

استخدام جيل ألفا لمواقع التواصل الاجتماعي
وعلاقته بتفاعلاتهم الاجتماعية
دراسة في إطار تكنولوجيا التوأَم الرقمي

د. مروه محمود عبدالله
المدرس بقسم الإذاعة والتلفزيون
كلية الإعلام – جامعة القاهرة

ملخص:

تشكل التكنولوجيا والإنترنت جزءًا لا يتجزأ من الحياة اليومية لجيل ألفا الذي يتسم بتعرضه المبكر للأجهزة الذكية والتطبيقات الرقمية، كما يستخدم هذا الجيل منصات التواصل الاجتماعي بشكل مكثف للتفاعل مع الأصدقاء وأفراد العائلة أو متابعة صناعات المحتوى وغيرها من أشكال التفاعل، ومع تزايد استخدام جيل ألفا لهذه المواقع قد تبرز مجموعة من المخاطر المرتبطة بتطورهم وتفاعلاتهم الاجتماعية، ومن ثم فإن فهم تفاعلات جيل ألفا بمواقع التواصل الاجتماعي يُعد أمرًا ضروريًا لتقديم الدعم اللازم لهم من خلال التركيز على تعزيز الاستخدام الآمن والمسؤول للتكنولوجيا وتوجيه الأطفال والمراهقين نحو استخدام منصات التواصل الاجتماعي بطرق إيجابية تُعزز من تطورهم النفسي والاجتماعي.

ومن هنا استهدفت الدراسة تحليل أنماط استخدام جيل ألفا لمواقع التواصل الاجتماعي، والتعرف على تأثير هذا الاستخدام على تفاعلاتهم الاجتماعية الفعلية، وذلك من أجل التوصل إلى توصيات تُعزز من التفاعل الرقمي المسؤول بين جيل ألفا، واشتملت عينة الدراسة الميدانية على مجموعة متنوعة من جيل ألفا ممن تتراوح أعمارهم ما بين (١١ - ١٤ عام) بموافقة أولياء أمورهم، كما اشتملت عينة الدراسة الكيفية على ١٥ مفردة من الآباء والأمهات ممن لديهم طفل أو أكثر بالفئة العمرية المستهدفة، و ٢٠ مفردة أخرى من جيل ألفا ممن تنطبق عليهم الشروط، وتم جمع البيانات بالاعتماد على استمارة الاستقصاء للدراسة الميدانية، وتم ملئها بأسلوب المقابلة كأداة لجمع البيانات لكي تتناسب مع المرحلة العمرية لعينة الدراسة، وكذلك تم الاعتماد على أداة المقابلة المتعمقة بالنسبة للدراسة الكيفية.

وقد أظهرت النتائج بالنسبة للتفاعلات الرقمية لجيل ألفا: الانتشار الكبير لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي بين أفراد جيل ألفا بنسبة ٩٣%، وتصدر انستغرام وسناب شات واليوتيوب قائمة التطبيقات الأكثر استخدامًا بين عينة الدراسة مع انخفاض في استخدام فيسبوك. حيث يميل جيل ألفا نحو استخدام المنصات ذات الطبيعة البصرية التي تتسم بالتفاعل الفوري في مقابل المنصات التي تركز على النص المكتوب، وأظهرت النتائج أيضًا أن الألعاب الإلكترونية تُعد جزءًا رئيسيًا من تفاعلات جيل ألفا الرقمية بنسبة ٧٤,٢%، وأن من أهم الأساليب الاتصالية التي يعتمد عليها جيل ألفا في التعبير عن مشاعرهم استخدام رموز تعبيرية وصور GIFs والملصقات، وتوصلت النتائج أيضًا إلى اعتماد جيل ألفا على مواقع التواصل بشكل كبير كوسيلة للحصول على الدعم. حيث يرى ٩٤,٦% من العينة أن الدعم الذي يتلقونه من مواقع التواصل الاجتماعي يساعدهم على التعامل مع المواقف الصعبة في الحياة اليومية، وأنه يزيد من روحهم المعنوية بنسبة ٩٣,٥%.

وفيما يتعلق بالآثار السلبية المترتبة على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي أوضح ٨٥,٧% من العينة أنهم يشعرون بأن حياتهم أقل قيمة عند مقارنة أنفسهم بالآخرين بمواقع التواصل الاجتماعي، وأن نسبة ٧٨% يشعرون بانخفاض في تقديرهم لذاتهم بسبب الصور أو المنشورات المثالية التي يرونها على مواقع التواصل، وأشار نسبة ٧٦,٨% من عينة الدراسة أنه سبق وأن تعرضوا للتمتر أو تعليقات سلبية من الآخرين على مواقع التواصل الاجتماعي.

وقد ثبت الفرض القائل بأن وجود توأم رقمي للمستخدم بمواقع التواصل الاجتماعي يؤثر على العلاقة بين نشاط جيل ألفا في استخدام مواقع التواصل وجودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم. حيث أوضح ٩٢,٩% من العينة أن مواقع التواصل الاجتماعي تقترح عليهم محتوى يرتبط بما شاهدوه أو تفاعلوا معه من قبل؛ وتعكس هذه النتائج الدور الذي يقوم به التوأم الرقمي والخوارزميات في التأثير على الهوية الرقمية لجيل ألفا، وسلوكياتهم أثناء استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، فوجود توأم رقمي يعكس شخصيات الأفراد وسلوكياتهم واهتماماتهم يُمكن أن يُحسن من تجربة المستخدمين على منصات

التواصل الاجتماعي من خلال توفير محتوى مُخصص يتناسب مع رغباتهم وسلوكياتهم؛ حيث يصبح التفاعل الرقمي من خلال مواقع التواصل الاجتماعي بديلاً أكثر جاذبية عن التفاعل الاجتماعي الفعلي. كما ثبت صحة الفرض القائل بوجود علاقة ارتباطية عكسية بين مستوى نشاط جيل ألفا عينة الدراسة في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وجودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم. ما يعني أنه كلما زاد مستوى نشاط جيل ألفا في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، انخفضت جودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم. حيث أوضح أغلب أفراد العينة من جيل ألفا أن التفاعل الرقمي جعلهم يشعرون أن العلاقات الواقعية لا تمنحهم نفس السرعة أو التفاعل الفوري الذي يجدونه بمواقع التواصل الاجتماعي، وجاءت معظم إجابات الآباء والأمهات عينة الدراسة الكيفية لتعكس القلق الذي يشعرون به حول تأثير مواقع التواصل الاجتماعي على أبنائهم من حيث التفاعل الاجتماعي سواء داخل الأسرة أو مع الأصدقاء والأقارب.

الكلمات المفتاحية: جيل ألفا، التفاعل الاجتماعي الرقمي، الهوية الرقمية، السلوك الرقمي، التوأم الرقمي، التفاعلات الاجتماعية.

The Relationship between Gen Alpha's Usage of Social Media and their Social Interactions: Digital Twin Technology Framework

Abstract:

Technology and the internet are integral parts of Generation Alpha's daily life due to their early exposure to smart devices and digital applications. This generation intensively uses social media platforms to interact with friends and family, follow content creators, and engage in various forms of online communication. As Generation Alpha's use of social media grows, concerns arise about the potential risks affecting their development and social interactions. Understanding how Generation Alpha interacts with social media is crucial for providing adequate support by promoting safe and responsible technology use and guiding children and adolescents toward positive social media engagement that enhances their psychological and social development . This study aimed to analyze Generation Alpha's social media usage patterns and examine its impact on their real-life social interactions. The ultimate goal was to develop recommendations for fostering responsible digital engagement among Generation Alpha users .

The field study sample consisted of a diverse group of Generation Alpha individuals aged 11 to 14, with parental consent. The qualitative sample included 15 parents with children in the target age group and 20 Generation Alpha individuals meeting the study criteria. Data were collected using a survey questionnaire administered through interviews tailored to the participants' age group and in-depth interviews for the qualitative aspect of the study .

Key Findings :

1. Digital Interactions of Generation Alpha :

Social Media Usage: A significant 93% of Generation Alpha individuals actively use social media platforms, with Instagram, Snapchat, and YouTube ranking as the most popular, while Facebook sees less usage. Generation Alpha prefers visually driven platforms offering instant interaction over text-based platforms .

Gaming as a Social Tool: Online gaming is central to Generation Alpha's digital interactions, with 74.2% considering it a key part of their social lives .

Expressive Communication: Emojis, GIFs, and stickers are primary tools Generation Alpha uses to express emotions .

Social Support: Social media serves as a vital source of support for 94.6% of respondents, helping them navigate daily challenges and boosting morale for 93.5% .

2. Negative Impacts of Social Media Use :

Social Comparison: About 85.7% reported feeling that their lives are less valuable when comparing themselves to others on social media .

Self-Esteem Decline: 78% experienced decreased self-esteem due to idealized images and posts .

Cyberbullying: 76.8% encountered negative comments or online bullying .

3. The Role of the Digital Twin Concept :

The study confirmed the hypothesis that having a digital twin on social media affects the relationship between Generation Alpha's social media activity and the quality of their real-life social interactions .

About 92.9% reported that social media platforms suggest content based on previous interactions, highlighting the role of algorithms and digital twins in shaping Generation Alpha's digital identity and online behaviors. This personalized content makes digital interaction more appealing than real-life social engagement .

4. Inverse Correlation Between Social Media Use and Real-Life Interactions :

The study confirmed an inverse correlation between social media use and the quality of real-life social interactions among Generation Alpha .

Reduced Real-Life Engagement :

The more active Generation Alpha members were on social media, the lower the quality of their real-life social interactions. Many felt that real-world relationships lacked the immediacy and instant feedback they experienced online .

Parental Concerns

Parents expressed significant concerns about how social media use affects their children's social interactions within the family and with friends and relatives .

The findings emphasize the profound impact of digital interactions on Generation Alpha's social development. Personalized content algorithms, driven by the digital twin concept, shape users' experiences while posing risks such as reduced real-life interactions, social comparison, and self-esteem issues. These insights highlight the need for proactive measures to foster responsible and balanced social media use among Generation Alpha.

Keywords: Generation Alpha, digital social interaction, digital identity, digital behavior, digital twin, social interactions.

مقدمة:

تُستخدم منصات التواصل الاجتماعي بشكل كبير بين جميع الفئات العمرية، ولكنها تُمثل لجيل ألفا نافذة على العالم، حيث توفر لهم وسيلة للتعبير عن اهتماماتهم، ومجالاً للحصول على المحتوى المفضل لديهم. وبالرغم من أن هذه المنصات تتيح إمكانيات هائلة للتعبير عن الذات وتعزيز العلاقات مع الأصدقاء، إلا أن إشكاليات التفاعل الاجتماعي الناتجة عن استخدامها، وكذلك المخاطر المحتملة للاستخدام المفرط لها، وتداخل الحدود الفاصلة بين الحياة الواقعية والافتراضية، أصبحت موضوعات تحظى باهتمام الباحثين في مجالات علم النفس والاجتماع والإعلام، فعلى مدار السنوات القليلة الماضية تضاعف متوسط الوقت الذي يقضيه الأطفال والمراهقون على الإنترنت بشكل كبير، وتعكس هذه الزيادة الكبيرة الانتشار الواسع للأجهزة الرقمية والاندماج المتزايد للتكنولوجيا في الحياة اليومية، لا سيما خلال فترات الطفولة والمراهقة.

وتتناول الدراسة الحالية العلاقة بين التفاعلات الرقمية لجيل ألفا على منصات التواصل الاجتماعي مثل: انستغرام وفيسبوك ولينكدان وتويتر وتأثير ذلك على تفاعلاتهم الاجتماعية الفعلية وذلك في ضوء وجود توأم رقمي لكل مستخدم بهذه المنصات، فمنصات التواصل الاجتماعي أصبحت تجمع أجزاء من "الهوية الرقمية" الخاصة بمستخدميها، مما يعني أن هناك نوعاً من التوأم الرقمي الذي يتشكل من المعلومات والبيانات التي يتم جمعها عن جيل ألفا أثناء تفاعلاتهم عبر هذه المنصات، وقد ينتج عن هذا التفاعل بين التوأم الرقمي وجيل ألفا إيجابيات متمثلة في تخصيص المحتوى الإعلامي الذي يظهر وفقاً لاهتماماتهم، ولكن على صعيد آخر يمكن أن تساعد تكنولوجيا التوأم الرقمي في تخصيص محتوى معين من أجل التلاعب بأفكار المستخدمين بهدف تحقيق مصالح سياسية أو تجارية. إذ يمكن استغلال البيانات التي يتم جمعها عبر التوأم الرقمي لتوجيه رسائل محددة أو تعديل المحتوى بطرق تؤثر على آراء وسلوكيات جيل ألفا، وإلى جانب ذلك فإن جمع وتحليل البيانات لإنشاء توائم رقمية للأشخاص يُعد انتهاكاً لخصوصياتهم؛ فالبيانات الشخصية التي يتم جمعها وتحليلها تُستخدم دون الحصول على موافقتهم أو حتى بدون علمهم، وفي ضوء ذلك تتناول الدراسة أثر استخدام جيل ألفا لمواقع التواصل الاجتماعي في ظل وجود توأم رقمي لكل مستخدم على التفاعلات الاجتماعية الفعلية لهذا الجيل، كما تطرح الدراسة توصيات لتعزيز الاستخدام الآمن والمسؤول للتكنولوجيا عامة ومواقع التواصل الاجتماعي خاصة من أجل توجيه جيل ألفا نحو استخدام هذه المواقع بشكل إيجابي يُعزز من تفاعلاتهم الاجتماعية بشكل أفضل.

مشكلة الدراسة :

بعد أن أصبحت منصات التواصل الاجتماعي جزءاً لا يتجزأ من الحياة الاجتماعية لجيل ألفا. هذا الجيل الذي نشأ وهو محاط بالمنصات الرقمية؛ يتفاعل معها بشكل يومي، وتشكل جزءاً رئيساً من حياته الشخصية والاجتماعية، وفي ظل قيام هذه المنصات بطريقة ما بتجميع أجزاء من الهوية الرقمية لمستخدميها. حيث تقوم بتجميع بيانات عن اهتماماتهم، وعلاقاتهم الافتراضية، ونشاطاتهم الإلكترونية؛ وهو ما يجعلها قادرة على تشكيل صورة رقمية عن المستخدمين. وتعد هذه الصورة بمثابة توأم رقمي للفرد يصاحبه طوال فترة استخدامه لمنصات التواصل الاجتماعي، وتتجلى خطورة هذا التوأم الرقمي في اعتباره نسخة رقمية شاملة ودقيقة للمستخدم، فإذا قام أحد المراهقين بمشاهدة فيديو على منصة اليوتيوب عن أحد الألعاب التفاعلية على سبيل المثال سيتم تجميع بياناته وتنتقل معه عند استخدامه لمنصة أخرى مثل الفيسبوك أو الانستجرام، وتبدأ هذه المنصات في اقتراح فيديوهات أو منشورات مكتوبة أو صور ترتبط بهذه الألعاب، وكيفية الحصول عليها، وكيفية تحقيق الفوز بها، وغيرها من المقترحات التي ترتبط بتتبع بياناته وتسمح بالتنبؤ بنوع المحتوى الذي سيكون أكثر جذباً له، وهو ما يجعل المستخدم بمرور الوقت ينفصل عن التفاعلات الاجتماعية في الحياة الواقعية ويزيد من تفاعلاته

الرقمية، وغالبا ما يتم إدراج هذه السلبيات والتغافل عنها تحت مظلة تخصيص تجربة أفضل للمستخدم؛ ومن هنا تتمثل مشكلة الدراسة في تناول أثر التفاعل الرقمي لجيل ألفا على تفاعلاتهم الاجتماعية الفعلية، وفهم أبعاد وجود توأم رقمي يُصاحب استخدام جيل ألفا لمواقع التواصل الاجتماعي يقوم بتخزين بياناته وتفاعلاته الرقمية، وإلى أي مدى يسهم ذلك في تشكيل وتطوير هويته الرقمية.

أهداف الدراسة:

١. تحليل أنماط تفاعل جيل ألفا بمواقع التواصل الاجتماعي.
٢. رصد تأثير استخدام جيل ألفا لمواقع التواصل الاجتماعي على تفاعلاتهم الاجتماعية الفعلية.
٣. استكشاف دور التوأم الرقمي في تشكيل الهوية الرقمية لجيل ألفا.
٤. اختبار تأثير بعض العوامل التي تدفع جيل ألفا للتفاعل النشط بمواقع التواصل الاجتماعي.
٥. تقديم توصيات لتعزيز الاستخدام الواعي والمسؤول للتكنولوجيا الرقمية بين جيل ألفا.

أهمية الدراسة:

١. تتناول الدراسة مفهوم تكنولوجيا التوأم الرقمي وعلاقتها باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي، هذا التوأم الرقمي الذي يتتبع سلوكيات وأنشطة جيل ألفا على مواقع التواصل الاجتماعي. وبالتالي يتنبأ بطرق تفاعلهم مع المحتوى، ويتعرف على تفضيلاتهم الرقمية، ومن ثم يقترح عليهم محتوى يرتبط ارتباطاً وثيقاً باهتماماتهم، ومن هنا يتعلق هذا الجيل بالتفاعل الرقمي ويتعد عن التفاعلات الاجتماعية الفعلية، وهو ما لم يتم التطرق إليه في الأدبيات السابقة في المكتبة العربية، كما أن أغلب التراث البحثي الأجنبي تناول هذا المفهوم في مجالات مثل: التصنيع الذكي، والرعاية الصحية الذكية، والمدن الذكية فيما عدا بعض الدراسات التي أشارت إلى الربط بين مفهوم التوأم ومواقع التواصل الاجتماعي في مجالات التسويق والدعاية.

٢. تسهم الدراسة في إثراء المعرفة العلمية حول تشكيل وتطوير الهوية الرقمية لجيل ألفا، وهو ما يُعزز من الاستفادة من نتائج هذه الدراسة لإجراء مزيد من الدراسات المستقبلية التي تربط بين تكنولوجيا التوأم الرقمي والوعي الرقمي لدى الأطفال والمراهقين، وكذلك الربط بين تكنولوجيا التوأم الرقمي والأنماط الشرائية للمستهلكين عند التسوق الإلكتروني وغيرها من الأفكار البحثية.

٣. تسهم الدراسة في تطوير مقاييس نموذج التفاعل الاجتماعي الرقمي لكي تتناسب مع موضوع الدراسة، كما تطرح الدراسة عدة مقاييس؛ من بينها مقياس لمعرفة أثر وجود توأم رقمي لكل مستخدم من جيل ألفا يتنبأ بسلوكه على منصات التواصل الاجتماعي، ومن خلاله يمكن الحصول على رؤية علمية قد تُسهم في فهم تأثير التفاعلات الرقمية لجيل ألفا.

٤. تساعد الدراسة على فهم دوافع جيل ألفا للتفاعل النشط بمواقع التواصل الاجتماعي، ومن الممكن أن يُسهم ذلك في تقديم توصيات حول كيفية استخدام جيل ألفا لمواقع التواصل الاجتماعي بطرق تُسهم في نموهم الاجتماعي بشكل أفضل.

أدبيات الدراسة:

مفهوم جيل ألفا (Generation Alpha)

يُعتبر جيل ألفا هو الجيل الأول الذي نشأ في عالم التكنولوجيا، حيث لم يعيشوا أياماً بدون الإنترنت أو تكنولوجيا أو واقع افتراضي. فهذا الجيل يتسم بكونه "رقمياً بالفطرة"، مما يعني أنهم يتفاعلون مع التكنولوجيا بشكل طبيعي ولسلس (Kaplan-Berkley, 2022, 187).

ويعرف (Raja et. al, 2022, 114) جيل ألفا بأنه جيل الرقميين الأصليين الذين وُلدوا بعد عام ٢٠١٠، ويتميز هذا الجيل بالتعرض الكبير للتكنولوجيا والألعاب الرقمية نتيجة قضاء معظم يومهم بصحبة الأجهزة الإلكترونية، وجليد بالذکر أن جزء كبير من هذا الجيل مازال في مرحلة التعليم

الأساسي، وبالتالي فإن طرق التدريس التقليدية غير مناسبة لهم إلى حد كبير، ولا بد من التوجه نحو أساليب التعلم التفاعلية والتجريبية لتلبية احتياجاتهم التعليمية المختلفة عن الأجيال السابقة. وتتضمن التفاعلات بين جيل ألفا في الغالب استخدام الإيموجي وصور متحركة GIFs والملصقات. حيث تُعد وسيلة سريعة ومعبرة لمشاركة المشاعر والأفكار، وفي الغالب تتأثر تفاعلاتهم الرقمية بمستوى نشاط أقرانهم (Marino et al., 2020).

السمات المميزة لجيل ألفا :

هناك الكثير من السمات والخصائص الرئيسة لجيل ألفا، ومنها ما يلي :

١. نشأ هذا الجيل واعتاد على الاستخدام المكثف للتكنولوجيا الرقمية منذ السنوات الأولى من مولدهم، وهو ما أثر على درجة ارتباطهم بالأجهزة الإلكترونية، ودرجة اعتمادهم عليها من أجل الترفيه والتعلم.

(Fadlurrohimi. et al., 2019)

٢. يتميز جيل ألفا ببراعته في استخدام الأجهزة التكنولوجية مقارنة بالأجيال السابقة، وهو ما يسمح لهم بالوصول إلى المعلومات بسهولة ويسر، كما أنهم يميلون إلى تفضيل أدوات التعلم البصرية والسمعية والحركية التي تتسم بالتفاعلية. حيث تزيد هذه الأدوات من تفاعلهم وتُحفّزهم، حيث اعتاد هذا الجيل على البيئات التفاعلية والرقمية، كما تُعد طرق التدريس التقليدية غير فعالة بالنسبة لهم، وهنا تُبرز الحاجة إلى أساليب تعليمية تتضمن تقنيات "التعلم المُعزّز بالألعاب Gamification" " لتتوافق مع الخصائص المعرفية والسلوكية لهذا الجيل. ومن المهم دمج التكنولوجيا في الفصول الدراسية؛ هذا الدمج ضروري لإنشاء بيئات تعليمية مُعززة بالتكنولوجيا، وهو الأمر الذي يتطلب تحولاً في استراتيجيات التدريس (Fernando & Premadasa , 2024) حيث إن التعلم عن طريق اللعب وباستخدام الأدوات الرقمية يمكن أن يُعزّز من التفاعل الاجتماعي لدى الأطفال، ومن خلال التفاعل بالمحتوى الرقمي يمكنهم تطوير مهارات التعاون والتواصل فيما بينهم. (Vidal-Hall et al., 2020)

٣. يميلون نحو الحصول على نتائج فورية، ويتسمون بعدم التأني في تحقيق أهدافهم بدرجة كبيرة، كما يميلون إلى العزلة الاجتماعية بسبب انشغالهم الدائم بالأجهزة الرقمية، وهناك مخاوف عديدة بشأن تفاعلهم الاجتماعي، حيث قد يواجهون تحديات بسبب نقص مهاراتهم الاجتماعية نتيجة تفضيلهم التواصل إلكترونياً عن التواصل وجهاً لوجه. (Dos Reis, 2018)

٤. يميل جيل ألفا إلى مشاركة تفاصيل حياتهم بشكل كبير عبر مواقع التواصل الاجتماعي، مع تفضيلهم للتسوق الرقمي أكثر من الأجيال السابقة. (Hutajulu et al., 2024)

٥. كما يتميزون بالاتجاه نحو التعبير عن مشاعرهم رقمياً، حيث أنهم قادرين على مشاركة مشاعرهم مع الآخرين، وفهم مشاعر الآخرين التي يعبرون عنها عبر المنصات الرقمية، ويعتقدون أن هذه المشاركة تُسهم في مساعدتهم على التغلب على التحديات والصعوبات التي يواجهونها، ويعكس ذلك كيفية تفاعل هذا الجيل مع مشاعرهم ومشاعر الآخرين في البيئات الرقمية، وهو ما يعبر عن التأثير الكبير للتكنولوجيا على حياتهم العاطفية والاجتماعية (Marino et al., 2020)

٦. يتميز هذا الجيل بالميل نحو الفردية، وغالباً ما يُظهرون تفضيلاً للتعبير الشخصي والاستقلالية، وجدير بالذكر أن جيل ألفا يتمتع بنظرة إبداعية تجاه التغيير، حيث يُظهر صفات قيادية، وقدرة على التكيف مع التغيرات التكنولوجية. ما يجعلهم أكثر استعداداً لاستيعاب الابتكارات الجديدة (Kaplan-Berkley 2022, 187)

كيفية تفاعل جيل ألفا مع مواقع التواصل الاجتماعي والآثار المترتبة على ذلك:

على مدار العقد الماضي، أصبح استخدام خدمات التواصل الاجتماعي SNSs يمثل أحد الأنشطة المفضلة لدى المراهقين، حيث يُمكنهم صناعة الهوية الرقمية الخاصة بهم في مراحل نموهم الأولى، كما أن البيئة الرقمية توفر لهم العديد من المزايا؛ ولذلك يقوم الباحثين دائماً بتوجيه اهتمام الأسر التي

لديها أطفال في سن المراهقة بالتعرف على الإيجابيات التي يحصل عليها الأبناء من خلال التكنولوجيا؛ وفي نفس الوقت تلفت الانتباه نحو ضرورة اتباع استراتيجيات الوقاية من المخاطر التي قد يواجهونها، مثل: التنمر الإلكتروني، وبعض السلوكيات الجنسية، والتحرش الإلكتروني، وفرط استخدام التكنولوجيا وغيرها من السلوكيات الخطرة. حيث تم رصد زيادة ميل المراهقون الأكثر استخدامًا لشبكات التواصل الاجتماعي "بشكل سلبي أو إشكالي" إلى اتخاذ المواقف والممارسات المرتبطة بالمخاطرة. (Eleuteri et al., 2023)

وقد سعى الباحثون في التخصصات المختلفة للوصول إلى تعريف مشترك لمفهوم "الاستخدام السلبي أو الإشكالي لمواقع التواصل الاجتماعي"؛ والذي غالبًا ما يتم الخلط بينه وبين السلوك الإدماني لهذه المواقع، فوفقًا للإطار البيولوجي، يشمل الاستخدام السلبي لوسائل التواصل الاجتماعي مجموعة من التغييرات التي تؤثر على الوظائف البيولوجية، مثل: التأثير على الناقلات العصبية وإيقاع الساعة البيولوجية، وفيما يخص التأثيرات النفسية والعاطفية فهي تمتد لتشمل: الرغبة في الحصول على الاهتمام من الآخرين، والتقلبات المزاجية ومشاعر القلق التي قد تصاحب استخدام مثل هذه المواقع، وفيما يتعلق بالجانب الاجتماعي فالأمر يشمل: الرغبة في تكوين الشعبية والتواجد بالعالم الافتراضي، والصراعات التي قد تنتج عن الاختلاف في وجهات النظر، وما يترتب عليها من انخفاض جودة الحياة المتصورة (Cataldo et al., 2021, 2).

ويرتبط استخدام الشبكات الاجتماعية بشكل إشكالي (PSNSU) Problematic Social Networking Site Use بمجموعة من المشكلات النفسية والاجتماعية خاصة لدى الأطفال والمراهقين. حيث تُعد هذه المرحلة العمرية أحد المراحل الحرجة، وهناك احتمالية كبيرة لظهور الاضطرابات النفسية، مثل: الاكتئاب والقلق واضطرابات الأكل، وتظهر هذه المشاكل بطرق مختلفة وفقًا لنوع المنصة الاجتماعية المستخدمة، كما أن التفاعل بين العوامل البيولوجية والاجتماعية والنفسية يُساعد في فهم كيفية تأثير ذلك على الصحة النفسية للأطفال والمراهقين من سن ١٠ إلى ١٩ عام (Cataldo et al., 2021).

ويُظهر التراث البحثي حول استخدام الشبكات الاجتماعية بشكل إشكالي "PSNSU" عددًا من العلاقات الارتباطية بين هذا النوع من الاستخدام وبعض الاضطرابات والخصائص النفسية، فعلى سبيل المثال: هناك عدة آثار تنتج عن استخدام الوسائط الرقمية على مستوى الشعور بالسعادة لدى المراهقين؛ فأولئك الذين يقضون وقتًا أطول في استخدام الوسائط الرقمية يشعرون بمستوى منخفض من السعادة، كما أن الاستخدام المفرط يصاحبه زيادة في مشاعر التوتر والاكتئاب وانخفاض الرضا عن الحياة، وإلى جانب ذلك ترتبط مدة استخدام الوسائط الرقمية عكسيًا بعدد ساعات النوم وجودته؛ وذلك بسبب الضوء الأزرق المنبعث من الأجهزة الذي يؤثر على إنتاج هرمون الميلاتونين، كما أن الشبكات الاجتماعية تُسهم في الدخول في مقارنات اجتماعية سلبية، وتعطي الفرصة للتعرض للتنمر الإلكتروني، وكلاهما يؤثر سلبيًا على الصحة النفسية للمراهقين، ويُعد تقليل مدة استخدام الوسائط الرقمية وسيلة لتحسين مستوى الشعور بالسعادة وتقليل الاكتئاب (Twenge, 2019). حيث وُجد علاقة ارتباطية بين استخدام الشبكات الاجتماعية بشكل إشكالي Problematic Social "Networking Site Use" والاكتئاب والقلق والتواصل الاجتماعي الحقيقي، فشدة الاستخدام PSNSU يُمكن أن تؤدي إلى الاكتئاب، والوحدة، والقلق الاجتماعي، وانخفاض في الشعور بالكفاءة الذاتية، كما أن إدمان فيسبوك يرتبط بانخفاض الرفاهية من حيث: ضعف الصحة العامة، وانخفاض كفاءة النوم، وزيادة الضغط النفسي (Hussain & Starcevic, 2020). أي أن الاستخدام المفرط لوسائل التواصل الاجتماعي يمكن أن يؤدي إلى زيادة مستويات القلق الاجتماعي لدى المراهقين،

خاصةً إذا كانوا يعانون من مخاوف تتعلق بالتقييم السلبي، مثل الخوف من النقد أو التمر (Ruggieri et al., 2020).

وأشارت دراسات أخرى إلى أن هناك علاقة ارتباطية بين الميل إلى الانغماس في استخدام الشبكات الاجتماعية وبعض المشكلات النفسية، مثل:

١. **الاكتئاب:** الذي يُعد أحد العوامل الرئيسية لاستخدام الشبكات الاجتماعية بشكل إشكالي PSNSU. حيث تُبث وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين إدمان استخدام الشبكات الاجتماعية "OSNA" والاكتئاب لدى المراهقين، فالإكتئاب يُسهم في زيادة السلوك الإدماني للمراهق لاستخدام هذه المواقع، وفي المقابل يُعاني الأشخاص المكتئبون من تأثيرات أكثر سلبية بسبب الاستخدام المفرط للشبكات الاجتماعية عبر الإنترنت (Li et al., 2018)،

٢. **اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط "ADHD":** ففي دراسة تم تطبيقها على ٢٨٣ مراهق في إيطاليا وجود علاقة إيجابية بين أعراض اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط وشدة استخدام مواقع التواصل الاجتماعي "PSNSU". حيث تم التوصل إلى أن شدة الاستخدام السلبي يمكن أن يُزيد من أعراض ADHD، وهو ما يُؤثر سلبًا على العديد من جوانب الحياة، مثل: العمل والتحصيل الدراسي والصحة النفسية (Settanni et al., 2018)،

٣. **الخوف من فقد التواصل FoMO:** الأفراد الذين يعانون من الخوف من فقد التواصل FoMO قد يخرطون بشكل مفرط في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي PFU، كما أن هناك علاقة ارتباطية بين التفكير المستمر والاستخدام المفرط لموقع فيسبوك PFU، والتفكير المستمر أو التفكير السلبي المتكرر عاملان يؤديان إلى زيادة استخدام التكنولوجيا، خاصة عندما يسعى الأفراد للتخفيف من المشاعر السلبية. أي أن التوجه نحو الاستخدام المفرط للشبكات الاجتماعية يمكن أن يكون مدفوعًا بالخوف من فقدان الاتصال أو الانعزال عن الأحداث الاجتماعية (Dempsey et al., 2019).

جدير بالذكر أن استخدام وسائل التواصل الاجتماعي (SNS) له تأثيرات متناقضة على صحة المراهقين وتطورهم. فعلى الرغم من عدم وجود علاقة واضحة بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والاكتئاب، إلا أن المراهقين الذين يعانون من مشاكل صحية نفسية يميلون إلى استخدام وسائل التواصل الاجتماعي بشكل متكرر. حيث تعتبر وسائل التواصل الاجتماعي منصة للمراهقين للتعبير عن أفكارهم ومشاعرهم وتشكيل هويتهم. فمن خلال هذه المنصات، يمكن للمراهق استكشاف هويته والتواصل مع أشخاص ذوي تجارب أو اهتمامات مشابهة، وهو ما قد يساعدهم في التعامل مع الضغوطات المختلفة. ومن هنا هناك أهمية كبيرة لمناقشة التفاعلات الاجتماعية بمواقع التواصل في جلسات الدعم والتأهيل النفسي، حيث يمكن أن تُعزز هذه المناقشات العلاقة بين مقدمي المختصين والمرضى من المراهقين، وهو ما يتيح الفرصة لاستكشاف تجاربهم الاجتماعية وتقديم الدعم والإرشاد في بيئة رقمية قد تكون محفوفة بالمخاطر (Chandra, 2016).

