مجلة جامعة ام القرى للعلوم الاجتماعية

الموقع الإلكتروني: https://uqu.edu.sa/jss

العلاقة بين أنماط التعلق وسلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين.

The Relationship Between Attachment Patterns and Social Media Use Behaviors Among Adolescents.

هاني شاكر الشريف[١]، عبير عبد الله الشريف[٢]

١. أستاذ مساعد، قسم الخدمة الاجتماعية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، المملكة العربية السعودية.

٢. قسم الخدمة الاجتماعية، الكلية الجامعية بالجموم، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، المملكة العربية السعودية.

Hani Shaker Al-Sharif[1], Abeer Abdullah Alsharif[2]

1. Assistant Professor, Department of Social Work, Umm Al-Qura University, Makkah, Saudi Arabia.

2. Department of Social Work, University College in Al-Jumum, Umm Al-Qura University, Makkah, Saudi Arabia.

تاريخ التقديم:2025/11/11 تاريخ ارسال التعديلات:2026/01/23 تاريخ القبول:2026/01/26

Received:11/11/2025 **Revised:**23/01/2026 **Accepted:**26/01/2026

الملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين أنماط التعلق وسلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين، في ظل تزايد استخدام المنصات الرقمية في الحياة اليومية لهذه الفئة وما قد يرتبط بذلك من أنماط استخدام صحية أو غير صحية. اعتمدت الدراسة على منهج المسح الاجتماعي، كما سعت إلى الكشف عن طبيعة الارتباط بين أنماط التعلق المختلفة والسلوكيات المرتبطة باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية. واعتمدت الدراسة على عينة عمدية قوامها (٣٨٥) طالبا من طلاب المرحلة الثانوية بمدينة مكة المكرمة، تراوحت أعمارهم بين (١٦–١٩) عاما. ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحثان مقياس أنماط التعلق، ومقياس سلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي، وكلاهما من إعداد الباحثين. وأظهرت النتائج وجود علاقة عكسية متوسطة بين نمط التعلق الآمن والسلوكيات غير الصحية لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي، بما يشير إلى أن ارتفاع مستوى التعلق الآمن يرتبط بانخفاض مؤشرات الاستخدام غير الصحي. كما بينت النتائج وجود علاقة طردية متوسطة بين نمط التعلق القلق–التجنبي والسلوكيات غير الصحية لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي، وهو ما يعكس قابلية أعلى للانخراط في أنماط استخدام أقل اتزانا لدى الأفراد ذوي هذا النمط. كذلك كشفت النتائج عن وجود علاقة طردية ضعيفة بين نمط التعلق غير المنتظم والسلوكيات غير الصحية لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي. وتبرز هذه النتائج أهمية توظيف الخدمة الاجتماعية في تصميم برامج وقائية وتوعوية وإرشادية تستهدف تعزيز أنماط التعلق الآمن، وتنمية الوعي بالاستخدام المتوازن لوسائل التواصل الاجتماعي، والحد من السلوكيات الرقمية غير الصحية لدى المراهقين.

الكلمات المفتاحية: أنماط التعلق، سلوكيات، وسائل التواصل الاجتماعي، المراهقين.

Abstract:

This study aimed to identify the relationship between attachment patterns and social media use behaviors among adolescents, in light of the increasing use of digital platforms in their daily lives and the potentially associated healthy or unhealthy patterns of use. The study employed the social survey method and sought to examine the nature of the association between different attachment patterns and behaviors related to social media use among high school students. The study was based on a purposive sample of 385 high school students in Makkah City, aged between 16 and 19 years. To achieve the objectives of the study, the researchers used the Attachment Patterns Scale and the Social Media Use Behaviors Scale, both developed by the researchers. The findings revealed a moderate negative relationship between secure attachment and unhealthy social media use behaviors, indicating that higher levels of secure attachment are associated with lower indicators of unhealthy use. The results also showed a moderate positive relationship between anxious-avoidant attachment and unhealthy social media use behaviors, reflecting a greater tendency among individuals with this attachment pattern to engage in less balanced patterns of use. In addition, the findings revealed a weak positive relationship between disorganized attachment and unhealthy social media use behaviors. These findings highlight the importance of employing social work in designing preventive, educational, and guidance programs aimed at promoting secure attachment patterns, developing awareness of balanced social media use, and reducing unhealthy digital behaviors among adolescents.

Keywords: Attachment theory; behaviors; social media; Adolescents.

Doi: https://doi.org/10.54940/ss24807408

1658-8169 / © 2026 by the Authors.
Published ***by J. Umm Al-Qura Univ. Soc. Sci.***

معلومات المراسل: هاني شاكر الشريف

البريد الالكتروني الرسمي: hsshareef@uqu.edu.sa

مقدمة

يشهد عالمنا اليوم تطورا متسارعا في تقنية الاتصال والفضاء الرقمي، الأمر الذي أسهم في إعادة تشكيل أنماط التواصل وبناء العلاقات الاجتماعية بين الأفراد. وقد أصبحت وسائل التواصل الاجتماعي جزءا لا يتجزأ من الحياة اليومية للعديد من الفئات، ولا سيما فئة المراهقين، الذين يعدون في مرحلة عمرية حساسة تتسم بالبحث عن الهوية والاستقلال والانتماء. ومع هذا الانتشار الواسع، لم يعد استخدام هذه الوسائل مجرد وسيلة للتواصل والترفيه، بل تحول إلى ظاهرة اجتماعية مؤثرة تعيد صياغة طرق التفاعل الاجتماعي وأساليب التعبير عن الذات لدى المراهقين.

وفي الوقت الذي توفر فيه هذه الوسائل بيئة افتراضية تَسهم في توسيع دائرة العلاقات وبناء شبكات اجتماعية ممتدة، فإن طبيعة السلوكيات التي يتبناها المراهقون قد تتفاوت تبعا لاختلاف العوامل النفسية والاجتماعية التي تشكل شخصياتهم. وتبرز من بين هذه العوامل أنماط التعلق التي تتكون في المراحل الأولى من الحياة، وتمتد آثارها إلى مختلف جوانب النمو الاجتماعي والانفعالي. حيث تسهم هذه الأنماط في تشكيل قدرة الفرد على تكوين العلاقات، وطلب الدعم، وإدارة المشاعر، والتفاعل مع المحيط الاجتماعي.

ونظرا لخصوصية مرحلة المراهقة وما تتضمنه من تغيرات سريعة وتحديات مرتبطة ببناء الذات والتكيف الاجتماعي، فإن فهم العلاقة بين أنماط التعلق وسلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي يصبح ضرورة علمية وميدانية. حيث يساعد هذا الفهم في الكشف عن الدوافع والاتجاهات التي تحدد كيفية تفاعل المراهق مع البيئة الرقمية، وما قد يرافق ذلك من ممارسات تتسم بالاتزان أو الاندفاع أو الاعتماد المفرط، مما يعكس طبيعة ارتباطه بالآخرين وتصوراته عن العلاقات الاجتماعية.

مشكلة الدراسة

يشهد العالم في الوقت الراهن تحولات متسارعة في ميدان الاتصالات وتقنيات المعلومات، أسهمت في تقليص المسافات وجعلت من الكرة الأرضية أشبه بقرية واحدة، تنتقل فيها البيانات والمعارف إلى مختلف الاتجاهات خلال أجزاء قليلة من الثانية (الشهري،12013، 1 والرويلي، 2024). شهدت فترة منتصف التسعينات من القرن الماضي تطورا تكنولوجيا ملحوظًا أحدث تحولًا مهما في وسائل الاتصال، حيث بدأ انتشار شبكة الإنترنت على نطاق واسع، مما أسهم في ربط أجزاء العالم ببعضها وجعل التواصل وتبادل المعلومات أكثر سهولة وسرعة (المنصور،2012،22). وقد أتاحت هذه التقنية للمجتمعات إمكانية التفاعل فيما بينها عبر الفضاء الإلكتروني دون قيود المكان أو الزمان أو اللغة، مما مهد لظهور مرحلة جديدة من الاتصال الإنساني. وأسهم ذلك في إحداث تطور كبير في أساليب التواصل والتفاعل بين الأفراد داخل المجتمع (المعتوق،2013،1). وتعد شبكات التواصل الاجتماعي من أكثر المواقع انتشاراً على الإنترنت، لما تمتاز به من خصائص تفاعلية تجعلها مختلفة عن غيرها من المواقع، الأمر الذي دفع مستخدمي الشبكة حول العالم إلى الإقبال عليها بشكل متزايد (المنصور،2012، 86) و(Beasley & Haney, 2013, 32)، وظهرت شبكات التواصل الاجتماعي (الفيسبوك، منصة X، ماى سبيس، لايف بوون، هاي فايف أوركت، تاجد، ليكند ان، يوتيوب، وغيرها) وأشهرها على الاطلاق الفيسبوك، منصة X، حيث تعد من أحدث منتجات تكنولوجيا الاتصالات (وداعة الله،2020،23).

كما تشير أحدث الإحصائيات إلى أن عدد مستخدمي وسائل التواصل الاجتماعي النشطين في المملكة العربية السعودية حوالي 34.1 مليون في يناير 2025، وهو ما يعادل 99.6 %من إجمالي السكان، هذا يشير إلى أن الغالبية العظمى من مستخدمي الإنترنت في السعودية يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي(DataReportal, 2025)

وتشهد وسائل التواصل الاجتماعي انتشارا هائلاً بين المراهقين في وقتنا المعاصر، حيث أشارت الاحصائيات الرقمية إلى ارتفاع نسبة الأطفال المستخدمين لوسائل التواصل الاجتماعي خلال العقود الأخيرة على المستوى العالمي (Odgers & Jensen, 2020). كما أظهرت بيانات تقرير منظمة اليونيسف أن نسبة الأطفال الذين تقل أعمارهم عن (18) سنة بلغت ما يقدر بنحو ثلث مستخدمي الانترنت في مختلف أنحاء العالم (منظمة الأمم المتحدة للطفولة،2017،8). وأوضحت دراسة (Cureus, 2023)أن استخدام وسائل التواصل الاجتماعي شائع جدا بين المراهقين في السعودية. وأكدت الدراسة بأن حوالي 93% من المراهقين الذين تتراوح أعمارهم بين 13 و17 عاما يستخدمون منصة واحدة على الأقل من وسائل التواصل الاجتماعي. وأصبحت وسائل التواصل الاجتماعي جزءا أساسيا من حياة المراهقين (Rideout & Fox, 2018)، لما توفر لهم من وسيلة مهمة للتواصل والتفاعل مع الآخرين والتعبير عن أنفسهم، ولما توفره لهم من مساحات واسعة من حرية التعبير التي قد لا يجدونها في أسرهم أو مدارسهم (Odgers & Jensen, 2020). ومع ذلك، فإن تأثير هذا الاستخدام على نمط التعلق للمراهقين لا يزال موضوعا للنقاش والدراسة، وقد يؤثر الاستخدام المكثف لوسائل التواصل الاجتماعي على قدرة المراهقين على التواصل الاجتماعي الواقعي وتطوير علاقاتهم الشخصية، بالإضافة إلى ذلك، قد يؤثر استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على تعاطي المراهقين مع الأنشطة الاجتماعية الأخرى ومستوى اندماجهم في المجتمع وعلى صحتهم النفسية والتفاعل الحقيقي فيما بينهم (Twenge, 2020)، لقد حظي موضوع التعلق (Attachment) باهتمام العديد من الباحثين والدارسين في مجال النمو والتنشئة الاجتماعية لدرجة أن أصبح من أهم الموضوعات التي تم الاهتمام بها في السنوات الاخيرة وذلك نسبة لما له من أهمية في الحياة الاجتماعية والنفسية للفرد (الصانع،2025). كما أهتم أيضا الباحثين بأنماط التعلق لدى المراهقين لما له من أهمية كبيرة في هذه المرحلة، حيث إن مرحلة المراهقة تحدث بها العديد من التغيرات البيولوجية والعقلية والاجتماعية علاوة على التغير العصبي الذي يكون لديهم بشكل أسرع

(بشارة؛ وآخرون، 2014). ومع زيادة استخدام وسائل التواصل الاجتماعي بين المراهقين، يثار الاهتمام بفهم أنماط التعلق وسلوكيات استخدام المراهقين لهذه الوسائل وتأثيرها على صحتهم النفسية والاجتماعية، بما يسهم في تعزيز الوعي العلمي حول تأثير وسائل التواصل الاجتماعي على المراهقين وفهم الاحتياجات والتحديات التي يوجهونها في استخدامهم لهذه الوسائل. علاوة على ذلك، هناك حاجة ماسة إلى فهم الآليات التي تربط أنماط التعلق بسلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين لما تتسم به هذه المرحلة من تغيرات هرمونية ونفسية واجتماعية كبيرة، كما تلعب وسائل التواصل الاجتماعي دورا محوريا في تشكيل الهوية والتفاعلات الاجتماعية للمراهقين (Seiffge-Krenke, 2023). كما يوجد العديد من الدراسات التي ربطت أنماط التعلق عند المراهقين وسلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي. فقد أشارت دراسة (Casale, Fioravanti, & Boursier, 2018) أن المراهقين ذوي أنماط التعلق أظهروا ميلًا أكبر للانخراط في سلوكيات البحث عن الطمأنينة في وسائل التواصل الاجتماعي، وأشارت دراسة (Moreno, et al., 2021) بأن المراهقين ذوي أنماط التعلق المتجنبة قد يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي للحفاظ على مسافة اجتماعية أو كبديل للتفاعلات الواقعية.

تطرقت بعض الأدبيات إلى العلاقة بين نظرية التعلق وممارسة الخدمة الاجتماعية؛ إذ تشير دراسة (White, 2022) إلى أن أنماط التعلق لدى الأخصائيين الاجتماعيين في المؤسسات قد تتأثر بكيفية تفاعلهم مع العملاء. كما أوضحت دراسة (Golding, 2011) أهمية تبني الأخصائيين الاجتماعيين لإطار نظرية التعلق عند الإشراف على رعاية الأطفال في دور الرعاية الاجتماعية. ومع ذلك، يلاحظ ندرة الأبحاث من منظور الخدمة الاجتماعية التي تناولت أنماط التعلق واستخدام وسائل التواصل الاجتماعي.

وتأسيسا على ما سبق، يمكن القول بأن نوع نمط التعلق قد يؤثر على سلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهق، والذي بدوره يؤدى إلى خطورة على سلوك المراهق اجتماعيا ويعيق تواصلهم ويؤثر سلبا على مستقبلهم وعلاقاتهم. ومن ثم تتحدد مشكلة الدراسة الحالية في التعرف على العلاقة بين أنماط التعلق وسلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين في ضوء خصوصية المجتمع السعودي.

أهمية الدراسة

دراسة أنماط التعلق وأثرها على سلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين تعتبر موضوعا هاما وذو أهمية كبيرة للمبررات التالية:

الأهمية النظرية

- دراسة أنماط التعلق وأثرها على سلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين ذات أهمية كبيرة في فهم تفاعل المراهقين مع هذه الوسائل وتأثيرها على حياتهم اليومية.
- قلة الدراسات في المكتبة السعودية التي تناولت أنماط التعلق من الناحية الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية وذلك في حدود علم الباحثان.
- المساهمة في بناء إطار معرفي يستخدم كأساس لدراسات مستقبلية تتناول التفاعل بين الخدمة الاجتماعية والتعلق لدى المراهقين

الأهمية العملية

- تحسين صحة المراهقين النفسية والاجتماعية من خلال توجيه الجهود والموارد في تعزيز أنماط التعلق الآمنة والصحية.
- الحد من المشاكل والاضطرابات النفسية التي تنشأ نتيجة الاستخدام غير الصحي لوسائل التواصل الاجتماعي.
- تطوير استراتيجيات تدخل فعالة لتعزيز استخدام آمن لوسائل التواصل الاجتماعي بين المراهقين.
- توظيف نتائج الدراسة في تصميم برامج توعوية تهدف إلى بناء علاقات آمنه وتشجيع التواصل الواقعي الإيجابي.

