناك حاجة لرأي متخصص. ونجد على سبيل المثال أن حدوث نوبات قصيرة أو ليلية يمكن أن يسبب مشاكل انتباه وتململ (عدم استقرار) restlessness ويمكن تفسيرها خطأ على أنها نقص انتباه وفرط حركة. أما في الحالات التي يشك فيها في وجود صرع، فإن الأمر يتطلب تقييم عصبي وتخطيط كهربائي للمخ neurological و EEG. ورغم شيوع وشعبية استخدام تخطيط الدماغ الكهربائي EEG electroencephalogram لتشخيص

1-تعريف اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه:

ارتأينا قبل أن نعرف اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه تعرف: تشتت الانتباه، فرط الحركة والاندفاعية.

أ- تشتت الانتباه:

* يعرفه الدسوقي (2006): بأنه شرود الذهن وتجنب أداء المهام التي تتطلب الانتباه لمدى زمني طويل، إلى جانب السلوكيات التي تتمثل بالإهمال والنسيان عند أداء الأنشطة اليومية وفقدان الممتلكات في أغلب الأحيان وعدم القدرة على إتباع التعليمات وصعوبة في تنظيم أو أداء المهام.

* يعرفه القمش ومعاينة (2007): بأنه: " عدم القدرة على المتابعة والتركيز على المهمات والمثيرات المختارة أو تلك المثيرات المرتبطة بالموقف أو المغالاة في الانتباه بمثيرات مرتبطة بالموقف".

* وعرفته الباحثة د. ليلي يوسف كريم المرسومي بأنه: " ضعف القدرة على تركيز الانتباه إلى المثيرات وكثرة النسيان والانتقال من نشاط إلى آخر، والانشغال بموضوعات متعددة وصعوبة التفكير".

ب- فرط الحركة:

* يعرفه الأشول (1987): بأنه السلوك الذي يتسم بالحركة غير عادية والنشاط المفرط ويعوق تعليم الطفل المضطرب به، ويسبب له مشكلات في إدارة السلوك.

* يعرفه يحي (2000): بأنه زيادة في النشاط عن الحد المقبول بشكل مستمر، وأن الحركة التي يصدرها الطفل لا تكون متناسبة مع عمره الزمني.¹

* يعرفه محمد (2003): " بأنه النشاط الحركي المفرط المتمثل في تملل الطفل وإفراطه في الحركة والنشاط والحديث وعدم قدرته على الجلوس ساكنا أو اللعب في هدوء إلى جانب الإتيان بسلوكيات لا تعد في تلك المواقف التي تحدث فيها مع استمرار حركته بشكل مفرط وغالبا ما يقترن بالاندفاعية"

¹ ليلي يوسف كريم المرسومي نفس المرجع السابق من 26-28.

ج- الاندفاعية:

* يعرفه Goldstein (1995) بأنه: "ميل الأطفال المضطربين للاستجابة دون تفكير مسبق ولا يعرفون تعجلهم عند قيامهم بالأداء، كما يجدون صعوبة في انتظار دورهم ولا يفكرون في البدائل المتاحة قبل أن يتخذون قراراتهم".

د- تعريف اضطراب فرط الحركة / تشتت الانتباه:

* تعرفه موسوعة علم النفس بأنه: "الطفل الذي ليس لديه القدرة على تركيز الانتباه والمتسم بالاندفاعية وفرط النشاط وتزداد هذه الأعراض شدة في المواقف التي تتطلب من الطفل مطابقة الذات وأيضا الحكم الذاتي، والذي يظهر قصورا في مدى ونوعية التحصيل الأكاديمي وقصور في الوظائف الاجتماعية.

* **التعريف الطبي:** تعرفه مجموعة متخصصة من الأطباء في قصور الانتباه والاضطرابات العقلية على أنه: "اضطراب عصبي حيوي يؤدي إلى عملية قصور حاد يؤثر على الأطفال بنسبة 3 إلى 5% من تلاميذ المدارس"

* يذكر شاهين (1985) أن فرط النشاط يمكن تحديده من خلال الأعراض التالية:

- زيادة في الحركات غير المنتظمة والتي يصعب تنظيمها في فترة المراهقة.

- الاندفاعية مزاج منقلب بصورة واضحة - مقاومة التدريب.

- ضعف في العلاقات الاجتماعية.

- تأخر في نمو المهارات.

- صعوبة في القراءة والكتابة.

* التعريف السلوكي لـ Barkley (1990) على أنه: "اضطراب في منع الاستجابة للوظائف التنفيذية، قد يؤدي إلى قصور في تنظيم الذات وعجز في القدرة على تنظيم السلوك تجاه الأهداف الحاضرة والمستقبلية مع ملائمة السلوك بيئيا"

- * تعريف Breggin (1991): " الأطفال ذوي النشاط الزائد وقصور الانتباه على الفهم أطفال لم يحصلوا على اهتمام من الوالدين، فحدث لهم هذا الاضطراب السلوكي".
- * يعرفه تشرناموزوفا (1996) بأنه: " اضطراب نتيجة النشاط الحركي البدني والنشاط العقلي للطفل، عندما يكون في حالة هياج أو ثروة لانتصار على أي شيء ممنوع عنه".
- * ويعرفه أيضا بأنه: " نتيجة قصور في وظائف المخ التي يصعب قياسها بالاختبارات النفسية "
- * يعرفه المعهد القومي للصحة النفسية على أنه: " اضطراب في المراكز العصبية التي تسبب مشاكل في وظائف المخ مثل: " التفكير والتعلم، الذاكرة والسلوك"
- * يشير Kauffman إلى أنه: " اضطراب يحدث في نمو القدرة على الانتباه والنشاط حيث يظهر هذا الاضطراب في مراحل عمرية مبكرة أي قبل سن 7 و8 سنوات".

2- تاريخ اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه:

لقد تعرض مصطلح اضطراب فرط الحركة / تشتت الانتباه إلى عدة تسميات وهذا منذ بداية القرن الثامن عشر (18) إلى غاية الدليل الإحصائي التشخيصي للاضطرابات العقلية DSM IV بحيث كان يسمى بـ إصابة دماغية بسيطة Lésion ثم خلل دماغي بسيط ثم فرط الحركة Hyperkinésie بعدها تناذر فرط الحركة أو اندفاعي ، انعكاس فرط حركي للطفولة وهذا في DSM III وأخيرا تشتت الانتباه مع أو بدون فرط الحركة.

لقد اهتم العديد من العلماء بالاضطرابات السلوكية في مرحلة الطفولة، بحيث لقد تبين بأن دراسة تلك الاضطرابات بدأت في القرن الثامن عشر ووضع وصف للسلوك الحركي الزائد عام 1845 في قصص الأطفال ونتيجة لاصابة الكثير من الشعوب في الحرب العالمية الأولى بإصابات دماغية بسبب انتشار وباء إلتهاب المخ، تبين أن الأطفال المصابين بتلف أو إصابة في المخ أو اضطرابات في الجهاز العصبي المركزي يكون لديهم زملة أعراض سلوكية مثل الحركة المفرطة والقصور في الانتباه والاندفاعية وتلك الأعراض تميز الأطفال المصابين بالاضطراب ضعف الانتباه المصحوب بفرط النشاط.

- لقد صرح ترغولد 1908 بأنه في حالة الاصابة الدماغية البسيطة خلال الولادة، فإن الأعراض الأولية قد تتلاشى بسرعة، لكنها تعاود الظهور عندما يبدأ الطفل تعليمه المدرسي دالة على عجزما.