بينما أظهرت دراسة (Przybylsk & Weinstein, 2017) ضعف العلاقة الارتباطية بين الاستخدام المتكرر للوسائط الرقمية والرهابية النفسية، وأوصت الدراسة أنه لا ينبغي على الأطباء تقديم نصائح للآباء بشأن تحديد وقت لأطفالهم، وأوضحت النتائج أن الانخراط المعتدل في الأنشطة الرقمية له تأثير سلبي ضعيف على الرهابية النفسية، وقد يكون له بعض الفوائد الإيجابية؛ وهو ما يتعارض مع الأدبيات السابقة التي افترضت بأن كل وقت يقضيه الأطفال والمراهقون أمام الأجهزة الإلكترونية له تأثير سلبي؛ وهو ما يشير إلى أن العلاقة أكثر تعقيدًا مما كان يُعتقد سابقًا، وأوضحت النتائج أن التأثيرات السلبية تتوقف على نوع النشاط الرقمي. على سبيل المثال، كان هناك اختلاف بين التأثير السلبي والمعتدل للأنشطة الرقمية في عطلة نهاية الأسبوع مقارنةً بأيام الأسبوع، مما يشير إلى أن طبيعة وتوقيت الانغماس في الأنشطة الرقمية عوامل مهمة، كما أن الفتيات يقضين وقت أطول أمام

الهواتف الذكية ومشاهدة الفيديوهات، بينما قضى الذكور وقتًا أطول في لعب ألعاب الفيديو؛ وهذا يبرز الاختلافات في أنماط الانغماس الرقمي بين الجنسين، وأشارت الدراسة إلى أن بعض الأنشطة الرقمية قد تكون أكثر ملاءمة من غيرها في سياقات معينة (مثل: أيام الأسبوع مقابل عطلات نهاية الأسبوع)، وأن الاستخدام المفرط لبعض هذه الأنشطة يمكن أن يتداخل مع الأنشطة الأخرى التي تعزز الرفاهية النفسية، كما أن عدد الأصدقاء على الفيسبوك ومستوى المشاركة والإفصاح عن الذات إلكترونياً معهم يؤثران على مستوى الشعور بالسعادة (Lee & kim, 2011).

هذا وقد تم تصنيف استخدام مواقع التواصل الاجتماعي إلى ثلاثة أنواع، ولكل نوع تأثير يساعد في فهم الحالة النفسية للمستخدمين، وهي كالتالي:

١. **الاستخدام النشط العام:** يشير إلى التفاعلات التي تحدث في البيئة بشكل علني، مثل: تحديث الحالة أو نشر الصور على الجدول الزمني الخاص بالمستخدم، ويتضمن هذا النوع التفاعل مع الأصدقاء والمستخدمين الآخرين بشكل علني، مما يعزز التواصل الاجتماعي.

٢. **الاستخدام النشط الخاص:** يتعلق بالتفاعلات التي تحدث بشكل خاص، مثل: الرسائل أو التفاعل في مجموعات خاصة، ويركز هذا النوع على التواصل مع الأصدقاء المقربين أو الأفراد الذين يعرفهم المستخدم بشكل أفضل، مما قد يؤدي إلى تعزيز العلاقات الشخصية.

٣. **الاستخدام السلبي:** يشير إلى استهلاك المحتوى دون التفاعل المباشر، مثل: قراءة الأخبار أو تصفح الصور دون التعليق أو المشاركة، ويمكن أن يؤدي هذا النوع من الاستخدام إلى المقارنات الاجتماعية، حيث قد يشعر المستخدمون بالضغط أو الاكتئاب نتيجة لمقارنة أنفسهم بالآخرين (Frison & Eggermont, 2016, 159).

ويمكن استنتاج سمات الشخصية من خلال سلوكيات المستخدمين لوسائل التواصل الاجتماعي، وذلك من خلال تحليل أنواع المنشورات والصور التي يتم مشاركتها وعدد الأصدقاء والمجموعات التي ينضمون إليها، وكثافة استخدام منصات التواصل الاجتماعي وطبيعة المحتوى الذي يفضلونه، وتشير النتائج إلى أن فهم سمات الشخصية من خلال هذه السلوكيات يمكن أن يكون له تأثير ذلك على المستخدمين بمجالات مثل: الخيارات المهنية والآراء السياسية والتفضيلات الخاصة بالعلامات التجارية والإعلانات التي يشاهدونها والنتائج الدراسية الخاصة بهم (Tandon & Mehra, 2023). وفيما يتعلق بتأثير المتغيرات الديموغرافية على إدمان وسائل التواصل الاجتماعي SMA توصلت دراسة (Dalvi-Esfahani et al., 2021) التي تم تطبيقها على ٥٩٢ طالب وطالبة في المدرسة الثانوية ممن تتراوح أعمارهم بين ١٥ و ١٨ عامًا، إلى أنه بالرغم من عدم وجود اختلافات بين الجنسين في السلوك الإدماني لمواقع التواصل الاجتماعي، إلا أن السلوكيات المرتبطة بإدمان هذه المواقع كانت أكثر شيوعًا بين طلاب المدارس ذات الدخل المرتفع مقارنة بالمدارس ذات الدخل المنخفض.

أما فيما يتعلق بالاستخدام السلبي لوسائل التواصل الاجتماعي المتمثل في أنشطة مثل: تصفح صور المستخدمين الآخرين أو المرور عبر الملفات الشخصية للآخرين دون التفاعل النشط، فقد يؤدي هذا النشاط السلبي إلى تفاقم الأعراض الاكتئابية كمشاعر فقدان الاهتمام والحزن والمزاج السيئ، ويمكن أن يعيق هذا النوع من الاستخدام الإحساس بالترفيه كأحد دوافع استخدام مواقع التواصل الاجتماعي (Frison & Eggermont, 2016).

وهناك بعض الدراسات التي تناولت تأثير استخدام الأطفال والمراهقين لمنصات التواصل الاجتماعي على نموهم الاجتماعي والعاطفي، وذلك من خلال استكشاف أنماط وطبيعة أنشطتهم وتفاعلهم على وسائل التواصل الاجتماعي، والكشف عن النتائج الإيجابية والسلبية المرتبطة بهذه التفاعلات. ففي الوقت الذي توفر فيه وسائل التواصل الاجتماعي لجيل ألفا فرصًا مبتكرة للتواصل مع الأقران وبناء

العلاقات. حيث تعد منصات مثل: Facebook و Instagram و TikTok ومنصة X أدوات مهمة لهذا الجيل للتعبير عن الذات والانخراط في الأنشطة الاجتماعية. حيث تقوم التقنيات الرقمية بدور هام كوسيط اجتماعي، يُعزز الروابط الاجتماعية ويُسهل تبادل الدعم الاجتماعي عبر الإنترنت، خصوصًا بين الأفراد الذين يجدون أنفسهم في عزلة أو يشعرون بالوحدة (Gabbiadini et al., 2020)، كما يعزز الدعم الاجتماعي عبر الإنترنت الشعور بالانتماء، ويشعر الأفراد بالتقدير والفهم أثناء تبادل العواطف والمعلومات في التفاعلات الرقمية. ويُعد هذا النوع من الدعم الإلكتروني امتدادًا للدعم الاجتماعي التقليدي، مما يمكن أن يُسهم في تحسين الصحة البدنية والعقلية للأفراد (Gillmore et al., 2020).

وبالإضافة لما سبق فإن الذين لم يتمكنوا من الحصول على الدعم واقعيًا؛ قد يستخدمون السياقات الرقمية كشبكات التواصل الاجتماعي للبحث عن الدعم، وهناك الكثير من المزايا الإيجابية المحتملة لتنمية الشعور بالرفاهية عبر التكنولوجيا؛ وذلك من خلال: المتعة والمقصود بها هنا استخدام التكنولوجيا من أجل الحصول على تجربة إيجابية وممتعة، والدعم الإلكتروني ويعني استخدام التكنولوجيا من أجل تحقيق الاندماج الاجتماعي؛ وإذا كان الترابط الاجتماعي هو أقوى مؤشر للصحة النفسية الإيجابية، فإنه يمكن تعزيزه في المجتمعات التي تتسم بالتباعد الجغرافي عن طريق البيئة الرقمية التي تعزز سعادة ورفاهية الأفراد (Riva et al., 2020).

فوسائل التواصل الاجتماعي باتت توفر فرصًا للتواصل والبقاء على اتصال مما قد يساعد المراهقين الذين يعانون من قلق اجتماعي على تحسين مهاراتهم الاجتماعية عبر تفاعلهم مع الآخرين بشكل أقل ضغطًا، وأصبح المراهقون الذين يعانون من مستويات مرتفعة من الخجل الاجتماعي يفضلون التفاعلات النصية أكثر من التواصل وجهًا لوجه نتيجة الشعور بالخصوصية وتقليل القلق بشأن المظهر. أي أن التفاعلات الإلكترونية تقوم بدور في تخفيف الخجل الاجتماعي عن طريق تقليل المخاوف المرتبطة به (Ruggieri et al., 2020).

وكانت دراسة (Kaplan-Berkley, 2022) التي قامت بدراسة تأثير الأدوات الرقمية على تفاعلات الأطفال الاجتماعية، وذلك بالاعتماد على أداة الملاحظة لمدة ٤ أشهر لسلوك الأطفال عينة الدراسة وتفاعلاتهم أثناء الأنشطة الصيفية، وإجراء مقابلات مع ١٠ أطفال في سن الخامسة وكان جميعهم معرضين للأدوات الرقمية في منازلهم ورياض الأطفال. توصلت النتائج، إلى أن الأطفال يشاركون في بيئات اجتماعية عبر الإنترنت، ويتفاعلون مع المحتوى الرقمي ويستخدمون الشخصيات والقصص من الأفلام كوسيلة للتواصل مع أقرانهم، وهو يُعد مؤشرًا على أن الثقافة الرقمية تقوم بدور مهم في تشكيل العلاقات الاجتماعية بين الأطفال، كما أن الأطفال عينة الدراسة يميلون إلى مشاهدة الأفلام الرقمية بمفردهم، وتسهم هذه المشاهدة في تطوير موضوعات مشتركة تُمكن الأطفال من التفاعل وبناء علاقات اجتماعية داخل الفصل الدراسي.

إلا أن بعض من هذه التفاعلات الرقمية قد تكون سطحية وتؤثر سلبيًا على جودة العلاقات الاجتماعية الحقيقية، فالأطفال والمراهقين الذين يقضون وقتًا أطول في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي يميلون إلى تكوين صداقات افتراضية بدلاً من العالم الواقعي، وهو ما قد يؤدي إلى الانعزال الاجتماعي (Dos Reis, 2018)، وفي هذا الشأن وجدت دراسة (Twenge, 2019) أن الاستخدام المفرط لوسائل التواصل الاجتماعي يؤدي إلى العزوف عن الأنشطة الأخرى التي تُشعر الفرد بالسعادة، مثل: التفاعلات الاجتماعية وجهًا لوجه، والنشاط البدني.

وحاولت بعض الدراسات طرح التأثيرات المعقدة والمتعددة الأوجه لوسائل التواصل الاجتماعي على التفاعلات الاجتماعية للأطفال والمراهقين وفقًا للفروق الفردية والظروف المحيطة، ومن بين الدراسات التي سلطت الضوء على الاختلاف بين الذكور والإناث في استخدام مواقع التواصل

الاجتماعي وكذلك اختلاف التأثيرات عليهم كانت دراسة (Frison & Eggermont, 2016) التي تناولت الآثار المترتبة على الصحة النفسية نتيجة استخدام الفيس بوك وفقاً لمغير النوع، حيث أثبتت النتائج أن الفتيات أكثر تأثراً بالاستخدام السلبي ويستفدن من التفاعل النشط الذي يوفر الدعم الاجتماعي وذلك على النحو التالي: الفتيات يشاركن أكثر في كل من استخدام فيسبوك الخاص بالنشط واستخدام فيسبوك العام النشط مقارنة بالذكور، كما أفادت الفتيات أنهم يحققون مستوى أعلى من الاكتئاب والمزاج السيئ مقارنة بالأولاد نتيجة الاستخدام، وهذا يشير إلى أن الفتيات أكثر عرضة للتأثيرات السلبية لاستخدام فيسبوك على صحتهم النفسية. حيث إنهن أكثر عرضة للمقارنة الاجتماعية عند استخدام فيسبوك، أما فيما يتعلق بالاستخدام النشط فيسبوك والحصول على الدعم الاجتماعي، فبالنسبة للفتيات، فإن استخدام فيسبوك النشط يعزز الدعم الاجتماعي لديهن ويؤدي إلى تقليل الاكتئاب والمزاج السيء، وهو ما يعني أنه عندما تتفاعل الفتيات بنشاط على فيسبوك يشعرن بالدعم، ويمكن أن يساعد ذلك في تخفيف مشاعر الاكتئاب، وعلى العكس قد يعاني الذكور ذوي الاستخدام النشط للفيسبوك من آثار سلبية على مزاجهم، ويرجع ذلك إلى طبيعة التفاعلات والتعليقات عبر مواقع التواصل الاجتماعي التي قد تكون أكثر سلبية بالنسبة للذكور، كما أن سلوكيات الأمهات في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي تنتقل إلى الأبناء، فالاستخدام المفرط لوسائل التواصل الاجتماعي من قبل الأمهات ينتقل إلى أبنائهن نتيجة للعلاقة التفاعلية بين الأم وطفلها (Ruggieri et al., 2020).

وفيما يتعلق بأهمية المعايير الاجتماعية وتأثير الأقران في تشكيل سلوكيات المراهقين عبر الإنترنت والمخاطر المحتملة المرتبطة بها، توصلت دراسة (Marino et al., 2020) التي طبقت على ٧٤٦ مراهقاً بالمدارس الثانوية الإيطالية إلى أن إدراك المراهقين لتكرار استخدام أصدقائهم لوسائل التواصل الاجتماعي مرتبط بشكل إيجابي بتكرار استخدامهم الخاص، وهذا يشير إلى وجود تشابه كبير في سلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي بين الأصدقاء، مما يعني أنه كلما زاد إدراك المراهقين لنشاط أصدقائهم على وسائل التواصل الاجتماعي، زادت احتمالية انخراطهم في سلوكيات مماثلة بأنفسهم، وهذا يعني أن ضغط الأقران والتوقعات المتعلقة باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي يمكن أن تكون عامل خطر للاستخدام المفرط السلبي، وهذا يعني أنه حتى لو لم يستخدم المراهقون وسائل التواصل الاجتماعي بشكل مفرط، فإن الضغط ليكونوا متاحين ومشاركين باستمرار يمكن أن يؤدي إلى سلوكيات سلبية، كما جاءت النتائج لتؤكد على أن المراهقين يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي لتسهيل التعبير عن المشاعر كآلية للتكيف، ما يمكن أن يخلق دورة مفرغة حيث يؤدي الاعتماد على وسائل التواصل الاجتماعي للدعم العاطفي إلى تعزيز صعوباتهم في إدارة المشاعر خارج البيئة الافتراضية.

أما بالنسبة لأهمية مشاركة الوالدين في استخدام المراهقين لوسائل التواصل الاجتماعي والحاجة إلى اتباع استراتيجيات وساطة والدية، أظهرت الدراسات أهمية المشاركة الأبوية في تحديد كيفية استخدام أطفالهم للأدوات الرقمية، وذلك من خلال وضع قواعد وحدود لكيفية تفاعل الأطفال مع التكنولوجيا (Kaplan-Berkley, 2022)، وتختلف استراتيجيات الوساطة الرقمية للأباء والأمهات بناءً على عمر الأبناء (Nagy et al., 2023).

ويعتمد الآباء والأمهات على استراتيجيات متعددة للإشراف على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، مثل فرض قيود على الوقت، وانتقاء المحتوى المسموح به، والسماح باستخدامها خلال عطلات نهاية الأسبوع فقط (Mekonen et al., 2024)، وتأتي وساطة التقيد المتمثلة في وضع الآباء والأمهات لقواعد وحدود زمنية لاستخدام أبنائهم للإنترنت في مقدمة استراتيجيات الوساطة الأبوية الرقمية التي يستخدمها الوالدين في تنظيم استخدام أبنائهم للإنترنت خاصة في السنوات الأولى، وتقل هذه القيود تدريجياً مع تقدم الأبناء في العمر حيث يتمتعون بقدر من الخصوصية والاستقلالية (عبدالله، ٢٠٢٤).

أما فيما يتعلق بالوساطة النشطة؛ والتي تتضمن مشاركة الأبناء في مشاهدة المحتوى عبر الإنترنت والنقاش حوله، كانت من أقل أنواع الوساطة الرقمية التي يستخدمها الآباء والأمهات، وفي المقابل، جاءت الوساطة المتمثلة في وضع القيود على الوقت والمحتوى كأكثر استراتيجيات الوساطة الرقمية شيوعاً بين الآباء والأمهات (بو عناقة، ٢٠٢٣)، وقد تناولت دراسة (Chen et al., 2023) استراتيجيات الوساطة الوالدية وتأثيرها على التتمر الإلكتروني بين المراهقين؛ وذلك من خلال استبيان طُبق على ٦٤٢ طالب أعمارهم ١٣-١٨ عام وأولياء أمورهم في الصين. توصلت النتائج إلى أن الوساطة الوالدية النشطة ترتبط سلباً بكل من الوقوع ضحية للتتمر الإلكتروني وممارسته، في حين أن الوساطة الوالدية التقييدية لم تكن مرتبطة بشكل ملحوظ بالتتمر الإلكتروني، وفيما يتعلق بالوساطة التعليمية فترتبط سلباً بالوقوع ضحية للتتمر الإلكتروني والاكتئاب، كما أن هناك تفاوت في فاعلية هذه الاستراتيجيات، إذ يُعد الجمع بين مستوى عالٍ من الوساطة النشطة والتفتيش غير التطفلي، مقروناً بمستوى منخفض من الوساطة التقييدية، الأكثر فعالية في منع التتمر الإلكتروني، فيما توصلت دراسة (Wright, 2017) إلى وجود علاقة ارتباطية بين النوع الاجتماعي واستراتيجيات الوساطة الوالدية فيما يتعلق بالتتمر الإلكتروني والوقوع ضحية له، حيث ترتبط الوساطة التقييدية إيجابياً بالوقوع ضحية للتتمر الإلكتروني لدى الإناث أكثر من الذكور.

تكنولوجيا التوأم الرقمي واستخداماتها:

تكنولوجيا التوأم الرقمي تعني وجود نموذج افتراضي لكيان واقعي، أو نموذج رقمي للأشياء المادية، ويعمل هذا التوأم الرقمي كظل يحاكي نظيره المادي، ويسجل تطوره عبر الزمن من خلال تتبع رقمي يوثق التغييرات التي يمر بها (Saracco, 2019, 58)، وقد تم طرح هذا المفهوم لأول مرة في عام 2003 بواسطة Grieves خلال دراسته لإدارة دورة حياة المنتج في جامعة مينشيغان، وقامت وزارة الدفاع الأمريكية في عام 2009 بتبني مفهوم التوأم الرقمي في صيانة المركبات الفضائية، ومن ثم تنامي استخدام تكنولوجيا التوأم الرقمي لتشمل عدة مجالات مثل: التصنيع الذكي، والمدن الذكية والشبكات الكهربائية الذكية إلى أن اندمجت هذه التقنية مع تقنيات أخرى مثل: إنترنت الأشياء (IoT)، والبيانات الضخمة، والذكاء الاصطناعي، وهو ما ساعد على تعزيز قدرتها في رقمنة وإدارة المعلومات بطريقة قابلة للتحليل، وترتب على ذلك تحسين القدرات واتخاذ قرارات مدروسة، وتقديم خدمات فعالة، وتقليل التكاليف وتحسين كفاءة الأداء للجهات التي قامت باستخدام هذه التقنية (Wang et al., 2023, 2)، كما ساعدت تقنية التوائم الرقمية بعض الصناعات من تخصيص المنتجات والخدمات بناءً على البيانات التي يتم جمعها بشكل فوري من تعليقات المستخدمين، وهو ما ساهم في تحسين مستوى رضا العملاء وتفاعلهم، واتسع الأمر ليتم استخدام هذه التكنولوجيا بقطاعات مثل: الرعاية الصحية والتعليم (Saracco, 2019, 58).

وقد بدأ مفهوم التوأم الرقمي يلفت انتباه القليل من الباحثين في مجال الدراسات الإعلامية خاصة المرتبطة بمواقع التواصل الاجتماعي وتأثيراتها المختلفة في مجالات التسويق والدعاية؛ حيث يساعد التمثيل الافتراضي في نمذجة ورصد وتوقع سلوك الأشخاص المستخدمين للمنصات الاجتماعية، ويُستخدم التوأم الرقمي لتحليل بيانات المستخدمين من مصادر متنوعة، مثل: تحليل سجلات وسائل التواصل الاجتماعي لتقييم سرعة وحجم وتنوع البيانات المتعلقة بموضوع معين والحصول على تغذية راجعة من خلال تحليلات الويب، وهو الأمر الذي يسمح للشركات والمعلنين من اختبار وتحسين استراتيجيات التسويق الخاصة بهم ومراقبة فاعليتها بشكل سريع، ومن ثم تحديد المشكلات المحتملة قبل أن تتفاقم (Scheibmeir & Malaiya, 2022).

ويرى (Das, 2023) أن استخدام تكنولوجيا التوأم الرقمي في تحليل بيانات وسائل التواصل الاجتماعي مازال في مراحله الأولى؛ ومن المتوقع عند تطبيقه بشكل كامل أن ينتهي الأمر بإضفاء

الطابع الشخصي على تجارب العملاء وتحسين رضاهم من خلال محاكاة تجارب الشراء وتحديد نقاط الضعف، ورصد فعالية العلامات التجارية. كما تُظهر الأبحاث أن ربط الملفات الشخصية عبر المنصات لإنشاء توائم رقمية شاملة للمستخدمين يمكن أن يُسهم في تتبع أنشطة المستخدمين بشكل أكثر دقة، وفي هذا السياق، يتم الاعتماد على منصة يوتيوب كنقطة انطلاق لتتبع نشاط المستخدمين ودمج المعلومات التي يتم جمعها من المنصات المختلفة التي يتفاعل معها المستخدم وذلك من أجل إنشاء وتخزين صورة شاملة للمستخدم في شكل توائم رقمي له (Schultenkämper et al., 2023). وبالإضافة لما سبق من الممكن أن توفر التوائم الرقمية محاكاة دقيقة لاختبار تأثير الإعلانات أو انتشار المعلومات المضللة، وهو ما يساعد في اتخاذ القرارات في مجال السياسة والإعلان على حد سواء (Wen et al., 2023). وبالرغم من التحديات المتعلقة بدقة البيانات وخصوصية المستخدمين، فإن دمج تكنولوجيا التوائم الرقمي مع وسائل التواصل الاجتماعي ينبأ عن ثورة غير مسبوقه في مستقبل استراتيجيات التسويق الرقمي (Das, 2023).

العلاقة بين تكنولوجيا التوائم الرقمي وهوية المستخدم بالمنصات الاجتماعية

في السنوات الأخيرة، ركزت بعض الدراسات على ربط الملفات الشخصية للمستخدمين عبر منصات التواصل الاجتماعي، وذلك من أجل الوصول لبيانات المستخدمين وجمعها وتتبع أنشطتهم التفاعلية، ويعد يوتيوب نقطة مناسبة لربط ملفات تعريف المستخدمين عبر المنصات المختلفة، مما يتيح دمج المعلومات المجمعّة في ملف أشبه ما يكون بوجود توائم مشابه للمستخدم. هذا الربط يمكن أن يكون مفيداً في مجالات مثل مكافحة الجرائم الإلكترونية، حيث يمكن استخدام الأثر الرقمي لتتبع المستخدمين المستهدفين، وتمثل معلومات الملفات الشخصية التي تم جمعها توائم رقمي يوفر تنبؤ أفضل لسلوك المستخدمين عبر الشبكات الاجتماعية؛ ولكن هناك تحديات تتعلق بسرقة الهوية الرقمية للمستخدم ومحاذير بشأن الخصوصية (Schultenkämper et al., 2023).

ويشير (Kinsner & Saracco, 2019) إلى أن لكل منا توائم رقمي على مواقع التواصل الاجتماعي. هذا التوائم عبارة عن نموذج افتراضي يعتمد بالأساس على البيانات التي تُجمع من أنشطة وسلوكيات مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي، وذلك من خلال منشوراتهم، وتفاعلاتهم من إعجاب وتعليق وغيرها من أساليب التفاعل، ويُستخدم هذا النموذج لتحليل السلوك والتفضيلات، وهو ما يساعد في تخصيص المحتوى الإعلاني الذي سيظهر للمستخدم بناء على تفضيلاته السابقة، وكذلك تحسين تجربة المستخدم، وتقديم توصيات تتفق مع اهتمامته. أي أن التوائم الرقمي يعكس نسخة افتراضية منا تُستخدم لفهم سلوكياتنا الرقمية بشكل أفضل.

وتكمن العلاقة بين التوائم الرقمية وشبكات التواصل الاجتماعي في القدرة على استخدام بيانات مواقع التواصل الاجتماعي مثل أنشطة نشر المحتوى وإبداء الإعجاب لإنشاء تمثيلات افتراضية للأفراد والأنظمة الاجتماعية، والتي يمكن استخدامها بعد ذلك للتحليل والتنبؤ واتخاذ القرارات من خلال فهم شخصيات وسلوكيات الأفراد. (Ambika, 2024).

جدير بالذكر أنه بالرغم من دمج تكنولوجيا التوائم الرقمي في منصات التواصل الاجتماعي يعد بتوفير محتوى متخصص ومحسّن بناء على تفاعلات المستخدم، إلا أن ذلك يفرض تحديات كبيرة فيما يتعلق بالخصوصية وأمن البيانات. فمع تطور هذه النسخ الرقمية للمستخدمين واستخدامها مستقبلاً بشكل يتخطى حدود التسويق والإعلانات، هناك حاجة ملحة لضمان الالتزام بالاعتبارات الأخلاقية لحماية معلومات المستخدمين بشكل يضمن تحقيق التوازن بين الاستفادة من البيانات لتحسين تجارب المستخدم والحفاظ على خصوصيته، ولتحقيق هذا التوازن، يجب على المنصات الشفافية في عملياتها والالتزام بلوائح حماية البيانات كعنصر أساسي في بناء الثقة مع المستخدمين (Pathmonk, n.d).

كيف تساهم تكنولوجيا التوأم الرقمي في تحسين مشاركة المستخدم على منصات التواصل الاجتماعي

تعمل تكنولوجيا التوأم الرقمي على تعزيز مشاركة المستخدم على منصات التواصل الاجتماعي بشكل أكثر فاعلية من خلال توفير الفهم العميق لتفضيلات المستخدمين وسلوكياتهم، ويتم ذلك من خلال إنشاء ملفات تعريف شاملة تتضمن تفاعلات المستخدمين السابقة والإعجابات والمشاركات والتعليقات الخاصة بهم، وهو ما يعني توفير رؤية دقيقة لاهتمامات المستخدم، ويساعد ذلك المعلنين وشركات التسويق في صناعة محتوى يستهدف تفضيلات المستخدم بشكل مباشر، وهو ما يضمن أن كل تفاعل يقوم به المستخدم بالمنصات الاجتماعية يبدو شخصياً وذو صلة. وبالإضافة لذلك تساعد تكنولوجيا التوأم الرقمي المنصات الاجتماعية على اتباع استراتيجيات تسويقية أكثر فاعلية واستهدافاً من خلال تقسيم المستخدمين إلى فئات متنوعة بناءً على خصائصهم السكانية وتوزيعهم الجغرافي واهتماماتهم وسلوكياتهم، ومن خلال تكنولوجيا التوأم الرقمي يمكن أيضاً تحليل المشاعر، وهو ما يساعد في تحديد مدى رضا المستخدم من عدمه، وفي الوقت الحالي تسمح التوائم الرقمية بتوصيل المحتوى للمستخدمين في الوقت الأنسب، وبالتالي زيادة احتمالية المشاركة وتعزيز تجربة المستخدم بشكل أكثر تفاعلية. ونتيجة لذلك، لا تسهم تكنولوجيا التوائم الرقمية في تحسين استراتيجيات التسويق فحسب، بل تقوم أيضاً بدور محوري في رفع مستوى مشاركة المستخدم من خلال خلق بيئة افتراضية اجتماعية أكثر تخصيصاً وجاذبية (Kinsner & Saracco, 2019).

التعليق على الدراسات السابقة:

١. تشير أغلب الأدبيات السابقة إلى أن الأطفال في العصر الرقمي ينشأون في بيئة محاطة بالتكنولوجيا، وهو ما يؤثر على كيفية تفاعلهم مع أصدقائهم وأفراد أسرهم، وأصبح لديهم ثقافة رقمية تشكل أساساً لتفاعلاتهم الاجتماعية، وقد تُساعد في تطوير مهاراتهم.

٢. اختلفت الدراسات السابقة فيما بينها حول تأثيرات النفسية لاستخدام جيل ألفا لمواقع التواصل الاجتماعي، فعلى الرغم من الفوائد المحتملة لهذه المواقع في توفير الدعم العاطفي في بعض الأحيان، إلا أن الإفراط في استخدامها أو التعاطي السلبي معها قد يؤدي إلى مشكلات مثل القلق، والاكتئاب، وتدني مستوى الثقة بالنفس، والتعرض للتنمر الإلكتروني.

٣. تباينت نتائج الدراسات السابقة المتعلقة بتأثير التكنولوجيا الرقمية على علاقات الأطفال والمراهقين الاجتماعية. حيث أكدت نتائج بعض الأدبيات على أن الاستخدام المفرط لمنصات التواصل الرقمية قد يؤدي إلى تراجع في التفاعلات الاجتماعية المباشرة للأطفال والمراهقين وأن التفاعل الرقمي قد يأخذ مكان التواصل وجهاً لوجه، وهو ما قد يقلل من شدة الروابط الاجتماعية. في حين توصل آخرون إلى أن منصات التواصل الاجتماعي يمكن أن تكون مفيدة للأطفال والمراهقين الذين يعانون من القلق الاجتماعي، لأنه قد يمنحهم مساحة أكبر لتكوين صداقات أو تعزيز الروابط الاجتماعية الموجودة بالفعل.

٤. تؤكد المراجعات الأدبية السابقة على أهمية إيجاد توازن بين الأنشطة الرقمية والتفاعلات الاجتماعية التقليدية. فالاعتدال والاستخدام الواعي للمنصات الاجتماعية يُعد الخطوة الأولى لتخفيف الآثار السلبية المحتملة على التطور الاجتماعي والنفسي لجيل ألفا.

٥. معظم الدراسات السابقة التي تناولت مفهوم التوأم الرقمي ومواقع التواصل الاجتماعي سلطت الضوء على تأثير تكنولوجيا التوأم الرقمي على الهوية الرقمية للمستخدمين والآثار المترتبة على اختراق الخصوصية والأمن المعلوماتي لديهم، كما تناولت دراسات أخرى تأثير تكنولوجيا التوأم الرقمي على الاستراتيجيات التسويقية للمعلنين.

٦. معظم الدراسات السابقة كانت دراسات استقصائية؛ حيث يتيح هذا النوع من الدراسات جمع كمية كبيرة من البيانات بسهولة وسرعة، وهو ما يفسر كثرة استخدامها، ولكن من أهم عيوبها أنها تعتمد بشكل كبير على التقدير الذاتي، وهو ما قد يؤثر على دقة النتائج، كما أن هذا النوع لا يستطيع تحديد العلاقة السببية بين الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي والمتغيرات الأخرى، كما أن نتائجها محدودة مقارنة بالدراسات الكيفية التي توفر بيانات دقيقة تساعد في تحديد مسار العلاقات السببية بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والمتغيرات النفسية والاجتماعية الأخرى.

الإطار النظري للدراسة:

نموذج التفاعل الاجتماعي الرقمي (Digital Social Interaction Model)

تم تطوير هذا النموذج من خلال دراسة تجريبية شملت عينة من السكان الإيطاليين، وكانت بداية ظهوره في سياق دراسة تأثيرات جائحة COVID-19 على الرفاهية الفردية والاجتماعية، حيث تم اختبار الفروض المتعلقة بالعلاقة بين العواطف الرقمية E-Motions، والدعم الرقمي E-Support، والنمو بعد الصدمة posttraumatic growth، والصحة النفسية، والسلوكيات الإيجابية، وذلك من أجل التوصل إلى نتائج حول كيف يمكن أن تسهم التكنولوجيا الرقمية في تحسين الصحة النفسية والسلوكيات الاجتماعية الإيجابية خلال فترات العزلة والقيود، ويسلط النموذج الضوء على أهمية التفاعلات الرقمية (سواء من خلال التعبير عن المشاعر أو تلقي الدعم) في تعزيز النمو الشخصي والصحة النفسية، مما يؤدي في النهاية إلى زيادة السلوكيات الاجتماعية الإيجابية. وهو ما يؤكد على الدور المهم الذي يمكن أن تقوم به المنصات الرقمية في تعزيز الرفاهية النفسية والاجتماعية، خاصة في الظروف الاستثنائية مثل الأزمات والبعد المكاني حيث قد تكون التفاعلات الشخصية المباشرة محدودة.

المفاهيم الأساسية التي يطرحها النموذج:

١. العواطف الرقمية (E-Motions):

يشير هذا المفهوم إلى التعبير عن المشاعر والتجارب عبر الوسائل الرقمية، مثل الرسائل النصية، المكالمات الهاتفية، ومكالمات الفيديو، ويفترض النموذج أن هذه العواطف الرقمية تساهم في تحسين الصحة النفسية لدى المستخدمين.