أهداف الدراسة

- يتمثل الهدف الرئيس للدراسة في فحص العلاقة بين أنماط التعلق وسلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين وينبثق من الهدف الرئيس الأهداف الفرعية التالية.
- تحديد العلاقة بين نمط التعلق الآمن وسلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين.
- تحديد العلاقة بين نمط التعلق القلق وسلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين.
- تحديد العلاقة بين نمط التعلق التجنبي وسلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين.
- تحديد العلاقة بين نمط التعلق غير المنتظم وسلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين.
- الوصول إلى تصور مقترح من منظور الخدمة الاجتماعية يساعد في تعزيز استخدام المراهقين لوسائل التواصل الاجتماعي بشكل صحي لتطويرهم الشخصي والاجتماعي.

تساؤلات الدراسة

- يتحدد التساؤل الرئيس للدراسة في التساؤل التالي:" هل هناك علاقة بين أنماط التعلق وسلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين؟"
- وينبثق من التساؤل الرئيس التساؤلات الفرعية التالية.
- ما العلاقة بين نمط التعلق الآمن وسلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين؟
- ما العلاقة بين نمط التعلق القلق وسلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين؟
- ما العلاقة بين نمط التعلق التجنبي وسلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين؟
- ما العلاقة بين نمط التعلق غير المنتظم وسلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين؟

– ما التصور المقترح الذي يساعد في تعزيز استخدام المراهقين لوسائل التواصل الاجتماعي بشكل صحي لتطويرهم الشخصي والاجتماعي من منظور الخدمة الاجتماعية؟

مفاهيم الدراسة

مفهوم التعلق

يشير مصطلح التعلق إلى الارتباط العاطفي والعلاقة القوية التي يشكلها الفرد مع شخص آخر أو مجموعة من الأشخاص، ويتعلق الأمر بالرغبة العميقة في الاقتراب من الشخص المرتبط به والبقاء بقربه، والاعتماد عليه في تلبية الاحتياجات العاطفية والاجتماعية، ويعتبر التعلق من الاحتياجات الأساسية للإنسان، حيث يعزز الشعور بالأمان والثقة والراحة النفسية. (Eysench. M, 2001)

والتعلق هو عملية عاطفية ونفسية تنشأ في سياق العلاقات الإنسانية، ويعتبر التعلق طريقة للتواصل والتفاعل مع الآخرين، ويشكل جزءا أساسيا من حياة البشر– ويتضمن المفهوم العام للتعلق الرغبة في التواصل الاجتماعي والشعور بالانتماء والاندماج في المجتمع والمجموعات الاجتماعية، ويعتبر التعلق عملية مستمرة ومتطورة على مدار الحياة، حيث يمكن للأفراد تكوين علاقات تعلق مع شركاء حياتهم، وأفراد عائلتهم، وأصدقائهم، وزملائهم. (Sillamy. N, 2003) ويتطور نمط التعلق لدى الأفراد على مراحل العمر، ففي الطفولة الأولى، يتشكل التعلق الأولي بين الرضيع ومُقدّم الرعاية الأساسي، ويؤثر هذا التعلق في الثقة والأمان لاحقا في الحياة في سن المراهقة والشباب (Bowlby. J, 1988) ويلعب التعلق دورا هاما في صحة الفرد النفسية، فالتعلق الآمن يساهم في تعزيز الشعور بالأمان والثقة، ويساعد في التعامل مع التحديات والضغوط الحياتية، بينما يمكن أن يؤدي التعلق المهمش أو المقاوم إلى المشاكل النفسية مثل القلق، والاكتئاب، وصعوبات العلاقات الشخصية. واجرائيا، يعد التعلق جزءا طبيعيا وضروريا من حياة الإنسان، ويلعب دورا مهما في تشكيل هوية الفرد ورفاهيته العاطفية.

أنماط التعلق

يعرفها مايسيلس؛ وشارف (2007) بأنها: رابطة انفعالية يعمل الفرد على تنميتها تجاه الأشخاص القائمين على رعايته، تؤدي إلى شعوره بالفرح والأمان عندما يكون قريب منهم، والشعور بالقلق في حال الانفصال أو الابتعاد عنهم.» (Mayseless O &, Scharf M, 2007). وتنقسم أنماط التعلق إلى عدة أنواع، منها التعلق الآمن، والتعلق القلق، والتعلق التجنبي، والتعلق المضطرب (أبو غزال وجرادات،2009).

وفيما يلي عرض لأنماط التعلق:

التعلق الأمن (Security Attachment):

– يعتبر التعلق الأمن جزءا من نظرية رفاهية الأمان (Wellbeing)، والتي تعتبر الأمان واحدا من الاحتياجات الأساسية للإنسان، حيث يحتاج الفرد إلى الشعور بالأمان ليكون قادرا على الاستقرار النفسي والتطور الشخصي.(Mikulincer, M., & Shaver, P. R 2016) ، ومفهوم التعلق الأمن نشأ في سياق علم النفس، وتم تطويره بواسطة باحثين مثل " جون بولبي وماري إينسورث"، ويشير إلى الأساليب التي يستخدمها الأشخاص في بناء علاقات آمنة وثابتة مع الآخرين. (Bowlby. J, 1988)

– ويعرف التعلق الآمن بأنه نمط صحي ومستقر للتعلق العاطفي والاجتماعي، يتطور هذا النمط عند الأفراد في مرحلة الطفولة المبكرة، ويتأثر بتجاربهم وعلاقاتهم مع الرعاة الأساسيين، مثل الوالدين أو الأشخاص الذين يعتنون بهم.(Ainsworth, M. D. S.,2015) والتعلق الآمن يكون مرتبطا بالعلاقات العاطفية والاجتماعية، بما في ذلك العلاقة بين الأبناء والاباء والأصدقاء، ويشعر الأفراد الذين يتمتعون بتعلق أمن بالثقة والراحة في العلاقات الاجتماعية، ولديهم إحساس بالدعم والحماية من قبل الآخرين.(Levy, T & Orlans, M. 2014)

وفي التعلق الأمن، يشعر الأفراد بالأمان والثقة في أن الشريك سيكون متاحا عاطفيا ويستجيب لاحتياجاتهم وأفراحهم وأحزانهم، كما يساعد التعلق الأمن في بناء قدرة الأفراد على التعامل مع التحديات والأزمات والتحولات في الحياة.(ikulincer, M., & Shaver, P. R. 2016)

ويتميز النمط الآمن للتعلق بالمعتقدات والسلوكيات التالية:

– **الثقة الأساسية:** يكون لدى الأفراد ذوي النمط الآمن ثقة أساسية في الآخرين وفي أنفسهم، ويرون العالم بشكل إيجابي ويعتقدون أنهم يستحقون الحب والاهتمام.

– **القدرة على التنظيم العاطفي:** يكون لديهم القدرة على التعامل مع المشاعر السلبية وإدارتها بشكل صحي، ويستطيعون التعبير عن احتياجاتهم ومشاعرهم بشكل فعال والبحث عن الدعم العاطفي عند الحاجة.

– **القدرة على الاستجابة الاجتماعية:** يظهرون رغبة في التواصل والتفاعل الاجتماعي مع الآخرين، ويستطيعون بناء علاقات صحية ومستدامة والتعاون مع الآخرين بشكل إيجابي.

وتوجد بعض العلاقات المحتملة بين نمط التعلق الآمن وسلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين على النحو التالي:

- التواصل الاجتماعي الصحي: المراهقون الذين يتمتعون بنمط تعلق آمن عادة يظهرون سلوكا صحيا في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي، فهم يستخدمون هذه الوسائل بشكل متوازن ويتفاعلون بشكل إيجابي مع الآخرين، ويقومون بمشاركة المحتوى الإيجابي والمفيد.

- الدعم الاجتماعي الافتراضي: قد يوفر استخدام وسائل التواصل الاجتماعي بيئة افتراضية للمراهقين ذوي نمط التعلق الآمن للتواصل والتفاعل مع الآخرين. ويمكن أن يستفيد المراهقون ذوو نمط التعلق الآمن من الدعم الاجتماعي والتواصل الإيجابي مع الأصدقاء والعائلة عبر هذه الوسائل.

أ- **التعلق القلق** (Anxious Attachment):

التعلق القلق: مصطلح يشير إلى نمط من التعلق العاطفي يتميز بالقلق والشكوك والترقب الزائد في العلاقات الشخصية، ويعتبر التعلق القلق نوعا من أنماط التعلق غير الآمنة التي تمتاز بعدم الثقة في الآخرين (Cassidy & Shaver, 2016). ويعود مفهوم التعلق القلق إلى النظرية النفسية حول التعلق والتطور العاطفي، وخاصة إلى العمل الذي قام به "جون بولبي وماري آينسوورث" على الأطفال وردود فعلهم تجاه انفصالهم عن المربين. (Bowlby. J, 1988) والتعلق القلق ينشأ غالبا نتيجة تجارب سلبية في الطفولة، مثل الإهمال وعدم الاستجابة لاحتياجات الطفل، كما يمكن أن يكون للعوامل الوراثية والبيئية تأثير كبير في تشكل نمط التعلق القلق.ـ (Mikulincer, M., & Shaver, P. R. 2016). ويتسم الأشخاص الذين يعانون من التعلق القلق بالتفكير الزائد والتخيل السلبي فيما يتعلق بالعلاقات، والشكوك المستمرة حول مشاعر الأخرين تجاههم، ويكونون بحاجة مستمرة إلى التأكيد العاطفي، وغالبا ما يكونون عرضة للقلق الزائد بشأن الانفصال أو فقدان الشريك. (Kurth, W. 2013,14) ويتميز الأفراد الذين يعانون من التعلق القلق بالتوتر الزائد في العلاقات العاطفية، والحاجة الملحة للقرب والتآزر مع الأخرين، وفي نفس الوقت يعانون من الخوف من رفضهم، ويعتبر التعلق القلق نمطًا غير صحي في العلاقات، حيث يؤدي إلى التوتر المستمر في العلاقات. وتوجد بعض العلاقات المحتملة بين نمط التعلق القلق وسلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين على النحو التالي:

- الاعتماد العاطفي: يمكن أن يعتمد المراهقون الذين يعانون من نمط التعلق القلق بشكل زائد على وسائل التواصل الاجتماعي للحصول على الدعم العاطفي والراحة النفسية.
- التحكم والتأكد: يمكن للمراهقين القلقين أن يستخدموا وسائل التواصل الاجتماعي للتحكم في وجهات نظر الآخرين والتأكد من الردود والتفاعلات التي يتلقونها، ويحاولون توجيه التفاعلات الاجتماعية بشكل يعطيهم الشعور بالأمان والراحة.
- القلق الاجتماعي والانعزال: يمكن أن يؤثر التعلق القلق على استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين من خلال زيادة القلق الاجتماعي والانعزال، وقد يترددون في المشاركة في النقاشات العامة أو الانضمام إلى المجموعات الاجتماعية عبر الإنترنت، خوفًا من الانتقادات أو الرفض، ويمكن أن يتجنبوا التواصل المباشر مع الآخرين ويفضلون التواصل الافتراضي الذي يعطيهم شعورا بالسيطرة والحماية.

- الانتقادات والتنمر عبر الإنترنت: قد يكون المراهقون القلقون أكثر عرضة للانتقادات والتنمر عبر الإنترنت نظرا لحساسيتهم المرتفعة للرفض والتعليقات السلبية، ويمكن للتجارب السلبية على وسائل التواصل الاجتماعي أن تؤثر بشكل كبير على صحتهم العقلية، وتزيد من مستويات القلق وتعزز الشعور بالعجز. (Ein-Dor,T.,Mikulincer,2011, 78-93)

ج – التعلق التجنبي (Avoidant Attachment):

التعلق التجنبي: هو نمط من أنماط التعلق يتسم بتجنب الانخراط العاطفي العميق في العلاقات الاجتماعية، ويشعر الأفراد الذين يعانون من التعلق التجنبي بعدم الراحة في الاعتماد على الآخرين أو مشاركة مشاعرهم واحتياجاتهم العاطفية، ويتجنبون إظهار الضعف أو الاعتماد على الآخرين، ويفضلون الاعتماد على أنفسهم وتحقيق الاستقلالية الذاتية (Ditommaso, E. Mcnulty, 2003,303) ومصطلح التعلق التجنبي يستند إلى نظرية التعلق النفسي التي طورها "جون بولبي وماري آينزوورث"، وهي تعتبر نوعا من أنماط التعلق غير الأمنة، ويعود هذا النمط إلى تجارب الطفولة المبكرة التي قد تكون مؤثرة سلبا على تطور الثقة والأمان في العلاقات، وقد يكون للأفراد الذين يعانون من التعلق التجنبي تجارب سلبية سابقة مثل الإهمال أو الإيذاء العاطفي أو الاعتماد غير المتوازن على المربين في الطفولة.(Bowlby. J, 1988) ويتسم التعلق التجنبي بتجنب الاندماج العاطفي العميق وتقليل التعاطف والتعبير عن المشاعر. ويميل الأفراد الذين يعانون من التعلق التجنبي إلى الاعتماد على أنفسهم بشكل كبير، وتجنب الاحتياجات العاطفية للآخرين، وقد يكون لديهم صعوبة في تكوين روابط عاطفية ثابتة ومستدامة (Roisman et al., 2021).

وتوجد بعض العلاقات المحتملة بين نمط التعلق التجنبي وسلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين على النحو التالي: (Ein-Dor, T., & Mikulincer, M. 2012, 513-525)

- تجنب المشاركة العاطفية: قد يميل المراهقون ذوو نمط التعلق التجنبي إلى تجنب مشاركة العواطف الشخصية والمشاعر على وسائل التواصل الاجتماعي، ويكونون مترددين في مشاركة تجاربهم الشخصية أو الطلب من الآخرين الدعم العاطفي.
- الاحتفاظ بالمسافة الاجتماعية: قد يتجنب المراهقون ذوو نمط التعلق التجنبي إقامة علاقات وثيقة عبر وسائل التواصل الاجتماعي، ويفضلون الحفاظ على مسافة آمنة وعدم الاقتراب كثيرا من الآخرين عاطفيا.
- التركيز على العلاقات السطحية: قد يميل المراهقون ذوو نمط التعلق التجنبي إلى إقامة علاقات سطحية وغير ملتزمة على وسائل التواصل الاجتماعي، ويكون لديهم قائمة واسعة من الأصدقاء والمعارف، ولكنهم قد يفتقرون إلى الارتباط العاطفي العميق.
- تجنب المواجهة الشخصية: قد يفضل المراهقون ذوو نمط التعلق التجنبي استخدام وسائل التواصل الاجتماعي كوسيلة للتواصل بدلاً من المواجهة الشخصية، ويشعرون بالراحة أكثر في التواصل عبر الرسائل النصية أو الرسائل الخاصة بدلاً من المحادثات الواقعية.