- يعتبر الدكتور George Still 1902 أحد أوائل الباحثين الذين بحثوا في اضطراب فرط الحركة /تشتت الانتباه، فقد اشار إليه آنذاك بذوي العجز في السيطرة على الروح المعنوية والمقصود بذلك هو العجز في القدرة على ضبط الذات.
- لقد قام Strauss في (الثلاثينات والأربعينات) ببعض الأبحاث على الأفراد الذين يعانون من إعاقة عقلية وقد توافرت في بعضهم خصائص تدل على وجود اضطرابات ضعف الانتباه المصحوب بفرط النشاط.
- كما بحث Goldstein (1936 ، 1939) في خصائص الجنود المصابين في الحرب العالمية الأولى وخصوصا ممن تعرض منهم إلى إصابات في الدماغ، وقد ظهر عليهم الكثير من الخصائص التي تشابه خصائص الأفراد الذين يعانون من اضطراب تشتت الانتباه/ فرط الحركة.
- ويضيف Guickshank 1957 في أبحاثه على الأطفال الذين يعانون من شلل دماغي أنه من المحتمل ظهور مثل هذه الخصائص لدى هذه الفئة وأن الأطفال الذين تمت دراستهم كانوا جميعا من ذوي الذكاء العادي ولا يعانون من أي إعاقة عقلية لذا فمن المحتمل أن يتواجد اضطراب ضعف الانتباه وفرط الحركة لذوي الذكاء العادي.
- تطور مفهوم النشاط الزائد منذ 1970 كان يسمى Hyperkinesias وهي أصل الكلمة اللاتينية Superactive . وفي السنوات الأولى من عام 1980 بدأ الاتجاه الذي كان سائدا من قبل والذي يشير إلى اضطراب ضعف الانتباه المصحوب بفرط النشاط والاندفاعية تعتبر مظاهر سلوكية ناشئة من خلال تفاعل على درجة عالية من التعقيد بين خصائص الفرد وبيئته وبذلك ينظر لهذا الاضطراب على أنه اضطراب سلوكي، وعرف في الدليل التشخيصي للاضطرابات العقلية بأنه رد فعل حركي مفرط في مرحلة الطفولة، ثم حدث تطور في تسميته في الطبعة الثالثة من الدليل التشخيصي والتي نشرت عام 1980 DSM III حيث أعطى له تعريفا موسعا يشمل زملة من الأعراض السلوكية وسمي باضطراب عجز الانتباه المصحوب بفرط الحركة.
- حاليا تغير المفهوم رسميا وأصبح اضطراب النشاط الزائد وقصور الانتباه طبقا لتعريف الجمعية النفسية الأمريكية في الدليل التشخيصي الإحصائي الرابع للاضطرابات العقلية DSM IV سنة 1994. وعلى الرغم من هذا التغيير إلى أن بعض المختصين مازالوا يسمونه اضطراب قصور الانتباه ADD.

- الجدول التالي يوضح تطور مفهوم اضطراب تشتت الانتباه وفرط الحركة حسب الدليل التشخيصي الإحصائي بالاضطرابات العقلية:

1994 DSM IV	1987 DSM III TR	1980 DSM III
1- نشاط زائد/قصور الانتباه مصحوب بتشتت الانتباه ADHD وتعرفه 6 أعراض في تشتت الانتباه من قائمة بها 9 أعراض. 2- نشاط زائد وقصور الانتباه مصحوب بالاندفاعية ونشاط حركي زائد ADHD وتعرفه 6 أعراض تدل على النشاط الزائد و3 أعراض تدل على الاندفاعية. 3- نمط مشترك ADHD وتعرفه الأعراض التي ذكرت في رقم 1 و2 أعلاه.	-اضطراب النشاط الزائد وقصور الانتباه ADHD ويحتوي على 8 أعراض في قائمة بها 14 عرض يدل على قصور الانتباه، الاندفاعية، النشاط الزائد	1-اضطراب قصور الانتباه ADD بدون نشاط زائد وهو يحتوي على 3 أعراض للاندفاعية. 2-قصور الانتباه واضطراب النشاط الزائد AD ويحتوي على عرضين للنشاط الزائد

أعراض اضطراب فرط الحركة /تشتت الانتباه حسب الدليل التشخيصي الإحصائي الرابع للاضطرابات : DSM IV

(أ) إما (1) أو (2) :

(1) ستة أعراض التالية لتشتت الانتباه (أو أكثر) ظهرت لمدة لا تقل عن ستة أشهر لدرجة غير متسقة مع مستوى النمو وغير متسق معها من هذه الأعراض.

تشتت الانتباه:

- يفشل غالبا في منح الانتباه للتفاصيل أو ارتكاب أخطاء إهمال في العمل المدرسي أو العمل أو الأنشطة الأخرى.
- غالبا يجد صعوبة في مواصلة الانتباه في المهام أو أنشطة اللعب.
- غالبا لا يبدو منصتا عندما يتحدث الآخرون إليه مباشرة.
- غالبا لا يتابع التعليمات ويفشل في الاهتمام بالعمل المدرسي أو العمل الروتيني في محل العمل (علما بأن ذلك يرجع إلى سلوك مقاوم أو إلى الفشل في فهم التعليمات).

- غالبا يجد صعوبة في تنظيم المهام والأنشطة.
- غالبا يتجنب أو يبغض أو يقاوم الاشتراك في مهام تتطلب جهدا عقليا مستمرا (مثل العمل المدرسي أو العمل المنزلي).
- غالبا يفقد الأشياء الضرورية للمهام أو الأنشطة (مثل الألعاب، الواجبات المنزلية، أقلام الرصاص، الكتب، الأدوات).
- غالبا يشتم بسهولة من المثيرات الخارجية.
- غالبا ينسى الأنشطة اليومية.

**أعراض اضطراب فرط الحركة / تشتت الانتباه حسب التصنيف العالمي للاضطرابات العقلية والسلوكية
: CIM10**

المعايير التشخيصية لاضطراب فرط الحركة تستدعي وجود تشتت الانتباه، فرط الحركة والاندفاعية بحيث هم سائدين حاضرين Persistentes وتظهر في مواقف متعددة وهي لا تعود إلى اضطراب آخر (مثل: التوحد أو اضطراب المزاج).

تشتت الانتباه:

على الأقل 6 أعراض من تشتت الانتباه التالية ظهرت لمدة لا تقل عن 6 أشهر السابقة بدرجة غير متكيفة ولا تتسق مع مستوى نمو الطفل:

- يفشل غالبا في منح الانتباه للتفاصيل أو ارتكاب أخطاء إهمال في العمل المدرسي، العمل أو أنشطة أخرى.
- غالبا يعاني من صعوبة في مواصلة الانتباه في المهام أو أنشطة اللعب.
- غالبا لا يبدو منصتا لما تقوله له.
- لا يتابع غالبا التعليمات الآتية من الآخرين ولا ينهي واجباته، مهامه أو واجباته في مكان عمله (غير راجع لسلوك مقاوم أو معارض أو غير راجع لنقص فهم التعليمات).
- غالبا يجد صعوبة في إنهاء المهام والأنشطة.
- غالبا يتجنب أو يقاوم الاشتراك في مهام تتطلب جهدا عقليا مستمرا (مثل: العمل المدرسي أو العمل المنزلي).

- غالبا يفقد الأشياء الضرورية لعمله أو لبعض الأنشطة في المدرسة أو في البيت (مثل: أقلام الرصاص، الكتب، اللعب والأدوات).
- غالبا يتشتت بسهولة من المثيرات الخارجية.
- ينسى غالبا الأنشطة اليومية.

فرط الحركة:

على الأقل 3 أعراض من الأعراض التالية لفرط الحركة ظهرت لمدة 6 أشهر السابقة لدرجة غير متكيفة وغير متسقة مع مستوى نمو الطفل.

- غالبا يتململ بيديه أو رجليه أو يتلوى في مقعده.
- غالبا يترك مقعده في الفصل أو في مواقف أخرى يتوقع فيها أن يبقى في مكانه.
- غالبا ينتقل من مكان إلى آخر أو ينسحب من موقف كان قد اتخذه كثيرا في ظروف لا يلائمها.

قياس وتشخيص اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه:

يذكر باركلي 1998 و كوفمان 2005 أن قياس وتشخيص أي فرد يعاني من اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه لابد ان يتضمن الآتي:

إجراء الفحوصات الطبية المختلفة:

تعمل اسرة الطفل على إجراء بعض الفحوصات الطبية التي تخص الجهاز العصبي والجوانب الصحية الأخرى والظروف الطبية مثل: أورام الدماغ والصرع كسب لحالة اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه للتأكد من وجود أو عدم وجود مشكلات مرتبطة بها.

إجراء المقابلة الطبية:

يعرض الآباء في المقابلة الطبية الطفل على طبيب نفسي من أجل معلومات عن الخصائص الطبية النفسية للطفل وتفاعلات الأسرة مع الطفل فعند حضور الطفل لعيادة الطبيب النفسي يبدو وكأنه لا يعاني من أي اضطراب لذلك لابد وأن يكون الطبيب شخص متمرس من عمله لديه الحس الإكلينيكي لتشخيص مثل هذه الحالات.

تقديرات المعلمين والآباء :

إن هدف الأباء هو هدف تشخيصي أما اهتمام المعلمين والآباء هو عملية التقييم والتشخيص من أجل وضع خطة علاجية لضبط السلوك وتنظيم حياة الطفل وبيئته الدراسية وطرق التدريس الفعالة.