٢. الدعم الرقمي (E-Support):

يتعلق بالدعم الاجتماعي الذي يتم تلقيه عبر الوسائل الرقمية، مثل المجموعات الداعمة على الإنترنت، المنتديات، ووسائل التواصل الاجتماعي، ويفترض النموذج أن هذا الدعم الرقمي يساعد الأفراد على التعامل مع الضغوط النفسية الناتجة عن الاحساس بالعزلة (Gabbiadini et al., 2020).

٣. النمو بعد الصدمات (Posttraumatic Growth):

يشير إلى التغيرات الإيجابية التي يمر بها الفرد نتيجة لصراعه مع تجربة صادمة أو محنة كبيرة، ويتضمن تطوراً شخصياً يتجاوز مستوى الأداء أو الحالة النفسية التي كانت موجودة قبل الأزمة، ويشمل ذلك: أ. تقدير أكبر للحياة بشكل عام، ب. علاقات شخصية أكثر عمقاً، ج. إحساس متزايد بالقوة الشخصية، د. تحديد فرص جديدة أو مسارات محتملة للحياة (Tedeschi & Calhoun, 2004). وفي سياق النموذج قد يساهم التفاعل الرقمي (من خلال المشاعر الإلكترونية والدعم الإلكتروني) في تحسين الصحة النفسية وزيادة السلوكيات الاجتماعية الإيجابية.

الفروض الرئيسية للنموذج:

١. توجد علاقة ارتباطية بين التعبير عن المشاعر إلكترونياً والسلوكيات الاجتماعية الإيجابية، وهذه العلاقة يتوسطها عاملان، هما: أ. النمو ما بعد الصدمة، ب. الصحة النفسية الإيجابية.

أي أن الإفصاح عن العواطف رقمياً يؤدي إلى التعافي بعد الصدمات، وهو ما يدعم الصحة النفسية الإيجابية، ويُعزز السلوكيات الاجتماعية الإيجابية.

٢. توجد علاقة ارتباطية بين الدعم الإلكتروني والسلوكيات الاجتماعية الإيجابية، وهذه العلاقة يتوسطها عاملان، هما: أ. الصحة النفسية الإيجابية، ب. النمو ما بعد الصدمة.

أي أن الحصول على الدعم الرقمي يؤدي أيضًا إلى التعافي بعد الصدمات والصحة النفسية الإيجابية، مما يعزز السلوكيات الاجتماعية الإيجابية.

٣. توجد علاقة ارتباطية إيجابية بين الدعم الإلكتروني والمشاعر الإلكترونية، أي أن الدعم الإلكتروني لدى الأشخاص يُمكن أن يُعزز لديهم الاتجاه نحو التعبير عن مشاعرهم إلكترونياً (Gabbiadini et al., 2020).

وهذه العلاقات تشير إلى:

- التعبير عن المشاعر إلكترونياً والحصول على الدعم الإلكتروني يؤثران على السلوكيات الاجتماعية الإيجابية بشكل غير مباشر من خلال تأثيرهما على الصحة النفسية الإيجابية.

- هناك علاقة تبادلية بين الدعم الإلكتروني والمشاعر الإلكترونية، مما قد يشير إلى أن كلا منهما يُعزز الآخر.

الفروض التي تُبَتُّ صحتها وفقاً للنموذج:

- استخدام العواطف الرقمية والدعم الرقمي يؤديان إلى تحسين الصحة النفسية، مما يُساهم في تعزيز السلوكيات الاجتماعية الإيجابية مثل تقديم الدعم الاجتماعي للآخرين.

- تؤدي التفاعلات الرقمية الإيجابية إلى زيادة السلوكيات الإيجابية.

أهمية النموذج:

- يُعتبر هذا النموذج خطوة لفهم كيفية استخدام التكنولوجيا الرقمية كأداة للتكيف مع الأزمات والشعور بالوحدة أو عندما يجد الفرد صعوبة في التواصل مع الآخرين بشكل تقليدي.

- يوفر النموذج إطاراً لفهم كيف يمكن أن تسهم التفاعلات الرقمية في تعزيز الرفاهية النفسية والاجتماعية، مما قد يكون مفيداً في الدراسات المستقبلية لدعم الصحة النفسية للأفراد في أوقات الأزمات أو حتى الأوقات العادية التي يشعرون فيها بالوحدة، وبشكل عام، يعكس النموذج كيف يمكن أن تكون التكنولوجيا الرقمية وسيلة فعالة للتواصل والدعم في أوقات الأزمات، مما يساعد على التغلب على التحديات النفسية والاجتماعية (Delello & McWhorter, 2017).

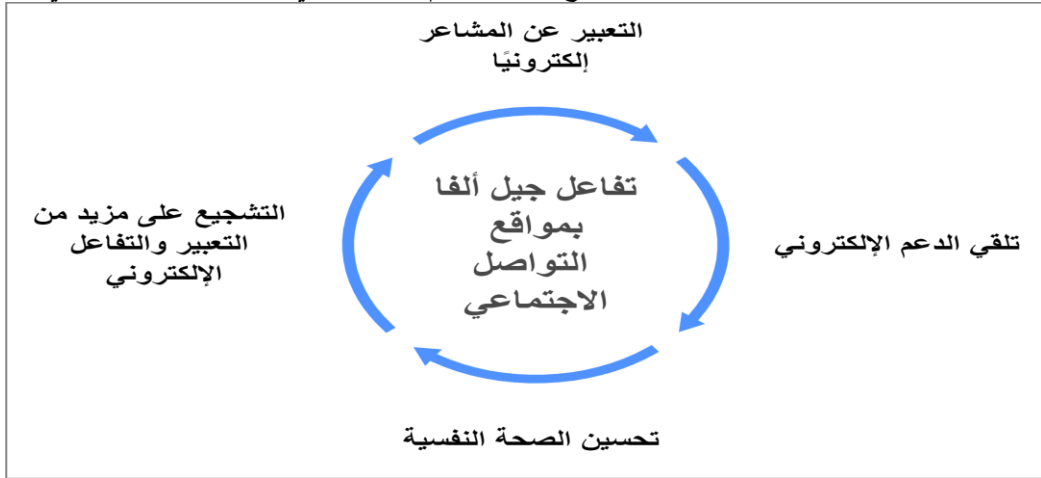
توظيف النموذج في الدراسة الحالية:

سوف يتم توظيف النموذج في الدراسة الحالية لمعرفة تأثير التفاعل الرقمي لجيل ألفا بمواقع التواصل الاجتماعي على التفاعلات الاجتماعية الفعلية، واستناداً إلى النموذج سنجد التالي:

١. استخدام مواقع التواصل الاجتماعي كأحد الأدوات الرقمية يُسهم في تحسين الصحة النفسية لجيل ألفا من خلال توفير مساحات للتعبير عن مشاعرهم للحصول على الدعم الاجتماعي. حيث يشير النموذج إلى أن الأشخاص الذين يُشاركون مشاعرهم رقمياً قد تحسن الصحة النفسية لديهم، ومن ثم تزداد لديهم السلوكيات الإيجابية.

٢. يُشير النموذج إلى دور الدعم الاجتماعي في تحسين الصحة النفسية خاصة في حالات الشعور بالعزلة الاجتماعية، وي طرح النموذج أن الدعم الإلكتروني قد يكون بديلاً للدعم الاجتماعي التقليدي خاصة في الوقت الذي يكون فيه التواصل الشخصي غير متاح أو محدود؛ ومن مزايا الدعم الاجتماعي الرقمي أنه يمكن تقديمه في أي وقت ولأي شخص دون قيود جغرافية، وهو ما يشير إلى أهمية الأدوات الرقمية كعامل يساعد على تقديم الدعم الاجتماعي في تعزيز الصحة النفسية والجسدية خاصة أوقات الأزمات (Gilmour et al., 2020).

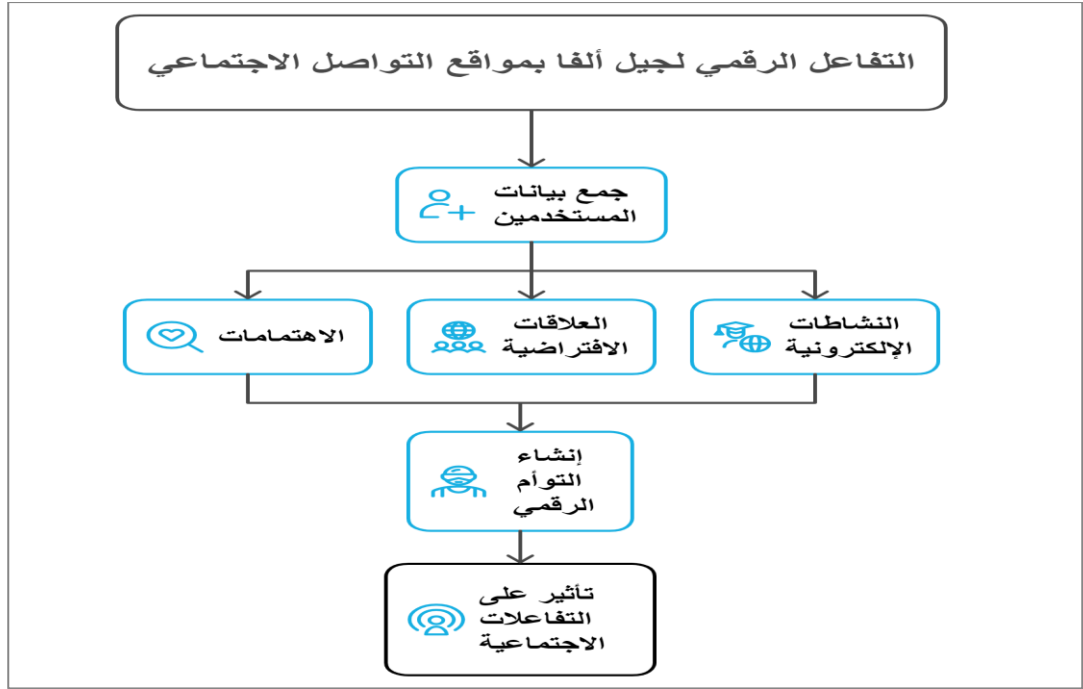
٣. التفاعل بين التعبير عن المشاعر والحصول على الدعم: توجد علاقة إيجابية بين التعبير عن المشاعر عبر الإنترنت E-motions والحصول على الدعم الإلكتروني E-support، وهو ما يعكس الترابط العاطفي الذي يشعر به جيل ألفا بمواقع التواصل الاجتماعي. وهو ما سنتناوله الدراسة الحالية، ويمكن التعبير عن متغيرات النموذج وكيف سيتم توظيفها في الدراسة بالشكل التالي:



شكل رقم (١)

توظيف متغيرات نموذج التفاعل الاجتماعي الرقمي بالدراسة الحالية

وبعد استعراض نموذج التفاعل الاجتماعي الرقمي تضيف الدراسة الحالية تأثير وجود توأم رقمي لكل مستخدم على تفاعلات جيل ألفا بمواقع التواصل الاجتماعي، وذلك بهدف فهم التفاعلات الرقمية لهذا الجيل الذي يتميز بقدرته على التعامل مع التكنولوجيا بشكل يفوق مجرد الاستخدام العادي. فوجود توأم رقمي لسلوكيات المستخدمين واهتماماتهم لا يسمح فقط بتوفير تجربة استخدام أفضل لمواقع التواصل الاجتماعي من خلال اقتراح محتوى مُخصص يتناسب مع السلوكيات والرغبات؛ ولكن أيضاً قد يؤثر التوأم الرقمي على الهوية الرقمية لجيل ألفا وطريقة تشكيلها، حيث يصبح التفاعل الرقمي بديلاً أكثر جاذبية عن التفاعل الاجتماعي الفعلي، ومن هنا تظهر المخاوف والتحديات التي تتعلق بالانعزال عن التفاعلات الاجتماعية الفعلية؛ وهو ما يتطلب وعياً أكبر من قبل الوالدين حول كيفية تنظيم التفاعلات الرقمية لأبنائهم بطريقة تحقق نمو اجتماعي أفضل لهم، ويُعد التوازن بين الاستفادة من مواقع التواصل الاجتماعي في الحصول على تفاعل رقمي إيجابي وحماية التفاعلات الاجتماعية الفعلية ضرورة لضمان استفادة جيل ألفا من التكنولوجيا مع الحفاظ على الروابط الاجتماعية الحقيقية.



شكل رقم (٢)

التأثير على التفاعل الرقمي لجيل ألفا في ظل وجود توأم رقمي لكل مستخدم
الإجراءات المنهجية للدراسة:

نوع الدراسة :

تنتمي الدراسة الراهنة إلى الدراسات الوصفية لرصد حقائق عن الظاهرة المدروسة ومحاولة الخروج بمؤشرات أساسية حول تأثير استخدام جيل ألفا لمواقع التواصل الاجتماعي على تفاعلاتهم الاجتماعية الفعلية وذلك في ضوء تكنولوجيا التوأم الرقمي.

منهج الدراسة:

اعتمدت الدراسة على المنهج المسحي في شقيه الكمي والكيفي؛ والذي يهتم بوصف الوقائع والحقائق الجارية وتوثيقها، وجمع البيانات عن الظاهرة التي تتم دراستها لمعرفة العلاقة بين متغيراتها، وتم استخدامه في التعرف على إجابات عينة عرضية من جيل ألفا نحو كيفية استخدام منصات التواصل الاجتماعي، وتأثير وجود توأم رقمي لجيل ألفا يصاحب استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، وتأثير التفاعل الرقمي لجيل ألفا على تفاعلاتهم الاجتماعية الفعلية.

عينة الدراسة:

طبقت الدراسة الميدانية على عينة عرضية قوامها ١٦٨ مفردة من من جيل ألفا ممن يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي، أما عينة الدراسة الكيفية، فكانت من ٢٠ مفردة من جيل ألفا ممن تتراوح أعمارهم بين (١١ : ١٤ عام) ممن يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي، و١٥ مفردة من الآباء والأمهات ممن لديهم طفل أو أكثر يقع ضمن الفئة المستهدفة من الدراسة، وفيما يلي بيان بخصائص العينة لكل من الدراسة الميدانية والكيفية:

جدول رقم (١) خصائص عينة الدراسة الميدانية

المدى	ك	%
النوع	ذكر	٧٥
	أنثى	٩٣
السن	١١ عام	٦%
	١٢ عام	١٩%
	١٣ عام	٢٨,٦%
	١٤ عام	٤٦,٤%
الإجمالي	١٦٨	١٠٠%

جدول رقم (٢) خصائص عينة الدراسة الكيفية

المدى	ك	%
جيل ألفا	ذكر	١٠
	أنثى	١٠
	١١ عام	٢
	١٢ عام	٣
	١٣ عام	٦
	١٤ عام	٩
	٣٣,٣%	٥
الآباء والأمهات	أنثى	١٠
	تعليم جامعي	٧
	تعليم متوسط	٥
	تعليم أقل من متوسط	٣
	٢٠%	٣٥
الإجمالي	٣٥	١٠٠%

أداة الدراسة:

اعتمدت الدراسة الميدانية على أداة الاستبيان التي تم عرضها على مجموعة من الأساتذة الأكاديميين من أجل تحكيمها* ، وتم ملئها بأسلوب المقابلة (الاستبان) نظرا لصغر سن عينة الدراسة، كما تم الاعتماد على أداة المقابلات المتعمقة **In-depth Interview** لعينة الدراسة الكيفية من الأطفال من جيل ألفا وكذلك الآباء والأمهات ممن لديهم طفل أو أكثر في المرحلة العمرية من (١١ : ١٤ عام)، وتم تصميم أداة المقابلة لتشمل المحاور التي تم توجيهها للعينة من جيل ألفا ممن يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي، وتم إجراء المقابلات المتعمقة في الفترة من ٢٥ يونيو ٢٠٢٤ إلى ٣٠ سبتمبر ٢٠٢٤ لدراسة تأثير التفاعلات الرقمية الناتجة عن استخدام جيل ألفا لمواقع التواصل الاجتماعي على تفاعلاتهم الاجتماعية الفعلية.

مقاييس الدراسة:

مقياس الاستخدام النشط لمواقع التواصل الاجتماعي

اعتمدت الدراسة على المقياس الذي قدمته دراسة (Jenkins-Guarnieri et al., 2013) مع تعديل وإضافة بعض العبارات لتناسب مع موضوع الدراسة الحالية، وجاءت عبارات المقياس كالتالي: أشعر بالعزلة عن أصدقائي عندما لا استخدم مواقع التواصل الاجتماعي، أصاب بالإحباط إذا لم أتمكن من استخدام منصة التواصل الاجتماعي التي أحبها بشكل يومي، أشعر أنني أفقد الكثير من الأشياء المهمة إذا لم أتابع مواقع التواصل الاجتماعي بشكل منتظم، أشعر أن التواصل عبر مواقع التواصل الاجتماعي يعزز علاقاتي مع أصدقائي، أشعر بالقلق عندما لا أستطيع التفاعل مع أصدقائي على

مواقع التواصل الاجتماعي لفترة طويلة، أشعر بالسعادة عندما أتلقى إعجابات وتعليقات على منشوراتي في مواقع التواصل الاجتماعي، أتفاعل مع المحتوى الذي يشاركه أصدقاؤني بمنصات التواصل الاجتماعي، أشعر بأنني في تواصل مستمر مع أصدقاؤني عندما استخدم مواقع التواصل الاجتماعي، إذا لم استخدم مواقع التواصل الاجتماعي أشعر بأنني أقل انتماءً لمجموعتي الاجتماعية، أعتبر نفسي معتمدًا على مواقع التواصل الاجتماعي للتواصل مع الآخرين بشكل أساسي، استمتع بتصفح حسابي على مواقع التواصل الاجتماعي. وطلب من المبحوثين تحديد موقفهم من العبارات على مقياس ثلاثي: موافق (3 درجات) محايد (درجتين) معارض (درجة واحدة). لتتراوح الدرجة الكلية التي يحصل عليها المبحوث بين 11 و 33.

وقد تم تصنيف المبحوثين وفق استجاباتهم إلى ثلاث فئات التالي:

- منخفض (11-18 درجة).
 - متوسط (19-25 درجة).
 - مرتفع (26-33 درجة).
- (معامل ألفا كرونباخ=0,973، معامل الصدق الذاتي=0,987).

مقياس العواطف الرقمية (E-Motions)

اعتمدت الدراسة على المقياس الذي قدمته دراسة (Gabbiadini et al., 2020) مع تعديل وإضافة بعض العبارات لتناسب مع بناء مقياس تعبير جيل ألفا عن مشاعرهم رقمياً، وتكون المقياس من العبارات التالية: أعبر عن مشاعري على وسائل التواصل الاجتماعي بانتظام، استخدم وسائل التواصل الاجتماعي للتعبير عن مشاعري أكثر من التحدث وجهاً لوجه، أميل لمشاركة مشاعر الفرح والسعادة على مواقع التواصل الاجتماعي، أعبر عن غضبي أو إحباطي على وسائل التواصل الاجتماعي، أعبر عن مشاعري باستخدام رموز تعبيرية أو صور GIF، أشارك مقاطع فيديو للتعبير عن حالتي العاطفية، أحصل على تفاعل كبير "إعجاب، تعليقات" عندما أشارك مشاعري على وسائل التواصل الاجتماعي، أعتقد أن ردود الفعل من أصدقاؤني عبر الإنترنت تعزز أو تؤثر في مزاجي، أعبر عن مشاعري الحقيقية على الإنترنت كما هي في الواقع، أشعر براحة أكثر عند التحدث عن مشاعري في الواقع، أعتقد أن تفاعلي العاطفي عبر الإنترنت يؤثر على طريقة تفاعلي مع الآخرين في الحياة اليومية. وطلب من المبحوثين تحديد موقفهم من العبارات على مقياس ثلاثي: دانماً (3 درجات) أحياناً (درجتين) نادراً (درجة واحدة). لتتراوح الدرجة الكلية التي يحصل عليها المبحوث بين 11 و 33. وقد تم تصنيف المبحوثين وفق استجاباتهم إلى ثلاث فئات على النحو التالي:

- منخفض (11-18 درجة).
 - متوسط (19-25 درجة).
 - مرتفع (26-33 درجة).
- (معامل ألفا كرونباخ=0,975، معامل الصدق الذاتي=0,978).

مقياس الدعم الرقمي (E-Support)

اعتمدت الدراسة على المقياس الذي قدمته دراسة (Gabbiadini et al., 2020) مع تعديل وإضافة بعض العبارات لتناسب مع بناء مقياس الدعم الرقمي الذي يتلقاه جيل ألفا من مواقع التواصل الاجتماعي، وتكون المقياس من العبارات التالية: أتلقى دعماً عاطفياً عبر وسائل التواصل الاجتماعي، أشعر بالانتماء إلى مجموعات رقمية على مواقع التواصل الاجتماعي، اعتمد على النصائح التي أحصل عليها من أصدقاؤني عبر مواقع التواصل الاجتماعي، الدعم الرقمي الذي أتلقاه يعزز مهاراتي الاجتماعية في الحياة الواقعية، أستطيع الحصول على مساعدة عملية من أصدقاؤني عبر الإنترنت عند

الحاجة، أصدقائي على الإنترنت يقدمون لي دعماً اجتماعياً مشابهاً للدعم في العالم الواقعي، التفاعلات عبر الإنترنت تجعلني أشعر بأنني أكثر اتصالاً في المجتمع الواقعي، الدعم الذي أتلقاه عبر مواقع التواصل الاجتماعي يساعدي على التعامل مع المواقف الصعبة في الحياة اليومية، ويحدد المبحوث موقفه منها على مقياس ثلاثي: دائماً (٣ درجات) وأحياناً (درجتين) ونادراً (درجة واحدة). لتتراوح الدرجة الكلية التي يحصل عليها المبحوث بين ٨ و ٢٤. وقد تم تصنيف المبحوثين وفق استجاباتهم إلى ثلاث فئات على النحو التالي:

- منخفض (٨-١٣ درجة).
- متوسط (١٤-١٨ درجة).
- مرتفع (١٩-٢٤ درجة).

(معامل ألفا كرونباخ=٠,٨٧٤، معامل الصدق الذاتي=٠,٩٢١)

مقياس وجود توأم رقمي لكل مستخدم:

تم بناء مقياس التوأم رقمي وفقاً لنتائج بعض الدراسات السابقة التي افترضت تأثير تكنولوجيا التوأم الرقمي على المستخدمين، وسترکز الدراسة الحالية في بناء هذا المقياس على كيفية قيام الخوارزميات بمواقع التواصل الاجتماعي باقتراح المحتوى وتوجيهه لجيل ألفا وفقاً لأنماط استخدامهم السابقة، وهو ما قد يترك أثره على التفاعلات الاجتماعية الفعلية عليهم، وجاءت عبارات المقياس كالتالي: "في أحيان كثيرة يظهر لي محتوى يرتبط بما شاهدته أو تفاعلت معه من قبل بمواقع التواصل، أشعر أنني أشاهد نفس النوع من المحتوى بشكل متكرر بناءً على توصيات مواقع التواصل، مواقع التواصل تعرف اهتماماتي الرقمية وتقتراح علي ما يناسبني، أقضي معظم وقتي في التفاعل مع المحتوى الذي يتم اقتراحه لي من قبل مواقع التواصل، أجد نفسي مندمجاً في متابعة المحتوى بمواقع التواصل على حساب الوقت الذي أقضيه مع أصدقائي وعائلي، أخصص وقتاً أطول لمتابعة مواقع التواصل بسبب التوصيات التي تكون غالباً مناسبة لي، أجد نفسي متأثراً بما تقترحه لي مواقع التواصل أكثر من اهتماماتي الحقيقية في الواقع، تفضيلاتي أصبحت تتغير بناءً على ما تقترحه لي مواقع التواصل بشكل أكبر مما سبق، ويحدد المبحوث موقفه منها على مقياس ثلاثي: دائماً (٣ درجات) أحياناً (درجتين) ونادراً (درجة واحدة). لتتراوح الدرجة الكلية التي يحصل عليها المبحوث بين ٨ و ٢٤. وقد تم تصنيف المبحوثين وفق استجاباتهم إلى ثلاث فئات على النحو التالي:

- منخفض (٨-١٣).
- متوسط (١٤-١٨).
- مرتفع (١٩-٢٤).

(معامل ألفا كرونباخ=٠,٨٧٢، معامل الصدق الذاتي=٠,٩٣٤).

مقياس جودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية:

تم بناء مقياس من المتغيرات التي طرحتها الدراسات السابقة، واشتمل المقياس على المحاور التالية: ١. التفاعل مع الأصدقاء، ٢. التفاعل مع الأسرة، ٣. التفاعل مع مجتمع المدرسة، ٤. المشاركة في الأنشطة المجتمعية، وجاءت عبارات المقياس مقسمة على المحاور كالتالي: ١. التفاعل مع الأصدقاء: "التقي بأصدقائي بانتظام في الحياة الواقعية، أفضل قضاء وقت مع أصدقائي وجهاً لوجه بدلاً من التواصل معهم عبر مواقع التواصل، أشعر بالراحة عند التحدث مع أصدقائي في اللقاءات الشخصية، لدي أصدقاء مقربون يمكنني الوثوق بهم بعيداً عن مواقع التواصل، ٢. التفاعل مع الأسرة " اتحدث مع أفراد عائلتي يومياً حول ما يحدث لي خلال اليوم، أفضل الانتظار للتحدث مع أفراد أسرتي وجهاً لوجه بدلاً من إرسال رسائل أثناء تواجدهم خارج المنزل، أشعر أنني أقضي وقتاً كافياً مع أفراد أسرتي

بشكل يومي، ٣. التفاعل مع مجتمع المدرسة "أشارك بفاعلية في المناقشات داخل الفصل مع المعلمين، لدي علاقة مميزة مع معلمي الفصل وأحدث معهم دائماً في المدرسة، أشارك في الأنشطة والفعاليات في المدرسة"، ٤. المشاركة في الأنشطة المجتمعية "أشارك في الأنشطة الجماعية مع أصدقائي خارج المدرسة، أشعر بالراحة عند وجودي ضمن فريق أو مجموعة أثناء ممارسة الأنشطة المجتمعية.

تم قياس هذا المتغير من خلال ١٢ عبارة في استمارة الاستبيان، ويحدد المبحوث موقفه منها على مقياس ثلاثي: دائماً (٣ درجات) وأحياناً (درجتين) ونادراً (درجة واحدة). لتتراوح الدرجة الكلية التي يحصل عليها المبحوث بين ١٢ و ٣٦. وقد تم تصنيف المبحوثين وفق استجاباتهم إلى ثلاث فئات على النحو التالي:

- منخفض (١٢-١٩ درجة).
 - متوسط (٢٠-٢٨ درجة).
 - مرتفع (٢٩-٣٦ درجة).
- (معامل ألفا كرونباخ=٠,٨٥٨، معامل الصدق الذاتي=٠,٩٢٤).

مقياس التأثيرات النفسية للتفاعل الرقمي لجيل ألفا:

اعتمدت الباحثة على نتائج الدراسات السابقة لبناء مقياس التأثيرات النفسية لاستخدام جيل ألفا لمواقع التواصل الاجتماعي، وجاءت عبارات المقياس كالتالي: "أشعر بالضغط النفسي عندما لا أتلقى تفاعلات كافية على منشوراتي، أشعر بمشاعر سلبية أو اكتئاب بعد تصفحي لمواقع التواصل الاجتماعي لفترات طويلة، أشعر بأن حياتي أقل قيمة عندما أقارن نفسي بالآخرين على مواقع التواصل الاجتماعي، تعرضت للتنمر أو تعليقات سلبية من الآخرين على مواقع التواصل الاجتماعي، أشعر بانخفاض في تقديري لذاتي بسبب الصور أو المنشورات المثالية التي أراها على مواقع التواصل الاجتماعي، أشعر برغبة مستمرة في التحقق من حساباتي على مواقع التواصل الاجتماعي، حتى عندما لا أكون بحاجة لذلك"، تم قياس هذا المتغير من خلال ست عبارات في استمارة الاستبيان، ويحدد المبحوث موقفه منها على مقياس ثلاثي: دائماً (٣ درجات) وأحياناً (درجتين) ونادراً (درجة واحدة). لتتراوح الدرجة الكلية التي يحصل عليها المبحوث بين ٦ و ١٨. وقد تم تصنيف المبحوثين وفق استجاباتهم إلى ثلاث فئات:

- منخفض (٦-٩ درجات).
 - متوسط (١٠-١٤ درجة).
 - مرتفع (١٥-١٨ درجة).
- (معامل ألفا كرونباخ=٠,٧٧٤، معامل الصدق الذاتي=٠,٨٨٣)

مقياس العزلة الاجتماعية بسبب التفاعل الرقمي:

اعتمدت الباحثة على نتائج الدراسات السابقة لبناء مقياس العزلة الاجتماعية بسبب التفاعل الرقمي، وجاءت عبارات المقياس كالتالي: "التفاعل الرقمي المستمر يجعلني أقل رغبة في مقابلة أصدقائي وجهاً لوجه، أشعر أنني أصبحت أكثر عزلة عن الحياة الواقعية بسبب شغفي واهتمامي بالعالم الرقمي، قضاء وقت طويل باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي تسبب في خسارتي لبعض العلاقات الاجتماعية مع أصحابي وأقاربي، ويحدد المبحوث موقفه منها على مقياس ثلاثي: دائماً (٣ درجات) وأحياناً (درجتين) أبداً (درجة واحدة). لتتراوح الدرجة الكلية التي يحصل عليها المبحوث بين ٣ و ٩. وقد تم تصنيف المبحوثين وفق استجاباتهم إلى ثلاث فئات:

- منخفض (٣-٤ درجة).
- متوسط (٥-٧ درجة).
- مرتفع (٨-٩ درجة).

(معامل ألفا كرونباخ=٠,٧٤١، معامل الصدق الذاتي=٠,٨٦٠)

مقياس مدى الشعور بالضغط لمواكبة التفاعل الدائم للأصدقاء عبر مواقع التواصل الاجتماعي:

تم قياس هذا المتغير من سؤال واحد في استمارة الاستبيان، ويحدد المبحوث موقفه منها على مقياس من ١٠ درجات، بحيث تمثل الدرجة الأقل (١) أقل احتمالية للشعور بالضغط، ويمثل الرقم (١٠) أعلى للشعور بالضغط. لتتراوح الدرجة الكلية التي يحصل عليها المبحوث بين ١ و ١٠. وقد تم تصنيف المبحوثين وفق استجاباتهم إلى ثلاث فئات على النحو التالي:

- منخفض (١-٣ درجات).
- متوسط (٤-٧ درجات).
- مرتفع (٨-١٠ درجات).

مقياس استراتيجيات الوساطة الأبوية

اعتمدت الدراسة على المقاييس التي قدمتها دراسات (الناصر، ٢٠٢٤)، (بوعنافة ٢٠٢٣)، (عثمان، ٢٠١٧) مع تعديل وإضافة بعض العبارات لتناسب مع موضوع الدراسة، ويشتمل هذا المقياس على ٣ متغيرات فرعية هي: **الوساطة النشطة، الوساطة التقييدية، الوساطة الإشرافية** بالإضافة إلى مجمل الوساطة الأبوية، وقد جرى قياسهم على النحو التالي:

١. **الوساطة النشطة** تم قياس هذا المتغير من خلال أربع عبارات في الاستمارة، وهي: "يتحدث والداي معي بانتظام حول ما أقوم به على مواقع التواصل الاجتماعي، يتناقش والداي معي حول المخاطر المحتملة لاستخدام مواقع التواصل، يشجعني والداي على التفكير بشكل نقدي قبل نشر أي شيء على الإنترنت، يسألني والداي عن الأشخاص الذين أتواصل معهم عبر مواقع التواصل الاجتماعي. ويحدد المبحوث موقفه منها على مقياس ثلاثي: بدرجة كبيرة (٣ درجات) بدرجة متوسطة (درجتين) لا تنطبق (درجة واحدة). لتتراوح الدرجة الكلية التي يحصل عليها المبحوث بين ٤ و ١٢. وقد تم التصنيف المبحوثين وفق استجاباتهم إلى ثلاث فئات:

- منخفض (٤-٦ درجات).
- متوسط (٧-٩ درجات).
- مرتفع (١٠-١٢ درجة).

٢. **الوساطة التقييدية** تم قياس هذا المتغير من خلال أربع عبارات في استمارة الاستبيان، وهي: "يحدد والداي الوقت الذي استخدم فيه مواقع التواصل الاجتماعي، يمنعني والداي من استخدام بعض مواقع التواصل الاجتماعي التي يعتبرونها غير آمنة، لا يسمح لي والداي باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي في أوقات الدراسة أو عند الأكل والنوم، يضع والداي قوانين صارمة حول ما يجب وما لا يجب أن أفعله على مواقع التواصل. ويحدد المبحوث موقفه منها على مقياس ثلاثي: بدرجة كبيرة (٣ درجات) بدرجة متوسطة (درجتين) لا تنطبق (درجة واحدة). لتتراوح الدرجة الكلية التي يحصل عليها المبحوث بين ٤ و ١٢. وقد تم تصنيف المبحوثين وفق استجاباتهم إلى ثلاث فئات:

- منخفض (٤-٦ درجات).
- متوسط (٧-٩ درجات).
- مرتفع (١٠-١٢ درجة).