د – التعلق الغير منتظم (Disorganized attachment):

التعلق غير المنتظم: هو نمط من أنماط التعلق يتسم بالتذبذب بين سلوك التعلق القلق وسلوك التعلق التجنبي، ويعتبر التعلق غير المنتظم نمطًا غير أمن للتعلق ينشأ غالبا من تجارب سابقة سلبية في العلاقات، مثل الإهمال أو

الإيذاء العاطفي (البغدادي، 2008). والأفراد الذين يعانون من التعلق غير المنتظم يظهرون سلوكًا متناقضًا ومتقلبًا في العلاقات، فقد يكونون مهووسين بالشريك في بعض الأحيان، يبحثون عنه والقرب منه، وفي أوقات أخرى يظهروا سلوكًا مبتعدًا ومتجنبا، حيث يبتعدون عن الشريك ويظهرون تجاهلًا أو تجنبا للقرب العاطفي. (Shaver, P. R., & Mikulincer, M. 2016. 35)ويعرف التعلق غير المنتظم، بالتعلق المرتبك أو التعلق المتقلب، وهو نمط من أنماط التعلق الذي يتسم بتقلبات واضطرابات في العلاقات الاجتماعية، ويعاني الأفراد الذين يعانون من التعلق غير المنتظم من عدم الثقة العميقة في الآخرين وفي أنفسهم، ويواجهون صعوبة في إقامة روابط ثابتة وآمنة مع الآخرين (Simpson, J. A., & Rholes, W. S. 2015, 5-9).والتعلق غير المنتظم يكون مصدرا للتوتر والارتباك في العلاقات، والأفراد الذين يعانون منه يكونون عرضة للتشكيك المستمر في مشاعر الشريك تجاههم وقدرتهم على الاستمرار في العلاقة، ويمكن أن يظهروا أيضا سلوكًا متناقضًا في التواصل والتفاعل العاطفي، مما يصعب على الشريك فهم احتياجاتهم وتوقعاتهم.

وأخيرا ومن المهم ملاحظة أنه يمكن أن يكون هناك تداخل بين الأنماط المختلفة للتعلق، وقد يكون لكل فرد مزيج فريد من الأنماط، ومن الجدير بالذكر أيضا أنه يوجد العديد من العوامل التي تؤثر على سلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين، بما في ذلك العوامل الثقافية، والاجتماعية، والنفسية، والتكنولوجية.

مفهوم وسائل التواصل الاجتماعي:

وسائل التواصل الاجتماعي هي منصات وتطبيقات تمكن الأفراد من التواصل والتفاعل مع بعضهم البعض عبر الإنترنت، وتتضمن هذه الوسائل مواقع التواصل الاجتماعي مثل فيسبوك، منصة X، إنستغرام، سناب شات، لينكد إن، وغيرها، بالإضافة إلى منصات المشاركة المرئية مثل يوتيوب وتيك توك، وتتيح هذه المنصات للأفراد إنشاء حسابات شخصية والتواصل مع الآخرين عن طريق مشاركة النصوص والصور والفيديوهات والمحتوى المتعلق بالاهتمامات الشخصية. (حامد ،2015،75). كما يعرفه الزعاترة (2018) بأنه "مجموعة من التقنيات والمنصات الرقمية التي تتيح للأفراد والمجموعات إنشاء محتوى ومشاركته والتفاعل معه وتبادله عبر الإنترنت في الوقت الفعلي أو غير المتزامن." وبفضل وسائل التواصل الاجتماعي، يمكن للأفراد التواصل مع الأصدقاء والعائلة والزملاء، والتعرف على أشخاص جدد من جميع أنحاء العالم، ويمكن للأفراد أيضا الانضمام إلى مجموعات تفاعلية تهتم بمواضيع مشتركة ومشاركة الأفكار والخبرات، وتشتهر وسائل التواصل بكونها سهلة الاستخدام ومتاحة لمجموعة واسعة من الأفراد. وتشتمل وسائل التواصل الشهيرة والمستخدمة على نطاق واسع على ما يلي:(الحسين ،2016، 336).

- مواقع التواصل الاجتماعي: مثل فيسبوك، منصة X، إنستغرام، لينكد إن وغيرها. تتيح هذه المنصات للمستخدمين إنشاء ملفات تعريف شخصية ومشاركة المحتوى والتفاعل مع الأصدقاء والعائلة والمتابعين.
- تطبيقات المراسلة الفورية: مثل واتساب، تليجرام، سناب شات، وماسنجر وفيسبوك. تتيح هذه التطبيقات للأفراد إرسال رسائل نصية وصور ومقاطع فيديو ومكالمات صوتية وفيديو بين بعضهم البعض.
- منصات المشاركة المرئية: مثل يوتيوب وتيك توك. تتيح هذه المنصات للمستخدمين مشاركة مقاطع الفيديو القصيرة والمحتوى المرئي واكتشاف محتوى آخر من قبل المستخدمين الآخرين.
- منصات المدونة والمنتديات: تسمح هذه المنصات للأفراد بإنشاء مدونات ونشر المقالات والمناقشات حول مواضيع مختلفة والتفاعل مع المجتمعات ذات الاهتمام المشترك.

وفي سياق المراهقين يلعب التواصل الاجتماعي دورا حاسما في حياتهم، وفيما يلي بعض النقاط المهمة حول التواصل الاجتماعي لدى المراهقين:

- يمكن أن يكون للتواصل الاجتماعي تأثيرات إيجابية وسلبية على المراهقين. من الناحية الإيجابية، يمكن أن يسهم في بناء العلاقات الاجتماعية، وتوسيع دائرة الأصدقاء، وتعزيز الانتماء الاجتماعي، ومع ذلك، فإن الاستخدام المفرط أو غير السليم لوسائل التواصل الاجتماعي يمكن أن يؤدي إلى مشكلات مثل الإدمان، وانخفاض الثقة بالنفس، والمشاكل النفسية.
- يمكن أن يتعرض المراهقون لضغوط اجتماعية من أقرانهم ومجتمعهم عبر وسائل التواصل الاجتماعي، قد يشعرون بالحاجة للاندماج ومواكبة الاتجاهات الشائعة والمظاهر الجمالية المثالية المعروضة، ويمكن أن يؤثر هذا الضغط على صحتهم النفسية وصورتهم الذاتية، بالإضافة إلى تأثيرها على النوم والاستراحة والأداء الأكاديمي للمراهقين.

مفهوم المراهقة

تعتبر مرحلة المراهقة من أهم مراحل نمو الفرد العمرية، وتعني كمصطلح فترة الحياة الواقعة بين الطفولة المتأخرة والرشد، وهي مرحلة انتقالية يجتهد فيها المراهق من الطفولة المعتمدة على الكبار، ويبحث عن الاستقلال الذاتي الذي يتمتع به الراشدون، فهو موزع النفس بين عالمي الطفولة والرشد(أسعيد،13،2003).

ويعرف Sawyer.et al. (2018) المراهقة بأنها "فترة انتقالية فريدة وحاسمة في حياة الإنسان تبدأ بالبلوغ وتنتهي ببداية مرحلة البلوغ .إنها فترة من النمو البيولوجي السريع، يتبعها تغييرات كبيرة في الإدراك والسلوك الاجتماعي والاستقلال." ويعرفها الشناوي :(2016) يعرف المراهقة بأنها "مرحلة النمو التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي باكتمال النضج الجسمي والعقلي والاجتماعي والانفعالي، وتتميز بتغيرات سريعة وشاملة في مختلف جوانب النمو"

ويذهب الكثير إلى تسمية المراهقة بمرحلة الولادة الجديدة، أو العاصفة، أو فترة الأزمة النفسية، لأنها إحدى المراحل العمرية الحرجة في حياة الانسان، وهي فترة من فترات يكتشف فيها الذات وينقب فيها عن الهوية، وتكامل

وتشكيل الشخصية في ضوء ما يتلقاه الفرد من رعاية وتنشئة اجتماعية، وما يتعرض له من مؤثرات وقيم ومعايير وموجهات للسلوك، والتي بدورها ترسم له خارطة طريق المستقبل (العمري، 2018،142).

ومفهوم المراهقة يتضمن عدة جوانب

- التغيرات الجسدية: يشهد المراهقون تغيرات جسدية كبيرة، مثل النمو السريع، وتطور الأعضاء التناسلية، وتغيرات الشكل والحجم. هذه التغيرات الجسدية يمكن أن تؤثر على تصور المراهق لنفسه وتؤثر على ثقته الذاتية.
- التحولات العقلية والعاطفية: يشهد المراهقون تحولات في النمو العقلي والعاطفي. يمكن أن يترافق ذلك مع تطور المهارات العقلية مثل الاستدلال والتفكير النقدي، وتكوين الهوية الشخصية والتعرف على القيم والمعتقدات الخاصة بهم، ويمكن أن تظهر أيضا تقلبات مزاجية وتحديات في التعامل مع المشاعر والضغوط العاطفية.
- الاستقلالية والهوية: يسعى المراهقون لتحقيق الاستقلالية والتفرد، ويبحثون عن هويتهم الخاصة ومكانهم في المجتمع، ويمكن أن يتعارض التوتر بين رغبة المراهق في الانتماء والتأقلم مع المجتمع وبين رغبته في التفرد والتميز.
- العلاقات الاجتماعية: تتغير العلاقات الاجتماعية للمراهقين خلال هذه الفترة، ويمكن أن يكون للأصدقاء دور كبير في حياة المراهقين، حيث يبحثون عن الانتماء لمجموعات الأقران وتشكيل صداقات قوية وتجارب اجتماعية جديدة، كما يمكن أن تظهر العلاقات العاطفية الرومانسية في هذه المرحلة.
- التحصيل الدراسي والمستقبل: يواجه المراهقون ضغوطًا فيما يتعلق بالأداء الأكاديمي واختيار المسار الوظيفي المستقبلي. يمكن أن يعاني بعض المراهقين من القلق وضغوط النجاح واتخاذ القرارات.

– من المهم أيضا أن نذكر أن تجارب المراهقة تختلف من شخص لآخر وتتأثر بالعوامل الثقافية والاجتماعية والاقتصادية والعائلية، وبعض المراهقين قد يواجهون تحديات إضافية مثل الضغوط النفسية، وصعوبات المدرسة، والتوترات العائلية، ومن المهم أن نقدم الدعم والتوجيه للمراهقين خلال هذه الفترة الحساسة من حياتهم ونشجعهم على تطوير مهاراتهم وبناء صحة نفسية إيجابية. (قندوسي،2021 ،135-138)

الدراسات السابقة

– دراسة الصانع (2025)، هدفت الدراسة معرفة الكشف عن أنماط التعلق الأكثر شيوعا بين طالبات المرحلة الثانوية بمدارس منار العلم الأهلية بمدينة حائل، وكذلك التعرف على حجم العلاقة الإحصائية بين أنماط التعلق (النمط الأمن، والنمط القلق، والنمط التجنبي) والسلوك العدواني لدى طالبات المرحلة الثانوية وقد اعتمدت الباحثة في دراستها على المنهج الوصفي؛ حيث تمثلت أداة الدراسة في مقياس أنماط التعلق ومقياس السلوك العدواني للراشدين، ويتكون مجتمع الدراسة من طالبات المرحلة الثانوية بمدارس منار العلم الأهلية بمدينة حائل، وتم اختيار عينة عشوائية حيث بمدارس منار العلم الأهلية بمدينة حائل، وتم اختيار عينة عشوائية حيث بلغت عينة الدراسة توصلت الدراسة إلى أن قيمة متوسط درجات عينة الدارسة النمط التجنبي بلغت (3.30) وهو الأعلى من بين أنماط التعلق حيث جاء في المرتبة الأولى بينما جاء في المرتبة الثانية النمط القلق (3.29) وفى المرتبة الأخيرة جاء النمط الأمن.

– دراسة العازمي والمرتجى (2024)، التي هدفت إلى التعرف على أنماط التعلق لدى المراهقين بدولة الكويت، وإسهام هذه الأنماط في التنبؤ بكل من الفعالية الاجتماعية والفعالية الوجدانية، والفروق؛ تبعا للجنس، وإقامة المراهق. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وطبقت على عينة عددها (1791) من طلبة المرحلة الثانوية، عدد الذكور منهم (841)، وعدد الإناث (950)، وكان المدى العمري بين (14 –18) عاما، بمتوسط (15.57) وانحراف معياري (1.13)، طبق عليهم مقياس أنماط التعلق (سامية صابر، 2014)، ومقاييس الفعالية الاجتماعية والوجدانية من مقياس علوان (2011) للفعالية الذاتية. وأشارت النتائج إلى أن نوع التعلق الآمن كان الأعلى بين المراهقين، تلاه التعلق القلق، ثم التعلق التجنبي، ثم التعلق الرافض، وظهرت فروق دالة في التعلق الأمن في اتجاه الذكور، وفروق دالة في أنماط التعلق غير الأمن القلق والتجنبي، والرافض في اتجاه الإناث، وفروق دالة في الفعالية الوجدانية والفعالية الاجتماعية في اتجاه الذكور، كما أنه لم تظهر فروق في أنماط التعلق، وفي الفعالية الوجدانية والاجتماعية تبعا لإقامة المراهق مع الوالدين أو أحدهما أو أحد الأقارب، وتبين دلالة إسهام جميع أنماط التعلق في التنبؤ بالفعالية الوجدانية والتنبؤ بالفعالية الاجتماعية لدى المراهقين الذكور والإناث. وقدمت الدراسة مجموعة من التوصيات من أهمها: تدريب الوالدين ومقدمي الرعاية على أنماط التعلق الآمن بأبنائهم، وتقديم البرامج الإرشادية للمراهقين ذوي أنماط التعلق غير الأمن؛ لتحسين فعاليتهم الذاتية.

– دراسة الوهيب، (2022)، هدفت الدراسة التعرف على أنماط التعلق لدي أطفال المرحلة الابتدائية وعلاقتها بالتوافق الشخصي والاجتماعي، وتكونت عينة الدراسة من (852) طالبة في المدارس الابتدائية بمدينة الرياض، واستخدمت الدراسة مقياس أنماط التعلق ومقياس التوافق الشخصي الاجتماعي، وتوصلت الدراسة إلى أن أكثر أنماط التعلق شيوعا لدي أطفال المرحلة العمرية (6–12) سنة عندما كانوا في سن المهد هو نمط التعلق الآمن يليه نمط التعلق المقاوم ثم نمط التعلق المتجنب وأخيرا نمط التعلق المتحير، وأظهرت النتائج أيضا أنه لا توجد علاقة بين بعد التعلق الآمن للأطفال عندما كانوا في سن المهد وبين التوافق الشخصي والاجتماعي في المرحلة العمرية من (6–12) سنة، بينما كانت هناك علاقة عكسية سالبة بين أنماط التعلق المتجنب، والمقاوم، وغير المنتظم وبين التوافق الشخصي والاجتماعي لأطفال المرحلة الابتدائية.

– دراسة (جمعية الاجتماعيين العمانية، 2020)، هدفت الدراسة التعرف علي أثر استخدام وسائل التواصل الاجتماعي علي تنشئة الطفل في المجتمع العماني، واعتمدت الدراسة علي المنهج الوصفي التحليلي، وطبقت الاستبانة

علي طلبة المدارس الحكومية الذين تتراوح أعمارهم ما بين (10-18سنة)، وكشفت الدراسة أن الآثار التعليمية لوسائل التواصل الاجتماعي جاءت في المرتبة الأولي تليها الآثار الاجتماعية والنفسية والصحية، ويعاني الاخصائيون الاجتماعيون والنفسيون وأولياء الآمور من وجود بعض التحديات في عملية ضبط استخدام الأطفال لوسائل التواصل الاجتماعي.

- دراسة زيدان (2020)، حاولت الدراسة وضع برنامج توجيهي مقترح للخدمة الاجتماعية باستخدام نظرية التعلق لتدعيم الأمن الأسري للأطفال، وذلك من خلال تطبيق استمارة استبيان " الأمن الأسري"، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدمت الباحثة المنهج الكمي والكيفي في التحليل. وتوصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج أهمها: أن هناك ضرورة لوضع وتنفيذ برامج تدريب وتوجيه متنوعة للأسر لتدعيم تحقيق هذه الأسر الأمن الأسري للطفل، حيث إن كل مرحلة عمرية يمر بها الطفل بحاجة لتوعية وتوجيه وتأهيل الأسرة لكيفية التعامل والتنشئة للطفل، وهذا ما تم مراعاته أثناء وضع البرنامج التدريبي للخدمة الاجتماعية في ضوء نظرية التعلق لبولي.