- يلاحظ الآباء السلوكيات التي يصدرها الطفل قبل المدرسة دون جدوى، فالقياس والتشخيص لا يبرز إلا عند دخول الطفل إلى المدرسة ويلاحظ ذلك السلوك المعلم.
- تعد البيئة المدرسية الطريقة المثلى لتقييم وتشخيص اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه بالاضافة إلى تقديرات المعلمين والأقران والملاحظة المباشرة.
- كمقاييس نفسية : مقياس دوباوولوبور اناستوبولوس وارايد الطبعة IV . مقياس كونرز .
- يورد سيسالم 2001 تفصيلا عن مقاييس التقدير باختلاف أنواعها كالتالي:

1- مقياس تقدير أولياء الأمور:

يعتبر مقياس كونرز من أكثر المقاييس شمولية ، و هو يصلح للأطفال فيما بين (3-17) يشمل على 8 مقاييس رئيسية إضافة إلى قائمتين تستخدمان للتمييز بين الأطفال العاديين و الأطفال

ذوي اضطراب فرط الحركة و تشتت الانتباه و المقاييس الثمانية:

1.مقياس المقابلة أو المعارضة.

2.مقياس المشكلات المعرفية.

3.مقياس النشاط الزائد و الاندفاعية.

4.مقياس الخجل و القلق.

5.مقياس الإتقان.

6.مقياس المشكلات الاجتماعية.

7.مقياس الاضطرابات النفسية.

8. DSM IV .مقياس أعراض

2 -مقياس تقدير المعلمين:

توجد مجموعة من المقاييس التي تستخدم للحصول على تقديرات المعلمين و أهمها:

1-2-مقياس كونرز لتقدير المعلمين: يحتوي هذا المقياس على 59 عنصرا مشابها للعناصر التي

يشتمل عليها مقياس تقدير أولياء الأمور إضافة إلى مقياس إضافي و هو لقياس الجوانب النفس جسمية

وقد تم (تقنين هذا المقياس على عينة من ألفي معلم للأطفال الذين تتراوح أعمارهم فيما بين 3-17

سنة)

2-2- مقياس سبادافورد لتقدير اضطراب فرط الحركة و تشتت الانتباه : يستخدم مع معلمي الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين (5-19 سنة) يستخدم لقياس و تشخيص حالات فرط الحركة و تشتت الانتباه إضافة إلى الكشف عن درجة شدة المشكلات السلوكية يحتوي على 50 عنصر.

2-3- مقياس تقدير المعلمين الشامل لاضطراب فرط الحركة و تشتت الانتباه : يتكون من 24 عنصر و 4 مقاييس رئيسية لقياس الانتباه و النشاط الزائد و المهارات الاجتماعية و السلوك المخالف .يزودنا بنتائج ومعايير منفصلة للبنين و البنات و هو مناسب للأطفال من (5-13) سنة.

3 -مقاييس التقدير الذاتي:

لكونرز خاصة بفئة المراهقين يتكون من 87 عنصر ، تم تطوير نسخة مختصرة تحتوي على 27 عنصر ضمن 4 من المقاييس الأساسية و هي:

-مقياس النشاط الزائد و الاندفاعية.

-مقياس المشكلات العقلية.

-مقياس مشكلات التصرف.

-مقياس المشكلات الانفعالية.

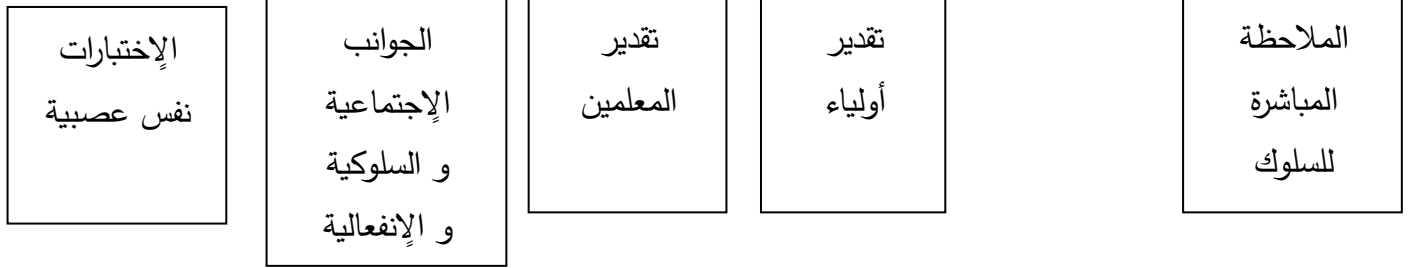
4مقاييس التقدير المختلطة - المشتركة:

يعتبر مقياس تقييم سلوك الأطفال من المقاييس المختلطة بحيث يشترك فيه مجموعة من المقدرين مثل :المعلمين، أولياء الأمور و الطلاب .يزودنا بمعلومات عن الجانب السلوكي و العقلي و الانفعالي للمفحوص.

شكل يقدم خطوات عملية القياس و التشخيص

احتمالات وجود مشكلات في الدراسة، السلوك و الإنفعالات، الإنتباه، الإندفاعية، النشاط الزائد، أمراض و مشكلات جسمية

الحصول على معلومات من مصادر متعددة



التقييم الشامل للمعلومات التي حصلنا عليها و تحديد نوع المشكلات أو الاضطرابات التي يعانيتها المفحوص

اضطرابات في التصرف	مستوى الذكاء: مرتفع متوسط منخفض	صعوبات التعلم: في القراءة في الهجاء في الحساب في الكتابة	ضعف في الانتباه	اضطراب ضعف الانتباه والنشاط الزائد
	قصور في البصر و السمع و الحركة	اضطرابات عقلية	اكتئاب	قلق

الآثار السلبية على المهارات التعليمية:

1- العوامل الوراثية:

بالرغم من الأدلة العلمية غير القاطعة حول أثر العوامل الوراثية في تطور هذا الاضطراب ، إلا أن هناك بعض نتائج الدراسات تشير إلى وجود اثر للعوامل الجينية و التكوينية. تلعب العوامل الوراثية دورا هاما في الإصابة بالنشاط الزائد ، و ذلك إما بالطريقة المباشرة من خلال نقل المورثات التي تحمل الخصائص و تؤدي إلى تلف أو ضعف بعض المراكز العصبية المسؤولة عن الانتباه بالمخ، أو بطريقة غير مباشرة من خلال نقل هذه المورثات لعيوب تكوينية تؤدي إلى تلف أنسجة المخ والتي بدورها تؤدي إلى ضعف نموه بما في ذلك المراكز العصبية الخاصة بالانتباه. أظهرت نتائج دراسة جيودمان و ستيفنسون 1989 الأثر الواضح للعوامل الجينية الوراثية في هذه الظاهرة ، حيث تبين أن التوائم المتماثلة كانت أكثر تعرضا للإصابة بهذا الاضطراب من التوائم غير المتماثلة . كما أظهرت نتائج الدراسات الأخرى إجتمالية إصابة الأطفال بهذا الاضطراب بشكل أكبر إذا كان أحد والديهم مصابا بهذا الاضطراب، و هو أكثر إنتشارا لدى الأقارب الذين يسود لديهم هذا الاضطراب . و بالرغم من هذه النتائج إلا أنه لأن لم يتم تحديد العوامل الجينية.

2- العوامل البيولوجية:

هناك عددا من الأسباب العضوية المحتملة التي قد تقف وراء حدوث مثل هذا الاضطراب ، و من هذه الأسباب الإصابات البسيطة التي تلحق بالدماغ أو التشوهات الخلقية أثناء الولادة و الرضوض والإصابات التي يتعرض لها الجنين. لقد ظهرت نتائج الدراسات أن نسبة قليلة من الأطفال الذين يعانون من اضطراب النشاط الزائد وتشتت الانتباه يعانون من تلف بسيط أو إصابة في القشرة الدماغية. و من الأسباب العضوية الأخرى الأورام و نقص الأوكسجين الواصل للخلايا الدماغية و التعرض للأشعة واضطراب المواد الكيميائية التي تحمل الرسائل إلى الدماغ ، هذا بالإضافة إلى الخلل في بعض الحواس أو وظائفها.

يمكن توضيح ذلك من خلال:

- خلل وظائف المخ.
- الخلل الكيميائي للناقلات العصبية.
- النمو العقلي و المعرفي للطفل.
- خلل في بعض الحواس أو وظائفها.

3- العوامل البيئية:**1- عوامل قبل و أثناء الولادة:**

فتتعرض الأم أثناء الحمل للإشعاع ، أو تناول المخدرات أو الكحوليات أو بعض العقاقير الطبية أو تعرضها لبعض الأمراض المعدية كالحصبة الألمانية أو الزهري أو الجدري أو السعال الديكي أو غيرها يؤدي إلى تلف الدماغ بما في ذلك مراكز الانتباه ، و هذا التلف يؤدي إلى بعض التشوهات والعيوب الخلفية.

2- الحوادث:

إصابة مخ الجنين أثناء الولادة أو إصابة الطفل بعد الميلاد و في سنوات طفولته المبكرة بارتجاج في المخ نتيجة حادث.