٣. **الوساطة الإشرافية** تم قياس هذا المتغير من خلال أربع عبارات في استمارة الاستبيان، وهى: " يراقب والداي ما أقوم به على مواقع التواصل الاجتماعي، يتفقد والداي حساباتي على مواقع التواصل الاجتماعي لمعرفة ما أنشره، يراجع والداي التطبيقات التي استخدمها على هاتفي، يطلب والداي معرفة كلمات المرور الخاصة بحساباتي على مواقع التواصل الاجتماعي. ويحدد المبحوث موقفه منها على مقياس ثلاثي: بدرجة كبيرة (٣ درجات) بدرجة متوسطة (درجتين) لا تنطبق (درجة واحدة). لتتراوح الدرجة الكلية التي يحصل عليها المبحوث بين ٤ و ١٢. وقد تم تصنيف المبحوثين وفق استجاباتهم إلى ثلاث فئات:

- منخفض (٤-٦ درجات).
- متوسط (٧-٩ درجات).
- مرتفع (١٠-١٢ درجة).

❖ **مجمل الوساطة الأبوية** يمثل هذا المتغير حاصل جمع درجات المبحوثين على متغيرات الوساطة النشطة، الوساطة التقييدية، الوساطة الإشرافية. لتتراوح الدرجة الكلية التي يحصل عليها المبحوث بين ١٢ و ٣٦. وقد تم تصنيف المبحوثين وفق استجاباتهم إلى ثلاث فئات على النحو التالي:

- منخفض (١٢-١٩ درجة).
- متوسط (٢٠-٢٨ درجة).
- مرتفع (٢٩-٣٦ درجة).

(معامل ألفا كرونباخ=٠,٨٦٩، معامل الصدق الذاتي=٠,٩٦٨).

وتمثل دليل المقابلة لعينة الدراسة الكيفية من جيل ألفا في المحاور التالية:
المحور الأول: كيفية استخدام جيل ألفا لمواقع التواصل الاجتماعي:

- ما أكثر مواقع التواصل الاجتماعي التي تقوم باستخدامها؟
- ما الأنشطة الرقمية التي تقوم بها على منصات التواصل الاجتماعي؟
- كم من الوقت تقضيه يومياً على مواقع التواصل الاجتماعي؟
- المحور الثاني: تأثير وجود توأم الرقمي على تجربة التفاعل بمواقع التواصل الاجتماعي:**
- كيف ترى نوعية المحتوى الذي يظهر لك بمواقع التواصل التي تستخدمها؟ إلى أي مدى تشعر أنه مرتبط بالمحتوى الذي شاهدته من قبل؟
- كيف يؤثر ما تقترحه عليك مواقع التواصل في طريقة تفكيرك وسلوكك؟
- إلى أي مدى تعتقد أن مواقع التواصل تقترح عليك المحتوى الذي يتناسب مع اهتماماتك؟
- المحور الثالث: تأثير التفاعل الرقمي على التفاعلات الاجتماعية الفعلية لجيل ألفا:**
- كيف تختلف علاقاتك بمواقع التواصل الاجتماعي عن تلك التي في الواقع؟
- كيف يؤثر التواصل الرقمي عبر مواقع التواصل على علاقاتك الواقعية؟
- إلى أي مدى التواصل الرقمي يساعدك في تكوين صداقات جديدة؟
- المحور الرابع: التأثيرات النفسية والاجتماعية للتفاعل الرقمي بمواقع التواصل الاجتماعي:**
- كيف تشعر بعد قضاء وقت طويل على مواقع التواصل الاجتماعي؟
- إلى أي مدى تشعر بالضغط للحفاظ على صورتك أو تحسينها عبر مواقع التواصل الاجتماعي؟ وكيف تؤثر هذه الضغوط على حياتك اليومية؟
- المحور الخامس: تأثير الرقابة الأبوية على استخدام جيل ألفا لشبكات التواصل الاجتماعي**
- كيف تؤثر الرقابة الوالدية على تفاعلاتك مع أصدقائك عبر مواقع التواصل الاجتماعي؟

– كيف تشعر تجاه القواعد التي يضعها والداك بما يمكنك فعله على مواقع التواصل؟
وتمثل دليل المقابلة لعينة الآباء والأمهات للدراسة الكيفية في التساؤلات التالية:

١. ما المنصات التي يستخدمها الأبناء بشكل رئيسي؟
٢. كم من الوقت يقضيه أبنائك يومياً على وسائل التواصل الاجتماعي؟
٣. كيف ترى تأثير مواقع التواصل الاجتماعي على تفاعل أبنائك مع أفراد العائلة وأصدقائهم؟
٤. ما تأثير الدعم الرقمي الذي يحصل عليه أبنائك خلال تفاعلاتهم على مواقع التواصل الاجتماعي؟
٥. كيف تعتقد أن وجود توأم رقمي لأبنائك بمواقع التواصل الاجتماعي يسهم في التأثير على تجربة التفاعل الرقمي لهم؟
٦. إلى أي مدى تعتقد أن التواصل الرقمي يقلل من قيمة العلاقات الاجتماعية الفعلية لدى أبنائك داخل الأسرة وخارجها؟
٧. كيف ترون تأثير استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على الحالة النفسية لأبنائك؟

تساؤلات الدراسة:

في إطار الأهداف السابقة تسعى الدراسة إلى الإجابة على عدد من التساؤلات التالية:

١. ما مدى استخدام جيل ألفا لمواقع التواصل الاجتماعي؟
٢. ما مواقع التواصل الاجتماعي المفضلة لدى جيل ألفا؟
٣. ما التفاعلات الرقمية لجيل ألفا بمواقع التواصل الاجتماعي؟
٤. كيف يؤثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على التفاعلات الاجتماعية الفعلية لجيل ألفا؟
٥. ما تأثير وجود توأم رقمي على تجربة التفاعل الرقمي لجيل ألفا؟
٦. ما تأثير الرقابة الأبوية على استخدام جيل ألفا لمواقع التواصل الاجتماعي؟
٧. كيف يمكن تعزيز المهارات الرقمية والتفاعل الاجتماعي المسؤول لجيل ألفا؟

فروض الدراسة الميدانية:

- الفرض الأول:** توجد علاقة ارتباطية عكسية بين مستوى نشاط جيل ألفا في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وجودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم.
- الفرض الثاني:** توجد علاقة ارتباطية إيجابية بين الدعم الرقمي الذي يحصل عليه جيل ألفا عند استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وجودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم.
- الفرض الثالث:** توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين مستوى الدعم الرقمي الذي يحصل عليه جيل ألفا عينة الدراسة عند استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والتعبير عن المشاعر رقمياً.
- الفرض الرابع:** توجد علاقة ارتباطية إيجابية بين تفاعل الأصدقاء المقربين بمواقع التواصل الاجتماعي ومستوى نشاط جيل ألفا في استخدام هذه المواقع.
- الفرض الخامس:** يؤثر متغير مدى الشعور بالضغط نتيجة تفاعل الأصدقاء بمنصات التواصل الاجتماعي على العلاقة بين مستوى نشاط جيل ألفا في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وجودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم.
- الفرض السادس:** يؤثر وجود توأم رقمي للمستخدم بمواقع التواصل الاجتماعي على العلاقة بين نشاط جيل ألفا في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وجودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم.
- الفرض السابع:** تؤثر استراتيجيات الوساطة الأبوية (الوساطة النشطة، الوساطة التقييدية، الوساطة الإشرافية) على مستوى نشاط جيل ألفا في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي.
- الفرض الثامن:** توجد فروق بين أفراد جيل ألفا عينة الدراسة في (مستوى النشاط في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي- جودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم) وفقاً لمتغير النوع.

التعريفات الإجرائية للدراسة:

جيل ألفا: الفئة المقصودة في هذه الدراسة، هم المواليد منذ عام ٢٠١٠ حتى ٢٠١٣، أي الفئة العمرية بين (١١: ١٤ عام) حتى يمكنهم الإجابة على أسئلة الاستبيان والمقابلات المتعمقة.

التفاعلات الاجتماعية: الأنشطة أو السلوكيات التي تتم بين جيل ألفا وغيرهم في السياقات الاجتماعية المختلفة، مثل: أفراد أسرهم وأقربائهم وأصدقائهم في المدرسة أو النادي ومعلميهم في المدرسة، وتشمل هذه التفاعلات تناول الطعام معاً، أو الحديث وجه لوجه أو قضاء وقت الفراغ معهم، أو المشاركة بالحضور في أحد المناسبات العائلية أو الأنشطة الجماعية.

الدعم الرقمي: يعني ردود الفعل الإيجابية التي يتلقاها جيل ألفا عبر منصات التواصل الاجتماعي؛ والتي من شأنها تحسن من حالتهم النفسية وتعزز من ثقتهم بأنفسهم أو تدعمهم وقت الحزن والاكتئاب؛ وتتضمن هذه التفاعلات عدة أشكال، مثل: الإعجاب والتعليقات الإيجابية المحفزة، وكذلك التوجيه والنصح والتشجيع من قبل المستخدمين بالمنصات الاجتماعية الرقمية.

التعبير عن المشاعر رقمياً: يُقصد بها مشاركة جيل ألفا لأفكارهم ومشاعرهم سواء كانت إيجابية أو سلبية عبر مواقع التواصل الاجتماعي، ويشمل ذلك عدة طرق، مثل: استخدام الرسائل النصية، أو الرموز التعبيرية، والتعليقات، والصور أو الفيديوهات أو التسجيلات الصوتية.

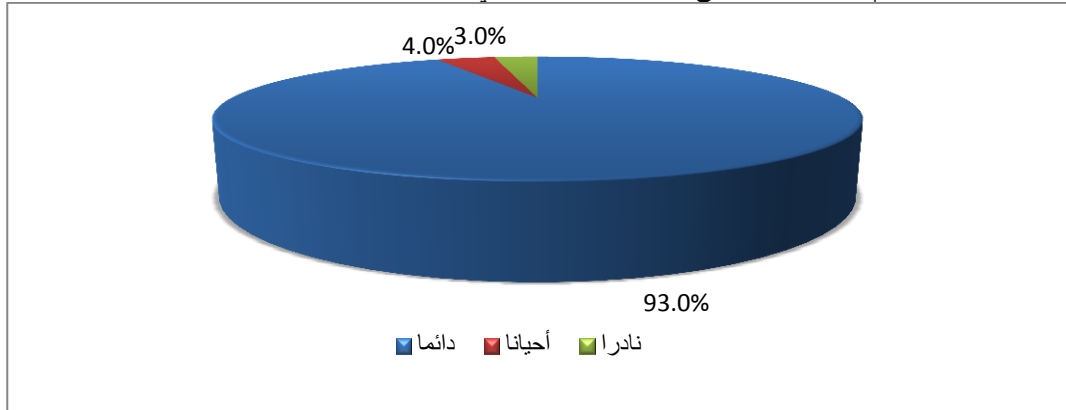
التوأم الرقمي للمستخدم: عبارة عن تمثيل افتراضي لشخصية المستخدم من جيل ألفا، هذا التمثيل تتشكل ملامحه من خلال ما يقوم به المستخدم من مشاركة محتوى أو ما يشاهده أو يتفاعل معه بمواقع التواصل الاجتماعي، ويعكس هذا التمثيل صورة متكاملة عن شخصية جيل ألفا الحقيقية، وبالتالي يمكن لمواقع التواصل الاجتماعي التنبؤ بأبعاد الهوية الرقمية لهم وتفاعلاتهم المستقبلية، وبمرور الوقت يقترح هذا التوأم الرقمي محتوى يتلائم مع هوية المستخدم ويتناسب مع اهتماماته وتفضيلاته وعلاقاته الافتراضية.

المعالجة الإحصائية للبيانات ونتائج المقابلات المتعمقة:

تم تحليل تساؤلات الدراسة التي تضمنتها المقابلة المتعمقة باتباع الإجراءات المنهجية في البحوث الكيفية وفقاً للخطوات التالية:

١. القراءة المتعمقة والدقيقة لإجابات المبحوثين التي تم تدوينها أثناء المقابلة.
 ٢. تصنيف الإجابات حسب المحاور الرئيسية التي تضمنتها المقابلة؛ والتي أجابت بدورها عن تساؤلات الدراسة وفقاً لأوجه الاتفاق والاختلاف بين إجابات المبحوثين.
 ٣. عرض النتائج التي قدمها أفراد العينة من جيل ألفا، والآباء والأمهات فيما يتعلق بكيفية استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، ومدى تأثير وجود توأم رقمي على تجربة التفاعل الإلكتروني لجيل ألفا، وانعكاسات التفاعل الرقمي على التفاعلات الاجتماعية لجيل ألفا.
 ٤. رصد المقترحات، وتقديم رؤى مستقبلية للأسس العلمية التي يجب أن يتم علي أساسها تحقيق الاندماج الإعلامي الرقمي بين محتوى البودكاست والإنتاج الإذاعي التقليدي.
- وفيما يلي نستعرض أهم نتائج الدراسة الكمية والكيفية وفقاً لاستمارة الاستبيان ومحاور المقابلات المتعمقة مع جيل ألفا والآباء والأمهات ممن لديهم أبناء من جيل ألفا كالتالي:

المحور الأول: استخدام جيل ألفا لمواقع التواصل الاجتماعي:
١. معدل استخدام جيل ألفا لمواقع التواصل الاجتماعي:



شكل رقم (٣)

معدل استخدام جيل ألفا لشبكات التواصل الاجتماعي

تشير نتائج الشكل السابق إلى أن ٩٣ % من جيل ألفا عينة الدراسة الميدانية يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي بشكل "دائم"، بينما أشار ٤% أنهم يستخدمونها "أحيانا"، فيما أشار ٣% من عينة الدراسة أنهم "نادرا" ما يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي.

وهو ما يبين ارتفاع نسبة استخدام جيل ألفا لهذه الشبكات الاجتماعية، وقد يكون من أسباب ذلك أنهم وُلدوا في عصر التكنولوجيا، وهو ما يجعلهم مواطنين رقميين بالفطرة، وذلك ما يميزهم عن الجيل السابق لهم وهو جيل زد.

وبسؤال عينة الدراسة الكيفية عن الوقت الذي يقضونه يوميا في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي أوضحت النتائج: أن الكثير منهم يقضي وقته في مشاهدة الفيديوهات أو الدردشة مع الأصدقاء، وأن الوقت يتفاوت بين أفراد العينة بناءً على طبيعة اهتماماتهم والقيود المفروضة عليهم من قبل الأهل "استراتيجيات الرقابة الوالدية" حيث أشار م. ج. "بقضي ٣ ساعات في اليوم على مواقع التواصل الاجتماعي، وأنا بحب يوتيوب أكثر من غيره، وبحب اتفرج على فيديوهات الألعاب وساعات بشارك في البث المباشر، أما سناب شات بكلم عليه أصحابي"، وأشار ج.خ "يومياً بستخدم انستغرام وسناب شات لمدة ساعتين تقريباً. وأحياناً بفتحهم بسرعة وقت البريك في المدرسة، وبالليل بستخدمهم لفترة أطول لما يكون في البيت".

أما أ. خ قالت " بقضي حوالي ساعة يومياً. ومما بتحددلي الوقت لأنني ممكن اقضي وقت كبير على التيك توك، ولكن الوقت بيزيد شوية يوم الجمعة" ويوافقها في الرأي ن. م التي قالت "أوقات المدرسة أقل حاجة ساعتين في اليوم، بس في الاجازات والويكند ممكن يوصل لـ ٥ ساعات لو كان فيه حاجات جديدة بتابعها."

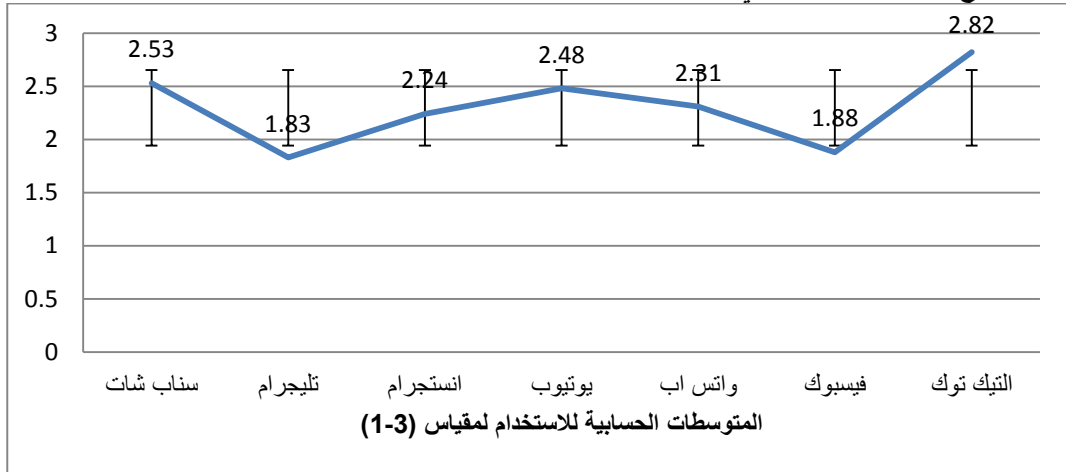
وجاءت إجابات الوالدين عينة الدراسة الكيفية لتؤكد على ما سبق، حيث قالت الأم م.م " بنتي الصغيرة مغرمة ب سناب شات، بتحب تصور صور وفيديوهات وتتشاركها مع أصحابها، بنتي بتحب الفلاتر بسناب شات وتصورنا بيها، ودايما بتشارك لقطات من يومها في المدرسة"

وذكر الأب أس "ابني مدمن تيك توك، وأحياناً بتفاجأ بقدرته على فهم الترنادات، بحاول اتابع وأراقب من بعيد المحتوى اللي بيتفرج عليه، لكن من الصعب منعه بالكامل لأن مواقع التواصل جزء أساسي من علاقته مع أصحابه، وعندي بنتي كمان ١٥ سنة بتستخدم انستغرام لمتابعة المشاهير اللي بتحبهم.

وقالت الأم ر.أ "ولادي يبقضوا معظم وقتهم على اليوتيوب، بيعشقوا مشاهدة مقاطع الفيديو الخاصة بالألعاب، وبحاول كتبير معاهم يوازنوا بين وقتهم في مشاهدة الفيديوهات والدراسة". وأوضحت الأم س.م بنتي بتستخدم واتس اب كتبير جدا مع زميلها في المدرسة، وخصوصاً في جروبات الفصل لمشاركة الواجبات أو المناقشات البسيطة"، بينما قال الأب أ.بث" أولادي بيستخدموا واتس اب بشكل محدود، غالباً للتواصل معي أو مع أفراد العائلة فقط"، وقالت الأم " ه.ج بنتي الصغيرة بتستخدم واتس اب مع العائلة، خصوصاً في جروبات العائلة، وأنا حريصة على تعليمها استخدامه بشكل آمن".

وتظهر النتائج السابقة أن جيل ألفا يميل نحو استخدام المنصات التي تركز على المحتوى البصري، مثل: TikTok و Instagram و YouTube بدلاً من المنصات التي تركز على النص. حيث أن الفيديوهات القصيرة والمحتوى التفاعلي لها يتناسب بشكل أكبر مع خصائص جيل ألفا، كما يستخدم العديد من جيل ألفا مواقع التواصل الاجتماعي كأداة للتعبير الإبداعي، وذلك من خلال صناعة محتوى الفيديوهات أو الاشتراك بالتحديات عبر المنصات الاجتماعية؛ وهو ما يعكس رغبتهم في التفاعل والإبداع

٢. مواقع التواصل الاجتماعي الأكثر استخداماً من قبل جيل ألفا:



شكل رقم (٤)

مواقع التواصل الاجتماعي الأكثر استخداماً من قبل جيل ألفا

يشير الشكل السابق إلى أن النسبة الأكبر من العينة تستخدم التيك توك، وذلك بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي ٢,٨٢، ويأتي من بعده السناب شات بمتوسط حسابي ٢,٥٣، ومن ثم اليوتيوب بمتوسط حسابي ٢,٤٨، ويتبعه الواتس اب بمتوسط ٢,٣١، وجاء في المرتبة الخامسة الانستجرام بمتوسط حسابي ٢,٢٤، أما المرتبة السادسة كانت لصالح الفيس بوك بمتوسط حسابي ١,٨٨، وأخيراً جاء التليجرام في ذيل القائمة من حيث تفضيل جيل ألفا له بمتوسط حسابي ١,٨٣.

وجدير بالذكر أن تفضيل جيل ألفا لهذه التطبيقات يأتي بسبب تلبية احتياجاتهم النفسية والاجتماعية، واتاحتها فرص للتواصل بطرق أكثر تفاعلاً.

حيث أشارت أ. من عينة الدراسة الكيفية: "أحلى حاجة التيك توك لأنه ممتع أوي وبحب اتفرج على الفيديوهات القصيرة والتحديات عليه وبفكر لما أكبر اعمل تيك توك ليا"، بينما أوضحت ر. م "الواتس اب بيخليني اتواصل مع عائلتي وأصدقائي بسهولة وكمان بحب ابعت عليه الصور ومقاطع الفيديو الخاصة بيا،" فيما قال أ. ج "أنا بحب إنستجرام لأن عليه صور جميلة وفيديوهات قصيرة وبستمع

بمشاهدة الصور اللي بيشاركها المشاهير وبحس اني ممكن أعبر عن نفسي من خلال الصور، وقال ع. ن "بحب سناپ شات لأنه سهل في إرسال الصور والفيديوهات بشكل سريع، وممكن أحط فلتر مضحكة ويتفاعل مع أصحابي من خلاله بشكل ممتع ، وقالت ر. ع "أفضل اليوتيوب لأنه عليه فيديوهات كثير جدا، وممكن أشوف مقاطع الفيديو التعليمية، وأفلام، واسمع موسيقى، اليوتيوب ده مكتبة فيديو ضخمة بتعلم من خلاله حاجات جديدة"، وقالت ف. م "بستخدم الفيس بوك بشكل يومي لأنه بيخليني اتواصل مع أصدقائي وعائلتي في أي وقت لانه سريع وسهل الاستخدام، وبحب ابعت الرسائل والصور والفيديوهات عن طريق الماسنجر"، ب. خ "بحب تيليجرام لأنه بيوفر لي الخصوصية، ممكن اتكلم مع أصدقائي في مجموعات من غير ما يعرف حد احنا بنتكلم عن ايه، وكمان فيه ميزة القنوات اللي عليه"، بينما قالت ر. ه "بستخدم X عشان اتابع الأخبار وأكون على علم باللي بيحصل في العالم وكمان بحب اتابع المشاهير عليه"

جدول رقم (٣)

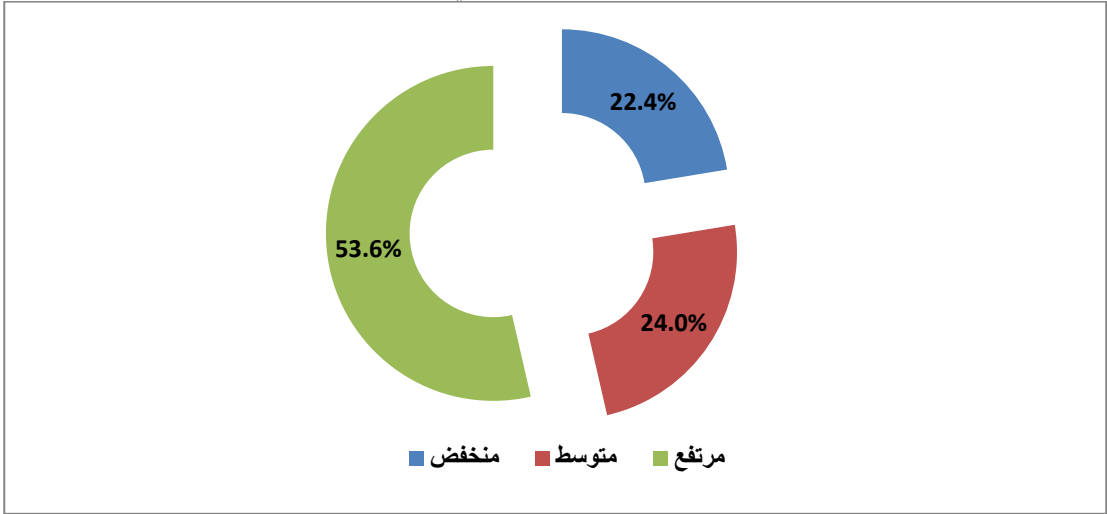
موقف جيل ألفا من العبارات الخاصة بالاستخدام النشط لمواقع التواصل الاجتماعي

الوزن النسبي	المتوسط الحسابي	معارض		محايد		موافق		الموقف	العبارات
		%	ك	%	ك	%	ك		
٨٧,٧%	٢,٦٣	٨,٣%	١٤	٢٠,٢%	٣٤	٧١,٤%	١٢٠	أشعر بالعزلة عن أصدقائي عندما لا استخدم مواقع التواصل الاجتماعي	
٩٢,٥%	٢,٧٧	٤,٢%	٧	١٤,٣%	٢٤	٨١,٥%	١٣٧	أصاب بالإحباط إذا لم أتمكن من استخدام مواقع التواصل بشكل يومي	
٩٣%	٢,٧٩	-	-	٢٠,٨%	٣٥	٧٩,٢%	١٣٣	أشعر أنني أفقد الكثير من الأشياء المهمة إذا لم أتابع مواقع التواصل بشكل منتظم	
٩٧,٤%	٢,٩٢	-	-	٧,٧%	١٣	٩٢,٣%	١٥٥	أشعر أن التواصل عبر مواقع التواصل الاجتماعي يُعزز علاقاتي مع أصدقائي	
٩٤,٢%	٢,٨٣	١,٢%	٢	١٤,٩%	٢٥	٨٣,٩%	١٤١	أشعر بالقلق عندما لا أستطيع التفاعل مع أصدقائي عبر مواقع التواصل لفترة طويلة	
٨٩,٥%	٢,٦٨	٨,٩%	١٥	١٣,٧%	٢٣	٧٧,٤%	١٣٠	أشعر بالسعادة عندما ألقى إعجابات وتعليقات على منشوراتي بمواقع التواصل	
٩٩%	٢,٩٧	-	-	٣%	٥	٩٧%	١٦٣	اتفاعل مع المحتوى الذي يشاركه أصدقائي بمواقع التواصل الاجتماعي	
٩٢,١%	٢,٧٦	-	-	٢٣,٨%	٤٠	٧٦,٢%	١٢٨	أشعر بأنني في تواصل مستمر مع أصدقائي عندما استخدم مواقع التواصل	
٨٥,٩%	٢,٥٨	-	-	٤٢,٣%	٧١	٥٧,٧%	٩٧	إذا لم أستخدم مواقع التواصل أشعر بأنني أقل انتماءً لمجموعتي الاجتماعية	
٩٧,٤%	٢,٩٢	١,٢%	٢	٥,٣%	٩	٩٣,٥%	١٥٧	أعتبر نفسي معتمدًا بشكل أساسي على مواقع التواصل للتواصل مع الآخرين	
٨٦,١%	٢,٠٤	٢٨%	٤٧	٣٩,٩%	٦٧	٣٢,١%	٥٤	استمتع بتصفح حسابي على مواقع التواصل	

تشير بيانات الجدول أن نسبة ٩٧% من عينة الدراسة يتفاعلون مع المحتوى الذي يشاركه أصدقائهم بمنصات التواصل الاجتماعي بشكل دائم، كما أشار ٩٣,٥% منهم أنهم يعتمدون بشكل أساسي على مواقع التواصل الاجتماعي للتواصل مع الآخرين بشكل دائم، وأن ٩٢,٣% يشعرون أن التواصل عبر مواقع التواصل الاجتماعي يُعزز علاقاتهم مع أصدقائهم.

وهو ما أكدته نتائج الدراسة الكيفية: حيث أشارت ه. أ "بحب التفاعل على السوشيال ميديا، لأنني بقدر أشوف كل حاجة عن أصحابي وبكلمهم حتى لو كنا بعيدين"، وأشارت ن.م "بحس إنني أقدر أقول حاجات كثير بسهولة من خلال الرسائل، لكن لما بقابل أصحابي في الحقيقة بكون أقل ثقة في التعبير عن نفسي" ويشير ذلك إلى ميزة التواصل السهل عبر العالم الافتراضي، ولكنه مؤثر أيضًا عن التحديات المحتملة بشأن التفاعل الاجتماعي المباشر لدى الأطفال والمراهقين عند استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بشكل مفرط (Hussain & Starcevic, 2020).

وقد أظهرت نتائج الدراسة الميدانية أن مستوى العزلة الاجتماعية لدى العينة مرتفع بسبب التفاعل الرقمي لجيل ألفا، وتكشف هذه النتائج أن جيل ألفا قد يشعر بالراحة في بناء صداقات افتراضية، ولكن هذه الصداقات قد تكون سطحية مقارنة بالعلاقات الواقعية التي تتطلب تفاعلاً أعمق.



شكل رقم (٥)

مستوى العزلة الاجتماعية لدى جيل ألفا نتيجة التفاعل الرقمي

وتفاوتت آراء الآباء والأمهات عينة الدراسة الكيفية ما بين مؤيد ومعارض للتأثير السلبي للتفاعلات الرقمية لأبنائهم، حيث قالت أف أم لطفل ١٣ سنة "اعتقد مواقع التواصل، زي تيك توك ولعبة بابجي، اتسببت في تقليل جودة التفاعل بين ابني وأصدقائه، هم بيتواصلوا كتير إلكترونياً بدلاً من وجه لوجه خاصة في الأجازات بيقضوا وقت طويل في اللعبة من غير ما يتكلموا مع بعض، عكس لما كانوا بيقابلوا بعض في الحقيقة"، وأكدت على هذا الرأي الأم م.ش "مواقع التواصل، وخاصة انستغرام وتيك توك، خلّت من الصعب على بنتي انها تقضي وقت ممتع مع أصحابها في الحياة الواقعية، أحياناً، الولاد بدل ما يستمتعوا باللحظة، بيكونوا مشغولين بالنقاط الصور أو مشاركة الفيديوهات، وده بيأثر على الوقت اللي بيقضوه مع بعض"

في حين أجاب الأب م.م " في الحقيقة، مش متأكد تمامًا من تأثير مواقع التواصل الاجتماعي على تفاعل أولادي مع أصدقائهم. هما بيكونوا على تواصل معاهم من خلال الواتس أب، لكن مش عارف إذا كان ده بيخلي تفاعلهم الحقيقي أفضل أو أسوأ".

وقد أشارت دراسة (Ruggieri et al., 2020) إلى أن الاستخدام المفرط للفيديو من قبل الأمهات قد يؤثر على قلق أبنائهن الاجتماعي بشكل غير مباشر، ويرجع ذلك لانخفاض مستوى العلاقة التفاعلية بين الأم وأبنائها، وهذه العلاقة لها دور في تطوير كفاءتهم الاجتماعية. أي أن الاستخدام المفرط للفيديو يمكن أن يؤثر على دورها التعليمي، ومستوى دعمها لأطفالها لتعزيز علاقاتهم الاجتماعية الفعلية.

٣. التفاعلات الرقمية لجيل ألفا بمواقع التواصل الاجتماعي:

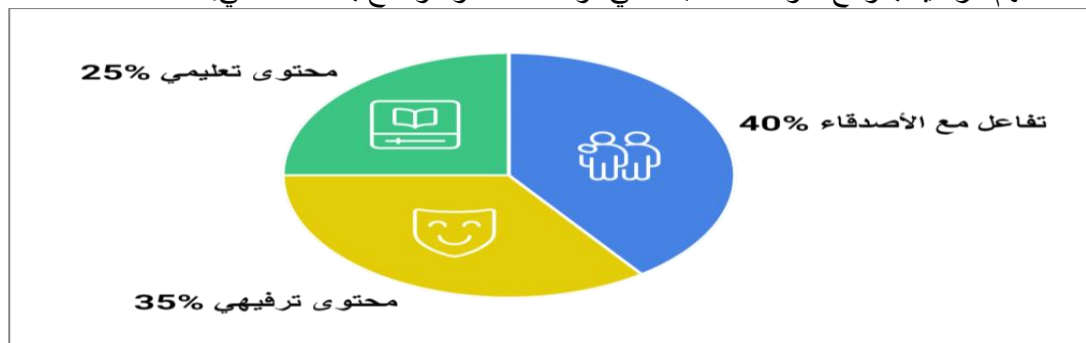
جدول رقم (٤)

موقف جيل ألفا من العبارات الخاصة بالتفاعلات الرقمية بمواقع التواصل الاجتماعي

الوزن النسبي	المتوسط الحسابي	نادراً		أحياناً		دائماً		الموقف العبارات
		%	ك	%	ك	%	ك	
٨٩,١%	٢,٦٧	٦	١٠	٢٠,٨	٣٥	٧٣,٢	١٢٣	التفاعل مع الأصدقاء الحاليين
٨٠,٥%	٢,٤٢	١١,٩	٢٠	٣٤,٥	٥٨	٥٣,٦	٩٠	مشاهدة الفيديوهات القصيرة
٧٣,٦%	٢,٢١	٢٢,٦	٣٨	٣٣,٩	٥٧	٤٣,٥	٧٣	نشر الصور والفيديوهات
٤٤,٢%	١,٣٣	٧٩,٢	١٣٣	٨,٩	١٥	١١,٩	٢٠	البحث عن فيديوهات تعليمية
٧٤,٢%	٢,٢٣	١٨,٤	٣١	٤٠,٥	٦٨	٤١,١	٦٩	اللعب على الإنترنت
٨٦,٧%	٢,٦٠	٧,١	١٢	٢٥,٦	٤٣	٦٧,٣	١١٣	متابعة المؤثرين والمشاهير
٧٣,٢%	٢,١٢	٢٢,٦	٣٨	٣٥,١	٥٩	٤٢,٣	٧١	تكوين صداقات جديدة
٨٠,٥%	٢,٤٢	١٦,١	٢٧	٢٦,٢	٤٤	٥٧,٧	٩٧	نشر القصص اليومية

تشير بيانات الجدول أن التفاعل مع الأصدقاء احتل المرتبة الأولى من حيث أكثر الأنشطة التي يقوم بها جيل ألفا على مواقع التواصل الاجتماعي بشكل دائم، وذلك بنسبة ٧٣,٢%، يليها في المرتبة الثانية متابعة المؤثرين والمشاهير بنسبة ٦٧,٣%، ثم جاء نشر القصص اليومية بشكل دائم في المرتبة الثالثة بنسبة ٥٧,٧%، واحتل المرتبة الأخيرة البحث عن فيديوهات تعليمية بشكل دائم بنسبة ١١,٩%.