- دراسة (Anderson & Jiang, 2018)، بعنوان واقع استخدام وسائل التواصل الاجتماعي عند المراهقين الأمريكيين، وطبقت الدراسة على عينة عشوائية من الأسر الامريكية (1.058) بالإضافة إلى مقابلات ميدانية تمت مع (743) من المراهقين، وكشفت الدراسة عن عدم وجود وعي واضح بين المراهقين حول أثار وسائل التواصل الاجتماعي على حياتهم، وأشارت الدراسة إلى وجود أثار سلبية أبرزها التنمر والاضرار بالعلاقات القائمة، إلى جانب أنها تظهر صور غير واقعية حقيقية عن حياة الآخرين.

- دراسة (Marengo, Longobardi, Fabris, & Settanni, 2018)،هدفت الدراسة الكشف عن الزيادة الكبيرة في السنوات الأخيرة لاستخدام الأطفال المراهقين وسائل التواصل الاجتماعي البصرية، مثل سناب شاب والانستجرام، والكشف عن العلاقة بين الوقت الذي يقضيه المراهق علي وسائل التواصل الاجتماعي والأعراض أو التغيرات الداخلية التي تطرأ علي الجسم في هذه المرحلة، وطبقت الدراسة علي عينة من المراهقين في المرحلة المتوسطة في شمال إيطاليا، وتوصلت الدراسة إلي أن الطلاب الذين يستخدمون وسائل التواصل المرئية كسناب شاب والانستجرام لأكثر من ساعتين في اليوم ظهرت لديهم ضعف في الصحة العقلية وضعف التكيف النفسي في هذه المرحلة من النمو.

- دراسة زهو (2017)، هدفت الدراسة ألي الكشف عن الافراط في استخدام شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقاتها بالمشكلات الاجتماعية لدي طلاب المرحلة المتوسطة، وقد اعتمدت الدراسة علي المنهج الوصفي، وطبقت الدراسة علي عينة مكونة من (225) من أمهات طالبات المرحلة المتوسطة في منطقة الباحة، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود وعي لدي مجتمع الدراسة في أثر الافراد في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي علي طلاب المرحلة المتوسطة وتأثيره علي بعض المشكلات الاجتماعية أبرزها " عدم الالتزام بالقوانين السائدة في المجتمع، وضعف الانتماء الوطني، وضعف الهوية الدينية، واهمال الواجبات الاجتماعية".

- دراسة طبيب (2017)، هدفت الدراسة التعرف إلي مدي وجود علاقة طردية بين معدل استخدام الطفل الجزائري للفايسبوك ومعدل تعرضه للعنف الإلكتروني، واندرجت الدراسة ضمن المنهج الوصفي التحليلي، باستخدام العينة العمدية ، واعتمدت الدراسة علي الاستبيان كأداة بحثية، وتوصلت نتائج الدراسة إلي أن استخدام الفايسبوك لأكثر من ثلاث ساعات في اليوم الواحد يؤدي بالفرد إلي الإدمان والايقاع به في فخ المواقع الجنسية، مما يسبب له مشاكل صحية ونفسية واجتماعية وعلمية، وأن غالبية عينة الدراسة تفضل تصحف الفايسبوك في الفترات الليلية وهي الفترة التي تغيب فيها الرقابة الوالدية، كما تتعرض فئة الاناث من العينة إلى ابتزازات واغراءات جنسية تبتدئ بعلاقات عاطفية افتراضية ثم تتحول إلي علاقات جنسية حقيقية واقعية لدى بعضهن.

- دراسة (Uhls, Ellison, & Subrahmanyam, 2017)، سعت الدراسة إلى توضيح العلاقة بين وسائل التواصل الاجتماعي وتطور المراهقين في مرحلة المراهقة من حيث النمو النفسي والاجتماعي، وتقييم الآثار السلبية عن استخدام هذه الوسائل، وقد أظهرت الدراسة أن من أهم الأثار الإيجابية التي يسعي المراهقون إليها في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي هي تطوير الهوية والطموح إلي التغيير ومشاركة الأقران، إلي جانب السعي إلي الاستقلالية والحمية مع الأقران، ورغم ذلك إلا أن هناك من السلبيات تمثلت في التنمر الالكتروني، الاكتئاب والقلق الاجتماعي، والتعرض إلي محتوي غير مناسب من الناحية التنموية التطورية للمراهقين، مما يعرضهم إلي اتخاذ خيارات ضعيفة حول ما يمكن مشاركته مع الآخرين.

- دراسة لغبي (2017)، سعت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين استخدام شبكات التواصل الاجتماعي والسلوك العدواني لدي طلاب المرحلة الثانوية في محافظة العارضة بمنطقة جازان، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي الارتباطي، وتكون مجتمع الدراسة من جميع طلاب المرحلة الثانوية في محافظة العارضة بمنطقة جازان، واعتمدت الدراسة علي مقياس شبكات التواصل الاجتماعي ومقياس السلوك العدواني كأدوات للدراسة، وأظهرت نتائج الدراسة أن أبرز الأثار السلبية المترتبة علي استخدام طلاب المرحلة الثانوية في محافظة العارضة بمنطقة جازان لشبكات التواصل الاجتماعي، تمثلت في: قلة التفاعل مع الأسر ، والاغراق في التسلية، واضعاف الابداع، والتحريض علي العنف والكراهية، وتشجيع الجريمة والأفعال غير القانونية.

- دراسة تيسير، وغرام (2016)، سعت الدراسة إلى الكشف عن واقع استخدام مواقع التواصل الاجتماعي من وجهة نظر الطلبة المراهقين وأثرها في سلوكهم من وجهة نظر أولياء الأمور، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن واقع استخدام مواقع التواصل الاجتماعي من وجهة نظر الطلبة المراهقين كان من

أجل التسلية وملء وقت الفراغ بالمرتبة الأولي، ،كما بينت أن أثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي في سلوك الطلبة المراهقين من وجهة نظر أولياء الأمور تمثلت في " تعزيز السلوك العنيف في سلوك المراهقين، وتعريفهم بأمور لا تتناسب مع أعمارهم " مما يؤثر علي سلوكهم سلبيا وبدرجة مرتفعة.

– دراسة (Heather&Scott,2016) سعت الدراسة إلي الكشف عن العلاقة الارتباطية بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي في مرحلة المراهقة وبين متغيرات أخري مثل انخفاض عدد ساعات النوم، والقلق، والاكتئاب، وتقدير الذات، إلي جانب الارتباط العاطفي أو الانفعالي، وطبقت الدراسة علي (467) مراهقا اسكتلنديا، وقد وجدت الدراسة أن المراهقين الذين استخدموا وسائل التواصل الاجتماعي معرضون أكثر لمشكلة الأرق ليلا، وضعف مستوي تقدير الذات، كما يعانون من مستوي أعلي من القلق والاكتئاب، وأشارت نتائج الدراسة أنه بالرغم من أن الارتباط العاطفي والانفعالي مع وسائل التواصل الاجتماعي تعطي المراهق الشعور بالراحة والغبطة بتواجده وتواصله مع الآخرين مما يمثل اشباعا عاطفيا، إلا أن الاستخدام لهذه الوسائل ليلا في هذه المرحلة يعد من أهم العوامل المؤثرة علي الصحة والنوم.

– دراسة عبد الوهاب (2015)، هدفت الدراسة إلي رصد أهم مواقع التواصل الاجتماعي التي يستخدمها الطفل السعودي، والوقوف علي دوافع وأسباب الاستخدام، واعتمدت الدراسة علي المنهج الوصفي باستخدام عينة عمدية قوامها (250) من الأطفال بمدينة الرياض، وأسفرت الدراسة عن مجموعة من النتائج أهمها: جاءت مواقع الاستخدام " انستجرام، يوتيوب، كيبك، تويتر" كأكثر المواقع ارتيادا من قبل الأطفال، وأشارت الدراسة إل أن الأطفال السعوديين يلجؤون إلي استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لأسباب عديدة منها" أنهم يجدون فيها حياة جديدة بعيدة عن حياتهم التقليدية، وإمكانية البحث عن أصدقاء جدد، فضلا عن استخدام البعض لهذه المواقع بغرض الشهرة واثبات الذات ".

– دراسة الزبون (2014)، سعت الدراسة إلي التعرف علي الآثار الاجتماعية والثقافية لشبكات التواصل الاجتماعي علي الأطفال في سن المراهقة من الفئة العمرية(15–18)، وقد اتبعت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، من خلال أخذ عينة من الأطفال المنخرطين بالفايسبوك بلغ عددها(276) طفلا، وأظهرت النتائج أن أبرز الآثار الاجتماعية والثقافية السلبية كانت إهدار الوقت من خلال متابعة موضوعات وألعاب غير مفيدة لساعات طويلة علي وسائل التواصل الاجتماعي، والتعرف إلي أفراد من الجنس الآخر يرفض الكبار إقامة علاقة معهم ،كما بينت أن الأثار الاجتماعية والثقافية السلبية لوسائل التواصل الاجتماعي لدي الذكور أكبر من الاناث وفقا لتقديراتهم لأنفسهم.

التعليق على الدراسات السابقة:

– وجود دراسات سابقة تناولت موضوع وسائل التواصل الاجتماعي واثارها على المجتمع بشكل عام وعلي الطفل وتنشئته بشكل خاص.

– يستخدم نسبة كبيرة من المراهقين وسائل التواصل الاجتماعي لأنها وسيلة سهلة الاستخدام وسريعة ومنخفضة التكاليف.

– أشارت الدراسات السابقة إلى بعض الأثار الاجتماعية السلبية التي أحدثتها وسائل التواصل الاجتماعي.

– كانت الدراسات السابقة أحد المنطلقات الأساسية لاختيار الباحث موضوع دراسته الحالية.

الموجهات النظرية للدراسة

نظرية التعلق: نظرية التعلق هي إحدى النظريات النفسية التي تستخدم لشرح كيفية تطور العلاقات العاطفية بين الأفراد، وفهم طبيعة العلاقات الإنسانية وتأثيرها على النمو الشخصي، وتركز نظرية التعلق على الرابطة العاطفية التي يشكلها الأفراد خلال مرحلة المراهقة، وتسلط الضوء على أثر هذه العلاقات على نموهم الشخصي والاجتماعي، وتم تطوير هذه النظرية بواسطة عالم النفس البريطاني "جون بولبي" في الستينيات والسبعينيات من القرن الماضي (Bowlby. J, 1988). وتقوم نظرية التعلق على فكرة أن المراهقين يمتلكون حاجة أساسية للاتصال والتواصل مع الآخرين، وأن العلاقات الوثيقة والتعلق العاطفي تلعب دورا حاسما في حياتهم وسعادتهم الشخصية، وتشير نظرية التعلق إلى أن الأفراد يمرون بمراحل تطورية على مدار الحياة، يتم خلالها تكوين العلاقات وتطويرها، وتؤثر هذه العلاقات على نموهم النفسي والاجتماعي. وتوضح نظرية التعلق أن هناك أنماطًا مختلفة للتعلق تتأثر بتجارب الطفولة والعلاقات المبكرة، وتؤثر على الأنماط العلاقية للأفراد فيما بعد، وتعتبر الأنماط الأربعة الرئيسية للتعلق هي:(Ainsworth, M. D. S. ,2015)

– التعلق الآمن: يحدث عندما يعتبر المراهق مربيه الرئيسي مصدرا آمنا وثابتا، ويشعر بالثقة في توفير الدعم والرعاية عند الحاجة، وينمو المراهقين الذين يشعرون بالتعلق الآمن بثقة واستقرار نفسي أكبر، ويكونون قادرين على بناء علاقات صحية ومستقرة في المستقبل..

– التعلق" القلق ": يحدث عندما يشعر المراهق بعدم الثقة التامة في مربيه الرئيسي، ويكون غير متأكد من توفير الدعم والرعاية، ويتميز المراهقين الذين يظهرون هذا النمط بالقلق والترقب الزائدين ويعانون من صعوبة في بناء العلاقات القوية، وقد يعانون من خوف من الرفض أو الإهمال، ويظهرون سلوكًا متعلقًا بالاعتماد الزائد على الآخرين.

– التعلق " التجنبي": وينتج هذا النمط عن تجارب سلبية في العلاقات المبكرة، حيث يشعر المراهقين الذين يظهرونه بالعجز في الاعتماد على الآخرين، ويميلون إلى تجنب العلاقات الوثيقة، ويعتبر المراهقين الذين يعانون من التعلق التجنبي أنفسهم مستقلين بشكل كبير، ولا يعتمدون على العلاقات العاطفية بنفس القدر الذي يفعله الأفراد الآخرين.

– التعلق المرتبك أو غير المنتظم: يتميز المراهقين الذين يظهرون هذا النمط بنقاط ارتعاش وترقب في العلاقات، ويعانون من عدم اليقين وتباين في المشاعر والعلاقات ويظهرون سلوكًا متقلبا وغير متناسق.

يتضح مما سبق أن نظرية التعلق توفر لنا إطارا نظريا لفهم كيفية تكوين العلاقات وتأثيرها على النمو الشخصي والعاطفي للمراهقين، وتساعد على توضيح السبل التي يتعلق بها المراهق، وكيفية تأثير العلاقات الوثيقة أو المشوشة على صحته العاطفية وسعادته الشخصية.

نظرية التفاعلية الرمزية: يتفق علماء الاجتماع وعلماء النفس على أن الاتصال لم يكن ممكنا بين البشر دون الاتفاق على معاني موحدة للرموز الموجودة بالبيئة، ويترتب على هذا الاتفاق تشابه الاستجابات بين الناس، فيزداد بينهم بازدياد خبراتهم الاتصالية المرتبطة بادراك هذه الرموز ومعانيها. ولذلك تهتم النظرية التفاعلية الرمزية بطبيعة اللغة والرموز في شرح عملية الاتصال في اطارها الاجتماعي، حيث تتحدد الاستجابات من خلال نظام الرموز والمعاني الذي يبنيه الفرد للأشياء والمواقف، وبالتالي كلما أتسع اطار المعاني المشتركة كلما تشابهت الاستجابات في عمليات التفاعل الاجتماعي المختلفة، ويعمل أيضا علي زيادة قدرة الفرد علي توقع استجابات الاخرين نحو الأشياء أو الأشخاص أو المواقف المختلفة في اطار الثقافة الواحدة، نتيجة لإدراك الفرد للمعاني المشتركة في هذه الثقافة، وبناء علي ذلك نجد أن الأفراد يرسمون صورا للواقع من خلال نظام خاص للرموز والمعاني يكتسبه الفرد في العمليات الاتصالية المتعددة (عبد الحميد،2004،315). ومن الواضح أن وسائل الاتصال المختلفة تمارس دورا مهما في المجتمعات الحديثة، فهي تقدم تفسيرات للواقع بالصورة والكلمة والحركة واللون، وتضفي على ما يتلقونه من رسائل صبغة ذاتية، مما يشكل في الافراد معاني مشتركة للواقع المادي والاجتماعي من خلال ما يقرؤونه أو يسمعونه أو يشاهدونه، ومن ثم فإن سلوكهم الشخصي والاجتماعي يمكن أن يتحدد جزئيا من خلال التفسيرات التي تقدمها وسائل الاعلام للأحداث الاجتماعية والقضايا التي لا توجد مصادر معلوماتية بديلة (الهاشمي، وآخرون،2020،27). والتفاعلية الرمزية في هذا السياق تهتم بالديناميات النفسية والاجتماعية لتفاعل الأفراد في وسائل التواصل الاجتماعي، وتركز علي المفاهيم والمعاني التي وجدت وتم المحافظة عليها من خلال التفاعل الرمزي بين الأفراد، فهويتنا واحساسنا بالذات يتشكل من خلال التفاعل الاجتماعي، كما يتشكل مفهوم الذات من خلال كيفية تفاعل الاخرين معنا، وهو يعد من بين الأطر النظرية المناسبة لدراسة الوجود الاجتماعي في المجتمع الافتراضي، فالمراهقين يتفاعلون من خلال وسائل التواصل الاجتماعي مستخدمين النص أو الصوت أو الفيديو أو الشخصيات الرقمية، وهذه الوسائل تمثل معاني ورموزا لهم، حيث يتصرفون من خلال ما تعنيه الأشياء لهم وتشكل لديهم ذوات إلكترونية من خلال التواصل والتفاعل مع الاخرين.