3- الأمراض المعدية:

فتتعرض الطفل لأي عدوى ميكروبية أو فيروسية كالحمى الشوكية أو الإلتهاب السحائي، أو الحمى القرمزية أو الحصبة الألمانية يؤدي إلى إصابة المراكز العصبية بالمخ المسؤولة عن الإضطراب.

4- التسمم بالتوكسينات:

مثل : التسمم بمادة الرصاص ، التي تدخل في طلاء لعب الأطفال الخشبية ، و طلاء أقلام الرصاص وغيرها، وعندما تزداد نسبة الرصاص في الدم تتلف بعض الخلايا العصبية المسؤولة عن النشاط الزائد.

5- الغذاء :

قد توصل Feingold et al 1976 إلى أن النشاط الزائد له ارتباط بالسلع الغذائية و ما يضاف إلى كثير من الأطعمة من نكهات صناعية و ألوان و مواد حافظة .و في بعض الدراسات المبكرة حيث تم استبعاد مثل هذه العناصر من غذاء الأطفال بشكل منظم. و أظهرت نتائج بعض الدراسات أن تناول أنواع محددة من الأغذية مثل تلك التي تحتوي على السكريات و المواد الحافظة و النكهات الصناعية و حامض الساليسيك تساهم إلى درجة كبيرة في حدوث مثل هذا الاضطراب لدى الأطفال و لا سيما إذا كان هناك إفراط مستمر في تناولها دون رقابة من الأسرة.

4-العوامل الإجتماعية و النفسية:

تلعب العوامل الإجتماعية و النفسية دورا كبيرا و بارزا في حدوث مثل هذا الإضطراب و تطوره 2003 عن أثر التنشئة الإجتماعية في ظهور louise و lianne لدى الأطفال ، و لقد أوضحت دراسة النشاط الزائد لدى الأطفال ما قبل المدرسة و ذلك عن طريق مقارنة عينة قوامها 33 طفلا من أطفال الحضانة و الذين يعانون من النشاط الزائد ، و تم تقييم الأمهات و الأطفال في المنزل عن طريق مجموعة من اللقاءات ، و مجموعة أسئلة للأب و قياسات و ملاحظات عن التربية و العوامل الأسرية.

و توصلت الدراسة إلى أن الترابط بين الطفل و أبوية يحد من النشاط الزائد ، و التفاعل القليل بين الطفل و أمه من الإسهامات التي تزيد النشاط الزائد مما يتضح أن الطريقة التي يتعامل بها الوالدان و كفاءتها هي التي ربما تكون السبب الرئيسي في النشاط الزائد.

-عدم الإستقرار داخل الأسرة:

فلا أسرة غير المستقرة من الناحية الإقتصادية و الإجتماعية و النفسية يكون أطفالها أكثر عرضة للنشاط الزائد ، و من دلائل عدم الإستقرار مرض أحد الوالدين ، أو إدمان الوالد للمخدرات أو طلاق الوالدين، أو سفر أحدهما أو وفاته، أو سوء الإنسجام الأسري، أو النزاعات والشجار بين أفراد الأسرة والتصدع الأسري ، أو الظروف الإقتصادية السيئة.

-سوء المعاملة الوالدية:

لقد أوضحت دراسة جورج دييول 2001 أن الأطفال الصغار الذين يعانون من اضطراب النشاط الزائد و قصور الإنتباه أظهروا مشاكل سلوكية أكثر و كانوا إجتماعيا أقل مهارة من أطفال المجموعة الضابطة (العاديين و) ابائهم يعانون من ضغط أكثر ، و أظهر الأطفال سلوكا غير لائق و غير مستحب.

مسار و مآل اضطراب فرط الحركة و تشتت الإنتباه:

معظم الملاحظين يبينوا بأن فرط الحركة و تشتت الإنتباه يكون ظهوره بوضوح في مرحلة المدرسة الإبتدائية أي في سن 6-12 سنة . لكن في مرحلة المراهقة تتخفف أعراض فرط الحركة و تشتت الإنتباه لكن تظهر اضطرابات سلوكية أخرى مثل : الجنوح ، تناول المخدرات و الكحول ، عدم الثبات العلائقي.

في عدة دراسات للأطفال مفرطي الحركة متشتتي الإنتباه ، أظهر الباحثون أنه في سن الرشد يظهرون اضطرابات سلوكية أكثر خطورة و بنسب عالية مثل : اضطرابات ضد إجتماعية سيكوباتية، تناول الكحول ، الجنوح، اضطراب الشخصية الحدية.

طرق الوقاية من اضطراب فرط الحركة و تشتت الإنتباه:

1- المستوى الأول:

تهدف الوقاية في هذا المستوى إلى الحيلولة دون حدوث الإعتلال أو الضعف و ذلك يتم من خلال جملة مجموعة من الإجراءات التي تمنع تعرض الفرد لهذا الإعتلال أو الضعف و تهدف أيضا إلى خفض نسبة الإصابة في المجتمع إما الوسائل المستخدمة لتحقيق مثل هذا الهدف فهي عديدة و تشمل:إزالة مخاطر البيئة ، التطعيم ضد الأمراض ، تحسين مستوى رعاية الأمهات و الأطفال ، إتباع قواعد الأمن و السلامة العامة في الأماكن المختلفة ، توعية المجتمعات ، التخطيط لمرحلة ما قبل الزواج و الحمل، برامج الإرشاد الجنيني، فحص ما قبل الزواج ، التربية الوقائية ، العناية النفسية و الاجتماعية بالطفل ، الرعاية الصحية للام الحامل ، العناية بالمواليد ، العناية بالأأم و المولود في مرحلة الولادة. - منع الأم من تناول العقاقير (الكحول، التدخين، المهدئات، المخدرات..).

-الولادة الطبيعية هي أفضل طريقة لتجنب أحداث أي ضرر عضوي بالجهاز العصبي المركزي للطفل حديث الولادة.

-تجنب الصوت المرتفع و الشجار المستمر و البيئة الغير المركبة أو نقص الإثارة كالحرمان من مواد اللعب و الخبرات العادية الأخرى....)

2- المستوى الثاني:

تهدف الوقاية في هذا المستوى إلى الحد و منع تطور و تفاقم الإعتلال أو الضعف و إلى عجز و بالتالي خفض نسبة الأفراد العاجزين في المجتمع و ذلك من خلال برامج الكشف المبكر و التدخل المبكر من خلال العلاج الفوري و المناسب لحالات الإعتلال و الضعف و تمثل طرق الوقاية الثانوية في التعريف المبكر على الأفراد الذين يعانون من ضعف أو إعتلال ما ثم يتم تزويدهم بأنواع العلاج المختلفة والمناسبة لحالة الضعف طيبة كانت أم تربوية نفسية أم إجتماعية أم صحية.

3- المستوى الثالث:

تهدف الوقاية في هذا المستوى إلى التغلب على حالة العجز و الحيلولة دون تفاقم هذه الحالة و تطورها إلى إعاقة و ذلك من خلال مساعدة الفرد العاجز على استعادة ما يمكنه استعادته من قدرات جسمية كانت أم عقلية أم تربوية أم نفسية أم إجتماعية . و منع حدوث مضاعفات أو التخفيف منها على أقل تقدير . أما بالنسبة للوسائل و الطرق و الإجراءات التي يمكن توظيفها لتحقيق مثل هذا الهدف فهي تتمثل في الخدمات التربوية الخاصة و التأهيلية و الخدمات المساندة (علاج طبيعي PT ، علاج وظيفي OT، علاج اضطرابات النطق و اللغة LST و غيره) .

و الخدمات التربوية و الإرشادية و تعديل اتجاهات المجتمع السلبية نحو الإعاقة و ذوي الإحتياجات الخاصة كما أن توفير فرص الاندماج الإجتماعي تساعد في تحقيق هذا الهدف و غير ذلك من الإجراءات التي يمكن أن تساعد في إزالة الحواجز المادية و غير المادية التي قد تعيق توافق الفرد ذو الإحتياجات الخاصة و استقلاليته أو تحرمه من حقوقه الطبيعية.

بعض التمارين لتقوية التركيز الذهني:

أ- اختر موضوعا تحبه وأرغم نفسك على التفكير فيه وحده فقط لمدة ربع ساعة وحاول يوميا على

الأقل أن تحفظ فيه شيئا جديدا.

ب- قف كل يوم مرة أمام أحد رفوف مكتبتك فإن لم يوجد فأمام دولااب مطبخك فإن لم يوجد فأمام

دولااب عرض بضائع في متجر قريب، ثم أنظر إلى الأشياء واحدة بعد الأخرى بتمعن وتدقيق

وهذوء ثم انصرف عن ذلك واكتب على ورقة موجودات الدولار مرتبة ثم ارجع الدولار وراجع ما كتبت على الواقع.