وقد أشارت نتائج الدراسة الكيفية إلى أن هناك تنوع في طبيعة الأنشطة التي يقوم بها جيل ألفا أثناء تفاعلاتهم الرقمية بمواقع التواصل الاجتماعي، وذلك كما هو موضح بالشكل التالي:



شكل رقم (٦)

طبيعة التفاعل الرقمي لعينة الدراسة الكيفية من جيل ألفا

حيث أظهرت الإجابات أنهم يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي لأغراض متعددة من بينها: التواصل، والترفيه، والتعلم. حيث أشار أ.ح. أنه يستخدم انستغرام وسناب شات ليتواصل مع أصدقائه ويرسل لهم صوراً وأحياناً فيديوهات قصيرة، أو يعلق على منشوراتهم، وكذلك تكوين صداقات جديدة؛ والذي يجمعه الاهتمامات المشتركة، فيما أشارت م. ن أن أكثر شيء تفعله على TikTok متابعة الفيديوهات التي بها تحديات ورقصات جديدة، وأحياناً تقوم بتجربتها. وكذلك مشاهدة المقالب أو

الأشخاص الذين يعرضون نصائح سريعة، وقال ت.أ "بالنسبة ليا Instagram بشارك فيه صوري مع أصحابي، وبتابع ستوريز ليهم وبعلق على صورهم، وأحياناً برضو بتابع المشاهير عشان أخذ أفكار عن اللبس"، بينما قال إ.أ "في TikTok دائماً بدور على فيديوهات عن الألعاب أو التركبات اللي تخليني أطور طريقة لعبي، وبرضه بشوف فيديوهات كوميدية وأحياناً بشارك الفيديوهات القصيرة مع بابا وماما وأصحابي لو لقيتها تستاهل".

وبسؤال عينة الدراسة الكيفية من الآباء والأمهات عن تأثير مواقع التواصل الاجتماعي على تفاعل أبنائهم مع أصدقائهم الفعليين، وذلك من خلال طرح احتمالات مثل: تعزز التفاعل، لا تؤثر بشكل كبير، أو تقلل جودة التفاعل، أشار الأغلبية إلى أن مواقع التواصل الاجتماعي تُعزز تفاعل الأبناء مع أصدقائهم. حيث ذكرت الأم أ.ح " أولادي الاثنيين ١٥ و١٢ سنة بيستخدموا واتس أب للتواصل مع أصدقائهم حتى بعد المدرسة، وده كمان بيحصل لما مش بيتقابلوا وجهًا لوجه وقت الأجازة، بيقفوا على اتصال وبيتكلموا عن الألعاب أو اللي حصل خلال يومهم، وعن طريق الفيس بوك ولادي أصبح لديهم أصدقاء من أماكن تانية، وده كان مستحيل يحصل من غير مواقع التواصل الاجتماعي".

وذكر الأب ع.م "اعتقد أن تيك توك وانستغرام ساعدوا بنتي على التواصل مع أصدقائها بطريقة كويسة لأنها خجولة، هي وصديقاتها بيتشاركون مقاطع الفيديو ويتفاعلوا عليها دائماً، وده بيخلي العلاقة بينهم قوية حتى إذا كانوا مشغولين في المدرسة أو لما يكون اللقاء في الحقيقة غير متاح"، كما ذكرت إ.ز "اعتقد أن مواقع التواصل الاجتماعي مفيدة في بناء صداقات جديدة لولادنا، لأنهم بيقدروا يكونوا صداقات مع أشخاص ليهم نفس الاهتمامات".

٤. تعبير جيل ألفا عن مشاعرهم رقمياً:

جدول رقم (٥)

موقف جيل ألفا من العبارات الخاصة بالتعبير عن مشاعرهم عبر مواقع التواصل الاجتماعي

الوزن النسبي	المتوسط الحسابي	نادراً		أحياناً		دائماً		الموقف العبارات
		%	ك	%	ك	%	ك	
٧٨%	٢,٣٤	١٩%	٣٢	٢٨%	٤٧	٥٣%	٨٩	أعبر عن مشاعري على وسائل التواصل الاجتماعي بانتظام
٧٢,٤%	٢,١٧	٢٣,٨%	٤٠	٣٥,١%	٥٩	٤١,١%	٦٩	استخدم وسائل التواصل للتعبير عن مشاعري أكثر من وجهًا لوجه
٨٧,١%	٢,٦١	٧,١%	١٢	٢٤,٤%	٤١	٦٨,٥%	١١٥	اميل لمشاركة مشاعر الفرح والسعادة على مواقع التواصل
٨٨,٣%	٢,٧٨	١٠,٧%	١٨	١٣,٧%	٢٣	٧٥,٦%	١٢٧	أعبر عن غضبي أو إحباطي على وسائل التواصل
٩٤,٤%	٢,٨٣	٢,٤%	٤	١١,٩%	٢٠	٥٨,٧%	١٤٤	أعبر عن مشاعري باستخدام رموز تعبيرية أو صور GIF
٨٢,٥%	٢,٤٨	١٠,٧%	١٨	٣١%	٥٢	٥٨,٣%	٩٨	أشارك مقاطع فيديو للتعبير عن حالتي العاطفية
٧٢,٨%	٢,١٩	٢٣,٨%	٤٠	٣٤%	٥٧	٤٢,٣%	٧١	احصل على تفاعل كبير عندما أشارك مشاعري بمواقع التواصل
٩٠,١%	٢,٧٠	٦,٥%	١١	١٦,٧%	٢٨	٧٦,٨%	١٢٩	ردود فعل أصدقائي بالإنترنت تعزز أو تؤثر في مزاجي

الوزن النسبي	المتوسط الحسابي	نادرًا		أحيانًا		دائمًا		الموقف	العبارات
		%	ك	%	ك	%	ك		
٩٩%	٢,٩٧		-	٣%	٥	٩٧%	١٦٣		عبر عن مشاعري الحقيقية على مواقع التواصل كما هي
٦٢,٩%	١,٨٩	٥٣,٥%	٩٠	٤,٢%	٧	٤٢,٣%	٧١		أشعر براحة أكثر عند التحدث عن مشاعري بمواقع التواصل
٧٥%	٢,٢٥	٢٥%	٤٢	٢٥%	٤٢	٥٠%	٨٤		تفاعلي العاطفي عبر الإنترنت يؤثر على طريقة تفاعلي مع الآخرين في الحياة اليومية

تشير بيانات الجدول السابق أن ٩٧% من عينة الدراسة من جيل ألفا يعبرون عن مشاعرهم الحقيقية على مواقع التواصل الاجتماعي كما هي في الواقع بشكل دائم، كما أن ٧٦,٨% يعتقدون أن ردود الفعل من أصدقائهم عبر مواقع التواصل الاجتماعي تُعزز أو تؤثر في مزاجهم، وأن ٧٥,٦% منهم يعبرون عن غضبهم أو إحباطاتهم على مواقع التواصل الاجتماعي، كما أشار ٥٨,٧% أنهم يعبرون عن مشاعرهم باستخدام رموز تعبيرية أو صور GIF.

وتوضح النتائج السابقة أن تعبير جيل ألفا عن مشاعرهم الحقيقية عبر مواقع التواصل الاجتماعي قد يكون أسهل للكثير منهم، حيث يتيح ذلك لهم التحدث بحرية؛ فالتواصل الشخصي قد يُشعرهم بالقلق والتوتر، بينما التحدث خلف شاشة الموبايل يُقلل الحواجز النفسية التي من المحتمل أن يجدونها بالتفاعل وجهاً لوجه، وهو ما يجعل من السهل التعبير عن المشاعر إلكترونياً، كما أن تفضيل التعبير عن مشاعرهم عبر الصور والرموز قد يكون بسبب طبيعة الثقافة الرقمية التي نشأ فيها هذا الجيل؛ تلك الثقافة التي تعتمد على التواصل الرمزي السريع دون الحاجة إلى الشرح باستخدام الكلمات والنصوص، حيث يمكن لرمز أو صورة GIF أن ينقل مشاعر لا يستطيع جيل ألفا التعبير عنها باستخدام الكلمات.

حيث يتسم هذا الجيل بالميل نحو التعبير عن عواطفهم إلكترونياً، لأن ذلك يشعرهم بأنهم جزء من المجتمع وأنهم يتفاعلون ويشاركون في الثقافة الرقمية السائدة (Marino et al., 2020). فمن خلال منصات التواصل الاجتماعي، يمكن للمراهقين استكشاف هويتهم والتواصل مع أشخاص ذوي اهتمامات مشابهة، وهو ما قد يساعدهم في التعامل مع الضغوطات المختلفة، حيث تعتبر وسائل التواصل الاجتماعي منصة للمراهقين للتعبير عن أفكارهم ومشاعرهم (Chandra, 2016)، كما أن مستوى المشاركة والإفصاح عن الذات إلكترونياً للمراهقين يؤثران على مستوى الشعور بالسعادة (Lee & kim, 2011).

وقد أوضحت النتائج الكيفية أن جيل ألفا يستخدم مواقع التواصل الاجتماعي كمنصات للتعبير عن الذات؛ فمن خلال المحتوى الذي يشاركونه مع أصدقائهم يستطيعون إبراز جوانب مختلفة من شخصياتهم، وفي هذا السياق تقول د. م " كل حاجة بشيرها على السوشيال ميديا بتمثلني، لأن اللي بشيره هو أنا باللي بحبه وبكرهه، ولكن ساعات برضه بختار أشير الحاجات اللي شايقة إنها تهم أصحابي وبس أو اللي بتخليني أبان حلوة".

وفيما يتعلق بميل جيل ألفا للتعبير عن مشاعرهم باستخدام الرموز التعبيرية، قالت ر.ف " دايمًا بلاقي نفسي بميل لعدم التعبير عن مشاعري لأصحابي وقرائيي بالكلام، لأنني متعود استخدم النصوص والايמושنز وال GIF"، ويؤيدها في الرأي ع.ت " أحياناً بسبب التعود على التفاعل السريع على السوشيال ميديا، بلاقي صعوبة في التعبير عن اللي أنا عاوزه بالكلام، وده لأنني متعود على الردود السريعة باستخدام ال GIF والاستيكرز.

وأعربت الأم أ.ح عن أن هذا الجيل نشأ في بيئة رقمية، وهو ما جعلهم يتبنون وسائل التعبير غير النصية مثل الرموز التعبيرية وصور GIF كطرق سهلة للتواصل. فهذه الرموز والصور تعد اختصارات مفهومة فيما بينهم للتعبير عن مشاعرهم بأسلوب بسيط ومرح.

٥. الدعم الرقمي الذي يتلقاه جيل ألفا من مواقع التواصل الاجتماعي:

جدول رقم (٦)

موقف جيل ألفا من العبارات الخاصة بالدعم الرقمي الذي يحصلون عليه من مواقع التواصل

الوزن النسبي	المتوسط الحسابي	نادراً		أحياناً		دائماً		الموقف
		%	ك	%	ك	%	ك	
٩٣,٨%	٢,٨٢	٣%	٥	١٢,٥%	٢١	٨٤,٥%	١٤٢	أتلقي دعماً عاطفياً من أصدقائي بمواقع التواصل
٩٠,٥%	٢,٧١	٦,٥%	١١	١٥,٥%	٢٦	٧٨%	١٣١	أشعر بالانتماء إلى مجموعات رقمية على مواقع التواصل
٥٨,١%	١,٧٤	٥٠%	٨٤	٢٥,٦%	٤٣	٢٤,٤%	٤١	اعتمد على النصائح التي أحصل عليها من أصدقائي من مواقع التواصل الاجتماعي
٨٩,١%	٢,٧٦	٨,٩%	١٥	١٤,٩%	٢٥	٧٦,٢%	١٢٨	التفاعل عبر مواقع التواصل يجعلني أشعر بأنني أكثر تواصلًا مع المجتمع الواقعي
٩٥,٦%	٢,٨٧	٦,٥%	١١	-	-	٩٣,٥%	١٥٧	الدعم الرقمي الذي أتلقيه يزيد من روحي المعنوية
٩٢,٦%	٢,٧٩	٤,٨%	٨	١١,٩%	٢٠	٨٣,٣%	١٤٠	أصدقائي بمواقع التواصل يقدمون لي دعماً يشبه الدعم في العالم الواقعي
٩٠,٣%	٢,٧١	٦,٥%	١١	١٦,١%	٢٧	٧٧,٤%	١٣٠	أحصل على مساعدة حقيقية من أصدقاء مواقع التواصل عند الحاجة
٩٨,٢%	٢,٩٥	-	-	٥,٤%	٩	٩٤,٦%	١٥٩	الدعم الذي أتلقيه من مواقع التواصل الاجتماعي يساعدي على التعامل مع المواقف الصعبة في الحياة اليومية

تشير بيانات الجدول السابق أن ٩٤,٦% من عينة الدراسة يرون أن الدعم الذي يتلقونه من مواقع التواصل الاجتماعي يساعدهم على التعامل مع المواقف الصعبة في الحياة اليومية، وأن نسبة ٩٣,٥% ترى أن الدعم الرقمي الذي تتلقاه يزيد من روحهم المعنوية، وأن ٨٤,٥% يتلقون دعماً عاطفياً من أصدقائهم بمواقع التواصل الاجتماعي، كما ترى نسبة ٨٣,٣% أن أصدقائهم بمواقع التواصل يقدمون لهم دعماً يشبه الدعم في العالم الواقعي، وأن ٧٧,٤% يحصلون على مساعدة حقيقية من أصدقاء مواقع التواصل الاجتماعي عند الحاجة.

وبسؤال عينة الدراسة الكيفية كيف يشعرون عندما يتلقون دعماً من أصدقائهم أو متابعينهم على مواقع التواصل الاجتماعي؟ أجاب ز.و ١٤ سنة "الفيس بوك سيكون مفيد ليا لما بحتاج اسمع كلام حلو أو تشجيع"، وأكدت على ذلك د.ح ١٣ سنة "لما بيحيلي تعليقات على بوستاتي أو لما أصحابي يشوفوها ويبعتولي رسائل، بحس اني مش لوحدي، أصحابي على السوشيال بيساعدوا في تحسين نفسيتي بسرعة".

وبسؤالهم هل الدعم الذي تتلقونه من مواقع التواصل مشابه للدعم الذي تحصلون عليه من أصدقائكم أو عائلاتكم؟ ولماذا؟ أجابت ه.أ ١٢ سنة "الاثنين شبه بعض لكن مش بنفس الدرجة. الدعم من العيلة

بحس به أكثر في المواقف الصعبة، لكن أصحابي على الإنترنت بيدعموني في المواقف اليومية حتى لو تافهة، وده بيخليني أحس بالأمان"

وبسؤالهم أيضًا: هل تتذكرون موقفًا نجحتم في التغلب عليه نتيجة الدعم الذي حصلتم عليه من مواقع التواصل الاجتماعي؟ أجاب م. ج ١٣ سنة "ايوه مرة كنت حاسس بالضغط من المدرسة، وحطيت بوست على الانستا، وأصحابي بعثولي رسائل دعم وتشجيع خلّنتني أحس اني محبوب أن الموقف ده ولا حاجة"، وقالت ن.م ١٤ سنة "مرة كنت حزينة وشاركت ده على حسابي، وجاتلي تعليقات رفعت من معنوياتي. حتى من ناس معرفهمش بشكل شخصي" أصدقاء الأصدقاء" بعثولي كلمات تشجيع"، وأكد على ذلك م. ن ١٤ سنة حيث قال "الأصدقاء على الإنترنت بيّفهموني أكثر، خاصة لو كانوا بيشاركوني نفس الاهتمامات"

بينما قالت ب. خ ١٢ سنة "أحيانًا بحتاج دعم حقيقي. على الرغم من أن الدعم الرقمي مفيد، لكن مفيش حاجة تعوض الحديث مع صديقة وجهها لوجه"

وبسؤال الآباء والأمهات حول الدعم الرقمي الذي يحصل عليه أبنائهم من خلال تفاعلاتهم على مواقع التواصل الاجتماعي، يقول أ.ب.ث. أب لطفلين ١١، و٩ سنوات "ابني الكبير بيحس بالسعادة لما بيلقي ردود فعل إيجابية من أصحابه على مواقع التواصل الاجتماعي. غالبًا الحاجات دي بتمنحه ثقة في نفسه"، وتشاركه في الرأي ف. ص أم ل ٣ أطفال أكبرهم ١٣ سنة "بنتي بتعتمد كثير على مواقع التواصل الاجتماعي، خاصة لما بتمر بمواقف صعبة، وبحس إن الدعم اللي بتحصل عليه من السوشيال ميديا بيساعدها على تحسين حالتها النفسية".

ومن الإجابات السابقة نستخلص أن سعي جيل ألفا للحصول على الدعم الرقمي، يعد انعكاسًا لكيفية استيعابهم للعلاقات الإنسانية والدعم الاجتماعي الذي يرغبون فيه.

المحور الثاني: تأثير وجود توأم رقمي على تجربة التفاعل بمواقع التواصل الاجتماعي:
٦. وجود توأم رقمي لكل مستخدم

جدول رقم (٧)

موقف جيل ألفا من العبارات الخاصة بوجود توأم رقمي لكل مستخدم

الوزن النسبي	المتوسط الحسابي	نادراً		أحياناً		دائماً		الموقف
		%	ك	%	ك	%	ك	
٩٧,٦ %	٢,٩٣	-	-	٧,١	١٢	٩٢,٩ %	١٥٦	يظهر لي محتوى يرتبط بما شاهدته أو تفاعلت معه من قبل بمواقع التواصل
٩٣,٣ %	٢,٨٠	٣ %	٥	١٤,٣ %	٢٤	٨٢,٧ %	١٣٩	أشعر أنني أشاهد نفس النوع من المحتوى بشكل متكرر بناءً على توصيات مواقع التواصل
٨٢,٥ %	٢,٤٨	١٠,٧ %	١٨	٣١ %	٥٢	٥٨,٣ %	٩٨	مواقع التواصل تعرف اهتماماتي وتقتراح ما يناسبني
٨٨,٧ %	٢,٦٧	٨,٣ %	١٤	١٧,٣ %	٢٩	٧٤,٤ %	١٢٥	أقضي معظم وقتي في التفاعل مع المحتوى الذي يتم اقتراحه لي من قبل مواقع التواصل
٨٨,١ %	٢,٦٤	٣ %	٥	٢٩,٨ %	٥٠	٦٧,٣ %	١١٣	أجد نفسي مندمجاً في متابعة المحتوى بمواقع التواصل على حساب الوقت الذي أفضيه مع أصدقائي وعائلي
٩١,٣ %	٢,٧٤	١,٢ %	٢	٢٣,٨ %	٤٠	٧٥ %	١٢٦	أخصص وقتاً لمتابعة مواقع التواصل بسبب التوصيات التي تكون غالباً مناسبة لي

الوزن النسبي	المتوسط الحسابي	نادراً		أحياناً		دائماً		الموقف
		%	ك	%	ك	%	ك	
٧٦,٦ %	٢,٣٠	%٢٣,٢	٣٩	%٢٣,٨	٤٠	%٥٣	٨٩	أجد نفسي متأثراً بما تقترحه لي مواقع التواصل أكثر من اهتماماتي الحقيقية في الواقع
٧٨,٤ %	٢,٣٥	%٢٥	٤٢	%١٤,٩	٢٥	%٦٠,١	١٠١	تفضيلاتي أصبحت تتغير بناءً على ما تقترحه لي مواقع التواصل بشكل أكبر

تشير بيانات الجدول السابق أن نسبة ٩٢,٩% من العينة أجابوا بأنهم يظهر لهم محتوى يرتبط بما شاهدوه أو تفاعلوا معه من قبل بمواقع التواصل الاجتماعي، وأن نسبة ٨٢,٧% تشعر بأنها تشاهد نفس النوع من المحتوى بشكل متكرر بناءً على توصيات مواقع التواصل الاجتماعي، وأن نسبة ٧٥% تخصص وقتاً لمتابعة مواقع التواصل بسبب التوصيات التي تكون غالباً مناسبة لهم ولاهتماماتهم. وبسؤال عينة الدراسة الكيفية كيف ترى نوعية المحتوى الذي يظهر لك بمواقع التواصل التي تستخدمها؟ وما مدى ارتباطه بالمحتوى الذي شاهدته من قبل؟

أجاب إ.أ. "الموضوع مخيف، وبسأل نفسي ازاى بيعرفوا الحاجات اللي بتعجبني وبحب اتفرج عليها، وساعات كتير بحس إني متراقب"، كما أوضحت ر.ف " بحس الانترنت بيعرفني بشكل كبير، وأغلب الحاجات اللي بتظهرلي مرتبطة بحاجات بحبها أو اتكلمت عنها مع صاحباتي أو ماما، زي الفيديوهات اللي اتفرجت عليها أو الحاجات اللي عملت عنها سيرش، وبرضه بيظهرلي أحياناً محتوى غير مناسب أو غريب، وبستغرب ليه تم اقتراحه عليا"

وبسؤالهم عن كيف يؤثر ما تقترحه عليك مواقع التواصل في طريقة تفكيرك وسلوكك؟ أجمع جيل ألفا عينة الدراسة الكيفية على أنهم غالباً ما يشاهدون مضامين لأشخاص يتم الترويج لها بناءً على بيانات مشابهة لهم، ودائماً ما ينتابهم شعور بالرغبة في أن يكونوا مثلهم، كما أنهم بمرور الوقت أصبحوا أقل تفاعلاً مع بعض الأصدقاء وأصبحوا يميلون نحو متابعة حسابات جديدة بناءً على توصيات المنصات، كما يعتقدون أن المحتوى الذي يظهر لهم هو السبب الرئيسي في تغيير اهتماماتهم الرقمية في بعض الأحيان، فالخوارزميات تجعلهم يتابعون أشخاصاً ويتجاهلون آخرين لأن محتواهم لا يتم اقتراحه عليهم، وكأن الخوارزميات تتحكم بمن يتابعون وبمن يتجاهلون.

وفيما يتعلق بالتساؤل الخاص بالمحتوى الذي يتناسب مع اهتماماتهم، أوضح أغلب عينة الدراسة الكيفية أنهم يتفاعلون بشكل أكبر مع المحتوى الذي يتم اقتراحه عليهم من قبل مواقع التواصل الاجتماعي ويتماشي مع اهتماماتهم، وأن الخوارزميات تقدم لهم دائماً مقاطع فيديو لألعاب أو تحديات مفضلة لديهم، لذلك يقضون وقتاً أطول في التفاعل معها، وأحياناً يشعرون أنهم يقومون بذلك لأنهم أصبحوا معتادين على متابعة ما يظهر أمامهم دون انتقاء.

وبسؤال الآباء والأمهات عينة الدراسة الكيفية كيف تعتقدون أن وجود توأم رقمي لأبناؤكم بمواقع التواصل الاجتماعي يسهم في تشكيل آرائهم وتوجهاتهم؟

اتفق الآباء والأمهات على وجود تأثير كبير لما يظهر لأبنائهم بشكل مستمر على منصات التواصل الاجتماعي خاصة على آرائهم، ويكون ذلك بسبب التكرار، حتى لو لم يكونوا مقتنعين مع هذا المحتوى منذ البداية، كما أشار أغلب عينة من الآباء والأمهات أن أبنائهم يرون العالم من خلال نظارة مواقع التواصل الاجتماعي. حيث ما يرونه بهذه المواقع يؤثر على كيفية رؤيتهم للأشياء والأشخاص والعلاقات الإنسانية في الواقع.

المحور الثالث: تأثير التفاعل الرقمي على التفاعلات الاجتماعية لجيل ألفا:
٧. مستوى جودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية

جدول رقم (٨)

موقف جيل ألفا من العبارات الخاصة بالتفاعلات الاجتماعية الفعلية

الوزن النسبي	المتوسط الحسابي	نادراً		أحياناً		دائماً		الموقف
		%	ك	%	ك	%	ك	
٦١,٣%	١,٨٤	٤٥,٢%	٧٦	٢٥,٦%	٤٣	٢٩,٢%	٤٩	ألتقي بأصدقائي بانتظام في الحياة الواقعية
٥٥,٨%	١,٧٦	٥٤,٨%	٩٢	٢٣,٢%	٣٩	٢٢%	٣٧	أفضل قضاء وقت مع أصدقائي وجهًا لوجه بدلاً من التواصل معهم عبر الإنترنت
٥٩,٣%	١,٧٨	٤٧,٦%	٨٠	٢٦,٨%	٤٥	٢٥,٦%	٤٣	أشعر بالراحة عند التحدث مع أصدقائي بشكل مباشر
٦١,٣%	١,٨٤	٥٣%	٨٩	١٠,١%	١٧	٣٦,٩%	٦٢	لدي أصدقاء مقربون يمكنني الوثوق بهم خارج الإنترنت
٦٧,٧%	٢,٠٣	١٧,٣%	٢٩	٦٢,٥%	١٠٥	٢٠,٢%	٣٤	أتحدث مع أفراد عائلتي يوميًا حول ما يحدث لي خلال اليوم
٥٢%	١,٥٨	٥٠,٦%	٨٥	٤٢,٩%	٧٢	٦,٥%	١١	أفضل الانتظار للتحدث مع أفراد أسرتي وجهًا لوجه بدلاً من الرسائل عبر الإنترنت أثناء تواجدهم خارج المنزل
٦٧,٢%	٢,٢٩	٢١,٤%	٣٦	٢٨,٦%	٤٨	٥٠%	٨٤	أشعر أنني أقضي وقتًا كافيًا مع أفراد أسرتي بشكل يومي
٦٧,٣%	٢,٠٢	٣١,٦%	٥٣	٣٥,١%	٥٩	٣٣,٣%	٥٦	أشارك بفاعلية في المناقشات داخل الفصل
٦٦,٣%	١,٩٩	٣٥,١%	٥٩	٣١%	٥٢	٣٣,٩%	٥٧	لدي علاقة مميزة مع معلمي الفصل وأتحدث معهم دائماً
٧١,٦%	٢,١٥	١٣,١%	٢٢	٥٨,٩%	٩٩	٢٨%	٤٧	أشارك في الأنشطة والفعاليات في المدرسة
٥٧%	١,٧١	٤٩,٤%	٨٣	٣٠,٤%	٥١	٢٠,٢%	٣٤	أشارك بانتظام في الأنشطة مع أصدقائي خارج المدرسة
٣٩,٣%	١,١٨	٩١,١%	١٥٣	-	-	٨,٩%	١٥	أشعر بالراحة عند وجودي ضمن فريق أو مجموعة أثناء ممارسة الأنشطة المجتمعية

تشير بيانات الجدول السابق أن نسبة ٥٠% من أفراد العينة دائماً ما يشعرون بأنهم يقضون وقتًا كافيًا مع أفراد أسرتهم بشكل يومي، وأن نسبة ٣٦,٩% من أفراد العينة لديهم أصدقاء مقربون يمكنهم الوثوق بهم خارج مجتمع الإنترنت بشكل دائم، وأن ٣٣,٩% من أفراد العينة لديهم علاقة مميزة مع معلمي الفصل الخاص بهم ويتحدثون معهم دائماً في المدرسة، وأن نسبة ٣٣,٣% من أفراد العينة يشاركون دائماً بفاعلية في المناقشات داخل الفصل، وأن نسبة ٢٩,٢% من أفراد العينة دائماً ما يلتقون بأصدقائهم بانتظام في الحياة الواقعية.

وبسؤال عينة الدراسة الكيفية كيف تختلف علاقاتك بمواقع التواصل الاجتماعي عن تلك التي في الواقع؟ أجمع جيل ألفا عينة الدراسة على أن مواقع التواصل الاجتماعي تجعلهم أكثر انفتاحًا مع أشخاص من مختلف الأماكن، لأن التفاعل يكون عبر الرسائل والصور وليس وجهًا لوجه. حيث تقول ج. خ ١٣ سنة "علاقاتي على مواقع التواصل أكثر بكثير من علاقاتي في الواقع، عندي أصحاب كثير على إنستغرام وسناب شات، لكن في الحقيقة أصحابي عددهم مش كثير أوي. ان يكون

عندك فريبنز على السوشيال ميديا أسهل بكثير من الحقيقة"، وقال ي. م ١٤ سنة "على السوشيال ميديا وخاصة التيك توك بقدر اتفاعل مع ناس من أماكن بعيدة عني، ودي حاجة مقدرش اقوم بيها في الواقع، وكمان السوشيال ميديا بتخليني أجرب حاجات جديدة لكن في الحقيقة لازم أكون زي ما بيتوقعني أهلي وأقاربي"، وقال آ. ب "الانستا والتيك توك والواتس بيسمحولي أرد أو مردش لما ميكونش ليا مزاج، بعكس في الحقيقة لازم أرد، بيتهيألي الانستا والماسنجر والواتس بيخلوني اتحكم في الشات أكثر وده مش موجود في الواقع".

أما فيما يتعلق بكيف يؤثر التواصل عبر مواقع التواصل على علاقات جيل ألفا الواقعية؟ أشار أغلب العينة إلى أن التفاعل الرقمي يجعلهم يشعرون أن العلاقات الواقعية لا تمنحهم نفس السرعة أو التفاعل الفوري الذي يجدهونه بمواقع التواصل الاجتماعي، وأن التواصل الرقمي هو ما يفضلونه الآن، وأنه يحل محل العلاقات الواقعية في حياتهم إلى حد ما. حيث يقول ع. أ ١٢ سنة "أنا بهتم بالتواصل على الانستجرام أكثر من التواصل العادي، وده بيخليني أحياناً أبعد عن أصحابي في الواقع. مثلاً، لما بخرج مع أصحابي، بفضل ماسك التليفون وبتكلم على الانستا والسناپ، وده بيخليني مش مبسوط أووي بالخروج معاهم إلا لو حاجزين ملعب وبنلعب كورة، في الحالة دي بس بسبب التليفون في الشنطة".

وتقول د. م ١٤ سنة "بحس اني معنديش القدرة على الحوار والاندماج لما بكون مع زميلي وزميلاتي في الدرس أو المدرسة. يعني مثلاً مش بعرف أبدأ الكلام معاهم إزاي، أو مثلاً إزاي اتعامل مع مشاعري الحقيقية اللي بتظهر على وشي لما بتضايق من حد منهم"، ويقول أ. م ١٣ سنة "التواصل على الواتس أسرع وأسهل، وبيخليني ابعت صور أو فيديوهات تعبر عن اللي عايز أقوله وكمان الفويسات وسيلة سريعة، وحتى لما بقابل أصحابي في النادي بيعتلهم فيديوهات تعرفهم اللي أنا عايزه من غير ما اقعده أشرح واتكلم كثير، يعني مثلاً: مرة كنت متضايق من صاحبي لأنه عمل معايها موقف زعلني قابلته في النادي وقولته استنى هبعثلك حاجة وبعثله فيديو عن الصحاب وهو عرف غلظه واعتذرلي من غير ما أقول كلمة واحدة".

وبسؤال الآباء والأمهات عينة الدراسة الكيفية إلى أي مدى ترون أن التفاعل الرقمي لأبنائكم يقلل من قيمة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم؟

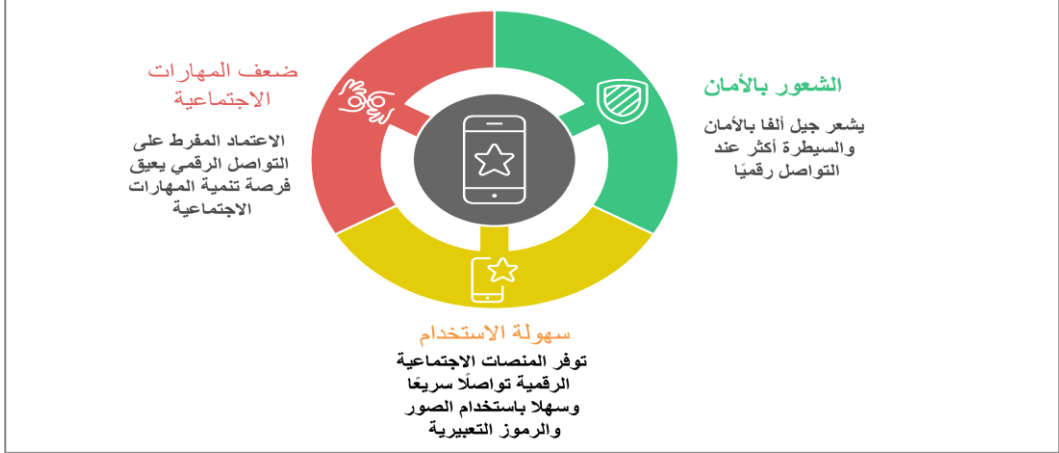
جاءت الإجابات لتعكس قلق الآباء والأمهات حول تأثير مواقع التواصل الاجتماعي على التفاعل الاجتماعي لأبنائهم سواء داخل الأسرة أو حتى مع الأصدقاء والأقارب. حيث أشاروا أن التفاعل الرقمي أسهم في ضعف المهارات الاجتماعية الفعلية لأبنائهم، والسبب في ذلك من وجهة نظرهم أن الوقت الذي يقضيه الأبناء في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي قلل من فرص اكتسابهم لمهارات التواصل الفعلي، وتشير أغلب الإجابات إلى افتقار الأبناء لقيمة التفاعلات المباشرة أو انخفاض الثقة في قدرتهم على تكوين صداقات وجهًا لوجه.