الإجراءات المنهجية للدراسة

- **نوع الدراسة:** يرتبط نوع الدراسة ارتباطا وثيقا بكل من أهدف الدراسة من ناحية وكمية المعلومات المتاحة لدي الباحثان من ناحية أخرى، ويري الباحثان أن" الدراسة الوصفية" هي أنسب أنواع الدراسات للدراسة الحالية، وتتميز الدراسات الوصفية بقدرتها على تصوير واقع الأحداث تصويرا دقيقا، والوصول إلى استجابات يمكن الاستفادة منها في اصلاح الواقع أو تحديثه أو استكماله وتطويره.
- **المنهج المستخدم:** يرتبط المنهج المستخدم ارتباطا وثيقا بكل من نوع الدراسة من ناحية، والأهداف التي تسعي الدراسة إلى تحقيقها من ناحية أخرى، وقد استخدام الباحثان منهج المسح الاجتماعي بالعينة مع طلاب الثانوية العامة بمدارس مكة المكرمة لتحقيق أكبر قدر من الدقة العلمية في جمع وتحليل البيانات حول الظاهرة المدروسة، واتبعت الدراسة أسلوب العينة العمدية مكونة من (385) مفردة.

مجالات الدراسة

أ- المجال الموضوعي: العلاقة بين أنماط التعلق وسلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين.

ب- المجال المكاني: طبقت الدراسة على المدارس الثانوية التالية بمدينة مكة المكرمة: مدرسة معاذ بن جبل الثانوية، وثانوية الملك عبد العزيز، ومدرسة مكة، وثانوية الحسين بن علي، ومدارس الفلاح القسم الثانوي.

ج-ا لمجال البشري: طبقت الدراسة الحالية على عينه قصدية قدرها (385) طالب تتراوح أعمارهم من (16-19) عاما.

د – المجال الزمني: جمعت البيانات خلال الفترة من يناير إلى نهاية إبريل 2025م.

أداة الدراسة

لتحقيق الهدف الأساسي للدراسة الحالية، والذي يتمثل في فحص (دراسة تأثير أنماط التعلق على سلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين) استخدمت الدراسة أدوات القياس التي تفي بهذا الغرض، وفيما يلي وصفًا مفصلاً لأدوات القياس المستخدمة في البحث.

مقياس أنماط التعلق: (إعداد الباحثان)

قام الباحثين بإعداد مقياس أنماط التعلق وفق الخطوات الآتية:

- الاطلاع على الدراسات والكتابات النظرية والمقاييس السابقة، والتي تناولت أنماط التعلق وعلاقته ببعض المتغيرات.
- جمع العديد من المعلومات الكافية عن طبيعة أنماط التعلق ومؤشراته الدالة عليه، وخصائص الأفراد في كل نمط من هذه الأنماط.
- تحديد أنماط التعلق الأساسية، والتي سوف يتم الاعتماد عليها في بناء المقياس، وذلك طبقًا للإطار النظري والمقاييس والدراسات السابقة المرتبطة بأنماط التعلق.
- وضع تعريف إجرائي لكل نمط من أنماط التعلق في ضوء الكتابات النظرية والدراسات السابقة حتى تتمكن من قياسه.
- في ضوء الخطوات والإجراءات السابقة تم صياغة عددا من العبارات (ن=48) من نوع التقرير الذاتي، موزعة على أربعة أنماط أساسية للتعلق

(الآمن، القلق، التجنبي، الغير منتظم)، وأمام كل عبارة خمسة بدائل للاختيار (موافق بشدة، موافق، محايد، معارض، معارض بشدة).

- صياغة تعليمات تتناسب وطبيعة المقياس. وذلك لإرشاد المشاركين إلى طريقة تسجيل استجاباتهم على بنود المقياس، وإعلامهم بالغرض الأساسي للمقياس، والتأكيد على سرية البيانات الخاصة بهم.

حساب الخصائص السيكومترية للمقياس:

أولًا: صدق المقياس:

للتحقق من صدق المقياس على ما يأتي:

أ/ صدق المُحكمين (الصدق الظاهري):

بعد الانتهاء من صياغة عبارات المقياس تم عرضه في صورته الأولية على عدد (12) مُحكماً من السادة الأساتذة أعضاء هيئة التدريس بجامعة ام القرى بقسم الخدمة الاجتماعية، وذلك بهدف الاستفادة من خبراتهم وآرائهم العلمية حول عبارات المقياس من حيث:

- مدى دقة صياغة عبارات المقياس.
- مدى انتماء كل فقرة للبعد الذي وردت ضمنه.
- مدى مناسبة اللغة المستخدمة للتطبيق على أفراد العينة.
- إضافة أو تعديل أو حذف ما يرونه من عبارات.

كما اعتمد أيضاً في تحليل أراء المحكمين على تلك المعادلة التي طورها (Lawshe, 1975) وهي تعتبر في الأساس طريقة لقياس الاتفاق بين المحكمين على عبارات الاستبيانات والمقاييس، والتي اقترح فيها المعادلة التالية:

$$CVR = \frac{n_e - (N \div 2)}{(N \div 2)}$$

- حيث CVR = معامل صلاحية محتوى العبارة.
- ne = عدد المحكمين الذين اتفقوا على صلاحية محتوى العبارة.
- N= العدد الكلي للمحكمين.

ويتراوح معامل Lawshe بين (−1 و +1) , وقد وضع Lawshe جدولًا للحد الأدنى من النسب المقبولة للحكم على صلاحية محتوى البند وفقاً للعدد الكلي للمحكمين كما يوضحه الجدول رقم (1) التالي:

جدول1: *الحد الأدنى المقبول من معامل لوشي وفقًا لعدد المحكمين (Cohen & Swerdlik, 2010)*

عدد المحكمين	الحد الأدنى المقبول	عدد المحكمين	الحد الأدنى المقبول
5	0.99	13	0.54
6	0.99	14	0.51
7	0.99	15	0.49
8	0.75	20	0.42
9	0.78	25	0.37
10	0.62	30	0.33
11	0.59	35	0.31
12	0.56	40	0.29

وإذا كان المعامل يساوي صفر دل على أن عدد المتفقين على البند مساويا لعدد الرافضين له، وإذا كان المعامل بالسالب كان عدد الرافضين للبند أكبر من عدد الموافقين عليه، وفي كلا الحالتين يجب حذف هذا البند من المقياس (Cohen, & Swerdlik, 2010, 177،179). وجدول (2) التالي يوضح معامل Lawshe لكل بند من بنود مقياس التوافق الأسري.

جدول2:*معامل Lawshe لصدق بنود مقياس أنماط التعلق (ن=12)*

رقم العبارة	CVR	رقم العبارة	CVR	رقم العبارة	CVR	رقم العبارة	CVR	رقم العبارة	CVR
1	0.99	11	0.99	21	0.99	31	0.83	40	0.67
2	0.83	12	0.67	22	0.83	32	0.99	41	0.99
3	0.67	13	0.67	23	0.99	33	0.83	42	0.83
4	0.67	14	0.83	24	0.67	34	0.83	43	0.83
5	0.99	15	0.99	25	0.83	35	0.83	44	0.83
6	0.83	16	0.83	26	0.67	36	0.99	45	0.83
7	0.67	17	0.99	27	0.99	37	0.83	46	0.67

رقم العبارة	CVR	رقم العبارة	CVR	رقم العبارة	CVR	رقم العبارة	CVR	رقم العبارة	CVR
8	0.99	18	0.99	28	0.83	38	0.67	47	0.83
9	0.67	19	0.83	29	0.83	39	0.99	48	0.99
10	0.83	20	0.67	30	0.67				

يتضح من جدول (2) السابق أن معاملات صدق بنود مقياس أنماط التعلق تزيد عن الحد الأدنى الذي حدده (Lawshe, 1975) وهو يبلغ (0.56) في حالة عدد المحكمين (ن=12)، وبذلك يمكن القول بأنه تم التحقق من صدق المقياس، وهناك بعض العبارات التي تم تعديل صياغتها وفقا لآراء المحكمين.

ب– صدق الاتساق الداخلي:

تم حساب الاتساق الداخلي لعبارات مقياس أنماط التعلق عن طريق:

– حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للنمط الذي تنتمي إليه.

– حساب معامل الارتباط بين الأنماط الفرعية للمقياس وبعضها البعض.

واستخدم معامل ارتباط بيرسون وذلك كما في الجداول الآتية: حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للنمط الذي تنتمي إليه:

جدول3: *قيم معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للنمط الذي تنتمي إليه (ن=50)*

التعلق الآمن		التعلق القلق		التعلق التجنبي		التعلق غير المنتظم	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
1	0.66**	1	0.66**	1	0.52**	1	0.58**
2	0.54**	2	0.71**	2	0.41**	2	0.61**
3	0.58**	3	0.52**	3	0.45**	3	0.59**
4	0.60**	4	0.48**	4	0.56**	4	0.57**
5	0.62**	5	0.53**	5	0.62**	5	0.48**
6	0.65**	6	0.56**	6	0.59**	6	0.60**
7	0.48**	7	0.60**	7	0.61**	7	0.62**
8	0.52**	8	0.62**	8	0.63**	8	0.63**
9	0.49**	9	0.59**	9	0.65**	9	0.48**
10	0.47**	10	0.47**	10	0.62**	10	0.68**
11	0.51**	11	0.42**	11	0.57**	11	0.57**
12	0.50**	12	0.39**	12	0.45**	12	0.55**
** مستوى دلالة (0.01)				* مستوى دلالة (0.05)			

يتضح من جدول (3) السابق أن قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للنمط الذي تنتمي إليه تراوحت بين (0.39 و0.71) وهي معاملات ارتباط مقبولة ودالة إحصائيا عند مستوى(0.01) وبالتالي يمكن القول بأنه تم التحقق من الاتساق الداخلي للمقياس، وأن العبارات تقيس ما يقيسه النمط الذي تنتمي إليه، وهو مؤشر على صدق المقياس. حساب معامل الارتباط بين الأنماط الفرعية للمقياس:

جدول4:*مصفوفة الارتباط بين الأنماط الفرعية والدرجة الكلية لمقياس أنماط التعلق (ن=50)*

أنماط التعلق	التعلق الآمن	التعلق القلق	التعلق التجنبي	التعلق غير المنتظم
التعلق الآمن	–			
التعلق القلق	-0.69**	–		
التعلق التجنبي	-0.58**	0.55**	–	
التعلق غير المنتظم	-0.71**	0.62**	0.60**	–

يتضح من جدول (4) السابق أن قيم معاملات الارتباط بين درجات الأنماط الفرعية للمقياس وبعضها البعض تراوحت بين (0.71 -0.55)، وهي معاملات ارتباط إيجابية مقبولة وجميعها دالة إحصائيا عند مستوى (0.01) , وبالتالي؛ يمكن القول بأنه تم التحقق من الاتساق الداخلي للمقياس.

ج- الصدق الذاتي الإحصائي:

وقد تم حساب الصدق الذاتي للمقياس عن طريق؛ إيجاد قيمة الجذر التربيعي لمعامل الثبات لكل بعد من نمط من أنماط المقياس، والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول5:*نتائج معاملات الصدق الذاتي لمقياس أنماط التعلق*

م	أنماط التعلق	الصدق الذاتي
1	التعلق الآمن	0.89
2	التعلق القلق	0.92
3	التعلق التجنبي	0.87
4	التعلق غير المنتظم	0.90

يتضح من جدول (5) السابق أن أنماط المقياس، يتمتع كل منهم بدرجة صدق ذاتي مرتفعة حيث بلغ معامل الصدق الذاتي بالنسبة للأنماط الفرعية على التوالي (0.89/ 0.92/0.87/0.90) مما يدل على ارتفاع درجة صدق المقياس، وبالتالي صلاحيته للاستخدام في صورته الحالية.

ثانيا: ثبات المقياس:

أ/ حساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ: تم استخدام معامل ألفا كرونباخ لحساب ثبات المقياس، وذلك لأن معامل ألفا كرونباخ يعد مؤشرا للتكافؤ، ويعطي الحد الأدنى للقيمة التقديرية لمعامل ثبات المقاييس، أي أن حساب معامل الثبات بأي طريقة لا يقل عن حسابه بطريقة ألفا كرونباخ، فإذا كانت قيمة ألفا كرونباخ مرتفعة؛ دل ذلك على ثبات درجات الاختبار (صلاح الدين علام, 2000, 166) , ويوضح جدول (6) التالي معامل ثبات المقياس:

جدول6:*معامل ثبات ألفا كرونباخ لمقياس أنماط التعلق*

م	أنماط التعلق	عدد العبارات	ثبات ألفا كرونباخ
1	التعلق الآمن	12	0.79
2	التعلق القلق	12	0.85
3	التعلق التجنبي	12	0.76
4	التعلق غير المنتظم	12	0.81

يتضح من جدول (6) السابق وجود درجة ثبات مرتفعة للمقياس، حيث بلغ معامل ثبات ألفا كرونباخ بالنسبة للأنماط الفرعية على التوالي (0.79/0.85/0.76/0.81) وهي قيم ثبات مرتفعة، وبالتالي زيادة الثقة في النتائج التي أمكن التوصل إليها من خلال المقياس.

أ) مقياس سلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي:

تم إعداد سلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي وفق الخطوات الآتية:

- الاطلاع على الدراسات والكتابات النظرية والمقاييس السابقة، والتي تناولت سلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي
- جمع العديد من المعلومات الكافية عن طبيعة وسائل التواصل الاجتماعي والاستخدام غير الصحي لكل منها.
- في ضوء الخطوات والإجراءات السابقة تم صياغة عددا من العبارات (ن=23) من نوع التقرير الذاتي، تعبر عن الاستخدام غير الصحي لوسائل التواصل الاجتماعي.
- صياغة تعليمات تتناسب وطبيعة المقياس. وذلك لإرشاد المشاركين إلى طريقة تسجيل استجاباتهم على بنود المقياس، وإعلامهم بالغرض الأساسي للمقياس، والتأكيد على سرية البيانات الخاصة بهم.
- حساب الخصائص السيكومترية للمقياس:

أولًا: صدق المقياس

للتحقق من صدق المقياس على ما يأتي:

أ/ صدق المُحكمين (الصدق الظاهري):

بعد الانتهاء من صياغة عبارات المقياس تم عرضه في صورته الأولية على عدد (12) مُحكما من السادة الأساتذة أعضاء هيئة التدريس بجامعة ام القرى بقسم الخدمة الاجتماعية وذلك بهدف الاستفادة من خبراتهم وآرائهم العلمية حول عبارات المقياس من حيث:

- مدى دقة صياغة عبارات المقياس.
- مدى انتماء كل فقرة للبعد الذي وردت ضمنه.
- مدى مناسبة اللغة المستخدمة للتطبيق على أفراد العينة.
- إضافة أو تعديل أو حذف ما يرونه من عبارات.

كما اعتمد أيضا في تحليل أراء المحكمين على تلك المعادلة التي طورها (Lawshe, 1975) وهي تعتبر في الأساس طريقة لقياس الاتفاق بين المحكمين على عبارات الاستبيانات والمقاييس:

جدول7:*معامل Lawshe لصدق بنود مقياس سلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي (ن=12)*

رقم العبارة	CVR	رقم العبارة	CVR	رقم العبارة	CVR	رقم العبارة	CVR	رقم العبارة	CVR
1	0.83	6	0.83	11	0.83	16	0.83	21	0.83
2	0.99	7	0.83	12	0.83	17	0.99	22	0.83
3	0.83	8	0.83	13	0.99	18	0.83		
4	0.83	9	0.99	14	0.83	19	0.83	23	0.99
5	0.83	10	0.83	15	0.83	20	0.99		

يتضح من جدول (7) السابق أن معاملات صدق بنود مقياس سلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي تزيد عن الحد الأدنى الذي حدده (Lawshe, 1975) وهو يبلغ (0.56) في حالة عدد المحكمين (ن=12) وبذلك يمكن القول بأنه تم التحقق من صدق المقياس، وهناك بعض العبارات التي تم تعديل صياغتها وفقا لآراء المحكمين.