ت- انظر إلى شيء ما بضع دقائق ثم اصرف نظرك عنه ودع شخصا آخر يوجه لك أسئلة عنه وأنت تتذكر وتجاوب.

ث- عد الأرقام تنازليا من 100 إلى واحد هكذا 100- 99....الخ.

- ثم عدها مرة مرة اثنين اثنين هكذا 100- 98 - 94....الخ.

- ثم عدها مرة أخرى ثلاثة ثلاثة هكذا 100- 97 - 94....الخ.

- ثم عدها مرة أخرى أربعة أربعة هكذا 100- 96 - 92....الخ.

- ثم عدها مرة أخرى خمسة خمسة هكذا 100- 95 - 90....الخ.

مع تكرار هذا التمرين كل يوم مرة واحدة لمدة شهر على الأقل.

ج- خذ ورقة ودون عليها الأرقام من 1 إلى 10 هكذا 1- 2- 3....الخ.

(كارول فوردمان، 2010، ص 3)

ح- قم بعملية حصر القضايا التي تحتاج منك تفكير وترتيبها حسب أهميتها أو استعجالها واحتفظ

بذلك مكتوبا في ورقة لديك وعندما تكون معتدل المزاج مرتاح البال في مكان مريح بعيدا عن

الضوضاء والإزعاج استخرج ورقتك وتناول أول قضية فيها بالتفكير (كارول فوردمان، 2010،

ص4).

خلاصة:

إن التركيز الذهني من العمليات العقلية التي تساعد على حل المشكلات التعليمية والتعقيدات الموجودة في العملية التعليمية التعلمية وسوء الفهم للمتطلبات الرئيسية للعمليات المعرفة رغم وجود مثيرات ومشتتات التركيز الذهني.

تمهيد:

تغيير الجانب الميداني من اهم جوانب البحث في العلوم الانسانية والاجتماعية الذي يستهدف جمع كافة البيانات الأولية في مجتمع البحث كما يتناول هذا الجزء من دراستنا تحليل بيانات الدراسة الميدانية استنادا للمعطيات المتحصل عليها من استمارات الاستبيان التي تم توزيعها على المبحوثين وقد تم ادراجها في جداول بسيطة ومن تم التعليق عليها كميا وكيفيا من أجل استخلاص النتائج النهائية للدراسة.

منهج الدراسة:

تعتبر مرحلة اختيار منهج البحث خطوة هامة من خطوات الدراسة، فالمنهج يعد الطريق لجميع خطوات الدراسة، فقد عرف: " على أنه الطريق إلى الكشف من حقيقة العلم" بواسطة طائفة من القواعد العامة التي تهيمن على الفعل وتحدد عملياته حتى يصل إلى نتيجة معلومة " ص 8 (عبد الرحمن بدوي (1997): مناهج البحث العلمي، ط2، وكالة المطبوعات ، الكويت).

وبما أن دراستنا تتمحور حول الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي (الفايسبوك) وانعكاساته على قدرة التركيز الذهني من جهة نظر الطلبة الجامعيين، فإنها تندرج ضمن الدراسات الوصفية لذلك وظفنا في هذه الدراسة المنهج الوصفي الذي يهتم بحاضر الظواهر والأحداث، والذي يقوم على رصد ومتابعة دقيقة لظاهرة أو حدث معين عن طريق جمع معلومات مقننة عن المشكلة وتفسيرها وتحليلها وإخضاعها لدراسة الدقيقة (صلاح الدين شروخ (د.س): منهجية البحث العلمي للجامعيين دار العلوم للنشر والتوزيع، ص147)

ويعرفها هويتين: بأنها تلك الأبحاث التي تتضمن دراسة الحقائق الراهنة المتعلقة بطبيعة ظاهرة أو موقف، أو مجموعة من الناس أو مجموعة من الأحداث (سلاطنية بلقاسم، حسان الجيلاني، أسس البحث العلمي، ديوان المطبوعات الجامعية، 2009 ص)

إن الدراسات الوصفية تهدف إلى إعطاء صورة كلية عن الظاهرة وموضوع البحث (صابات خليل وسائل الاتصال نشأتها وتطورها، ط6، القاهرة، 1991)

كما تهدف أيضا إلى:

- جمع معلومات حقيقية ومفصلة لظاهرة معينة.
- تحديد المشكلات الموجودة، أو توضيح بعض المظاهر.
- إجراء مقارنات مع الظواهر الأخرى، أو بين حال الظاهرة في أوقات معينة.
- إيجاد العلاقة بين الظواهر (صلاح الدين شروخ، مرجع سبق ذكره، ص 147)

ومن شروط الاستمارة الجيدة:

- أن تكتب بلغة بسيطة ومفهومة وخالية من المصطلحات العلمية المتخصصة قدر المستطاع.

- مراعاة استخدامها لغرض الدراسة.

- كما يجب أن تكون متضمنة جملا قصيرة وواضحة وغير حاملة لأفكار متعددة في آن واحد.

- تجنب التكرار والإعادة (طارق الشاري، 2010، ص 13)

وعليه قمنا بإعداد استبيان حاولنا جعل أسئلتها واضحة وخادمة لموضوع الدراسة ومعبرة عن اشكالياتها وتساؤلاتها وربطها بنظرية الاستخدامات والاشباكات ثم صياغة محاور الاستمارة التي تضمنت 23 سؤالاً قسمت كالآتي:

المحور الأول: خصص للبيانات الشخصية للمبحوثين والمتعلقة بالجنس والمستوى التعليمي، معدل استخدام الفايسبوك بساعات.

المحور الثاني: تناول الآثار التي يخلفها الاستخدام المفرط للفايسبوك على القدرات العقلية لدى الطلبة.

المحور الثالث: تضمن إعطاء حلول واقتراحات ممكنة لتجاوز ضعف التركيز الذهني.

الاجراءات المنهجية للدراسة:

مجالات الدراسة: يعتبر مجال الدراسة خطوة أساسية في البناء المنهجي لأي بحث علمي كونه يساعد على تحقيق المتعارف النظرية في الجانب الميداني.

المجال المكاني:

حتى أتمكن مجموعة البحث من جمع المعلومات وحقائق كافية عن الموضوع الدراسة المتمثل في الاستخدامات المفرطة لمواقع التواصل الاجتماعي (الفايسبوك تحديدا) وانعكاساتها على قدرة التركيز الذهني لدى الطلبة الجامعيين.

اجريت هذه الدراسة على عينة من طلاب بجامعة محمد الصديق بن يحيى قطب تاسوست ولاية جيجل، وذلك بكلية العلوم الانسانية والاجتماعية.

وبالضبط بقسم علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونيا.

المجال البشري:

المجال البشري في هذه الدراسة هو طلبة جامعة محمد الصديق بن يحيى -قطب تاسوست - جيجل.

المجال الزمني:

وهي المدة الزمنية التي يستغرقها الباحث في جمع المعلومات والمعطيات حول الموضوع من بداية اختياره إلى غاية انتهائه.

انجزت هذه الدراسة خلال العام الدراسي 2020/2019 قمنا بالتفكير بعنوان مبدئي في شهر ديسمبر 2019 ثم تمت مناقشة العنوان من طرف اللجنة العالمية لقسم علم النفس وعلوم التربية والارطوفونيا.

بعد ذلك تم ضبط وتغيير الموضوع بصفة نهائية في شهر جانفي 2020 وتضمنت هذه الدراسة جانبين جانب نظري وجانب تطبيقي.

الجانب النظري: وقد استمر البحث عن جمع المصادر والمراجع الخاصة بهذه الدراسة من الفترة الممتدة إلى

مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة كلية العلوم الانسانية والاجتماعية من 3664 طالب وفق احصائيات التي قدمتها لنا نيابة العمادة المكلفة بالدراسات والمسائل المرتبطة بالطلبة مصلحة الاحصائيات والإعلام والتوجيه.

وقبل الإعداد النهائي للاستمارة وتوزيعها على أفراد العينة قمنا باختبار صدق الأداة وذلك بتوزيع 5 استمارات على الطلبة للوقوف على أي غموض فيها.