حيث قال م. أ. ب، ولديه أبناء في عمر ٩ سنوات، و١٣ سنة "بحس إن مواقع التواصل الاجتماعي بتخلي ابني يجب التحدث إلى أصدقائه من خلال الموبايل أو التطبيقات بدلاً من لقائهم بشكل شخصي، يعني ممكن يقضي ساعات وهو بيتكلم معاهم من خلال الرسائل أو يشاهد فيديوهاتهم، ولكن في الحقيقة مش بيخرج معاهم كثير"، وتقول ر. أ أم لثلاثة أبناء من بينهم طفل من جيل ألفا "أعتقد أن مواقع التواصل جعلت التفاعل بين الأصدقاء سطحي؛ يعني ابني الصغير مثلاً بيتكلم كثير مع أصحابه على الإنترنت، لكن بحس علاقته بأصحابه مش عميقة أوي زي ما كانت صداقاتي لما كنت في سنه"، وتقول ه. ج "..... بنتي بتكلم كثير جدا مع أصدقائها عن طريق الإنترنت، لكن لما بتقابلهم في الواقع بتكون أقل تفاعل معاهم وأكثر تحفظاً"، وتقول م. ش " ... ابني بيبان واثق من نفسه وهو بيتفاعل مع

أصحابه على مواقع التواصل....، لكن في الحياة الواقعية بيتجنب المحادثات الطويلة ويكون مش مرتاح..."

وتعكس الإجابات السابقة قلق الآباء والأمهات من أن العلاقات الاجتماعية الافتراضية التي يكونها أبنائهم قد تؤثر على مفهوم الصداقة لديهم، وأن التحدي الذي يواجهه أبنائهم في هذا الشأن هو عدم القدرة على استيعاب قيمة الصداقة الحقيقية، وأن التواصل الرقمي قد لا يسمح لهم بتعلم كيفية التعامل مع المشكلات الواقعية التي تواجه العلاقات الإنسانية، وأشار الآباء والأمهات عينة الدراسة إلى التخوف من نظرة جيل ألفا للعلاقات الإنسانية كشيء قابل للإلغاء أو التغيير بسهولة، وهو ما قد يؤثر على استقرار الصداقات وطبيعتها .

وفيما يتعلق بالتفاعل داخل الأسرة والمدرسة أشار أغلب العينة من الآباء والأمهات إلى أن أبناءهم يفضلون الأنشطة الرقمية مثل الألعاب الإلكترونية وتطبيقات التواصل على التجمعات العائلية أو الأنشطة المدرسية، ويمكن إجمال أسباب تفضيل جيل ألفا للتفاعلات الرقمية بمواقع التواصل على التفاعلات الاجتماعية الفعلية من وجهة نظر الآباء والأمهات عينة الدراسة الكيفية في العناصر التالية:



شكل رقم (٨)

أسباب تفضيل جيل ألفا للتفاعلات الرقمية على التفاعلات الاجتماعية الفعلية من وجهة نظر الآباء والأمهات
وفيما يلي نماذج من إجابات الآباء والأمهات عينة الدراسة الكيفية:

"التفاعل الرقمي خلى ولادي أقل في الصبر وأقل في حسن التعامل مع الناس وجهاً لوجه، وكمان لاحظت انهم بيحبوا الرد السريع على الرسائل، ولما بنتجمع مع العائلة أو الأصدقاء بيملوا بسرعة ويكونوا مشغولين بالموبايل"، "ابني بيقضي وقت طويل على التابلت حتى لما نكون متجمعين كعيلة، وأحياناً بضطر أطلب منه يقفل الموبايل لأنه بيكون مشغول جداً بالرد واللعب مع أصحابه وبيهمل التواصل معنا"، "بنتي أصبحت تميل للبقاء في غرفتها مع تليفونها بدلاً من المشاركة في الأنشطة العائلية. وأحياناً كتير بتكون مش مركزة معنا حتى وهى قاعدة في وسطنا، وكل شوية تبص في تليفونها، طبعاً أنت والموبايل وأصحابها على التطبيقات خلوها تفضل العزلة"، "...ابني بيميل يتكلم مع أصدقائه أكثر مننا، وأحياناً بحس أنه بيهتم بأخبار المشاهير وأصدقائه على الإنترنت أكثر مننا"، "بحاول احط قواعد لاستخدام التليفون أثناء التجمعات العائلية، لكن الأمر صعب لأنهم عندهم ارتباط شديد بأصدقائهم على مواقع التواصل".

المحور الرابع: التأثيرات النفسية والاجتماعية للتفاعل الرقمي بمواقع التواصل الاجتماعي:
٨. التأثيرات النفسية للتفاعل الرقمي لجيل ألفا

جدول رقم (٩)

موقف جيل ألفا من العبارات الخاصة بالتأثيرات النفسية للتفاعل عبر مواقع التواصل الاجتماعي

العبارة	دائماً		أحياناً		نادراً		المتوسط الحسابي	الوزن النسبي
	ك	%	ك	%	ك	%		
أشعر بالضغط النفسي عندما لا أتلقى تفاعلات كافية على منشوراتي أو صورتي.	٨٣	٤٩,٤%	٦٥	٣٨,٧%	٢٠	١١,٩%	٢,٣٧	٧٩,٢%
أشعر بمشاعر سلبية أو اكتئاب بعد تصفحي لمواقع التواصل لفترات طويلة	١١	٦,٥%	٢٥	١٤,٩%	١٣٢	٧٨,٦%	١,٢٧	٤٢,٧%
أشعر برغبة في التحقق من حساباتي بمواقع التواصل حتى عندما لا أكون بحاجة لذلك	١٣٧	٨١,٥%	٢٦	١٥,٥%	٥	٣%	٢,٧٨	٨٦,٢%
تعرضت للتمتر أو تعليقات سلبية على مواقع التواصل	١٢٩	٧٦,٨%	٣٣	١٩,٦%	٦	٣,٦%	٢,٧٣	٩١,١%
أشعر حياتي أقل قيمة عند مقارنتها بالآخرين بمواقع التواصل	١٤٤	٨٥,٧%	٢٤	١٤,٣%	-	-	٢,٨٦	٩٥,٢%
أشعر بانخفاض في تقديري لذاتي بسبب الصور أو المنشورات المثالية التي أراها على مواقع التواصل	١٣١	٧٨%	٣٢	١٩%	٥	٣%	٢,٧٥	٩١,٧%

تشير بيانات الجدول السابق أن نسبة ٨٥,٧% من العينة يشعرون بأن حياتهم أقل قيمة عند مقارنة أنفسهم بالآخرين على مواقع التواصل الاجتماعي، كما ذكر ٨١,٥% من عينة الدراسة أنهم يشعرون برغبة مستمرة في التحقق من حساباتهم على مواقع التواصل حتى عندما لا يكونوا بحاجة لذلك، وأن نسبة ٧٨% يشعرون بانخفاض في تقديرهم لذاتهم بسبب الصور أو المنشورات المثالية التي يرونها على مواقع التواصل، وأشار نسبة ٧٦,٨% من عينة الدراسة أنهم سبق وأن تعرضوا للتمتر أو تعليقات سلبية من الآخرين على مواقع التواصل، وأوضح نسبة ٤٩,٤% من عينة الدراسة أنهم يشعرون بالضغط النفسي عندما لا يتلقون تفاعلات كافية على منشوراتهم أو صورهم على مواقع التواصل الاجتماعي، وذكر ٤٢,٧% من عينة الدراسة أنهم يشعرون بمشاعر سلبية أو اكتئاب بعد تصفحهم لمواقع التواصل لفترات طويلة.

وبشكل عام فإن مرحلة المراهقة من ١٠ إلى ١٩ عاماً غالباً ما ترافقها زيادة في القابلية للإصابة بالأمراض النفسية. لذلك، يجب أن يحظى المراهقون باهتمام خاصة لو كان لديهم ميل متزايد نحو الوسائط الرقمية؛ فوفقاً لتقرير منظمة الصحة العالمية (WHO)، فإن ١٤% من المراهقين في جميع أنحاء العالم يعانون من الأمراض النفسية. على مدار الحياة، وتبدأ معظم هذه الأمراض في المتوسط العمري ١٤,٥ عاماً (Paschke & Thomasius 2024).

وقد أشارت دراسة (Wartberg & Thomasius, 2020) إلى أن استخدام المراهقين للأمان المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي وألعاب الإنترنت ارتبطت بزيادة مستويات القلق والتوتر بينهم، بينما أشار تقرير (Fadlurrohim et al., 2023) إلى أن نصف العينة من المراهقين الذين تتراوح أعمارهم بين ١٢ و ١٩ عاماً ممن يستخدمون المنصات الرقمية أعربوا عن تعرضهم لمحتوى ضار؛

ويشمل ذلك: رسائل الكراهية HateSpeech، والتعليقات المسيئة التي تحمل تنمرًا إلكترونيًا وعنفاً رمزيًا، والأخبار الكاذبة، والآراء السياسية المتطرفة، بالإضافة إلى رسائل من الغرباء تحمل تنمرًا أو توجيه متعمد لإقامة علاقات جنسية عبر الإنترنت، بالإضافة إلى التعرض لمخاطر ناتجة عن الاحتيال عبر البريد العشوائي والتصيد الإلكتروني، والبرامج الضارة، وسوء استخدام البيانات الشخصية، وفقدان السيطرة على النفقات المالية في إطار الشراء عبر الإنترنت أو عمليات الشراء داخل التطبيقات، أو الألعاب المجانية "أي الألعاب التي تُعرض مجاناً في البداية، ولكن المحتويات الإضافية للاستخدام تكون مدفوعة"، كما أشار التقرير إلى أن واحدة من كل ثلاث فتيات وواحد من كل أربعة أولاد تعرضوا للتحرش الجنسي عبر الإنترنت في عام ٢٠٢٣، كما تعرض ٢٣% عن غير قصد لمحتوى إباحي شهريًا، وفيما يلي إجمال للتأثيرات النفسية والاجتماعية السلبية على جيل ألفا نتيجة الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي



شكل رقم (٩)

التأثيرات النفسية والاجتماعية على جيل ألفا نتيجة الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي وبسؤال عينة الدراسة الكيفية من جيل ألفا حول تأثير مواقع التواصل الاجتماعي على تقديرهم لذاتهم والمشاعر التي قد تصاحب الاستخدام المكثف لهذه المواقع، جاءت الإجابات لتشير إلى الضغط النفسي والاجتماعي الذي يقع على جيل ألفا بسبب المشاهير، والمؤثرين بمنصات التواصل الاجتماعي الذين يروجون لحياة مثالية بعيدة عن الواقع، وهو ما يجعلهم يشعرون بالضغط لتحقيق ذلك، إلى جانب المقارنات المستمرة التي يعقدونها مع حياة وصور أقرانهم، وهو ما يخلق لديهم شعورًا بعدم الكفاءة والقلق، وهذه نماذج لإجابات الباحثين:

"ساعات بتضايق لما بشوف صور جامدة لأصحابي والمشاهير لأن حياتهم جميلة أوي، ودايما بيلبسوا برندات وببروحوا أماكن تحفة؛ بحس اني أقل منهم أو حياتي مش حلوة زيهم".

"كل اللي أعرفهم أو معرفهم بيحطوا صور تحفة على الأنستا، وده بيخليني اعمل ايديت في الصور بتاعتي واحطها فلتر قبل ما أنزلها عشان محدش يتنمر عليا"

"بحاول ابين اللحظات السعيدة في حياتي على السوشيال ميديا حتى لو من جوايا متضايقه، لأنني بحس اني في سباق ومينفعش أبان أقل من أصحابي".

وبسؤال جيل ألفا عينة الدراسة الكيفية كيف يشعرون بعد قضاء وقت طويل في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي؟

جاءت الإجابات لتبرز الضيق الذي يشعر به جيل ألفا في حال عدم تلقي التفاعل الذي كانوا يأملونه عند استخدام مواقع التواصل الاجتماعي.

"لما بقضي وقت طويل على السوشال ومش بلاقي لايكات كتير أو لاف على الحاجات اللي بنزلها بحس اني متضايق، وعشان كدة بقعد أدور على حاجة مميزة ومش عادية أنزلها"
 "إذا نزلت حاجة ومجبتش لايكات وكومنتات كتيرة بزعل، وبحس فيه حاجة غلط في اللي شيرته أو أنا محتاج أغير طريقي وده بيخليني أتوتر كل مرة لأنني بفكر في رد فعل أصحابي"
 وبسؤال الآباء والأمهات عينة الدراسة الكيفية كيف يرون تأثير استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على الحالة النفسية لأبنائكم؟

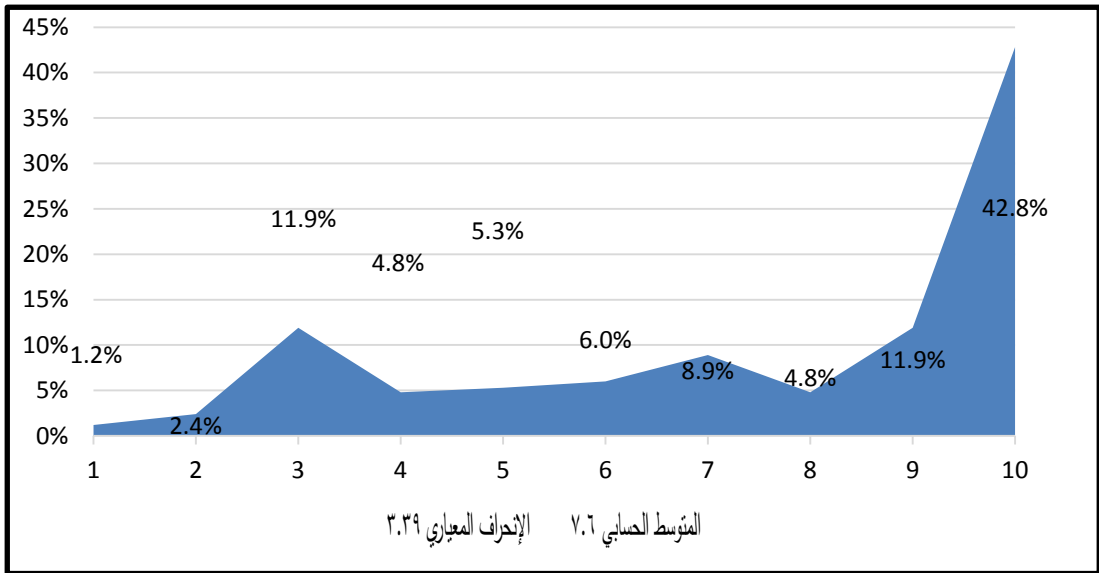
أجمع الآباء والأمهات على الشعور بأن مواقع التواصل الاجتماعي تضع ضغوطاً على أبنائهم لتقديم صورة مثالية عن أنفسهم أو السعي من أجل الحصول على القبول الاجتماعي من خلال مستوى تفاعل الأصدقاء مع منشوراتهم وصورهم، وهو ما يترتب عليه أحياناً بعض مشاعر الإحباط والقلق وقلة الرضا عن الذات في حال عدم الحصول على التفاعل الكافي من وجهة نظرهم. حيث تقول أحد الأمهات "بنتي بتتحول وبتبقى عصبية ومتقلبة المزاج لما أصحابها مش بيتفاعلوا مع بوستاتها، وبتعاقبهم بنفس الطريقة. بصراحة ثققتها بنفسها بتتأثر بالموضوع ده"، ويقول أحد الآباء "وسائل التواصل خلت ابني يحس وكأنه في منافسة ولازم يخرج زي خروجات وفسح ومصايف أصحابه والمشاهير".

٩. مدى الشعور بالضغط لمواكبة التفاعل الدائم للأصدقاء عبر مواقع التواصل الاجتماعي

جدول رقم (١٠)

مدى الشعور بالضغط لمواكبة التفاعل الدائم للأصدقاء عبر مواقع التواصل الاجتماعي

المدى	ك	%
منخفض	٢٦	١٥,٥%
متوسط	٤٢	٢٥%
مرتفع	١٠٠	٥٩,٥%
الإجمالي	١٦٨	١٠٠%



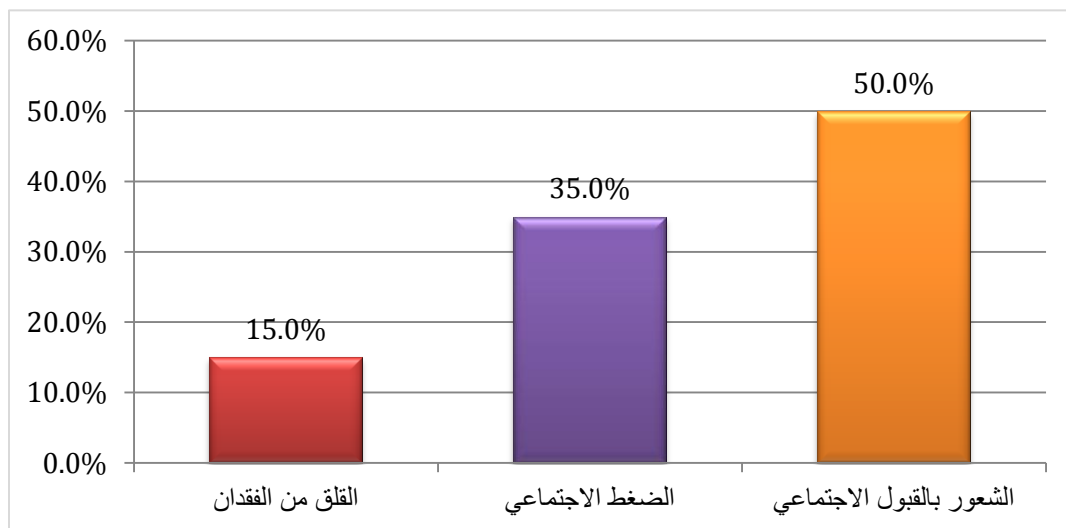
شكل رقم (١٠)

مدى الشعور بالضغط لمواكبة التفاعل الدائم للأصدقاء عبر مواقع التواصل الاجتماعي

تشير بيانات الجدول (١٠) إلى أن ٥٩,٥% من عينة الدراسة لديهم مستوى مرتفع من الشعور بالضغط لمواكبة التفاعل الدائم للأصدقاء عبر مواقع التواصل الاجتماعي، بينما ٢٥% من عينة الدراسة لديهم مستوى متوسط من الشعور بالضغط لمواكبة التفاعل الدائم للأصدقاء عبر مواقع التواصل الاجتماعي، وجاء في المرتبة الثالثة والأخيرة أن ١٥,٥% من عينة الدراسة لديهم مستوى منخفض من الشعور بالضغط لمواكبة التفاعل الدائم للأصدقاء عبر مواقع التواصل.

وتتوافق هذه النتائج مع ما توصلت إليه دراسة (Marino et al., 2020) التي وجدت أنه كلما زاد إدراك المراهقين لنشاط أصدقائهم على وسائل التواصل الاجتماعي، كلما زادت احتمالية انخراطهم في سلوكيات مماثلة بأنفسهم، وهذا يعني أن ضغط الأقران والتوقعات المتعلقة باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي يمكن متغير ينبأ بالاستخدام المفرط السلبي، وهذا يعني أنه حتى لو لم يستخدم المراهقون مواقع التواصل الاجتماعي بشكل مفرط، فإن الضغط ليكونوا متاحين ومشاركين باستمرار يمكن أن يؤدي إلى سلوكيات سلبية.

ويسؤال عينة الدراسة الكيفية: عن أسباب حرصهم على التفاعل المستمر مع الأصدقاء عبر مواقع التواصل الاجتماعي، جاءت الأسباب كما هو موضح بالشكل التالي:



شكل رقم (١١)

أسباب حرص عينة الدراسة الكيفية على التفاعل المستمر مع الأصدقاء عبر مواقع التواصل الاجتماعي وقد سبق وأن أشارت دراسة (Dempsey et al., 2019) إلى أن الأشخاص الذين يعانون من الخوف من فقد التواصل (Fomo) قد يندفعون إلى استخدام وسائل التواصل الاجتماعي بشكل مفرط؛ أي أن الميل إلى الإفراط في استخدام الشبكات الاجتماعية غالباً ما يكون مدفوعاً بالخوف من فقدان الاتصال أو الشعور بالانعزال عن الأحداث الاجتماعية.

المحور الخامس: تأثير الرقابة الأبوية على استخدام جيل ألفا لشبكات التواصل الاجتماعي
١٠. استراتيجيات الوساطة الأبوية

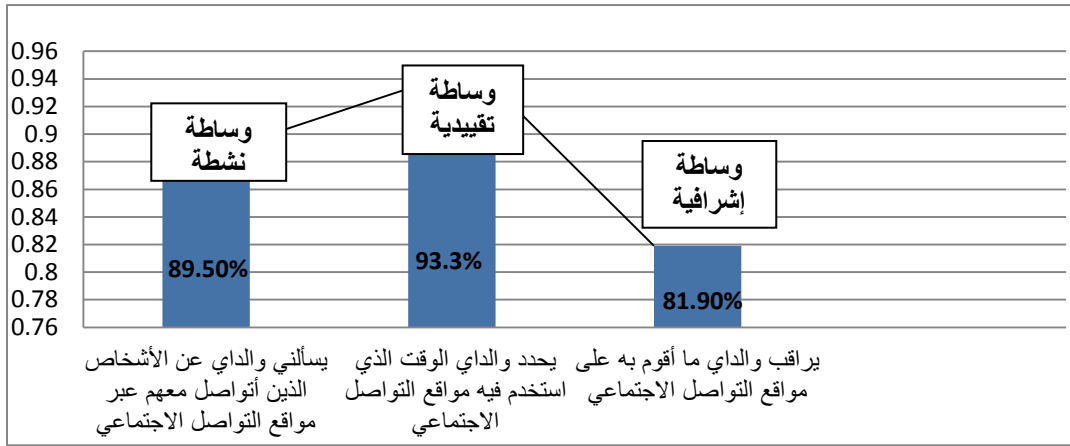
جدول رقم (١١)

استجابات عينة الدراسة على عبارات استراتيجيات الوساطة الأبوية للتفاعلات الرقمية لجيل ألفا

العبارة	درجة كبيرة	درجة متوسطة	لا تنطبق	المتوسط الحسابي	الوزن النسبي
أولاً: الوساطة النشطة:					
يتحدث والداي معي بانتظام حول ما أقوم به على مواقع التواصل الاجتماعي	ك	٤٢	١٢٤	٢	٧٤,٦%
	%	٢٥	٧٣,٨	١,٢	
يتناقش والداي معي حول المخاطر المحتملة لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي	ك	٦٦	١٠٢	-	٧٩,٨%
	%	٣٩,٣	٦٠,٧		
يشجعني والداي على التفكير بشكل نقدي قبل نشر أي شيء على الإنترنت	ك	٩٨	٣٩	٣١	٨٠%
	%	٥٨,٣	٢٣,٢	١٨,٥	
يسألني والداي عن الأشخاص الذين أتواصل معهم عبر مواقع التواصل الاجتماعي.	ك	١١٥	٥٣	-	٨٩,٥%
	%	٦٨,٥	٣١,٥		
ثانياً: الوساطة التقييدية					
يحدد والداي الوقت الذي استخدم فيه مواقع التواصل الاجتماعي	ك	١٣٤	٣٤	-	٩٣,٣%
	%	٧٩,٨	٢٠,٢		
يمنعني والداي من استخدام بعض مواقع التواصل الاجتماعي التي يعتبرونها غير آمنة	ك	٨٨	٦٩	١١	٨١,٩%
	%	٥٢,٤	٤١,١	٦,٥	
لا يسمح لي والداي باستخدام مواقع التواصل في أوقات الدراسة أو عند الأكل والنوم	ك	٥٠	١١٢	٦	٧٥,٤%
	%	٢٩,٧	٦٦,٧	٣,٦	
يضع والداي قوانين صارمة حول ما يجب وما لا يجب أن أفعله على مواقع التواصل	ك	٨٩	٧٠	٩	٨٢,٥%
	%	٥٣	٤١,٧	٥,٣	
ثالثاً: الوساطة الإشرافية					
يجلس والداي بجانبني أثناء تصفح مواقع التواصل	ك	٨٧	٧١	١٠	٨١,٩%
	%	٥١,٨	٤٢,٢	٦	
يفقد والداي حساباتي على مواقع التواصل الاجتماعي لمعرفة ما أنشره دون تدخل فيما أفعله	ك	٨٣	٦٧	١٨	٧٩,٦%
	%	٤٩,٤	٣٩,٩	١٠,٧	
يراجع والداي التطبيقات التي استخدمها بهاتفني	ك	٥٦	١٠٢	١٠	٧٥,٨%
	%	٣٣,٣	٦٠,٧	٦	
يطلب والداي كلمات المرور الخاصة بحساباتي على مواقع التواصل الاجتماعي ولا يستخدمونها	ك	٣٣	٦٢	٧٣	٥٨,٧%
	%	١٩,٦	٣٦,٩	٤٣,٥	

تشير بيانات الجدول السابق أن عبارة يحدد والداي الوقت الذي استخدم فيه مواقع التواصل الاجتماعي جاءت في صدارة العبارات الخاصة "بالوساطة التقييدية" بنسبة ٩٣,٣% ومتوسط حسابي ٢,٧٩، بينما احتلت عبارة يسألني والداي عن الأشخاص الذين أتواصل معهم عبر مواقع التواصل الاجتماعي صدارة العبارات الخاصة "بالوساطة النشطة" بنسبة ٨٩,٥% ومتوسط حسابي ١,٢١، وجاءت عبارة يراقب والداي ما أقوم به على مواقع التواصل الاجتماعي لتحتل صدارة العبارات الخاصة "بالوساطة الإشرافية" بنسبة ٨١,٩% ومتوسط حسابي ٢,٤٥.

ويوضح الشكل التالي العبارات الأعلى درجة من حيث الوزن النسبي والمتوسط الحسابي في كل بعد من أبعاد استراتيجيات الوساطة الأبوية:



شكل رقم (١٢)

العبارات الأعلى درجة من حيث الوزن النسبي والمتوسط الحسابي في استراتيجيات الوساطة الأبوية

وبسؤال عينة الدراسة الكيفية من جيل ألفا كيف تؤثر الرقابة الوالدية على تفاعلاتك مع أصدقائك عبر مواقع التواصل الاجتماعي؟ وكيف تشعر تجاه القواعد التي يضعها والداك بما يمكنك فعله أو عدم فعله على مواقع التواصل؟ جاءت الإجابات لتمثل تنوع في الآراء ما بين الشعور بالأمان والارتياح نتيجة الرقابة الوالدية، وبين الإحساس بالقيود وعدم القدرة على التفاعل بحرية مع الأصدقاء، حيث قالت ه.أ. ١٤ سنة "معتدتش إن متابعة بابا وماما للحاجات اللي بعملها على السوشيال بتضايقني، بالعكس ماما ساعات كتبير بتنظم وقتي وبتسملني بوقت كفاية اتكلم مع أصحابي على الانستا والتيك توك، وأنا كمان ملتزمة بالحدود اللي بابا وماما بيسمحولي بيها، وبشارك بس الحاجات اللي مسموح ليا بيها.. " وقال م.ن ١٤ سنة " القواعد اللي بيحطها بابا وماما ساعات بتحسني بالضيق، لكن في نفس الوقت علمتني ازاى استخدم السوشيال بطريقة آمنة ومسؤولة وأصحابي عارفين اني مش بقدر دايمًا اتفاعل بنفس طريقتهم".

ثانيًا: نتائج اختبار الفروض البحثية:

الفرض الأول: توجد علاقة ارتباطية عكسية بين مستوى نشاط جيل ألفا في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وجودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم.

جدول رقم (١٢)

مستوى نشاط جيل ألفا في استخدام مواقع التواصل ومستوى جودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم.

معامل بيرسون	مستوى المعنوية
-٠,٨١٤**	٠,٠٠٠

** دال عند مستوى معنوية ٠,٠١

توضح بيانات الجدول السابق باستخدام معامل ارتباط بيرسون معنوية العلاقة الارتباطية ما بين مستوى نشاط جيل ألفا في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى جودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم؛ حيث بلغت قيمة معامل بيرسون -٠,٨١٤، وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مستوى معنوية أقل من ٠,٠٠١، وهي علاقة عكسية.

ما يعني أنه كلما زاد مستوى نشاط جيل ألفا في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، انخفضت جودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم، والعكس بالعكس.

ويتفق ذلك مع نتائج دراسة (Dos Reis, 2018) التي توصلت إلى أن المراهقين يشعرون بالوحدة أو القلق نتيجة قضاء وقت طويل على وسائل التواصل الاجتماعي، وأشارت الدراسة إلى أن التفاعل الرقمي بدلاً من التواصل الفعال يعزز الشعور بالعزلة الاجتماعية لدى المراهقين. ويتفق ذلك أيضاً مع دراسة (Marino et al., 2020) التي أشارت إلى أن الأجيال الجديدة أصبحت تميل إلى التفاعل عبر الإنترنت. حيث يسمح لهم بالاتصال بأفراد ذوي اهتمامات مشابهة تشجعهم على التعبير عن مشاعرهم إلكترونياً.

أي أن التفاعلات الرقمية لها تأثير مزدوج، فمن جهة يمكن اعتبارها وسيلة هامة تربط الأفراد اجتماعياً، لكنها من جهة أخرى قد تشكل حاجزاً بين الأفراد. حيث يفتقد التواصل رقمياً مميزات التفاعلات المباشرة، مثل الإيماءات وتعبيرات الوجه ونبرة الصوت، وهو ما يؤدي إلى تفاعلات ذات طابع رسمي غير عاطفية (White and Dorman, 2001). وهو بدوره يجعل من الصعب توصيل المشاعر الصادقة وتقديم الدعم العاطفي المطلوب الذي يوفره التواصل وجهًا لوجه (et al., 2011, Lewandowski).

وبذلك ثبت صحة الفرض الأول القائل بوجود علاقة ارتباطية عكسية بين مستوى نشاط جيل ألفا عينة الدراسة في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى جودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم. **الفرض الثاني:** توجد علاقة ارتباطية إيجابية بين الدعم الرقمي الذي يحصل عليه جيل ألفا عند استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وجودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم.

جدول رقم (١٣)

الدعم الرقمي الذي يحصل عليه جيل ألفا عند استخدام مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى جودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم

معامل بيرسون	مستوى المعنوية
***,٧٤٦	٠,٠٠٠

** دال عند مستوى معنوية ٠,٠١

توضح بيانات الجدول السابق باستخدام معامل ارتباط بيرسون معنوية العلاقة الارتباطية ما بين الدعم الرقمي الذي يحصل عليه جيل ألفا عند استخدام مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى جودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم؛ حيث بلغت قيمة معامل بيرسون ٠,٧٤٦، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى معنوية أقل من ٠,٠١، وهي علاقة إيجابية ما يعني أنه كلما زاد الدعم الرقمي الذي يحصل عليه جيل ألفا عند استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، كلما زاد مستوى جودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة (Gillmore et al., 2020) التي أشارت إلى أن الدعم الاجتماعي الرقمي يُعزز الشعور بالانتماء. حيث يشعر الأفراد بالتقدير والفهم أثناء تبادل العواطف والمعلومات رقمياً، ومن هنا يُعد الدعم الإلكتروني امتداداً للدعم الاجتماعي التقليدي لما له من دور في تحسين الصحة النفسية والعقلية للأفراد وخاصة لدى أولئك الذين يصعب تقديم الدعم لهم بشكل مباشر (Delello & McWhorter, 2017).

وبذلك ثبت صحة الفرض الثاني القائل بوجود علاقة ارتباطية إيجابية بين الدعم الرقمي الذي يحصل عليه جيل ألفا عند استخدام مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى جودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم.

الفرض الثالث: توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين مستوى الدعم الرقمي الذي يحصل عليه جيل ألفا عينة الدراسة عند استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والتعبير عن المشاعر رقمياً.

جدول رقم (١٤)

الدعم الرقمي الذي يحصل عليه جيل ألفا عند استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والتعبير عن المشاعر رقمياً

مستوى المعنوية	معامل بيرسون
٠,٠٠٠	**,٤٥١

** دال عند مستوى معنوية ٠,٠١

توضح بيانات الجدول السابق باستخدام معامل ارتباط بيرسون معنوية العلاقة الارتباطية ما بين الدعم الرقمي الذي يحصل عليه جيل ألفا عند استخدام مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى التعبير عن مشاعرهم رقمياً؛ حيث بلغت قيمة معامل بيرسون ٠,٤٥١، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى معنوية أقل من ٠,٠٠١، وهي علاقة إيجابية متوسطة الشدة ما يعني أنه كلما زاد الدعم الرقمي الذي يحصل عليه جيل ألفا عند استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، كلما زاد درجة تعبيرهم عن مشاعرهم بشكل رقمي.