ب– صدق الاتساق الداخلي: تم حساب الاتساق الداخلي لعبارات مقياس سلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي عن طريق:

– حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس. وتم استخدم معامل ارتباط بيرسون وذلك كما في الجدول الآتي:

جدول8:*قيم معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس (ن=50)*

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
1	0.65**	7	0.59**	13	0.58**	19	0.73**
2	0.68**	8	0.68**	14	0.49**	20	0.49**
3	0.59**	9	0.70**	15	0.57**	21	0.57**
4	0.62**	10	0.60**	16	0.58**	22	0.59**
5	0.63**	11	0.65**	17	0.55**	23	0.67**
6	0.49**	12	0.66**	18	0.63**		
** مستوى دلالة (0.01)				* مستوى دلالة (0.05)			

يتضح من جدول (8) السابق أن قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس تراوحت بين (0.49 و0.73) وهي معاملات ارتباط مقبولة ودالة إحصائيا عند مستوى (0.01)وبالتالي يمكن القول بأنه تم التحقق من الاتساق الداخلي للمقياس. وأن العبارات تقيس ما تقيسه الدرجة الكلية.

ج) الصدق الذاتي الإحصائي: وقد تم حساب الصدق الذاتي للمقياس عن طريق؛ إيجاد قيمة الجذر التربيعي لمعامل الثبات حيث بلغ الصدق الذاتي للمقياس (0.92)، مما يدل على ارتفاع درجة صدق المقياس، وبالتالي صلاحيته للاستخدام في صورته الحالية.

ثانيا: ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ:

تم استخدام معامل ألفا كرونباخ لحساب ثبات المقياس، حيث بلغ معامل ثبات ألفا كرونباخ (0.85) وهي قيمة ثبات مرتفعة، وبالتالي زيادة الثقة في النتائج التي أمكن التوصل إليها من خلال المقياس.

نتائج الدراسة

أولا: نتائج الخصائص الديموغرافية لعينة الدراسة

جدول9:*يوضح توزيع أفراد العينة حسب الصف الدراسي (ن= 385)*

م	الصف الدراسي	ك	النسبة
1	الأول الثانوي	110	%28.57
2	الثاني الثانوي	135	%35.06
3	الثالث الثانوي	140	%36.36
المجموع		385	%100

يتضح من الجدول السابق رقم (9) ان غالبية العينة من الصف الدراسي الأول ثانوي بالنسبة 28.57%، تليها الصف ثاني ثانوي بالنسبة 35.06%، وبعدها الصف ثالث ثانوي بالنسبة 36.36%

جدول10: *يوضح توزيع أفراد العينة* حسب مدة الاستخدام اليومي لوسائل التواصل الاجتماعي (ن= 385)

م	مدة الاستخدام	ك	النسبة
1	أقل من ساعتين يوميا	40	%10.39
2	من 2 إلى 5 ساعات	180	%46.75
3	أكثر من 5 ساعات	165	%42.86
المجموع		385	%100

يتضح من الجدول السابق رقم (10) ان غالبية العينة تستخدم وسائل التواصل الاجتماعي أكثر من ساعتين الى خمس ساعات يوميا بالنسبة 46.75%، تليها المستخدمين أكثر من خمس ساعات يوميا بالنسبة 42.86%، بعدها اقل من ساعتين يوميا 10.39%.

جدول11:*يوضح توزيع أفراد العينة حسب مستوى تعليم الوالدين (ن= 385)*

م	مستوى التعليم	ك	النسبة
1	الابتدائية	20	%5.19
2	الثانوية	68	%17.66
3	تعليم متوسط	139	%36.10
	تعليم جامعي	158	%41.04
المجموع		385	%100

يتضح من الجدول السابق رقم (11) توزيع أفراد العينة حسب مستوى تعليم الوالدين حيث يوضح ان غالبية العينة لديها والدين متعلمين تعليم جامعي بالنسبة 41.04%، تليها التعليم المتوسط بالنسبة 36.10%، بعدها الثانوية بالنسبة 17.66% وتليها التعليم الابتدائي بالنسبة 5.19% وهي الأقل.

ثانيا: نتائج أسئلة الدراسة

تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، وذلك لكل نمط من أنماط التعلق (الآمن – القلق – التجنبي – غير المنتظم)، وحساب قيمة "ت" لمجموعة واحدة لاستكشاف دلالة الفروق بين المتوسط الحسابي الحقيقي والمتوسط الفرضي وذلك لكل نمط من أنماط التعلق، والمتوسط الفرضي هو الدرجة المتوسطة التي تتوسط الميزان التقديري الخماسي (5–4–3–2–1) وهي تمثل الدرجة (3)، والجدول التالي يوضح قيمة "ت" ودلالتها الإحصائية:

جدول12:*قيمة "ت" ودلالتها الإحصائية للفروق بين المتوسط الحقيقي* والمتوسط الفرضي وذلك لكل نمط من أنماط التعلق لدى المراهقين (ن=385)

مقياس أنماط التعلق	عدد البنود	المتوسط الحسابي		الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
نمط التعلق الآمن	12	الفرضي	36	7.06	-1.003	غير دالة
		الحقيقي	35.64			
نمط التعلق القلق	12	الفرضي	36	5.75	4.75	0.01
		الحقيقي	37.39			
نمط التعلق التجنبي	12	الفرضي	36	5.85	4.84	0.01
		الحقيقي	37.44			
نمط التعلق غير المنتظم	12	الفرضي	36	5.86	5.05	0.01
		الحقيقي	37.51			

قيمة "ت" الجدولية عند درجة حرية (384) ومستوى دلالة (0.01) = 2.581 وعند مستوى دلالة (0.05) = 1.962

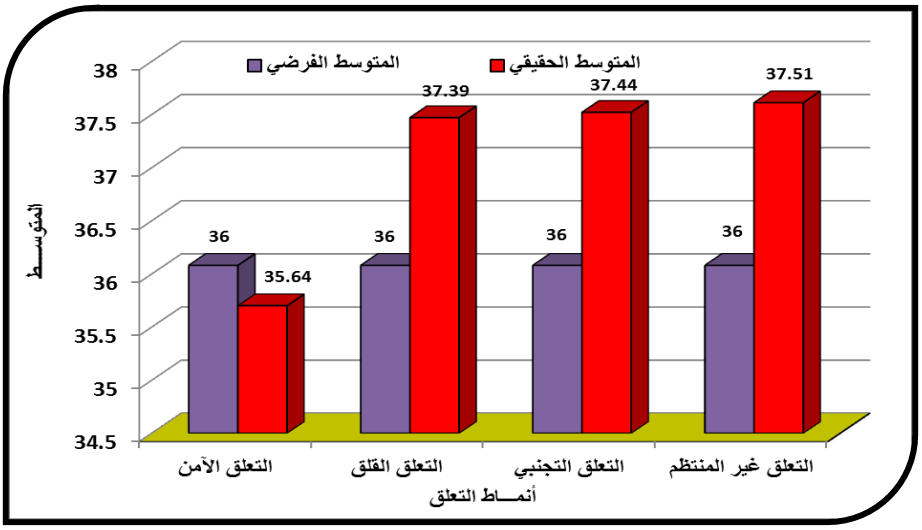
يتضح من الجدول السابق ما يلي:

- لا توجد فروق دالة إحصائيا بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحقيقي في نمط التعلق الآمن، حيث بلغت قيمة "ت"(1.003-)، وهي قيمة غير دالة إحصائيا لأنها أقل من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى (0.05) والتي تبلغ (1.962)، وهذا يشير إلى جود مستوى متوسط من نمط التعلق الآمن لدى أفراد العينة من المراهقين.

- توجد فروق دالة إحصائيا بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحقيقي في أنماط التعلق (القلق – التجنبي – غير المنتظم)، حيث بلغت قيمة "ت" على التوالي (4.75 – 4.84 – 5.05)، وهي جميعها قيم دالة إحصائيا عند مستوى (0.01) لأنها أكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى (0.01) والتي تبلغ (2.581)، وهذا يشير إلى جود مستوى) فوق المتوسط) من أنماط التعلق (القلق – التجنبي – غير المنتظم)، لدى أفراد العينة من المراهقين.

- جاء نمط التعلق (غير المنتظم) أكثر أنماط التعلق السائدة لدى المراهقين، حيث بلغ المتوسط الحسابي للنمط (37.51) بانحراف معياري قدره (5.86)، يليه نمط التعلق (التجنبي) بمتوسط قدره (37.44)، ثم نمط التعلق القلق بمتوسط قدره (37.39)، وأخيرا نمط التعلق الآمن بمتوسط قدره (35.64).

والشكل التالي يوضح الفروق بين المتوسط الحسابي الحقيقي والمتوسط الفرضي وذلك لكل نمط من أنماط التعلق لدى المراهقين:



شكل1: *الفروق بين المتوسط الحسابي الحقيقي والمتوسط الفرضي وذلك لكل نمط من أنماط التعلق لدى المراهقين*

يتضح من الشكل السابق انخفاض الفروق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحقيقي في نمط التعلق الآمن، كما يتضح ارتفاع حجم الفروق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحقيقي في نمط التعلق (القلق – التجنبي – غير المنتظم) لدى أفراد العينة من المراهقين.

وتفسير هذه نتيجة في ضوء نتائج دراسة الصانع (2025) حيث اتفقت إلى أن قيمة متوسط درجات عينة الدارسة النمط التجنبي بلغت (3.30) وهو الأعلى من بين أنماط التعلق حيث جاء في المرتبة الأولى بينما جاء فى المرتبة الثانية النمط القلق (3.29) وفى المرتبة الأخيرة جاء النمط الأمن.

كما تم حساب معامل ارتباط بيرسون، لفحص قوة العلاقة ونوعها ودلالة تلك العلاقة بين أنماط التعلق (الآمن – القلق – التجنبي – غير المنتظم) من جهة؛ وسلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي من جهة أخرى، لدى المراهقين، وبيانات الجدول التالي توضح ذلك.

جدول13:*معامل ارتباط بيرسون بين أنماط التعلق (الآمن – القلق – التجنبي – غير المنتظم) وسلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين (ن= 385)*

أنماط التعلق	معامل الارتباط بالسلوكيات غير الصحية لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي	مستوى الدلالة
نمط التعلق الآمن	- 0.667	0.01
نمط التعلق القلق	0.657	0.01
نمط التعلق التجنبي	0.674	0.01
نمط التعلق غير المنتظم	0.149	0.01

قيمة "R" الجدولية عند درجة حرية (383) ومستوى دلالة (0.01) = 0.128 وعند مستوى دلالة (0.05) = 0.098

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

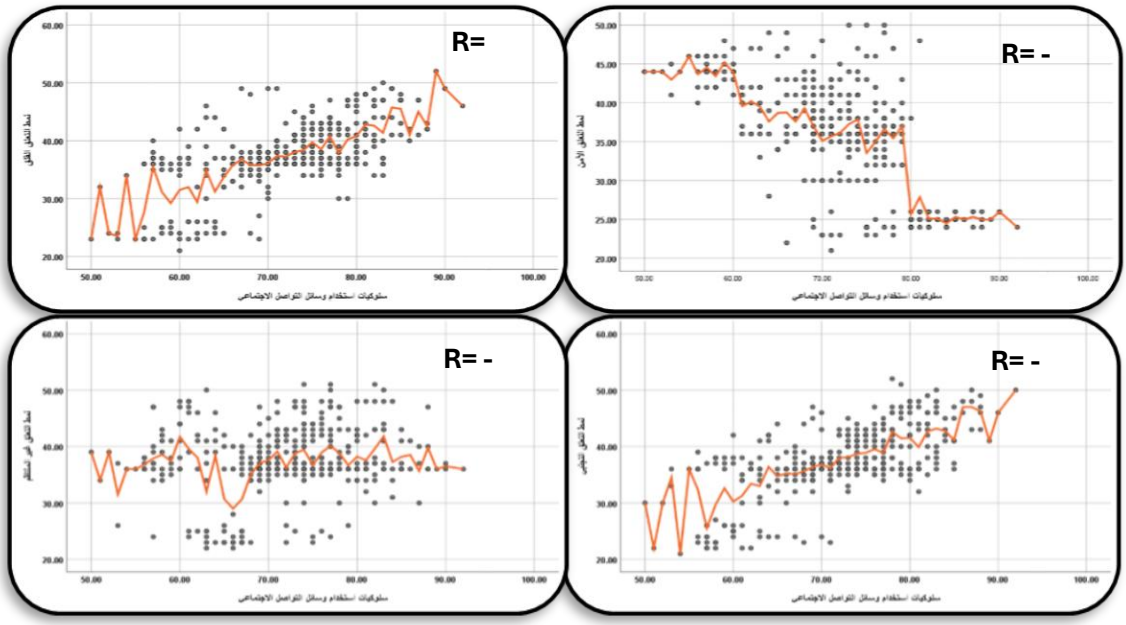
- وجود علاقة عكسية (متوسطة) بين نمط التعلق الآمن والسلوكيات غير الصحية لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي، حيث بلغ معامل الارتباط (0.667 -)، وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى (0.01)، لأنها (بغض النظر عن الإشارة) أكبر من قيمة (R) الجدولية عند مستوى (0.01)، وهذا يشير إلى أنه كلما ساد نمط التعلق الآمن لدى المراهقين؛ كلما قل استخدامهم غير الصحي لوسائل التواصل الاجتماعي، والعكس أيضا صحيح، كلما انخفض نمط التعلق الآمن؛ ارتفع معدل الاستخدام غير الصحي لوسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين. تفسر الباحثة هذه النتيجة في ضوء نتائج دراسة العازمي والمرتجى (2024) وأشارت النتائج إلى أن نوع التعلق الآمن كان الأعلى بين المراهقين، تلاه التعلق القلق، ثم التعلق التجنبي، ثم التعلق الرافض، وظهرت فروق دالة في التعلق الأمن في اتجاه الذكور. تفقت نتائج دراسة مباركي، واخرون (2017). حددت الأنماط السائد في المجتمع الطلابي حيث جاء النمط الآمن في المرتبة الأولى. التوصل إليها في دراسة (Mathew, 1995)التي كشفت عن وجود علاقة دالة بين أنماط التعلق غي الآمنة والعجز عن مهارات حل المشكلات الاجتماعية لدى المراهقين. كماهدفت دراسة ايمان دوماس (2023) إلى التحقيق من الكفاءة السيكومترية لمقياس أنماط التعلق الوجداني لدي عينة من الرشدين عددهم (112). كشفت نتائج دراسة معاوية أبو غزال (2014) أن نمط التعلق الأمن هو أكثر أنماط التعلق شيوعاً، لأن التعلق الآمن يتميزون بتقدير ذات عال، ولديهم رضا عن العلاقات مع الافراد والثقة بهم.