تفريع البيانات وتحليلها:

الجدول الأول: يمثل المتغير الجنسي والمستوى الجامعي

المجموع	الاناث	الذكور	
26	26	0	طور ليسانس
6	04	02	طور ماستر
32	المجموع		

من خلال القراءة الأولية للجدول الأول يتضح لنا أن نسبة الاناث في طور ليسانس أكبر من نسبة الذكور في نفس الطور حيث قدر بـ 26 طالبة مستخدمة للفايسبوك في هذا الطور حيث أن الذكور قدر بـ 0 وبهذا فإن نسبة البنات في طور ليسانس بلغ 81.3% ونسبة الذكور 18.8% - كما يظهر أيضا أن نسبة الطالبات في طور ماستر تفوق نسبة الذكور في حين قدر عددهم بـ 2 وعدد الطالبات 4 وهذا يدل على أن النسبة الأكثر استخدام للفايسبوك هي نسبة الطالبات في الطور لسانس حيث سجلت أكثر نسبة 81.3% من المجموع الكلي .

حساب ألفا كرونباخ

ألفا كرونباخ	عدد العناصر	
0.563	7	المحور 1
0.610	8	المحور 2
0.751	8	المحور 3
0.754	23	الكلي

2- جدول يوضح المتوسطات الحسابية ودرجة التأثير في المحور 1

الدرجات	الانحرافات	المتوسطات	الادراك الحسي
متوسطة	0.619	2.06	الاستماع لمحتوى الدرس
متوسطة	0.729	2.28	التنسيق السمعي البصري فيما يعرض علينا
متوسطة	0.847	2.16	تتبع المكتوب على السبورة
متوسطة	0.647	1.97	التواصل مع الأستاذ
متوسطة	0.856	2.09	التواصل مع الزملاء
متوسطة	0.669	2.06	تحديد المثيرات بدقة
متوسطة	0.780	2.6	متابعة مجريات الدرس

من خلال القراءة الأولية للجدول 2 يتضح أن متوسطات درجات استجابة أفراد العينة على بنود المحور الأول متقاربة فيما بينها إذ جاءت كلها متوسطة وإن ظهرت اختلافات بسيطة فيما بينها حيث نجد أكبر متوسط حسابي في العبارة متابعة مجريات الدرس 2.31 وبمعيار 0.780.

وتقترب العبارات تحديد الميترات بدقة والتواصل مع الزملاء والاستماع لمحتوى الدرس.

في حين سجل أقل متوسط حسابي في العبارة التواصل مع الاستاذ 1.97 بمعيار 0.647.

3- جدول يوضح المتوسطات الحسابية ودرجة التأثير في المحور 2

الدرجات	الانحرافات	المتوسطات	الانتباه الانتقائي
متوسطة	0.762	2.25	التعرف على الكلمات المفتاحية للموضوع
متوسطة	0.740	2.03	اتباع دلالة الحركات و الايماءات التي تصدر عن الاستاذ
عالية	0.871	2.37	اميز اصوات زملائي اثناء الحوارات
متوسطة	0.729	2.28	اغبر مستوى تركيزي حسب اهمية الافكار اثناء الدرس
متوسطة	0.683	2.28	انقل اهتماماتي من حيز تفكيري الى حيز اخر اذا اقتضت الضرورة
متوسطة	0.718	2.25	احدد مشكلة الموضوع
متوسطة	0.780	2.19	اتعرف على افضل الافكار
متوسطة	0.677	2.16	احدد اصعب المسائل

من خلال القراءة الأولية للجدول 4 يتضح لنا أن متوسطات درجات استجابة أفراد العينة على بنود المحور الثاني تختلف قليل فيما بينها إذ جاءت بدرجة عالية في العبارة 3 وباقي العبارات متوسطة وإن ظهرت اختلافات بسيطة فيما بينها حيث نجد أكبر متوسط حسابي في العبارة أميز أصوات زملائي أثناء الحوارات 2.37 بمعيار 0.871 بدرجة عالية

وتقترب العبارات التعرف على الكلمات المفتاحية للموضوع و اغبر مستوى تركيزي حسب اهمية الافكار اثناء الدرس وكذلك العبارة انقل اهتماماتي من حيز 4 تفكيري الى حيز اخر اذا اقتضت الضرورة واحدد مشكلة الموضوع بمتوسط حسابي يتراوح بين 2.25 بمعيار 0.718 و 2.28 بمعيار 0.729.

كما نجد أيضا العبارات احدد اصعب المسائل و اتعرف على افضل الافكار متقاربة فيما بينها

في حين سجلت أقل متوسط حسابي في العبارة اتتبع دلالة الحركات و الايماءات التي تصدر عن الاستاذ 2.03 بمعيار 0.740

4-جدول يوضح المتوسطات الحسابية ودرجة التأثير في المحور 3

الدرجات	الانحرافات	المتوسطات	الصفات الذهني
عالية	0.745	2.34	اشعر بطاقتي متجددة اثناء بداية الدرس
متوسطة	0.808	2.16	احس بالراحة اثناء سماع كلمات الاستاذ الاولى
متوسطة	0.833	2.13	استجمع طاقتي بمجرد كاتبة اولى الفقرات
متوسطة	0.474	2.03	اتابع لدرس باهتمام
متوسطة	0.813	1.72	اشعر بأن ذهني خال من افكار مشوشة
متوسطة	0.595	1.97	اتلفف المعلومة بكل اهتمام
متوسطة	0.641	2.09	اجد الدرس مشوقا
عالية	0.665	2.59	اشعر برغبة في الاستزادة من التحصيل المعرفي

من خلال القراءة الأولية للجدول 3 يتضح لنا أن متوسطات درجة استجابة أفراد العينة على بنود المحور الثالث مختلفة فيما بينها إذ جاءت بدرجة عالية أحيانا وأخرى متوسطة وإن ظهرت اختلافات بينها حيث نجد أكبر متوسط حسابي في العبارة اشعر برغبة في الاستزادة من التحصيل المعرفي 2.59 بمعيار 0.665.

وتقترب العبارات 2-3 في المتوسطات الحسابية في حيث سجل أقل متوسط حسابي في العبارة أشعر أن ذهني خال من افكار مشوشة 1.72 بمعيار 0.813.

5-جدول يمثل المتوسط الحسابي الكلي:

الدرجة	الانحراف	متوسطات	العبارات
متوسطة	0.38902	2.1339	الادراك الحسي
متوسطة	0.38902	2.2266	الانتباه الانتقائي
متوسطة	0.42854	2.1289	الصفات الذهني
متوسطة	0.28877	2.1646	الدرجة الكلية

من خلال القراءة الأولية للجدول 5 يتضح أن متوسطات درجات استجابة أفراد العينة على البنود الكلية للمحاور الثلاثة متقاربة فيما بينها إذ جاءت كلها متوسطة وإن ظهرت اختلافات بسيطة بينها حيث نجد أكبر متوسط حسابي 2.2266 بمعيار 0.38902

وتقرب المتوسطات الحسابية الأخرى حيث سجلت في كل من الإدراك الحسي والصفات الذهني هذه المتوسطات الحسابية ونجد الادراك الحسي يحتل المرتبة الثانية حيث قدر المتوسط الحسابي فيه بـ 2.1339 وبمعيار 0.38902 أما أقل متوسط حسابي فسجل في الصفات الذهني فقدر بـ 2.1289 وبمعيار 0.42654

كما نسجل الدرجة الكلية بمتوسط حسابي 2.1646 بمعيار 0.28877.

مناقشة نتائج الفرضيات

مناقشة نتائج الفرضية الفرعية الأولى والتي نصها يؤثر الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي الفيسبوك بدرجة عالية على مستويات الادراك الحسي في الدرس من جهة نظر الطلبة الجامعيين أظهرت نتائج الدراسة المتعلقة بهذه الفرضية تأثير استخدام موقع التواصل الاجتماعي الفيسبوك بدرجة متوسطة على مستويات الادراك الحسي في الدرس حسب إقرار عينة الدراسة وهو الملاحظة في متوسطات استجاباتهم كما بينه الجدول 2 فالاستماع لمحتوى الدرس والتناسق السمعي البصري وتتبع المكتوب والتواصل مع الاستاذ والزملاء وتحديد المثيرات ومتابعة مجريات الدرس كلها مؤشرات جاءت بدرجة متوسطة.