وجدير بالذكر أن مواقع التواصل الاجتماعي تتيح أدوات متنوعة للتعبير عن المشاعر، مثل: التعليق، واستخدام الرموز التعبيرية، وإنشاء ومشاركة مقاطع الفيديو، وهو ما يسهم في تكوين نمط تفاعلي عاطفي.

الفرض الرابع: توجد علاقة ارتباطية إيجابية بين تفاعل الأصدقاء المقربين بمواقع التواصل الاجتماعي ومستوى نشاط جيل ألفا في استخدام هذه المواقع.

جدول رقم (١٥)

تفاعل الأصدقاء المقربين بمواقع التواصل الاجتماعي ومستوى نشاط جيل ألفا في استخدام هذه المواقع

مستوى المعنوية	معامل بيرسون
٠,٠٠٠	**,٧٢١

** دال عند مستوى معنوية ٠,٠١

توضح بيانات الجدول السابق باستخدام معامل ارتباط بيرسون معنوية العلاقة الارتباطية ما بين تفاعل الأصدقاء المقربين بمواقع التواصل الاجتماعي ومستوى نشاط جيل ألفا في استخدام هذه المواقع؛ حيث بلغت قيمة معامل بيرسون ٠,٧٢١، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى معنوية أقل من ٠,٠٠١؛ ما يعني أن هناك علاقة إيجابية قوية الشدة بين تفاعل الأصدقاء على منصات التواصل الاجتماعي وبين نشاط جيل ألفا ومشاركتهم في هذه المنصات. وتشير هذه النتائج إلى أن ضغط الأصدقاء قد يكون أحد دوافع الاستخدام النشط لجيل ألفا لمواقع التواصل الاجتماعي.

الفرض الخامس: يؤثر متغير مدى الشعور بالضغط نتيجة تفاعل الأصدقاء بمنصات التواصل الاجتماعي على العلاقة بين مستوى نشاط جيل ألفا في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وجودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم.

جدول رقم (١٦)

معنوية العلاقة الارتباطية بين مستوى نشاط جيل ألفا في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وجودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية بعد عزل متغير التأثير

مستوى المعنوية	معامل الارتباط الجزئي	المتغيرات بعد العزل
٠,٠٠٠	٠,٥١٦-	الشعور بالضغط نتيجة تفاعل الأصدقاء بمنصات التواصل الاجتماعي

لاختبار معنوية تأثير متغير مدى الشعور بالضغط نتيجة تفاعل الأصدقاء بمنصات التواصل الاجتماعي على العلاقة بين مستوى نشاط جيل ألفا في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وجودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم، وبالنظر إلى أن هذا المتغير تم قياسه على المستوى الفترتي (Interval)، فقد قامت الباحثة باستخدام معامل الارتباط الجزئي الذي أسفر عن:

معنوية تأثير متغير مدى الشعور بالضغط نتيجة تفاعل الأصدقاء بمنصات التواصل الاجتماعي على العلاقة الارتباطية بين مستوى نشاط جيل ألفا في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى جودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط الجزئي -0,516، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى معنوية 0,000، وبالتالي فقد انخفضت شدة العلاقة بين المتغيرين بعد عزل متغير مدى الشعور بالضغط نتيجة تفاعل الأصدقاء بمنصات التواصل الاجتماعي، ما يعني فاعلية تأثير هذا المتغير على العلاقة بين المتغيرين.

وتشير هذه النتيجة إلى أن الشعور بالضغط بسبب نشاط الأصدقاء على مواقع التواصل له دور في التأثير على العلاقة بين مستوى نشاط جيل ألفا في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وجودة التفاعلات الاجتماعية لديهم، ونستنتج من ذلك أن جزءاً من التأثير السلبي لمستوى النشاط في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على جودة التفاعلات الاجتماعية يعود إلى الضغط الذي يشعر به أفراد جيل ألفا بسبب التوقعات المرتبطة بتفاعل الأصدقاء.

الفرض السادس: يؤثر وجود توأم رقمي للمستخدم بمواقع التواصل الاجتماعي على العلاقة بين نشاط جيل ألفا في استخدام مواقع التواصل وجودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم.

جدول رقم (١٧)

معنوية العلاقة الارتباطية بين نشاط جيل ألفا في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وجودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية بعد عزل متغير التأثير

المتغيرات بعد العزل	معامل الارتباط الجزئي	مستوى المعنوية
وجود توأم رقمي للمستخدم بمواقع التواصل الاجتماعي	-0,240	0,000

لاختبار معنوية تأثير وجود توأم رقمي للمستخدم بمواقع التواصل الاجتماعي على العلاقة بين نشاط جيل ألفا في استخدام مواقع التواصل وجودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم، فقد قامت الباحثة باستخدام معامل الارتباط الجزئي الذي أسفر عن النتائج التالية:

معنوية تأثير وجود توأم رقمي للمستخدم بمواقع التواصل الاجتماعي على العلاقة الارتباطية بين نشاط جيل ألفا في استخدام هذه المواقع وجودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط الجزئي -0,240، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى معنوية 0,000، وبالتالي فقد انخفضت شدة العلاقة بين المتغيرين بعد عزل متغير وجود توأم رقمي للمستخدم بمواقع التواصل الاجتماعي، ما يعني فاعلية تأثير هذا المتغير على العلاقة بين المتغيرين.

الفرض السابع: تؤثر استراتيجيات الوساطة الأبوية (الوساطة النشطة، الوساطة التقييدية، الوساطة الإشرافية) على مستوى نشاط جيل ألفا في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي.

جدول رقم (١٨)

تأثير استراتيجيات الوساطة الأبوية على مستوى نشاط جيل ألفا في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي

المتغيرات	معامل الارتباط (ر)	معامل التحديد (ر ^٢)	بيتا المعيارية غير	قيمة (ت)	مستوى معنوية (ت)	قيمة (ف)	درجات الحرية	مستوى المعنوية (ف)
الثابت			9,875	4,210	0,000		2	
الوساطة النشطة	0,741	0,561	0,312	3,045	0,000	91,43	165	0,000
الوساطة التقييدية			0,224	3,672	0,000			
الوساطة الإشرافية			0,256	3,210	0,002			

يتضح من بيانات الجدول السابق: قيمة (ت) لمتغيرات الوساطة النشطة، والوساطة التقييدية، والوساطة الإشرافية دالة إحصائياً عند مستوى معنوية 0,000، ما يعني أنها عوامل مؤثرة على مستوى نشاط جيل ألفا في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي.

بلغت قيمة معامل التحديد (ر^٢) ٠,٥٦١، ما يعني أن استراتيجيات الوساطة الأبوية تؤثر بنسبة ٥٦% على مستوى نشاط جيل ألفا في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي. بلغت قيمة معامل الارتباط (ر) ٠,٧٤١، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى معنوية ٠,٠٠٠، ما يعني ارتباط الوساطة النشطة، الوساطة التقييدية، الوساطة الإشرافية بمتغير مستوى نشاط جيل ألفا في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي.

وتبرز هذه النتائج دور الأهل في توجيه سلوكيات جيل ألفا نحو استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بشكل يحقق التوازن بين التفاعلات الرقمية والتفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم، وذلك من خلال توجيهه نحو الاستخدام بشكل واع ومعتدل لحماية الأبناء من المخاطر المحتملة.

الفرض الثامن: توجد فروق بين أفراد جيل ألفا عينة الدراسة في (مستوى النشاط في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي- جودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم) وفقاً لمتغير النوع.

جدول رقم (١٩)

معنوية الفروق بحسب النوع في متغيرات الدراسة

المتغير	النوع	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	ت	درجة الحرية	مستوى المعنوية
مستوى نشاط جيل ألفا في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي	ذكر	٧٥	١٩,٨٢	٤,٥٥١	-٣,٣٥	١٦٦	٠,٠٠٠
	أنثى	٩٣	٢١,٧٤	٢,٠٧٠			
جودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم	ذكر	٧٥	٢٣,١٦٢	٧,٠٦١	-٦,٠٤	١٦٦	٠,٠٠٤
	أنثى	٩٣	٢٨,١١٣	٠,٩٤٥			

لاختبار معنوية الفروق بين المبحوثين بحسب النوع في متغيرات (مستوى النشاط في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي- جودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم)، وبالنظر إلى أن هذه المتغيرات تم قياسها على المستوى الفترى (Interval)، فقد قامت الباحثة باستخدام اختبار ت الذي أسفر عن النتائج التالية:

- معنوية الفروق بين المبحوثين من حيث مستوى النشاط في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بحسب النوع، حيث بلغت قيمة ت -٣,٣٥، وهي قيمة دالة إحصائياً عند درجة حرية ١٦٦ ومستوى معنوية ٠,٠٠٠، ما يعني وجود فروق بين الذكور والإناث من أفراد جيل ألفا عينة الدراسة من حيث مستوى النشاط في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، وكانت هذه الفروق لصالح الإناث بمتوسط حسابي ٢١,٧٤. ما يعني أن الإناث عينة الدراسة هن الأكثر نشاطاً في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي.

- معنوية الفروق بين المبحوثين من حيث جودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم بحسب النوع، حيث بلغت قيمة ت -٦,٠٤، وهي قيمة دالة إحصائياً عند درجة حرية ١٦٦ ومستوى معنوية ٠,٠٠٠، ما يعني وجود فروق بين الذكور والإناث من أفراد جيل ألفا عينة الدراسة من حيث جودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم، وكانت هذه الفروق لصالح الإناث بمتوسط حسابي ٢٨,١١٣. ما يعني أن الإناث عينة الدراسة هن الأكثر تفاعلاً مع محيطهن الاجتماعي من الذكور عينة الدراسة.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة (Frison & Eggermont, 2016) التي تناولت الآثار المترتبة على الصحة النفسية نتيجة استخدام الفيس بوك وفقاً لمتغير النوع، حيث أثبتت النتائج أن الفتيات أكثر تأثراً بالاستخدام السلبي ويستفدن من التفاعل النشط الذي يوفر الدعم الاجتماعي وذلك على النحو التالي: الفتيات يشاركن أكثر في كل من استخدام فيس بوك الخاص بالنشط واستخدام فيس بوك العام النشط مقارنة بالذكور.

مناقشة النتائج:

أولاً: النتائج العامة للدراسة:

١. معدل وأنماط الاستخدام:

- أظهرت النتائج التنبئي الواسع لعينة الدراسة لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي. حيث أشار ٩٣% منهم أنهم يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي بشكل دائم، كما أنهم يعتبرون هذه المنصات جزءاً أساسياً من حياتهم اليومية، وأشار نسبة ٩٧% منهم أنهم يتفاعلون مع المحتوى الذي يشاركه أصدقائهم بمنصات التواصل الاجتماعي بشكل دائم.

وقد أشارت دراسة (Paschke & Thomasius 2024) إلى أن الأطفال والمراهقين في القرن الحادي والعشرين يحتلون نسبة كبيرة كمستخدمين للوسائط الرقمية؛ ففي عام ٢٠٢٢ استخدم ٨٥% من الأطفال والمراهقين الذين تتراوح أعمارهم بين ١٠ و ١٧ عاماً الألعاب الرقمية بانتظام، و٨٩% منهم استخدم مواقع التواصل الاجتماعي، و٨٣% منهم استخدم خدمات بث الفيديو، وأن ٩٦% من الفئة العمرية بين ١٢ و ١٩ عاماً يمتلكون هواتف ذكية خاصة بهم، وهو ما يمنحهم فرصاً أكبر لمتابعة المحتوى الرقمي، وتقضي هذه الفئة من ٣- ٤ ساعات يومياً في استخدام الإنترنت، وتتجاوز هذه المدة الحد الأقصى الموصى به من قبل المركز الفيدرالي للتثقيف الصحي (BZgA) والذي يبلغ ساعتين ونصف الساعة.

- وفيما يتعلق بالتطبيقات الأكثر استخداماً في هذه الدراسة: تصدر انستغرام وسناب شات واليوتيوب قائمة التطبيقات الأكثر استخداماً بين عينة الدراسة، مع انخفاض في استخدام فيسبوك. حيث يُفضل جيل ألفا هذه المنصات بسبب طبيعتها البصرية وسهولة التفاعل الفوري.

ويمكن تفسير النتائج في ضوء تفضيل جيل ألفا للصور والتطبيقات المرئية مثل: سناب شات وتيك توك التي تعتمد بشكل كبير على المحتوى المرئي، وهو الأكثر جذباً لجيل ألفا الذي نشأ في بيئة مليئة بالوسائط المتعددة، كما يتميز هذا الجيل بتفضيل التفاعل والاتصال السريع، سواء كان ذلك من خلال الرسائل القصيرة، أو الفيديوهات السريعة، أو الصور المؤقتة، بالإضافة لذلك فإن المواقع الأكثر تفضيلاً لعينة الدراسة تتيح الفلاتر، والتحديات، والميمات التي تعتبر أدوات ممتعة لتفاعل جيل ألفا مع الأصدقاء، وهو ما يعزز الشعور بالتفاعل الاجتماعي والقبول لديهم.

فالمرهقون يرون في شبكات التواصل الاجتماعي أداة لتقييم هويتهم الاجتماعية وتغذية ثقتهم بأنفسهم، وذلك لأنها بيئة أقل ضغطاً حيث يمكنهم التفاعل مع الآخرين بشخصيات مختلفة وأكثر سهولة مقارنة بالتفاعلات وجهاً لوجه، وبالرغم من ذلك فإن الاستخدام المفرط لهذه المواقع يمكن أن يؤدي إلى مشاعر قلق وخوف من التقييم السلبي (Ruggieri et al., 2020).

٢. التفاعلات الرقمية لجيل ألفا عينة الدراسة:

- أوضحت النتائج أن أغلب جيل ألفا يقضون وقتاً كبيراً في التفاعل مع الأصدقاء ٧٣,٢%، بالإضافة إلى مشاهدة الفيديوهات، ومتابعة المحتوى الترفيهي للمؤثرين والمشاهير على حساب المحتوى التعليمي الذي جاء في المرتبة الأخيرة بنسبة ١١,٩% وذلك من خلال المشاركة في الدروس عبر الإنترنت، واستخدام التطبيقات التعليمية، والانضمام إلى الدورات التدريبية الإلكترونية، وأظهرت النتائج أيضاً أن الألعاب الإلكترونية تُعد جزءاً كبيراً من تفاعلات جيل ألفا الرقمية بنسبة ٧٤,٢%. ما يعني أن أغلب العينة لا تستخدم مواقع التواصل الاجتماعي من أجل تنمية مهاراتهم والتعلم، وأن التفاعل الاجتماعي يحتل النسبة الأكبر. مع تفضيل واضح للتفاعل مع الأصدقاء ومتابعة المحتوى الترفيهي.

حيث تقدم المنصات الرقمية مجموعة متنوعة من الفرص والإمكانات يستخدمها المرهقون بشكل أساسي للترفيه والتفاعل والتواصل مع أقرانهم. كما تساعدهم في الحصول على المعلومات، والتواصل

مع الأقران لأغراض تعليمية مثل: المجموعات التعليمية المخصصة لتبادل المحتوى الدراسي، وكذلك في إطار تعزيز الصحة عن طريق التطبيقات الصحية الرقمية. بالإضافة إلى الألعاب الرقمية، حيث توفر التكنولوجيا الرقمية منصات للتعامل بمرونة مع تطلعات المراهقين مثل بناء وتطوير هوية رقمية خاصة بهم والإحساس بالاستقلالية ودورهم في المجتمع (Paschke & Thomasius 2024)، ولاتزال هناك حاجة ملحة لتشجيع الأطفال والمراهقين لمتابعة المحتوى التعليمي لتعزيز الفائدة من تفاعلاتهم الرقمية.

٣. التعبير عن المشاعر:

- تشير النتائج إلى أن مواقع التواصل الاجتماعي تساعد جيل ألفا في التعبير عن هويتهم وآرائهم ومشاعرهم. حيث أوضح ٩٧% من عينة الدراسة أنهم يعبرون عن مشاعرهم الحقيقية على مواقع التواصل الاجتماعي، وقد أوضح ٥٨,٧% أنهم يعبرون عن مشاعرهم باستخدام رموز تعبيرية أو صور GIF؛ حيث تُعد الإيموجي والصور المتحركة GIFs والملصقات من أهم الأساليب الاتصالية التي تميز هذا الجيل حيث تتميز بأنها وسيلة سريعة ومعيرة .

ويمكن تفسير هذه النتائج في ضوء أن جيل ألفا يشعر بالارتياح في البيئات الرقمية حيث تكون لديهم سمات تفاعلية رقمية متشابهة، بينما قد يواجهون تحديات في العلاقات الواقعية التي تتطلب تفاعلات أكثر عفوية، وهنا يظهر دور مواقع التواصل الاجتماعي في حياة جيل ألفا الذين يستخدمونها للبقاء على تواصل مع الآخرين، وهو ما قد يساعدهم في التعامل مع الضغوطات المختلفة (Chandra, 2016) ، وأوضحت دراسة (Lee & kim, 2011) أن عدد الأصدقاء بالفيسبوك ومستوى المشاركة والإفصاح عن الذات إلكترونياً معهم يؤثران على مستوى الشعور بالسعادة.

وأظهرت نتائج الدراسة الكيفية أن ذلك يرتبط بالنوع، حيث أشار ٦٤% من الإناث عينة الدراسة الكيفية أن التواصل العاطفي من خلال التعبير عن مشاعرهن يكون أكثر سهولة عندما يكتبن رسالة أو تعليق على مواقع التواصل، بينما عندما يكن مع صديقاتهن في الحقيقة يكون من الصعب أن يتحدثن بما يشعرن أمامهن. فالأطفال والمراهقين الذين يقضون وقتاً أطول في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي يميلون إلى تكوين صداقات افتراضية بدلاً من العالم الواقعي، وهو ما قد يؤدي إلى الانعزال الاجتماعي (Dos Reis, 2018)، كما أن الإفراط في استخدام الشبكات الاجتماعية الافتراضية يؤدي إلى العزوف عن الأنشطة الأخرى، مثل: التفاعلات الاجتماعية وجهاً لوجه، والنشاط البدني (Twenge, 2019).

٤. الدعم الرقمي:

- أظهرت النتائج اعتماد جيل ألفا على المنصات الاجتماعية الافتراضية بشكل كبير كوسيلة للحصول على الدعم. حيث أشار ٩٤,٦% من عينة الدراسة أن الدعم الذي يتلقونه من مواقع التواصل الاجتماعي يساعدهم على التعامل مع المواقف الصعبة في الحياة اليومية، كما يرى ٩٣,٥% منهم أن الدعم الرقمي الذي يتلقونه يزيد من روحهم المعنوية، فمواقع التواصل الاجتماعي توفر لجيل ألفا المساحات للتعبير عن الذات والتفاعل مع الآخرين.

ويمكن تفسير اعتماد جيل ألفا عينة الدراسة على المنصات الاجتماعية الافتراضية بشكل كبير كوسيلة للحصول على الدعم، حيث يعتبرون ذلك مصدراً للتشجيع في ظل التباعد الاجتماعي الذي تعيش فيه المجتمعات الحديثة، فمواقع التواصل الاجتماعي توفر لهم مساحات للتعبير عن الذات والتفاعل مع الآخرين، كما أن وجود أشخاص سواء كانوا حقيقيين أو افتراضيين يقدمون الدعم والمساندة لهم بمواقع التواصل ينمي لديهم الشعور بالانتماء لمجموعات تشاركهم نفس الاهتمامات. هذا الانتماء يساعد في تخفيف ضغوط الحياة في بعض الأحيان، ومن هنا يأتي التشابه بين الدعم الرقمي مع الدعم الواقعي،

كما أن الحصول على ردود الأفعال المباشرة من الأصدقاء والزملاء من خلال التعليقات الداعمة يعد وسيلة فورية لتخفيف من الضغوط ورفع المعنويات عندما نكون بحاجة لذلك. وأكدت دراسة (Gillmore et al., 2020) أن الدعم الاجتماعي الإلكتروني يُعزز من الشعور بالانتماء من خلال الشعور بالتقدير أثناء تبادل المشاعر والمعلومات، ويُعتبر هذا النوع من الدعم الرقمي امتدادًا للدعم الاجتماعي التقليدي، وهو ما يُسهم في تحسين الصحة النفسية، كما أشارت دراسة (le Cana et al., 2022) إلى أن الذين لا تُتاح لهم فرص الحصول على الدعم في الحياة الواقعية قد يلجئون إلى السياقات الرقمية للبحث عن الدعم والمساندة. وأشارت دراسة (Frison & Eggermont, 2016) التي تناولت الآثار المترتبة على الصحة النفسية نتيجة استخدام الفيس بوك وفقاً لمتغير النوع، حيث أثبتت النتائج أن الفتيات هن الأكثر استفادة من التفاعل النشط الذي يوفر الدعم الاجتماعي لهن. فيما أشارت دراسة Stockdale & Coyne (2020) إلى أن دافع الاندماج الاجتماعي يُعد عامل خطر لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي. حيث أن استخدام الشبكات الاجتماعية لتخفيف الملل والتواصل الاجتماعي مع الآخرين لفترات طويلة، قد يُعرض المراهقين لأخطار متزايدة تتعلق بأنماط سلوكية سلبية ترتبط بالاستخدام الإدماني.

٣. التأثيرات النفسية:

أولاً: فيما يتعلق بالتأثيرات السلبية:

- **القلق والاكتئاب:** أوضح ٤٢,٧% من عينة الدراسة أنهم قد يعانون من مشاعر سلبية أو اكتئاب بعد تصفحهم لمواقع التواصل لفترات طويلة بسبب ما يشاهدونه أو يتعرضون له من خلال وسائل التواصل الاجتماعي.

- **التنمر الإلكتروني:** أفاد ٧٦,٨% من عينة الدراسة بأنهم تعرضوا للتنمر عبر مواقع التواصل الاجتماعي، وتعد هذه النسبة مرتفعة جداً، وآثارها النفسية تستدعي الاهتمام، وأشار معظم عينة الدراسة الكيفية أن من أهم الآليات التي يلجأون إليها في هذه الحالة هي: الحظر، والإبلاغ على المنصات الاجتماعية كطرق رئيسية للتعامل مع التنمر، كما أوضح أغلب العينة أنهم يطلبون مساعدة ودعم الوالدين أو أحد الأصدقاء في مثل هذه الحالات.

- **الضغط والمقارنة:** أبدى أغلب معظم أفراد العينة أنهم يشعرون في الكثير من الأحيان بالضغط لمواكبة حياة أقرانهم أو للحفاظ على صورة معينة، وهو ما قد يولد لديهم شعوراً بعدم الكفاءة. حيث أشار ٨٥,٧% منهم أنهم يشعرون بأن حياتهم أقل قيمة عند مقارنة أنفسهم بالآخرين على مواقع التواصل الاجتماعي، وأن نسبة ٧٨% يشعرون بانخفاض في تقديرهم لذاتهم بسبب الصور أو المنشورات المثالية التي يرونها على مواقع التواصل الاجتماعي. حيث يسعى الكثير من صناع المحتوى والمؤثرين لتقديم مضمون يسعى إلى الكمال والمثالية بدلاً من تقديم محتوى يعكس التجارب الحقيقية، ويسهم ذلك في تعزيز مشاعر الوحدة والاكتئاب.

وتشير الدراسات السابقة إلى أن استخدام الشبكات الاجتماعية يمكن أن يؤثر على الصحة النفسية للأطفال والمراهقين بطرق مختلفة. فمن جهة، تُشجّع هذه المنصات على المقارنات الاجتماعية التي قد تكون سلبية، وهو ما يعزز شعور الفرد بعدم الرضا عن النفس وخاصة الفتيات حيث يملن أكثر إلى مقارنة أنفسهن بالآخرين أثناء تصفح الشبكات الاجتماعية (Frison & Eggermont, 2016)، ومن جهة أخرى، تعرّض الشبكات الاجتماعية الأطفال والمراهقين لخطر التنمر الإلكتروني، وهو ما يضيف ضغطاً إضافياً على حالتهم النفسية (Twenge, 2019)، كما أن تصفح صور الآخرين أو استعراض الملفات الشخصية دون تفاعل نشط يؤدي إلى تفاقم الأعراض الاكتئابية، مثل الشعور بفقدان الاهتمام والحزن والمزاج السلبي (Hussain & Starcevic, 2020)، وإلى جانب ذلك فإن الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي يمكن أن يؤدي إلى زيادة مستويات القلق الاجتماعي لدى

المراهقين، خاصةً إذا كانوا يعانون من مخاوف تتعلق بالتقييم السلبي، مثل الخوف من النقد أو التنمر (Ruggieri et al., 2020)، ولهذا يُعد تقليل الوقت الذي يقضيه الأطفال والمراهقين في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي خطوة فعّالة نحو تقليل مشاعر الاكتئاب.

ثانياً: فيما يخص التأثيرات الإيجابية:

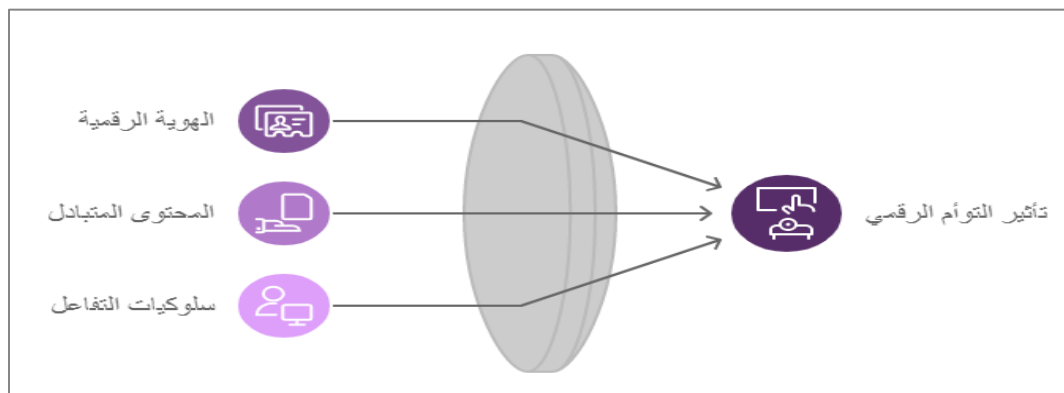
- ذكر نسبة ٨٩,١% من عينة الدراسة أن مواقع التواصل الاجتماعي ساعدتهم على الشعور بالاتصال بالعالم الخارجي، وعززت ثقتهم بأنفسهم من خلال الحصول على الدعم والتشجيع من الأصدقاء والمعارف عبر الإنترنت، كما أوضح ٩٠,٥% أنهم يشعرون بالانتماء إلى مجموعات الرقمية على مواقع التواصل الاجتماعي. حيث يستخدم جيل ألفا مواقع التواصل الاجتماعي للبقاء على اتصال مع أصدقائهم وزملائهم في المدرسة؛ وذلك من خلال إرسال الرسائل، ومكالمات الفيديو، والمشاركة في المجموعات الدراسية، وهو ما يشعرهم بالانتماء الدائم.

٤. تأثير وجود توأم رقمي على التفاعلات الرقمية:

- أوضحت النتائج أن منصات التواصل الاجتماعي تستخدم بيانات المستخدمين لتخصيص المحتوى، وقد يُحسن ذلك من تجربة المستخدم، ولكنه في نفس الوقت يثير العديد من المخاوف التي تتعلق بمخاطر الأمان والخصوصية والتأثير على التفاعلات الاجتماعية لجيل ألفا، وقد أشارت نسبة كبيرة من العينة أن خوارزميات مواقع التواصل الاجتماعي توصي بالمحتوى بناءً على اهتماماتهم وتفاعلاتهم. حيث أوضح ٩٢,٩% من العينة أنه يظهر لهم محتوى يرتبط بما شاهدوه أو تفاعلوا معه من قبل بمواقع التواصل الاجتماعي، و ٨٢,٧% يشعرون بأنهم يشاهدون نفس النوع من المحتوى بشكل متكرر بناءً على توصيات مواقع التواصل الاجتماعي.

وتعكس هذه النتائج الدور الذي يقوم به التوأم الرقمي والخوارزميات في التأثير على الهوية الرقمية لجيل ألفا وسلوكياتهم أثناء استخدام مواقع التواصل الاجتماعي. حيث يوجد لدى جميع مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي توأم رقمي، يمثل نموذجاً افتراضياً يستند إلى البيانات التي يقوم بتجميعها من أنشطة وسلوكيات مستخدمي الشبكات الاجتماعية، ويعتمد هذا التوأم على المنشورات والتفاعلات، مثل: الإعجاب، والتعليق، وغيرها من أشكال التفاعل الأخرى لتحليل السلوك والتفضيلات من أجل تخصيص محتوى يتماشى مع الاختيارات السابقة (Kinsner & Saracco, 2019).

ويمكن إجمال جوانب تأثير وجود توأم رقمي لجيل ألفا أثناء تفاعلاتهم الرقمية بمواقع التواصل الاجتماعي في العناصر الموضحة بالشكل التالي:



شكل رقم (٧)

جوانب تأثير وجود توأم رقمي لجيل ألفا أثناء تفاعلهم الرقمية بمواقع التواصل الاجتماعي

وقد أشارت دراسة (Rossetti et al., 2024) التي سلطت الضوء على كيفية استخدام التوأم الرقمي كأداة بحثية لفهم التفاعلات الاجتماعية في بيئات التواصل الاجتماعي بشكل أفضل إلى أن منصات التواصل الاجتماعي توفر بيئة تجريبية تُمكن الباحثين من دراسة تفاعلات المستخدمين الرقمية بشكل أكثر دقة؛ وذلك باعتبار أن هذه المنصات أنظمة معقدة ذات تفاعلات متشعبة وغير متوقعة، حيث لا يمكن فهمها من خلال البيانات التي يتم جمعها من الأبحاث التي تُجرى بشكل تقليدي، فأغلب الدراسات الاجتماعية الحالية تعتمد على بيانات محدودة في زمنها وحجمها، وهو ما يجعلها غير قادرة على استكشاف التأثيرات غير الظاهرة، مثل: التوصيات الخاصة بالخوارزميات التي تترك أثراً على سلوك المستخدمين بطريقة غير مباشرة، وتكنولوجيا التوائم الرقمية تقدم بديلاً يسمح بمحاكاة البيئة الرقمية في ظروف مشابهة، ما يساعد في اختبار الفرضيات وفهم أعمق لأنماط الاستخدام والتفاعلات الرقمية ودراسة تأثيراتها على التفاعل الاجتماعي للأجيال الجديدة.

٥. دور الوساطة (الرقابة) الوالدية:

أظهرت النتائج أن رقابة الآباء والأمهات على التفاعلات الرقمية لأبنائهم تؤثر على مستوى نشاط جيل ألفا في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي؛ ومن ثم تؤثر بشكل غير مباشر على التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم، فتنظيم وإدارة وقت التفاعلات الرقمية للأبناء يحد من الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي. حيث ثبت ارتباط استراتيجيات الوساطة (النشطة، التقييدية، الإشرافية) بمتغير مستوى نشاط جيل ألفا في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي.

ويمكن تفسير هذه النتائج في ضوء أن جيل الآباء والأمهات يميلون إلى اتخاذ نهج استباقي لمراقبة استخدام أبنائهم لمواقع التواصل الاجتماعي، ويشمل ذلك وضع الضوابط وتحديد عدد ساعات الاستخدام خاصة لمن هم دون الـ ١٥ عام لتحقيق التوازن بين استخدام مواقع التواصل والأنشطة الأخرى، بالإضافة إلى بعض التدخلات الأخرى لضمان جودة التفاعلات الرقمية لأبنائهم، ومنها مناقشة الإجراءات التي تتعلق بالأمان والخصوصية لرفع درجة وعي الأبناء.

وتوصلت دراسة (Anspach, 2023) إلى أن الآباء يعتمدون على استراتيجيات متنوعة، مثل: الضوابط التقنية، والقيود، والمراقبة، وأسلوب التواصل المفتوح، لتنظيم استخدام أبنائهم لمواقع التواصل الاجتماعي. ورغم أن الآباء غير متأكدين تماماً من فعالية هذه الوسائل، إلا أنهم يحاولون التكيف مع تحديات العالم الرقمي، ويحرص الكثير من الآباء على التواصل مع أبنائهم المراهقين، بهدف تحويل المخاطر إلى فرص تفاعل رقمي إيجابي.

وقد توصلت دراسة (Barth & Brandhorst, 2022) التي تناولت العلاقة بين العوامل الأبوية وإدمان الإنترنت وألعاب الكمبيوتر لدى المراهقين إلى أن هناك علاقة ارتباطية بين جودة العلاقة بين الأبوين والأبناء وأعراض الاضطرابات المتعلقة بالإنترنت، وأن تحسين هذه العلاقة يمكن أن يكون له تأثير إيجابي على تقليل الأعراض، وأشارت الدراسة إلى أنه بالرغم من أهمية دور الرقابة الأبوية لاستخدام الأبناء للإنترنت كعامل وقائي، إلا أن مدى تأثير هذه الرقابة الأبوية المفروضة على استخدام الإنترنت لا يزال يحتاج لمزيد من الدراسات، وأن جودة التواصل بين الأبوين والأبناء تعتبر عاملاً مؤثراً على أعراض الاضطرابات المتعلقة بالإنترنت، وأن زيادة معدل الوقت الذي يقضيه الأبناء مع أسرهم قد يكون متغير مؤثر في التقليل من حدة إدمان الإنترنت.