- وجود علاقة إيجابية (متوسطة) بين نمط التعلق (القلق – التجنبي) والسلوكيات غير الصحية لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي, حيث بلغ معامل الارتباط على التوالي (657 - 0.674), وهي قيم دالة إحصائيا عند مستوى (0.01), لأنها أكبر من قيمة (R) الجدولية عند مستوى (0.01), وهذا يشير إلى أنه كلما ساد وارتفع نمط التعلق (القلق – التجنبي) لدى المراهقين؛ كلما زاد أيضا استخدامهم غير الصحي لوسائل التواصل

الاجتماعي, والعكس أيضا صحيح, كلما انخفض نمط التعلق (القلق – التجنبي)؛ انخفض أيضا معدل الاستخدام غير الصحي لوسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين, أي أن زيادة أو نقصان كل منهما يكون في نفس الاتجاه. وتفسر الباحثة هذه النتيجة في ضوء أما العلاقة الموجبة بين نمط التعلق القلق أنهم يمتازون بالتقلب الانفعالي في تفاعلاتهم الاجتماعية مع الاخرين (Kim,2005)، فيمكن وتتفق مع النتيجة مع دراسة (Arsaln et al., 2012) التي كشفت عن وجود علاقة موجبة بين نمط التعلق القلق والتعامل مع المشكلات بطريقة سليمة، كما تتفق مع النتيجة التي تم تتفق هذه النتيجة مع دراسة أبو نمر (2011). اما بالنسبة للعلاقة الموجبة الدالة بين نمط التعلق التجنبي للمراهقين تزاد نظرة الإيجابية لذاته والسلبية للآخرين. كشفت نتائج دراسة معاوية أبو غزال (2014) أن نمط التعلق القلق وكل من التوجيه السلبي نحو المشكلات. كما تفق نتائج دراسة حسين (2017) ان بعض عوامل الشخصية ونمط التعلق التجنبي تفسر مجتمعة تباين مقداره 72.3% مفسر للاكتئاب، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في نمط التعلق ومستوى الاكتئاب.

- وجود علاقة إيجابية (ضعيفة) بين نمط التعلق (غير المنتظم) والسلوكيات غير الصحية لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي, حيث بلغ معامل الارتباط (0.149), وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى (0.01), لأنها أكبر من قيمة (R) الجدولية عند مستوى (0.01), وهذا يشير إلى أنه كلما ساد وارتفع نمط التعلق (غير المنتظم) لدى المراهقين؛ كلما زاد أيضا استخدامهم غير الصحي لوسائل التواصل الاجتماعي, والعكس أيضا صحيح, كلما انخفض نمط التعلق (غير المنتظم)؛ انخفض أيضا معدل الاستخدام غير الصحي لوسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين, أي أن زيادة أو نقصان كل منهما يكون في نفس الاتجاه, لكن هذه العلاقة ضعيفة استنادا إلى معامل ارتباط المحسوب بينهما. وتفسر الباحثة هذه النتيجة في ضوء نتائج دراسة عبد الرحمن بن عبد الله (2018). فأوضحت تواضع دور المدرسة التربوي في توجيه استخدام المراهقين لوسائل التواصل الاجتماعي، فضلا عن وجود فجوة في العلاقة بين الطلاب المراهقين ومعلميهم، رغم حث البعض منهم للطلاب على استخدام وسائل التواصل. كما تفق نتائج دراسة أمير عايدي (2008) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبه دالة إحصائيا بين أنماط التعلق غير الآمن وبين استجابة الاكتئاب لديهم، وبتحليل نتائج المادة الإسقاطية وجد أنها تعزز هذه النتيجة وتدعم صحتها حيث اتضح أن الحالات مرتفعة التعلق غير الآمن كانت أكثر عرضه للاكتئاب.

والشكل التالي يوضح الشكل الانتشاري للعلاقة بين أنماط التعلق (الآمن – القلق – التجنبي – غير المنتظم) وسلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين:



شكل 2: *يوضح الشكل الانتشاري للعلاقة بين أنماط التعلق (الآمن – القلق – التجنبي – غير المنتظم)* وسلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين

يتضح من الشكل السابق العلاقة العكسية بين نمط التعلق الآمن وسلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي، حيث يتبين من خط الانتشار الهبوط من أعلى لأسفل، كما يتضح من الشكل السابق العلاقة الإيجابية بين نمط التعلق (القلق – التجنبي) وسلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي، حيث يتبين من خط الانتشار الصعود من أسفل إلى أعلى، كما يتضح العلاقة الضعيفة بين نمط التعلق غير المنتظم وسلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي، حيث يتبين من خط الانتشار الصعود ظهوره في شكل يقترب من الخط الأفقي. تم استخدام تحليل الانحدار الخطي المتعدد، وكانت النتائج كما هي موضحة فيما يلي:

جدول14:*دلالة العلاقة الإجمالية لنموذج الانحدار من خلال تحليل التباين*

النموذج	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F)	مستوى الدلالة
الانحدار	23345.572	4	5836.393	1768.90	0.01
البواقي	1253.789	380	3.299		
المجموع	24599.361	384			

يشير الجدول (11) السابق إلى العلاقة الإجمالية من خلال جدول تحليل التباين ANOVA بين المتغير التابع (سلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي) والمتغيرات التفسيرية أو المستقلة (أنماط التعلق" الآمن – القلق – التجنبي – غير المنتظم) لدى أفراد العينة من المراهقين, حيث يكشف عن علاقة دالة إحصائياً بين مكونات النموذج والمتغير التابع, حيث بلغت قيمة (F) (1768.9), وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (0.01), وبالتالي يتم رفض الفرض الصفري القائل بأن كل الميول الانحدارية الجزئية تساوي (صفر), ويقبل الفرض البديل بوجود ميل انحداري واحد على الأقل لا يساوي (صفر).

جدول15:*تقييم العلاقة الجزئية لنموذج الانحدار من خلال اختبار "ت"*

المتغير المستقل	القيم اللامعيارية		القيم المعيارية	R2	قيمة (T)	الدلالة
	B	الخطأ المعياري	بيتا (Beta)	معامل التفسير		
القيمة الثابتة	-3.200-	1.772		0.948	-1.806-	0.07
التعلق الآمن	-0.080-	0.017	-0.071-		-4.687-	0.01
التعلق القلق	0.910	0.019	0.653		47.915	0.01
التعلق التجنبي	0.898	0.018	0.657		48.966	0.01
التعلق غير المنتظم	0.273	0.016	0.200		17.076	0.01

يتضح من جدول (12) السابق دلالة علاقة المتغيرات التفسيرية أو المستقلة (أنماط التعلق" الآمن – القلق – التجنبي – غير المنتظم) بالمتغير التابع (سلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي) لدى أفراد العينة من المراهقين، وتشير النتائج إلى ما يلي:

- نمط التعلق الآمن له تأثير عكسي وقدرة تنبؤية عكسية بسلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين؛ حيث كانت القيمة المعيارية (Beta) سالبة بقيمة (-0.071-), وكانت قيمة "T" سالبة أيضا وقيمتها (4.687 -), وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (0.01).
- نمط التعلق القلق له تأثير إيجابي وقدرة تنبؤية إيجابية بسلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين؛ حيث كانت القيمة المعيارية (Beta), (0.653), وكانت قيمة "T" (47.915), وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (0.01).
- نمط التعلق التجنبي له تأثير إيجابي وقدرة تنبؤية إيجابية بسلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين؛ حيث كانت القيمة المعيارية (Beta), (0.657), وكانت قيمة "T" (47.966), وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (0.01).
- نمط التعلق غير المنتظم له تأثير إيجابي وقدرة تنبؤية إيجابية بسلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين؛ حيث كانت القيمة المعيارية (Beta), (0.200), وكانت قيمة "T" (17.076), وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (0.01).
- معامل التفسير النهائي بلغ (0.948), وهذا يعني أن أنماط التعلق جميعها تسهم بنسبة (95%) تقريبا في التنبؤ بسلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين، ويعني أيضا أن المتغيرات المستقلة (أنماط التعلق" الآمن – القلق – التجنبي – غير المنتظم) يفسرا (95%) من التغيرات التي تحدث في المتغير التابع (سلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي) , والباقي (5%) يعود إلى عوامل أخرى منها الخطأ العشوائي.
- أن سلوكيات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي = القيمة الثابتة (-3.200) - (0.08 × التعلق الآمن) + (0.910 × التعلق القلق) + (0.898 × التعلق التجنبي) + (0.273 × التعلق غير المنتظم).

يفسر الباحثان هذه النتيجة في ضوء نتائج دراسة Bányai, F., Zsila, Á.,et al(2017) التي أشارت إلى أن الاستخدام المكثف لوسائل التواصل الاجتماعي بصورة غير صحيحة يؤدي إلى ارتفاع أعراض الاكتئاب للمراهقين لذلك يجب ان يتم استهدافهم من خلال برامج الوقاية والتدخل المستندة إلى المدرسة ، كما أكدت نتائج دراسة أسماء احمد(2020)

توصلت الدراسة إلى كفاءة المقياس من حيث الصدق والثبات كما توصلت نتائج الصدق العاملي إلى ان قيم الصدق للمقياس تصلح للاعتماد عليه في قياس فعالية أنماط التعلق، وان قيم الثبات الكلية كانت(0849)، وبذلك تشير إلى ان هذا المقياس يتسم بدرجة عالية من الثبات. يدل بأن الاستخدام الخاطئ وغير السوي بشكل مفرط وغير محدد أو موجه لوسائل التواصل الاجتماعي في جميع جوانب الحياة الخاصة والعامة والناتج عن الهروب للمواقع الافتراضية لإشباع حاجات نفسية غير مشبعة في الواقع الحقيقي، ولكنه يستغرق فيه مع الوقت ويتوحد معه فينعزل عن الواقع الحقيقي مما يؤدي لمشكلات صحية ونفسية، ومعرفية، واجتماعية، وسلوكه. (ايمان، 2023).

توصيات البحث

-تنظيم دورات تدريبية في المدارس والجامعات لتعزيز مهارات التواصل الفعال، وحل المشكلات، وإدارة الانفعالات، مما يساعد المراهقين على بناء علاقات صحية.

-لقاءات توعوية: عقد لقاءات وندوات في المدارس والجامعات لمناقشة مخاطر الإفراط في استخدام وسائل التواصل، مثل التنمر الإلكتروني والاكتئاب، بهدف توعية المراهقين وتعزيز فهمهم للمخاطر العناوين المقترحة للقاءات والندوات:

-التوازن الرقمي: كيف نحمي أنفسنا من مخاطر الإفراط في التواصل الاجتماعي؟

-التنمر الإلكتروني: التعرف على آثاره وسبل الوقاية منه.

-الاكتئاب والعزلة الرقمية: فهم الأسباب وطرق الدعم النفسي.

-مهارات التواصل الفعال: بناء علاقات صحية في العالم الرقمي

-يمكن تنظيم هذه اللقاءات في الجامعات والمدارس، بحيث تكون موجهة للمراهقين والطلاب، ويمكن أيضاً إشراك أولياء الأمور والمعلمين لتوسيع دائرة التوعية. بهذا الشكل، يصبح البرنامج أكثر فاعلية وقابلية للتنفيذ.

-توفير بيئة داعمة وممتعة: خلق بيئة ممتعة وجذابة في المدارس والجامعات تشجع المراهقين على تجربة أنشطة جديدة، وتوفر لهم الدعم المستمر.

-تفعيل الأنشطة اللاصفية بفاعلية: إقامة أنشطة رياضية جماعية أو نوادي قراءة في المدارس والجامعات، لتوفير بيئة محفزة وداعمة.

تصور مقترح يساعد في تعزيز استخدام المراهقين لوسائل التواصل الاجتماعي بشكل صحي لتطويرهم الشخصي والاجتماعي من منظور الخدمة الاجتماعية:

الأسس التي يقوم عليها:

1. تحليل نتائج الدراسات السابقة
2. الإطار النظري
3. مقابلات مع طلاب المرحلة الثانوية (المراهقين).
4. ما توصلت إليه الدراسات الميدانية الحالية ونتائجه.

أهداف التصور المقترح

الهدف الرئيس للبرنامج المقترح: تنمية الوعي لدى الطلاب بأنماط التعلق وأثرها في الاستخدام الخاطئ لوسائل التواصل الاجتماعي. الأهداف الفرعية للبرنامج:

-رفع مستوى الوعي لدى الطلاب بأنماط التعلق وتأثيرها على سلوكهم الرقمي.

-تمكين الطلاب من التعرف على المخاطر المرتبطة بالاستخدام الخاطئ لوسائل التواصل.

-تعزيز مهاراتهم في إدارة الوقت والتوازن الاستخدام الرقمي.

-تعزيز قدراتهم على التعامل الصحي مع هذه الوسائل.

-الفئة المستهدفة: ستكون الفئة المستهدفة هي الطلاب في مراحل دراسية محددة (المتوسطة والثانوية والجامعية) مع التركيز على الطلاب الأكثر استخداما للأنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي أو الذين يستخدمونه بشكل خاطئ.

-الاستراتيجيات المستخدمة في التصور المقترح: الاستراتيجيات المهنية للخدمة الاجتماعية مثل: استراتيجية الضبط الاجتماعي- استراتيجية بناء العلاقات- استراتيجية الاقناع.

-استراتيجية الضغط (الإيجابي): بحيث يتم توجيه الطلاب نحو بدائل صحية في اوقات فراغهم وكذلك تشجيعهم نحو الالتزام بالسلوك الرقمي المتوازن

-استراتيجية الأقناع: وهو توعية الطلاب بمخاطر استخدام الخاطئ لوسائل التواصل الاجتماعي عبر امثله حيه وواقعيه وكذلك تعزيز الدافعية عند الطلاب للتغيير الذاتي

-استراتيجية الضبط الاجتماعي وذلك عن طريق الاتفاق على قواعد استخدام وسائل التواصل الاجتماعي بشكل منضبط وتعزيز الرقابة الذاتية

-استراتيجية بناء العلاقات وهو عن طريق خلق علاقات مهنيه قائمه على العلاقة بين الاخصائي الاجتماعي والطالب وتشجيع الطالب للتعبير الحر عن المشاعر المرتبطة باستخدام وسائل التواصل أو الأنترنت عموما.

-أساليب الممارسة المهنية المستخدمة في التصور المقترح: الأساليب المهنية للخدمة الاجتماعية مثل:

(المقابلة- لعب الأدوار- المناقشات الجماعية- الاجتماعات- الندوات)

-تنظيم ورش عمل تفاعلية تتناول أنماط التعلق وكيفية تأثيرها على السلوك الرقمي.

- إقامة ندوات وحلقات نقاش مع مختصين في الخدمة الاجتماعية وعلم النفس.

-استخدام منصات تفاعلية رقمية لنشر الوعي وتقديم محتوى توعوي.

- استخدام أسلوب التقييم الشامل لفهم احتياجات الطلاب الفردية.

-تقديم دعم نفسي متكامل من خلال جلسات إرشادية واستشارية.

– تعزيز التواصل المستمر مع الأسرة والمدرسين لدعم الطلاب بشكل شامل.

آلية تطبيق الاستراتيجيات: تطبيق الاستراتيجيات تتضمن عدة خطوات عملية، ومنها:

1. تخطيط مفصل: وضع خطة تنفيذية واضحة تحدد الخطوات الزمنية والمهام المحددة لكل مرحلة.
2. تدريب الكوادر: التأكد من أن جميع المعنيين، سواء من المعلمين أو المختصين، قد حصلوا على التدريب المناسب لتنفيذ الاستراتيجيات بفعالية.
3. التنفيذ التدريجي: البدء بتنفيذ الأنشطة بشكل تدريجي، مع متابعة التقدم وتقييم النتائج بشكل دوري.
4. التواصل المستمر: الحفاظ على قنوات اتصال مفتوحة مع جميع الأطراف، بما في ذلك الطلاب وأولياء الأمور، لضمان التفاعل والمشاركة الفعالة.
5. المراجعة والتقييم: إجراء تقييمات دورية لقياس فعالية الاستراتيجيات، وتعديلها بناء على النتائج والمرئيات.
6. التغذية الراجعة: جمع ملاحظات من المشاركين لتطوير وتحسين البرنامج باستمرار.