ويمكن ارجاع هذه النتيجة إلى أن الطالب الجامعي رغم تعلقه بمثيرات التواصل الاجتماعي إلا أنه لا زال مهتم بوضعه الأكاديمي كطالب دليل هذا أن كثير من الموضوعات التواصل الاجتماعي تدور حول الاهتمامات الأكاديمية وتحصيلهم الدراسي ومجريات المحاضرات التي يتناولها الطلبة ومدى قدرتهم على الفهم هذه المحاضرات

لهذا نجد الطلبة يستعملون مواقع التواصل الاجتماعي

وينسجم التواصل الاجتماعي الموزون أو خلفية طلبة العلوم الاجتماعية والانسانية التي تميل نحو الانفتاح والتواصل مع الاخرين مما يجعل هذا السلوك قريب من الطبيعي فلا يؤثر على مستويات الادراك الحسي أثناء الدرس ويمتلكون معلومات ومعارف تساعدهم على الحصول على المعارف المقدمة لهم داخل الجامعة لأنهم يتمتعون بمعارف تحصلوا عليها من المجتمع والبيئة التي يعيشون فيها رغم استخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعي كما يمكن تفسيرها أيضا بطبيعة الدروس والمحاضرات التي يتلقاها طلبة التخصص والتي لا تتطلب مستويات عالية من التركيز والتفكير التأملي والناقد والإبداع فهذه الدروس والمحاضرات فالكثير من الأساتذة يلجؤون إلى كتابة المحاضرات وإلى إلقاء المحاضرات من دون تفسيرها وشرحها لطلبة داخل قاعات المحاضرات وعند الامتحان يستعملون يلجأون الطلبة إلى الحفظ الأصم وفي نهايته نجدهم لا يملكون أي معلومات تحصل عليها داخل الجامعة.

وقد تعود هذه النتيجة إلى الانسجام والتعود على ممارسة هذه الأشكال التواصلية الالكترونية بشكل يجعلها نمطية وربما عادية لا يظهر تأثيرها المباشر على مستويات التركيز الذهني أو بالأحرى مستويات الإدراك الحسي فاستخدام الطلبة لهذا التواصل يوميا عبر هواتف ذكية وبشكل نمطيا يجعله سلوكا أقرب منه إلى العادة فالكثير منهم يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي في كل لحظة وكل يوم حتى يصبحون مدمنون على هذه المواقع وتصبح عبارة على شيء ضروري لا يمكن الاستغناء عنه ويعتبرونها عادة لديهم رئيسية لا يمكن الابتعاد عنها في الحياة نظرا لتمسكهم بها وتعلقهم بهذه المواقع في جميع مجالات الحياة المختلفة حتى في التواصل مع الأقارب وغيرهم فنجدهم يستخدمونها في البيت أو خارج البيت باعتبارها مكتسبة من شخص إلى آخر.

-كما نجد أغلب الطلبة لا يستطيعون التمييز وفهم مفهوم التركيز الذهني بالطريقة العلمية المضبوطة فكل طالب لديه مفهوم خاص به عن التركيز الذهني وعن مؤشرات وكيفية إلقاء التركيز على الأشياء المفيدة لديهم

كما نجد ظروف استجابة عينة الدراسة على الاستمارة ظروف غير عادية نظرا للوضع الصحي الذي تعيشه البلاد وانتشار جائحة فيروس كورونا مما أدى إلى غلق الجامعات والغياب عنها لفترة زمنية لا تقل عن 6 أشهر وهذا ما يؤدي إلى عدم الانسجام مع الدراسة والتفكير في الوضعية الصحية وكيفية الخروج منها

وقد اتفقت هذه النتيجة مع النتائج التي توصلت إليها دراسة الحيلة (2000) ودراسة ارين كارينسكي (2010) التي بينت نتائجها أن الأشخاص الذين يقضون وقتا أطول على مواقع التواصل الاجتماعي يخصصون وقت للمراهنة للتحصيل الأكاديمي وهذا ما أدى إلى أن الإدراك الحسي عندها ولاء الطلبة بدرجة متوسطة وهذا ما

من خلال تحليلنا للفرضية الأولى والتي نصها يؤثر الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي الفايسبوك بدرجة عالية على مستويات الإدراك الحسي في الدرس من وجهة نظر الطلبة الجامعيين فرضية مرفوضة لأنها تؤثر بدرجة متوسطة على الإدراك الحسي لديهم لأنها تتنافى مع الفرضية.

مناقشة نتائج الفرضية الفرعية الثانية:

والتي نصها يؤثر الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي الفيسبوك بدرجة عالية على مستويات الانتباه الانتقائي في الدرس من وجهة نظر الطلبة الجامعيين .

أظهرت نتائج الدراسة المتعلقة بهذه الفرضية تأثير استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بدرجة متوسطة على مستويات الانتباه الانتقائي في الدرس حسب إقرار الطلبة عينة الدراسة وهو الملاحظ في متوسطات استجابتهم كما في الجدول 3 ، فالتعرف على الكلمات المفتاحية للموضوع و تتبع دلالة الحركات والإيماءات التي تصدر عن الأستاذ وإعارة مستوى التركيز حسب أهمية الأفكار ونقل اهتمامه من حيز تفكيره إلى حيز آخر و تحديد مشكلة الموضوع والتعرف على أفضل الأفكار و تحديد أصعب المسائل هي كلها مؤشرات جاءت بدرجة متوسطة بينما نجد مؤشر واحد وهو تمييز أصوات زملاء أثناء الحوارات جاء بدرجة عالية .

يمكن إرجاء هذه النتيجة إلى أن الطالب الجامعي رغم المؤهلات التي اكتسبها في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي من خلال تبادل المعلومات والأفكار إلا أن تحصيله الدراسي يكون متوسط وهذا يرجع إلى قضاء الطالب وقت أطول على مواقع التواصل الاجتماعي فكلما ازداد الوقت الذي يمضيه الطالب الجامعي في مواقع التواصل الاجتماعي كلما انخفض مستواه الدراسي وهذا بسبب تشتت ذهنه وعدم انسجامه مع الدروس فرغم أن المواقع الاجتماعية موضوعها في أغلب الأحيان ثقافي إلا أنه لا يستطيع حل المشكلات .

قد تكون للطلبة إشكالية فهم موضوع التركيز الذهني وهذا حسب اختلاف التخصصات واختلاف قدرات الذكاء من طالب إلى آخر وهذا راجع إلى طبيعة الدروس والمحاضرات التي يتلقاها الطالب حيث نجد الأستاذ في بعض الأحيان يملئ الدرس والطالب يكتب وبالتالي لا تكون المناقشة والشرح ولا نجد التواصل بين الأستاذ والطالب وبالتالي إيجاد الطالب صعوبة في التركيز والتفكير التأملي .

- الوضع الصحي ، فالصحة النفسية والجسمية والعقلية للطالب تلعب دورا كبيرا في التركيز ، فشعوره بالمرض يؤثر على تركيزه ودليل ذلك أن الطالب خلال فترة مرضه يكون غير منسجم مع الدراسة ويتلقى صعوبة في فهم الدروس التي تعطى أو تقدم له مما يضطر إلى الغياب في بعض الأحيان عن الجامعة و دليل ذلك موجة الكورونا التي ظهرت مؤخرا .

- وقد تفسر هذه الدرجات المتوسطة إلى انحصار المثيرات المشتتة أثناء تقديم الدرس وطريقة تقديم الأستاذ للدرس وإضافة عنصر التشويق للدرس ما يثير انتباه الطالب وجده ، وهذا ما أشارت إليه دراسة "مارك زوكر بيرغ" 2004.

من خلال ما سبق نستنتج أن رغم المؤهلات التي اكتسبها الطالب من أفكار ومعلومات و رغم اختلاف التخصصات و والوضع الصحي الذي يعيشه الطالب إلا أن قدرته على الانتباه تكون متوسطة .

مناقشة الفرضية الفرعية الثالثة :

والتي نصها يؤثر الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي (الفايسبوك) بدرجة عالية على مستويات الصفاء الذهني في الدرس من وجهة نظر الطلبة الجامعيين .

أظهرت نتائج الدراسة المتعلقة بهذه الفرضية تأثير لاستخدام موقع التواصل الاجتماعي الفايسبوك بدرجة متوسطة على مستويات الصفاء الذهني في الدرس حسب إقرار تبينه الدراسة وهي الملاحظة في متوسطات استجاباتهم كما يبينه الجدول ، فالشعور بطاقة متجددة أثناء بداية الدرس والإحساس بالراحة أثناء سماع كلمات الأستاذ الأولى ومتابعة الدرس باهتمام وكذلك الشعور بأن الذهن خال من الأفكار المشوشة ، كلها مؤشرات جاءت بدرجة متوسطة .

ويمكن إرجاع هذه النتيجة ، أن الطالب الجامعي رغم انغماسه وتعلقه بمواقع التواصل الاجتماعي إلا أنه يملكفي الاستفادة من التحصيل المعرفي واكتساب معارف ومعلومات جديدة .

التحصيل الأكاديمي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ، بينما كانت الفروق واضحة بين المجموعتين ، فيما يخص اتجاهات الطلبة نحو المادة الدراسية وخبرات التعلم الناتجة عن استخدام الأنترنت وتلك الفروق كانت لصالح الطلبة الذين اعتمدوا على الأنترنت في عملية التعلم .