وقد أشارت دراسة (Ruggieri & Schimmenti, 2020) إلى أن الأمهات اللواتي يعانين من القلق بشأن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي؛ والذي يتضمن التفكير المفرط حول الوقت الذي يتم قضاؤه في استخدام هذه المواقع والشعور بالذنب أو القلق من تأثير ذلك على علاقاتهن العائلية والشخصية كن أكثر عرضة لنقل مشاعر القلق إلى أطفالهن، وهو ما يؤدي إلى حلقة من القلق المتبادل بين الأجيال،

وقد أشارت الدراسة إلى نموذج الاعتماد المتبادل الذي يرسخ لفكرة التبادل في الأدوار فالأمهات والأطفال يؤثران على بعضهم البعض في سلوكيات استخدام مواقع التواصل الاجتماعي. فالأم التي تعاني من قلق بشأن مدة استخدامها للفيديو قد تفرط في استخدامه، وهو ما قد يؤثر على أبنائها، وفي المقابل، الأبناء الذين يشاهدون أمهاتهم يستخدمن مواقع التواصل بشكل مفرط قد يتبنون هذا السلوك أيضاً.

٦. التأثير على العلاقات الاجتماعية:

- فيما يتعلق بالعلاقات القائمة بالفعل : أظهرت النتائج أن التفاعل الرقمي جعل جيل ألفا يشعر بأن العلاقات الواقعية لا تمنحهم نفس السرعة أو التفاعل الفوري الذي يجدهونه بمواقع التواصل الاجتماعي، وأن التواصل الرقمي هو ما يفضلونه. حيث أفاد أغلب أفراد العينة بأنها هذه المواقع تساعد في تقوية علاقاتهم مع الأصدقاء الحاليين ٧٣,٢%، كما تمنحهم هذه المنصات فرصة للبقاء على اتصال مستمر معهم، وينطبق ذلك أيضاً على الأصدقاء الذين لا يلتقون بهم في الحياة الواقعية بانتظام، وقد أشار ٣٦,٩% فقط أن لديهم أصدقاء مقربون يمكن الوثوق بهم خارج الإنترنت، وكانت نسبة من يلتقون بأصدقائهم بانتظام في الحياة الواقعية بشكل دائم ٢٩,٢%، وأن ٢٢% فقط يفضلون قضاء وقت مع أصدقائهم وجهاً لوجه بدلاً من التواصل معهم عبر الإنترنت.

وبالرغم من أن الأدوات الرقمية تسهم في إيجاد موضوعات مشتركة بين الأطفال تُمكنهم من التفاعل وبناء علاقات اجتماعية مع أقرانهم، إلا أن بعض هذه التفاعلات الرقمية تكون سطحية وتؤثر سلباً على جودة العلاقات الاجتماعية الحقيقية (Kaplan-Berkley, 2022)، كما أن المراهقين ممن يقضون وقتاً أطول في استخدام شبكات التواصل يميلون لتكوين صداقات افتراضية، وهو ما يؤدي إلى الانعزال الاجتماعي (Dos Reis, 2018).

وقد اجمع أغلب الآباء والأمهات عينة الدراسة الكيفية على أن ارتفاع معدل التفاعل الرقمي للأبناء يسهم في ضعف المهارات الاجتماعية الفعلية لأبنائهم، والسبب في ذلك من وجهة نظرهم أن الوقت الذي يقضيه الأبناء في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي يقلل من فرص اكتسابهم لمهارات التواصل الفعلي مع أقرانهم في الحقيقة.

وفيما يتعلق بالتفاعل داخل الأسرة والمدرسة أشار أغلب العينة من الآباء والأمهات إلى أن أبناءهم يفضلون الأنشطة الرقمية مثل الألعاب الإلكترونية وتطبيقات التواصل على التجمعات العائلية أو الأنشطة المدرسية، وقد يرجع ذلك إلى أن الأنشطة الرقمية توفر تجارب متنوعة لجيل ألفا مثل: اللعب، والتعلم، والتفاعل الاجتماعي، بينما التفاعلات الاجتماعية الفعلية تكون محدودة أو أقل إثارة بالنسبة لهم.

- أما فيما يخص تكوين صداقات جديدة: أوضحت النتائج أن ٤٢,٣% من العينة قد كونوا صداقات جديدة عبر الواقع الافتراضي. هذه الصداقات غالباً ما تبدأ من خلال الاهتمامات المشتركة التي يجتمعون حولها.

ثانياً: نتائج اختبارات الفروض:

١. ثبت صحة الفرض الأول بوجود علاقة ارتباطية عكسية بين مستوى نشاط جيل ألفا عينة الدراسة في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى جودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم ما يعني أنه كلما زاد مستوى نشاط جيل ألفا في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، انخفضت جودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم، وجاءت معظم إجابات الآباء والأمهات بالدراسة الكيفية لتعكس القلق الذي يشعرون به حول تأثير مواقع التواصل الاجتماعي على أبنائهم من حيث التفاعل الاجتماعي سواء داخل الأسرة أو حتى مع الأصدقاء والأقارب.

ويتفق ذلك مع نتائج دراسة (Wartberg & Thomasius, 2020) التي أظهرت أن المراهقين ممن لديهم فرط في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي يعانون من صعوبات في العلاقات الاجتماعية، وهو ما قد يؤدي إلى العزلة الاجتماعية وتقليل حجم التفاعلات الحياتية الطبيعية.

كما تتفق هذه النتيجة أيضاً مع نتائج الدراسة الكيفية التي توصلت إلى أن التفاعلات الرقمية لجيل ألفا تؤثر على التفاعلات الاجتماعية الفعلية، وتظهر هذه التأثيرات من خلال مجموعة من الأنشطة ذكرها الآباء والأمهات عينة الدراسة، مثل: انخفاض مستوى التواصل المباشر للأبناء مع الأصدقاء: حيث أصبح جيل ألفا يفضل أن يتواصل مع الأصدقاء المقربين إلكترونياً حتى لو كانوا بالقرب من بعضهم البعض جغرافياً، تغيير طرق تكوين العلاقات والمحافظة عليها: حيث أصبح الأبناء يعتمدون على الشبكات الاجتماعية لأنها توفر لهم الشعور بالانتماء إلى مجموعات تشاركهم نفس الاهتمامات، ولكن هذا الاعتماد كان مصدر قلق للوالدين عينة الدراسة الكيفية. حيث أشاروا إلى تخوفهم من أن أبنائهم لا يقدرون العلاقات الواقعية بالقدر الكافي، وقد يفتقرون للتواصل العميق والمباشر الذي يساهم في بناء الصداقات الحقيقية. تقليل جودة التفاعلات داخل الأسرة: حيث أشار الوالدين عينة الدراسة الكيفية إلى أن تفضيل جيل ألفا لقضاء وقت طويل في استخدام تطبيقات الشبكات الاجتماعية قد يعيق الفرص المتاحة للتفاعل الفعلي بين أفراد الأسرة.

بينما أشارت دراسة (Riva et al., 2020) إلى أن شبكات التواصل الاجتماعي تساهم في تعزيز الهوية الشخصية والاجتماعية للمراهقين، حيث يمكنهم اختبار هوياتهم الاجتماعية من خلال التفاعلات الافتراضية الإيجابية، وهو ما يمنحهم شعوراً بالانتماء والقبول.

٢. ثبت صحة الفرض الثاني بوجود علاقة ارتباطية إيجابية بين الدعم الرقمي الذي يحصل عليه جيل ألفا عند استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وجودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم. ويمكن تفسير ذلك في ضوء أن الاستخدام المتزايد لمواقع التواصل الاجتماعي قد يساهم في تمكين جيل ألفا من بناء علاقات أكثر، وبالتالي يُعزز قدرتهم على تطوير المهارات الاجتماعية، كما أن الدعم الرقمي الذي يحصلون عليه؛ والمتمثل في التفاعلات الإيجابية من إعجاب وتعليقات إيجابية على المنشورات قد يزيد من درجة الثقة بالنفس والشعور بالتقدير، وهو ما يساهم في تحسين تفاعلاتهم الواقعية.

وتتفق هذه النتائج مع النموذج النظري الذي تعتمد عليه الدراسة الحالية؛ والذي يشير إلى وجود علاقة ارتباطية بين الدعم الإلكتروني والسلوكيات الاجتماعية الإيجابية، أي أن الحصول على الدعم الرقمي يؤدي إلى تحسن الصحة النفسية، وهو ما يُعزز السلوكيات الاجتماعية الإيجابية. حيث تعمل التقنيات الرقمية كوسيط لتبادل الدعم الاجتماعي خاصة بين الأفراد الذين يشعرون بالوحدة، كما أن الدعم الاجتماعي الرقمي يُعزز الشعور بالانتماء. حيث يشعر الأفراد بالتقدير والفهم أثناء تبادل العواطف والمعلومات رقمياً، ومن هنا يُعد الدعم الإلكتروني امتداداً للدعم الاجتماعي التقليدي لما له من دور في تحسين الصحة النفسية والعقلية للأفراد (Gillmore et al., 2020)، وخاصة لدى أولئك الذين يصعب تقديم الدعم لهم بشكل مباشر (Delello & McWhorter, 2017).

٣. ثبت صحة الفرض الثالث بوجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين مستوى الدعم الرقمي الذي يحصل عليه جيل ألفا عند استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والتعبير عن المشاعر رقمياً. ويمكن تفسير ذلك من خلال أهمية هذا الدعم في توفير مناخ يُشجع جيل ألفا على التعبير عن مشاعرهم. فعندما يشعرون بالدعم الإيجابي من أصدقائهم أو دائرة معرفتهم الرقمية، يزداد لديهم الشعور بالثقة بالنفس؛ وهو ما يدفعهم نحو القيام بمزيد من الأنشطة للتعبير عن مشاعرهم وأفكارهم ومخاوفهم رقمياً؛ فالدعم الرقمي الذي يحصل عليه أفراد جيل ألفا ينمي لديهم الإحساس بوجود

أشخاص يشاركونهم المشاعر؛ وهو ما يشجعهم على التعبير بشكل أكبر، وهو ما يجعل الشبكات الاجتماعية وسيلة للتعبير العاطفي.

وتتفق هذه النتائج مع النموذج النظري الذي تعتمد عليه الدراسة الحالية الذي أشار إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين الدعم الإلكتروني والمشاعر الإلكترونية، أي أن الدعم الإلكتروني لدى الأشخاص يُمكن أن يُعزز لديهم الاتجاه نحو التعبير عن مشاعرهم إلكترونياً، ومن الناحية النفسية، يُعد الدعم الرقمي نموذجاً من الاستجابة الاجتماعية الإيجابية التي تشجع تكرار التعبير عن المشاعر، بفضل ردود الفعل الإيجابية التي يتلقاها الفرد (Gabbiadini et al., 2020).

٤. ثبت صحة الفرض الرابع بوجود علاقة ارتباطية إيجابية بين تفاعل الأصدقاء المقربين بمواقع التواصل الاجتماعي ومستوى نشاط جيل ألفا في استخدام هذه المواقع.

وهو ما يعكس تشابهاً ملحوظاً في سلوكيات الأصدقاء أثناء استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، فكلما زاد وعي المراهقين بنشاط أصدقائهم على هذه المواقع، زادت احتمالية انخراطهم في سلوكيات مشابهة، وتشير هذه النتائج إلى أن ضغط الأصدقاء قد يكون أحد دوافع الاستخدام النشط لجيل ألفا لمواقع التواصل الاجتماعي.

ويتفق ذلك مع نتائج دراسة (Marino et al., 2020) التي كشفت عن أن إدراك المراهقين لتكرار استخدام أصدقائهم لوسائل التواصل الاجتماعي يرتبط بتكرار استخدامهم أيضاً.

٥. ثبت صحة الفرض الخامس بوجود تأثير لمتغير مدى الشعور بالضغط نتيجة تفاعل الأصدقاء بمنصات التواصل الاجتماعي على العلاقة بين مستوى نشاط جيل ألفا في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وجودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم

وتشير هذه النتيجة إلى أن جزءاً من التأثير السلبي لمستوى النشاط في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على جودة التفاعلات الاجتماعية يعود إلى الضغط الذي يشعر به أفراد جيل ألفا بسبب التوقعات المرتبطة بتفاعل الأصدقاء.

٦. ثبت صحة الفرض القائل بأن وجود توأم رقمي للمستخدم بمواقع التواصل الاجتماعي يؤثر على العلاقة بين نشاط جيل ألفا في استخدام مواقع التواصل وجودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم.

ويمكن تفسير ذلك بأن وجود التوأم الرقمي يحتفظ بسلوكيات المستخدمين على مواقع التواصل الاجتماعي، ويقوم بتخصيص المحتوى وفق اهتماماتهم واحتياجاتهم، وهذا التخصيص يعزز من جاذبية التفاعل الرقمي لجيل ألفا، ويزيد من درجة نشاطهم على منصات التواصل الاجتماعي، ويدفعهم نحو الانخراط بشكل أكبر في التفاعلات الرقمية، ومع تزايد التفاعل الرقمي قد يتعمق ارتباط جيل ألفا بالعالم الافتراضي وهو ما يؤثر تدريجياً بشكل سلبي على جودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لهذا الجيل.

فتكنولوجيا التوأم الرقمي تسمح بمحاكاة تفاعلات المستخدمين، مثل: التعليقات والإجابات ومشاركة المنشورات، وهو ما يسمح بمعرفة كيف يتفاعل المستخدم مع بعضهم ومع المحتوى، ومن هنا يمكن التحكم في أنواع المحتوى أو تعديل توصية الخوارزميات وهو ما يصاحبه تغييرات في سلوك المستخدمين (Rossetti et al., 2024).

٧. ثبت صحة الفرض السابع القائل بوجود تأثير لاستراتيجيات الوساطة الأبوية (الوساطة النشطة، الوساطة التقييدية، الوساطة الإشرافية) على مستوى نشاط جيل ألفا في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي.

وتبرز هذه النتيجة دور الأهل في توجيه سلوكيات جيل ألفا نحو استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بشكل يحقق التوازن بين التفاعلات الرقمية والتفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم، وذلك من خلال توجيهه نحو الاستخدام بشكل واعٍ ومعتدل لحماية الأبناء من المخاطر المحتملة.

وكانت دراسة (Li et al, 2022) التي استهدفت اختبار العلاقة بين أنواع الوساطة الأبوية ومستوى إدمان المراهقين للإنترنت. توصلت إلى ارتباط الوساطة الأبوية النشطة بتقليل إدمان المراهقين للإنترنت، وهو ما أكدته دراسة (Fu et al., 2020) التي وجدت أن الوساطة النشطة تعزز مهارات التحكم الذاتي والاستخدام المسؤول للمراهقين للهواتف الذكية؛ وذلك من خلال المناقشة بين الأبوين وأطفالهم، كما يمكن للوساطة الأبوية النشطة أن تكون عامل وقائي يحول دون إدمان الهواتف الذكية من خلال تنمية مهارات التفكير النقدي لدى الأبناء.

٨. ثبت صحة الفرض الثامن بوجود فروق بين أفراد جيل ألفا في (مستوى النشاط في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي- جودة التفاعلات الاجتماعية الفعلية لديهم) وفقاً لمتغير النوع. وتتفق هذه النتائج مع دراسة (Frison & Eggermont, 2016) التي تناولت الآثار المترتبة على الصحة النفسية نتيجة استخدام الفيس بوك وفقاً لمتغير النوع، حيث أثبتت أن الفتيات أكثر تأثراً بالاستخدام السلبي ويستفدن من التفاعل النشط الذي يوفر الدعم الاجتماعي.

توصيات الدراسة:

١. تعزيز دور المدارس في التوعية الرقمية وتنمية المهارات الاجتماعية لجيل ألفا:

وذلك من خلال إضافة مناهج دراسية تركز على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بشكل آمن وإيجابي، وكذلك من خلال إشراك الطلاب في أنشطة تعليمية داخل الفصول الدراسية لتنمية مهارات التفاعل المسؤول مع التكنولوجيا، ويجب على المعلمين بالمدارس موائمة الثقافة الرقمية التي يتمتع بها هذا الجيل. حيث يقع على عاتقهم دور في تنمية التفاعلات الاجتماعية الفعلية بين طلابهم من خلال تشجيعهم على المشاركة في الأنشطة الجماعية داخل المدرسة.

جهة التنفيذ: وزارة التربية والتعليم بالتعاون مع وزارة الاتصالات وتكنولوجيا المعلومات والمؤسسات التعليمية الحكومية والخاصة.

٢. إطلاق حملات توعية للوالدين:

حيث يتم إعداد وتنفيذ حملات إعلامية تهدف إلى رفع درجة وعي الآباء والأمهات بتأثيرات استخدام أبنائهم المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي، وتشمل هذه الحملات إرشادات حول كيفية تعزيز التواصل الفعال داخل المنزل.

جهة التنفيذ: المؤسسات الإعلامية الحكومية والخاصة، والوزارات والجهات المعنية بحماية الطفل، ومنظمات المجتمع المدني مع مراعاة الاستعانة بالخبراء في الإرشاد الأسري والنفسي.

٣. إنشاء منصات رقمية موجهة للأطفال:

إنشاء شبكات اجتماعية آمنة مخصصة للأطفال تهدف إلى ضمان الأمان والخصوصية، وذلك من خلال تقديم محتوى مناسب يعزز التفاعل الإيجابي بطريقة تتناسب مع أعمارهم.

جهة التنفيذ: شركات التكنولوجيا والمبرمجين ومطورو التطبيقات التكنولوجية بالتعاون مع وزارة الاتصالات وتكنولوجيا المعلومات والمؤسسات الحكومية المختصة، وذلك من خلال الإعلان عن مسابقات يتقدم لها المبرمجين والمبتكرين مع ضمان كافة حقوقهم الأدبية والعلمية.

٤. عقد دورات تدريبية للتوعية بأهمية الصحة النفسية الرقمية:

عقد دورات تدريبية وورش عمل لجيل ألفا على هامش المناسبات والفاعليات الرياضية، وكذلك عقد فاعليات دورية بمرکز الشباب بجميع أنحاء الجمهورية حول كيفية تنظيم الوقت في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، وذلك من أجل تحقيق التوازن بين التفاعلات الرقمية والواقعية، ويتواجد بهذه الفاعليات أعضاء اللجان الوطنية من الشباب وبحضور مشاهير مواقع التواصل الاجتماعي واللاعبين الرياضيين والفنانين.

جهة التنفيذ: وزارة الشباب والرياضة بالتعاون مع الاتحادات الرياضية وأعضاء اللجان الوطنية من الشباب والمختصين في مجال علم النفس والاجتماع.

٥. دعم الأبحاث والدراسات المستقبلية:

توجيه البحوث والدراسات العلمية المستقبلية لدراسة تأثير مواقع التواصل الاجتماعي على الأجيال الناشئة بهدف وضع الخطط والسياسات للحد من هذه التأثيرات، ويمثل استكشاف تحديات التوائم الرقمية، خاصة فيما يتعلق بتبادل البيانات والحفاظ على الهوية الرقمية للمستخدمين مجالاً لمزيد من البحث والدراسة في المستقبل، كما يمكن أن يكون الخوض في الخصائص والفرص التي توفرها تكنولوجيا التوائم الرقمية.

جهة التنفيذ: كليات وأقسام الإعلام بالجامعات ومراكز البحوث الإعلامية.



شكل رقم (١٣)

توصيات لتعزيز استخدام جيل ألفا لمواقع التواصل الاجتماعي بشكل إيجابي ومسؤول

مراجع الدراسة:

أولاً المراجع العربية:

- الناصر، روان. (٢٠٢٤). استراتيجيات الوساطة الوالدية وعلاقتها بالمهارات الرقمية وإدراك الفتيات لمخاطر الإنترنت. دراسات العلوم الإنسانية والاجتماعية، مج ٥١، ع ٣، ص ٩٢-١٠٩.
- بوعنقة، سفيان. (٢٠٢٣). استراتيجيات الوساطة الأبوية في استخدام المراهقين للإنترنت في الجزائر. المجلة الدولية للاتصال الاجتماعي، مج ١٠، ع ٤٤، ص ٤٤٣ - ٤٥٩.
- عبدالله، هدير محمود. (٢٠٢٤). المشاركة الأبوية على شبكات التواصل الاجتماعي والعوامل المؤثرة فيها. المجلة العلمية لبحوث الإذاعة والتلفزيون، ع ٢٨، ص ٤٣٥ - ٥١٦.
- عثمان، أحمد أحمد أحمد. (٢٠١٧). التوسط الأبوي في استخدام الأطفال لمواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته باتجاهاتهم نحو هذه المواقع. المجلة المصرية لبحوث الرأي العام، مج ١٦، ع ١٤، ص ٢٧١ - ٣٤٦.

ثانياً المراجع الأجنبية:

- Ambika, N. (2024). Machine Learning and Virtual Reality: Enabling Safety in Social Media Websites. In G. Erol & M. Kuyucu (Eds.), *Advancements in Socialized and Digital Media Communications* (pp. 304-320). IGI Global. <https://doi.org/10.4018/979-8-3693-0855-4.ch020>
- Anspach, C. L. (2023). Parenting and social media: Exploring parental understanding of adolescent social media use (Doctoral dissertation, The University of Regina (Canada).
- Brandhorst, I., Renner, T., & Barth, G. M. (2022). Parental factors in Internet and computer game addiction in adolescence: An overview. *Journal of Child and Adolescent Psychiatry and Psychotherapy*, 50(1), 37–50 <https://doi.org/10.1024/1422-4917/a000817>
- Blog. (n.d.) retrieved October 5, 2024, from www.mikegingerich.com
- Canale, N., Marino, C., Lenzi, M., Vieno, A., Griffiths, M. D., Gaboardi, M., & Massimo, S. (2022). How communication technology fosters individual and social wellbeing during the COVID-19 pandemic: Preliminary support for a digital interaction model. *Journal of Happiness Studies*, 23(2), 727-745.
- Cataldo, I., Lepri, B., Neoh, M. J. Y., & Esposito, G. (2021). Social media usage and development of psychiatric disorders in childhood and adolescence: a review. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 508595.
- Chandra, A. (2016), Social networking sites and digital identity: The utility of provider-adolescent communication. *The Brown University Child and Adolescent Behavior Letter*, 32: 1-7. <https://doi.org/10.1002/cbl.30107>
- Chen, L., Liu, X., & Tang, H. (2023). The interactive effects of parental mediation strategies in preventing cyberbullying on social media. *Psychology Research and Behavior Management*, 1009-1022.
- Dalvi-Esfahani, M., Niknafs, A., Alaedini, Z., Ahmadabadi, H. B., Kuss, D. J., & Ramayah, T. (2021). Social Media Addiction and Empathy: Moderating impact of personality traits among high school students. *Telematics and Informatics*, 57, 101516.
- Das, S., Digital Twins: The Key to Unlocking Industry 4.0 and Beyond (April 23, 2023). Available at: SSRN: <https://ssrn.com/abstract=4426592> or <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.4426592>
- Delello, J. A., & McWhorter, R. R. (2017). Reducing the digital divide: Connecting older adults to iPad technology. *Journal of Applied Gerontology*, 36(1), 3-28.
- Dempsey, A. E., O'Brien, K. D., Tiamiyu, M. F., & Elhai, J. D. (2019). Fear of missing out (FoMO) and rumination mediate relations between social anxiety and problematic Facebook use. *Addictive behaviors reports*, 9, 100150.

doi: 10.1177/ 0733464815589985

Dos Reis, T. A. (2018). Study on the alpha generation and the reflections of its behavior in the organizational environment. *Journal of research in humanities and social science*, 6(1), 9-19.

Eleuteri, S., Saladino, V., & Verrastro, V. (2023). Social Media in Adolescence: A New Arena for Sexuality, Risky Behaviors, Identity, and Relationships. *Child in a Digital World*. Fadlurrohman, I., Husein, A., Yulia, L., Wibowo, H., & Raharjo, S. T. (2023). Memahami perkembangan anak generasi alfa di era industri 4.0. *Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial*, 2(2), 178-186.

Feierabend, S., Rathgeb, T., Kheredmand, H., Glöckler, S. (2022) JIM-Studie 2022 Medien – Basisstudie zum Medienumgang 12- bis 19-Jähriger in Deutschland. *Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest*, Stuttgart

Fernando, P. A., & Premadasa, H. S. (2024). Use of gamification and game-based learning in educating Generation Alpha. *Educational Technology & Society*, 27(2), 114-132.

Frison, E., & Eggermont, S. (2016). Exploring the relationships between different types of Facebook use, perceived online social support, and adolescents' depressed mood. *Social Science Computer Review*, 34(2), 153-171.

Fu, X., Liu, J., Liu, R. D., Ding, Y., Hong, W., & Jiang, S. (2020). The impact of parental active mediation on adolescent mobile phone dependency: A moderated mediation model. *Computers in Human Behavior*, 107, 106280

Gabbiadini, A., Baldissarri, C., Durante, F., Valtorta, R. R., De Rosa, M., & Gallucci, M. (2020). Together Apart: The Mitigating Role of Digital Communication Technologies on Negative Affect During the COVID-19 Outbreak in Italy. *Frontiers in psychology*, 11, 554678. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.554678>

Gilmour, J., Machin, T., Brownlow, C., & Jeffries, C. (2020). Facebook-based social support and health: A systematic review. *Psychology of Popular Media*, 9(3), 328–346. <https://doi.org/10.1037/ppm0000246>

<https://doi.org/10.1089/cyber.2020.29194>. gri

Hussain, Zaheer & Starcevic, Vladan. (2020). Problematic Social Networking Site Use: A Brief Review of Recent Research Methods and the Way Forward. *Current Opinion in Psychology*. 36. 10.1016/j.copsyc.2020.05.007.

Hutajulu, J. M., Agustiani, H., & Setiawan, A. S. (2024). Special Characteristics of Alpha Generation Children Behavior in Dentistry: A Literature.

Jenkins-Guarnieri, M. A., Wright, S. L., & Johnson, B. (2013). Development and validation of a social media use integration scale. *Psychology of popular media culture*, 2(1), 38.

Kaplan-Berkley, S. (2022). Digital tools and streaming media converge to inspire social interactions of generation alpha. *International Journal of Early Childhood*, 54(2), 185-201.

Kinsner, W., & Saracco, R. (2019, July). Towards evolving symbiotic cognitive education based on digital twins. In 2019 IEEE 18th International Conference on Cognitive Informatics & Cognitive Computing (ICCI* CC) (pp. 13-21). IEEE.

Lee, G., Lee, J., & Kwon, S. (2011). Use of social-networking sites and subjective well-being: a study in South Korea. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 14(3), 151–155. <https://doi.org/10.1089/cyber.2009.0382>

Lewandowski, J., Rosenberg, B. D., Parks, M. J., and Siegel, J. T. (2011). The effect of informal social support: Face-to-face versus computer-mediated communication. *Comput. Hum. Behav.* 27, 1806–1814. doi: 10.1016/j.chb.2011.

- Li, J. B., Mo, P. K. H., Lau, J. T. F., Su, X. F., Zhang, X., Wu, A. M. S., Mai, J. C., & Chen, Y. X. (2018). Online social networking addiction and depression: The results from a large-scale prospective cohort study in Chinese adolescents. *Journal of behavioral addictions*, 7(3), 686–696. <https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.69>
- Li, X., Ding, Y., Bai, X., & Liu, L. (2022). Associations between parental mediation and adolescents' internet addiction: The role of parent–child relationship and adolescents' grades. *Frontiers in Psychology*, 13, 1061631.
- Marino, C., Gini, G., Angelini, F., Vieno, A., & Spada, M. M. (2020). Social norms and emotions in problematic social media use among adolescents. *Addictive Behaviors Reports*, 11, 100250. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2020.100250>
- Mekonen, L. D., Kumsa, D. M., & Amanu, A. A. (2024). Social media use, effects, and parental mediation among school adolescents in a developing country. *Heliyon*, 10(6)
- Nagy, B., Kutrovátz, K., Király, G., & Rakovics, M. (2023). Parental mediation in the age of mobile technology. *Children & Society*, 37(2), 424-451.
- Paschke, K., & Thomasius, R. (2024). Digitale Mediennutzung und psychische Gesundheit bei Adoleszenten– eine narrative Übersicht [Digital media use and mental health in adolescents–anarrative review]. *Bundesgesundheitsblatt, Gesundheitsforschung, Gesundheitsschutz*, 67(4), 456–464. <https://doi.org/10.1007/s00103-024-03848-y>
- Przybylski, A. K., & Weinstein, N. (2017). A Large-Scale Test of the Goldilocks Hypothesis: Quantifying the Relations Between Digital-Screen Use and the Mental Well-Being of Adolescents. *Psychological Science*, 28(2), 204-215. <https://doi.org/10.1177/0956797616678438>
- Raja, M. A. S., Kumar, A. A., Makkar, N., Kumar, S., & Varma, S. B. (2022). The Future of the Gig Professionals: A Study Considering Gen Y, Gen C, and Gen Alpha. In *Sustainability in the Gig Economy: Perspectives, Challenges and Opportunities in Industry 4.0* (pp. 305-324). Singapore: Springer Nature Singapore.
- Revolutionizing Customer Engagement with a Digital Twin of a Customer. (n.d.) retrieved October 5, 2024, from pathmonk.com
- Riva, G., Mantovani, F., & Wiederhold, B. K. (2020). Positive technology and COVID-19. *Cyberpsychology Behavior and Social Networking*, 23(9), 581–587.
- Rossetti, Giulio & Stella, Massimo & Cazabet, Remy & Abramski, Katherine & Cau, Erica & Citraro, Salvatore & Failla, Andrea & Improta, Riccardo & Morini, Virginia & Pansanella, Valentina. (2024). Y Social: an LLM-powered Social Media Digital Twin. 10.48550/arXiv.2408.00818.
- Ruggieri, S., Santoro, G., Pace, U., Passanisi, A., & Schimmenti, A. (2020). Problematic Facebook use and anxiety concerning use of social media in mothers and their offspring: An actor–partner interdependence model. *Addictive Behaviors Reports*, 11, 100256.
- Saracco, R. (2019). Digital Twins: Bridging Physical Space and Cyberspace, in *Computer*, vol. 52, no. 12, pp. 58-64, doi: 10.1109/MC.2019.2942803.
- Scheibmeir, J., & Malaiya, Y. (2022). Social Media Perspectives on Digital Twins and the Digital Twins Maturity Model. In *Digital Twins: Basics and Applications* (pp. 73-99). Cham: Springer International Publishing.
- Schultenkämper, S., Bäumer, F. S., Bellgrau, B., Lee, Y. S., & Geierhos, M. (2023). From Digital Tracks to Digital Twins: On the Path to Cross-Platform Profile Linking. In: *International Conference on Enterprise Design, Operations, and Computing* (pp. 158-171). Cham: Springer Nature Switzerland

- Settanni, M., Marengo, D., Fabris, M. A., & Longobardi, C. (2018). The interplay between ADHD symptoms and time perspective in addictive social media use: a study on adolescent Facebook users. *Children and Youth Services Review*, 89, 165-170.
- Stockdale, L. A., & Coyne, S. M. (2020). Bored and online: Reasons for using social media, problematic social networking site use, and behavioral outcomes across the transition from adolescence to emerging adulthood. *Journal of adolescence*, 79, 173-183. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2020.01.010>
- Tandon, V., & Mehra, R. (2023). Study of Approaches to Predict Personality Using Digital Twin. *Artificial intelligence*, doi: 10.5772/intechopen.110487
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1-18.
- the elderly to iPad technology. *J. Appl. Gerontol.* 36, 3-28.
- Twenge, J. M. (2019). More Time on Technology, Less Happiness? Associations Between Digital-Media Use and Psychological Well-Being. *Current Directions in Psychological Science*, 28(4), 372-379. <https://doi.org/10.1177/0963721419838244>
- Vidal-Hall, C., Flewitt, R., & Wyse, D. (2020). Early childhood practitioner beliefs about digital media: integrating technology into a child-centred classroom environment. *European Early Childhood Education Research Journal*, 28(2), 167-181.
- Wang, L., Hao, H., Wang, L., & Zhang, C. (2023). Application of Digital Twin Technology in Storage Management of Power Equipment. In *Proceedings of the 2nd International Conference on Information Economy, Data Modeling and Cloud Computing, ICIDC 2023, June 2-4, 2023, Nanchang, China*
- Wartberg, L., Kriston, L., & Thomasius, R. (2020). Internet gaming disorder and problematic social media use in a representative sample of German adolescents: Prevalence estimates, comorbid depressive symptoms and related psychosocial aspects. *Comput. Hum. Behav.*, 103, 31-36.
- Wright, M. F. (2017). Parental mediation, cyberbullying, and cybertrouling: The role of gender. *Computers in Human Behavior*, 71, 189-195.

السادة:

*أ.د. حسن عماد مكاوي الاستاذ المتفرغ بقسم الإذاعة والتلفزيون بكلية الإعلام جامعة القاهرة.
 أ.د. خالد عبد الجواد- أستاذ الإعلام وعميد شعبة علوم الإعلام بالأكاديمية الدولية للهندسة وعلوم الإعلام.
 أ.د. نشوة عقل- أستاذ الإعلام بكلية الإعلام- جامعة القاهرة.
 أ.د. هويدا مصطفى الاستاذ بقسم الإذاعة والتلفزيون وعميد كلية الإعلام وتكنولوجيا الاتصال جامعة مصر. للعلوم والتكنولوجيا.