الفرضية العامة :

يؤثر الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي فيسبوك بدرجة عالية على مستويات التركيز الذهني من وجهة نظر الطلبة الجامعيين ، فقد أظهرت النتائج في هذه الفرضية أن الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي فيسبوك يؤثر بدرجة عالية على مستويات التركيز الذهني من وجهة نظر الطلبة الجامعيين ، وهذا كله راجع إلى اهتمامهم بالدرس والاستماع إلى محتواه بشكل كبير وبتكرير عالي .

كما أظهرت النتائج المتحصل عليها في ضوء الفرضيات الفرعية بصفة عامة أن الاستخدام المفرط وغير العقلاني لمواقع التواصل الاجتماعي فيسبوك يؤثر بدرجة متوسطة على مستويات التركيز الذهني من وجهة نظر الطلبة الجامعيين .

ويمكن إرجاع هذه النتائج أن الطالب الجامعي رغم تعلقه الشديد بمواقع التواصل الاجتماعي فيسبوك إلا أنه لازال يحافظ على مكانته كطالب جامعي ويحاول إبراز مكانته داخل القسم والرغبة من الاستفادة في التحصيل المعرفي .

التوصيات :

- ضرورة تحصين الطلبة من مضار الاستخدامات المفرطة لمواقع التواصل الاجتماعي من خلال الوعظ والارشاد وكذلك عقد الندوات التوعوية في مختلف وسائل الإعلام لبيان سلبيات الاستخدامات غير العقلانية لهذه المواقع على المستخدمين مع التوعية بطرق الاستخدام الأمثل لهذه المواقع والقواعد المترتبة عن هذا الاستخدام و بما ينعكس إيجابا على الطلبة .
- ضرورة القيام بإجراء دراسات مشابهة لهذه الدراسة على شرائح المجتمع المختلفة وبيان الآثار السلبية والإيجابية المترتبة على استخدامات هذه الشرائح لمواقع التواصل الاجتماعي المختلفة .
- ضرورة أن تقام مراكز البحوث في الجامعات بإجراء دراسات علمية للمضامين المتاحة على المواقع الاجتماعية و واقع استخدام الطلبة لها .

خلاصة

- بعد عرض البيانات المتحصل عليها من الجانب الميداني توصلنا إلى أن مواقع التواصل الاجتماعي (الفيسبوك) دور متوسط إلى حد ما في التركيز الذهني وهذا من خلال عدم استغلاله بشكل دائم في الجانب وتفضيل استخدامه للتسلية والترقية بالدرجة الأولى وهذا ما يقتل التفاعل به في الجوانب الدراسية.

خاتمة:

من خلال دراستنا لموضوع الاستخدامات المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي الفايسبوك وانعكاساتها على قدرة التركيز الذهني من وجهة نظر الطلبة الجامعيين اتضح لنا أن الطالب الجامعي يستخدم الفايسبوك بكثرة في جميع الأوقات ليتبادل الأفكار والآراء بين الأطراف وتكوين العلاقات ولكن فمن خلال ما توصلنا إليه من النتائج فإن استخدامه من طرف الطلبة تؤثر على قدرة التركيز الذهني لديهم واستغلاله بشكل دائم في التسلية والدرشة بالدرجة الأولى لهذا يجبعلى استخدامه في أوقات الدراسة وذلك من أجل قدرة الطالب على التركيز الذهني وعدم تجميد العقل في المستخدم المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي.

المحور الأول: الصفات الشخصية:

1- الجنس: ذكر

أنثى

2- المستوى الجامعي: طور الليسانس

طور الماستر

المحور الثاني: عادات وأنماط استخدام الفيسبوك:

عدد ساعات تواصلك عبر الفيسبوك الطويلة هل هي:

- بين ثلاث و ستة ساعات

- ستة و ثمانية ساعات

- أكثر من ثمانية ساعات

المحور الثالث: انعكاسات الاستخدام المفرط للفيسبوك:

ان استخدامات وكثرة جلوسك مع الفيسبوك بشكل متتابع أو متقطع لاشك أنه يؤثر على بعض قدراتك

ومنها الانتباه عينت البحث حسب الجوانب الآتية

درجة عالية	درجة متوسطة	درجة منخفضة	الادراك الحسي
			1- استوعب محتوى الدرس وأستطيع الربط بين عناصره من بدايته إلى نهايته وإعطاء خلاصة عامة عن محتواه.
			2- لدي القدرة على مطابقة الصور السمعية مع الصور البصرية عند تقديم الأستاذ للدرس.
			3- يسهل علي التعرف على الرموز المكتوبة من طرف الأستاذ على السبورة
			4- لدي القدرة على معرفة المثيرات التي تتلقاها داخل الصف المدرسي من طرف الأستاذ.
			5- لدي القدرة على فهم أبعاد ومعاني العبارات المتداولة أثناء الدرس.

درجة عالية	درجة متوسطة	درجة منخفضة	الانتباه الانتقائي
			1- أميز الكلمات المفتاحية داخل الدرس.
			2- أستطيع التركيز مع أستاذي أثناء شرحه الدرس رغم حركته داخل الصف.
			3- أستطيع المحافظة على انتباهي وتركيزي تبعا للمدة الزمنية التي يتطلبها النشاط.
			4- لدي القدرة على نقل انتباهي من نشاط إلى نشاط آخر مع إدراكي التام لمحتوى الدرس السابق.
			5- أستطيع التركيز مع كلام أستاذي رغم كلام زملائي.
			6- يسهل علي التمييز بين مقدمة الدرس ووسطه ونهايته.

درجة عالية	درجة متوسطة	درجة منخفضة	الصفاء الذهني
			1- اشعر براحة تامة أثناء بداية الدرس.
			2- استجمع طاقتي بمجرد كتابة عنوان الدرس على السبورة.
			3- استطيع تخزين وتسجيل أفكار استاذي بشكل تلقائي.
			4- استطيع الاستماع والتركيز مع كلام أستاذي من بداية الدرس وحتى نهايته براحة تامة.
			5- اشعر برغبة كبيرة في اكتساب معارف جديدة في كل مادة من المواد الدراسية.

قائمة المراجع:

- 1- السيد عامر محمد (2009): دراسة بعض الآثار السلبية للانترنت ودور الخدمة الاجتماعية فيها مجلة 11- مصر.
- 2- الدلمي عبد الرزاق (2011): الصحافة الالكترونية والتكنولوجية الرقمية، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان الأردن.
- 3- الصاعدي (2011): مواقع التواصل الاجتماعي خطر أو فرصة بحث مقدمة لشبكة الألوكة التعليمية المملكة العربية السعودية المدينة المنورة.
- 4- القدهي مشعل عبد الله (2012): المواقع الإباحية على شبكة الانترنت وأثرها على الفرد والمجتمع الطبعة الأولى. دار النشر والتوزيع عمان.
- 5- خيرية ونجاة (2008): دور مواقع التواصل الاجتماعي في حساب تويتر نموذجا للطبعة الأولى دار محسن للنشر والتوزيع المملكة العربية السعودية.
- 6- خالد هبة محمد (2008): مواقع السببان الاجتماعية ما هي؟ منتديات اليسار هبة محمد للمكتبات وتقنية المعلومات.
- 7- داود حسن ظاهر (2011): جرائم نظم المعلومات الطبعة الرابعة الدار المصرية لبنان.
- 8- راضي (2003): استخدام مواقع التواصل الاجتماعي في العالم زاهي العاربي مجلة التربية عدد 15 جامعة عمان الأهلية عمان.
- 9- عمار (2010): أنماط ودوافع استخدام الشباب المصري الفايبيوك صلاح مجلة الأهرام عدد 22 مصر.
- 10- صادق (2011): الاعلام الجديد دراسة في مداخلة النظرية وخصائصه عباس مصطفى البوابة العربية لعلوم الاعلام.
- 11- - صالح بن نوا: مبادئ في منهجية العلوم الاجتماعية والإنسانية مخبر علم اجتماع الاتصال للبحث والترجمة، جامعة منتوري.
- 12- طارق الشاري (2010): الإعلام الاداعي، ط1، دار أسامة النشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- 13- محمد عبيدات وآخرون (1999): منهجية البحث العلمي (القواعد، المراحل، التطبيقات)، ط2، دار وائل للنشر والتوزيع.

14- كارول فوردمان (2010): العقل الغارق الطبعة الأولى دار الفاروق الاستثمارات الثقافية مصر.

15- مكاوي والسيد (2003): الاتصال ونظرياته المعاصرة الدار حسن عماد والسيد المصرية اللبنانية القاهرة مصر.

16- وائل مبارك مصر فضل الله (2011): أثر الفاييبوك على المجتمع الطبعة 1 ساندرادروكسابول 1993.

الموقع الرسمي لموقع الفيبوك (908022)

جريدة الرياض 1436 العدد 17291

وكالة الأنباء الجزائرية 2019.