- الموارد المطلوبة: موارد بشرية: الاخصائيون الاجتماعيون، والمواد التعليمية والأدوات التقنية.
- الجدول الزمني: سيتم وضع خطة زمنية مفصلة، تتضمن مراحل التنفيذ ومواعيد الأنشطة المختلفة، لضمان التقدم المنظم.
- آليات التقييم: سنضع معايير واضحة لقياس نجاح البرنامج، من خلال استطلاعات رأي، وتقييمات دورية، لضمان تحقيق الأهداف المرجوة.
- التعاون والشراكات: سنعمل على بناء شراكات مع المؤسسات التعليمية، والجهات المختصة، لدعم البرنامج وتحقيق أفضل النتائج.
- القائمين على التنفيذ: متخصصين في الخدمة الاجتماعية.
- اليه تطبيق الفنيات المهنية:
- عن طريق اجراء المقابلات الفردية لتشخيص أنماط التعلق أو سوء استخدام الأنترنت
- لعب الأدوار: وتستخدم مع الطلاب لمحاكاة مواقف رقمية واقعيه
- المناقشات الجماعية: لتبادل الخبرات بين الطلاب بعضهم وبعض
- الندوات والاجتماعات: وذلك مع المختصين
- المنصات الرقمية: وذلك لنشر محتوى توعوي تفاعلي ايجابي.

مؤشرات قياس نجاح البرنامج في تحقيق أهدافه: مؤشرات قياس نجاح البرنامج يمكن أن تشمل ما يلي:

– مؤشرات معرفية: لزيادة فهم الطلاب ومستوى وعيهم لأنماط التعلق وتأثيرها على استخدام وسائل التواصل
– تحسن فهم الطلاب لمخاطر الاستخدام الخاطئ لوسائل التواصل الاجتماعي
– مؤشرات سلوكيه: ويمكن من خلالها أن نساعد الطالب على:
– تقليل عدد الساعات غير الضرورية لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي
– مؤشرات نفسية واجتماعية: والتي تسعى إلى تحسين التوازن النفسي والاجتماعي والأكاديمي للطالب
– مستوى المشاركة: قياس مدى تفاعل الطلاب مع الأنشطة والورش والندوات المقدمة، من خلال الحضور والمشاركة الفعالة.
– التغذية الراجعة: جمع آراء الطلاب وأولياء الأمور والمعلمين حول فعالية البرنامج وملاءمته لاحتياجاتهم.
– النتائج الأكاديمية والنفسية: متابعة أي تحسن في الأداء الأكاديمي أو الصحة النفسية للطلاب نتيجة البرنامج

أدوار الممارس العام لمواجهة سوء استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين:

أ. دور الممارس العام مع الطلاب

– توجيه الطالب ليكفيه الاستفادة الإيجابية من وسائل التواصل الاجتماعي.
– نشر الوعي بأخلاقيات استخدام مواقع التواصل الاجتماعي.
– توعية الطلاب بمخاطر الاستخدام الزائد لوسائل التواصل الاجتماعي.

ب. دور الممارس العام مع الأسرة

– مساعدة الأسرة على تنظيم أوقات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي.
– تثقيف وتوعية أولياء الأمور بطبيعة المراحل المراهقة التي يمر به أبنائهم من خلال الندوات واللقاءات.
– تفعيل دور الرقابة الأسرية عند تصفح الطلاب لوسائل الانترنت.
– توعية الآباء لتوفير مناخ أسري مناسب ويسمح بتبادل الآراء مع الأبناء.
– توعية أفراد الأسرة بخطورة تصفح المواقع غير الأخلاقية.

ج. دور الأخصائي الاجتماعي في المدرسة

– توفير اللوحات والاعلانات اللازمة عن أضرار الاستخدام المفرط لوسائل التواصل الاجتماعي.
– التوعية الطلاب على التأكيد على القيم المجتمعية والأخلاقية الإيجابية داخل المجتمع.
– البرامج والندوات وورش العمل لتنمية وعي الطلاب.
– برنامج توعوي متكامل يستمر على مدار الفصل الدراسي، يشمل محاضرات وورش عمل.
– ندوات دورية مع مختصين في علم النفس والخدمة الاجتماعية.
– جلسات توجيه فردية لمساعدة الطلاب في وضع خطط شخصية للتوازن الرقمي.

الإفصاح والتصريحات

تضارب المصالح: ليس لدى المؤلف أي مصالح مالية أو غير مالية ذات صلة للكشف عنها. المؤلف يعلن عن عدم وجود أي تضارب في المصالح.

الوصول المفتوح: هذه المقالة مرخصة بموجب ترخيص إسناد الإبداع التشاركي غير تجاري 4.0 الدولي(CC BY- NC 4.0) ، الذي يسمح بالاستخدام والمشاركة والتعديل والتوزيع وإعادة الإنتاج بأي وسيلة أو تنسيق، طالما أنك تمنح الاعتماد المناسب للمؤلف (المؤلفين) الأصليين. والمصدر، قم بتوفير رابط لترخيص المشاع الإبداعي، ووضح ما إذا تم إجراء تغييرات. يتم تضمين الصور أو المواد الأخرى التابعة لجهات خارجية في هذه المقالة في ترخيص المشاع الإبداعي الخاص بالمقالة، إلا إذا تمت الإشارة إلى خلاف ذلك في جزء المواد. إذا لم يتم تضمين المادة في ترخيص المشاع الإبداعي الخاص بالمقال وكان الاستخدام المقصود غير مسموح به بموجب اللوائح القانونية أو يتجاوز الاستخدام المسموح به، فسوف تحتاج إلى الحصول على إذن مباشر من صاحب حقوق الطبع والنشر. لعرض نسخة من هذا الترخيص، قم بزيارة:

– https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0

المراجع

أبو غزال، معاوية وجرادات، عبد الكريم.(2009). أنماط تعلق الراشدين وعلاقتها بتقدير الذات والشعور بالوحدة. *المجلة الأردنية في العلوم التربوية*، *5*(1) 45 -57 ، https://search.emarefa.net/ar/detail/BIM-265562–

أبو نمر، منى.(2011). *أنماط التعلق وعلاقتها بكشف الذات لدى الطلبة المراهقين في الجليل الأعلى*. [رسالة ماجستير غير منشورة]، جامعة اليرموك، إربد، الأردن.

أسعيد، دانيال سليم خالد.(2003). *مشكلات طلبة المرحلة الثانوية بمحافظة غزة وسبل علاجها في ضوء الفكر التربوي الإسلامي*، [رسالة ماجستير غير منشورة]، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

أسماء احمد محمد حسين.(2020). الخصائص السيكومترية لمقياس أنماط التعلق لدي طلاب المرحلة الثانوية، *مجلة العلوم التربوية*، جامعة جنوب الوادى، ج3 (2). 179-201 https://search.emarefa.net/ar/detail/BIM-1295924

إيمان دوماس زكي دوماس.(2023). الخصائص السيكومترية لمقياس أنماط التعلق الوجداني للراشدين، *مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس*،*47*(1)، 97-126. https://jfeps.journals.ekb.eg/article_297830.html

ايمان نبيل مرسي سراج.(2023). الخصائص السيكومترية لمقياس إساء استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى المراهقين، *مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس*، *47*(4).109-136، https://www.researchgate.net/publication/378130353_alkhsays_alsykwmtryt_lmqyas_asat_astkhdam_wsayl_altwasl_alajtmay_ldy_almrahqyn

بشارة، موفق سليم، العطيات، خالد عبد الرحمن وقسايمة، المثنى مصطفى.(2014). أنماط تعلق الراشدين وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية. *مجلة الطفولة والتربية*.*18*(6)، 167-205، https://www.researchgate.net/publication/325335700_bshart_mwfq_altyat_khald_walqsaymt_almthny_2014_anmat_tlq_alrashdyn_wlaqtha_balmsandt_alajtmayt_mjlt_altfwlt_waltrbyt_18_6_167_-_205

البغدادي، نبيل محمد عبد العزيز.(2008). *بعض المشكلات النفسية لدي الأطفال ذوي التعلق الآمن وغير الآمن*، [رسالة دكتوراه منشورة]، مصر، جامعة عين شمس.

بوجمعه ،حريرى وعبدالغاني، قتالي.(2025). تأثير استخدام شبكات التواصل الاجتماعي في تغيير القيم لدى طلبة الجامعة، *مجلة دراسات إنسانية واجتماعية، جامعة وهران* 2 محمد بن 262 - 247

تيسير، لصقر، وغرام هنداوي.(2016). واقع استخدام مواقع التواصل الاجتماعي من وجهة نظر الطلبة المراهقين وأثرها في سلوكهم من وجهة نظر أولياء الأمور، *مؤته للبحوث والدراسات*.*31*(2)، http://dx.doi.org/10.35682/1460

جمعية الاجتماعيين العمانية. (2020). *أثر استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على تنشئة الطفل في المجتمع العماني (التعليمية، الاجتماعية، النفسية، الصحية)*. وزارة التنمية الاجتماعية، سلطنة عمان. https://portal.mosd.gov.om/webcenter/content/conn/WebCenterSpaces-ucm/path/Enterprise%20Libraries/MOSDExternalPortal/Publications/socialstudies/29.pdf

حامد، ايناس.(2015). مواقع التواصل الاجتماعي ودورها في رصد انتهاكات حقوق الانسان حول الطفل بعد الثورات العربية، *مجلة دراسات الطفولة*. https://portal.mosd.gov.om/webcenter/content/conn/WebCenterSpaces-ucm/path/Enterprise%20Libraries/MOSDExternalPortal/Publications/socialstudies/29.pdf

الحسين، أسعد بن ناصر.(2016). أثر وسائل التواصل على سلوكيات وقيم الشباب من منظور التربية الإسلامية *مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر*، 35(169) الجزء الثالث، 325-359. https://search.shamaa.org/fullrecord?ID=250506

حسين، سلام؛ المناصر، نور الليان. (2017). مساهمة أنماط التعلق الراشدي وعوامل الشخصية في تفسير الاكتئاب. *مجلة دراسات عربية*، 16(1).

الرويلي، أسماء قربان العاصي.(2024). واقع استخدام المراهقات لمواقع التواصل الاجتماعي: دراسة على عينة من طالبات المرحلتين المتوسطة والثانوية، *مجلة الخدمة الاجتماعية، الجمعية المصرية للأخصائيين الإجتماعيين*، 79(2)، 217 – 188، https://egjsw.journals.ekb.eg/article_339762.html

الزبون، محمد وصعيليك .(2014م). الآثار الاجتماعية والثقافية لشبكات التواصل الاجتماعي على الأطفال في سن المراهقة في الأردن، *مجلة الأردن للعلوم الاجتماعية*.*7*(2)،*225-251* *https://search.mandumah.com/Record/606681*

الزعاترة، م .(2018) *التواصل الاجتماعي وتأثيره على القيم الاجتماعية لدى الشباب الجامعي* .دار وائل للنشر والتوزيع.

زهو، عاطف محمد.(2017م). الافراط في استخدام شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقاتها بالمشكلات الاجتماعية، دراسة مطبقة على أمهات طالبات المرحلة المتوسطة في منطقة الباحة، *مجلة كلية التربية*، 28 (109)، 1-65، https://journals.ekb.eg/article_52083.html

زيدان، حكيمة رجب علي.(2020). برنامج توجيهي مقترح للخدمة الاجتماعية باستخدام نظرية التعلق لتدعيم الأمن الأسري للأطفال بالأسر البديلة، الفيوم، *مجلة كلية العلوم الاجتماعية للدراسات والبحوث الاجتماعية، جامعة الفيوم.4*(19)،169-208 https://journals.ekb.eg/article_106529.html

الشناوي، م .(2016) *علم نفس النمو: الطفولة والمراهقة* .دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع.

الشهري، حنان. (2013).*أثر استخدام شبكات التواصل الالكترونية على العلاقات الاجتماعية* جدة، جامعة الملك عبد العزيز، كلية الآداب والعلوم الإنسانية.

الصانع، سارا علي عبدالله .(2025). التنبؤ بالسلوك العدواني من خلال أنماط التعلق لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدارس منار العلم الأهلية في مدينة حائل، مصر، *المجلة الدولية للبحوث والدراسات التربوية والنفسية*، *13(25)*، 46-167.167، https://doi.org/10.21608/ijrs.2025.404243

صلاح الدين محمود علام.(2000). *القياس والتقويم التربوي والنفسي أساسياته وتطبيقاته وتوجهاته المعاصرة*، الطبعة الأولى، القاهرة، دار الفكر العربي.

طبيب، شريفة .(2017). بعنوان الطفل الجزائري والعنف الالكتروني في زمن الاعلام الجديد" دراسة ميدانية لعينة من الأطفال مبحرين عبر الواقع الافتراضي الفايسبوك، دراسة قدمت في أشغال الملتقي العلمي: دراسات حول العنف والاعتداء الجنسي علي الطفل، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية في جامعة مولود معمري تيزي وزو، الجزائر.، 267-379، https://search.mandumah.com/Record/814296

العازمي، أحمد سعيدان مهدى والمرتجي، يوسف راشد .(2024). أبعاد التعلق وعلاقتها بكل من الفعالية الوجدانية والاجتماعية لدى طلبة المرحلة الثانوية في دولة الكويت، *المجلة السعودية للعلوم التربوية*، جامعة الملك سعود - الجمعية السعودية للعلوم التربوية والنفسية — جستن،2(14)، 45-64، https://sjes.org.sa/index.php/sjes/article/view/418

عايدي، أميرة. (2008). *أنماط التعلق وعلاقته بالاكتئاب النفسي لدي المراهقين.* [رسالة ماجستير غير منشورة] في التربية، كلية التربية، جامعة الزقازيق.

عبد الحميد، محمد .(2004). *نظريات الاعلام واتجاهات التأثير*، القاهرة، عام الكتب.

عبد الوهاب، مها أحمد عبد العظيم .(2015). استخدام الطفل السعودي لمواقع التواصل الاجتماعي الإشباعات المحققة منها، مجلة بحوث العلاقات العامة. الشرق الأوسط، (7). https://dev.emarefa.net /ar/detail/BIM-856439

العمري، عبد الرحمن بن عبد الله عبد الرحمن.(2018). الابعاد الاجتماعية لإستخدامات المراهقين لوسائل التواصل الاجتماعي، *مجلة جامعة الملك عبد العزيز، كلية الآداب والعلوم الإنسانية*،26(3)، 139-162 https://search.shamaa.org/fullrecord?ID=249275

قندوسي، سعدية.(2021). مرحلة المراهقة- نظرياتها وخصائصها، الجزائر، *مجلة التمكين الاجتماعي*، 3(4)، 121-142، https://asjp.cerist.dz/en/article/170721

لغبي. رشيد حسين علي. (2017). شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالسلوك العدواني لدي طلاب المرحلة الثانوية في محافظة العارضة بمنطقة جازان، *دراسة عربية في التربية وعلم النفس* (88)، 171-291. https://search.emarefa.net/ar/detail/BIM-924555-

مباركي خديجة، بوفاتح محمد، باهي سلامي. (2017). بناء مقياس تعلق الراشدين، *مجلة العلوم الاجتماعية*، الجزائر، 11(3)، 24-48. https://asjp.cerist.dz/en/article/29431

معاوية أبو غزالة، وعايدة فلوه. (2014). أنماط التعلق وحل المشكلات الاجتماعية لدى الطلبة المراهقين وفقا لمتغيري النوع الاجتماعي والفئة العمرية، المجلة الأردنية في العلوم التربوية،10(3)، https://search.mandumah.com/Record/626210

المعتوق، خالد سليمان. (2013). اتجاهات استخدام طلاب قسم المعلومات بجامعة أم القري لمواقع التواصل الاجتماعي، مجلة جامعة أم القري،162(194)، https://search.emarefa.net/ar/detail/BIM-358137

المنصور، محمود.(2012). تأثير شبكات التواصل الاجتماعي علي جمهور الملتقي، [رسالة ماجستير غير منشورة]، كلية الآداب والتربية الاكاديمية العربية المفتوحة، 17(49) https://search.emarefa.net/ar/detail/BIM-649257

منظمة الأمم المتحدة للطفولة .(2017). *الأطفال في عالم رقمي*، تقرير حالة أطفال العالم.

وداعة الله، محمد العوض .(2020:23). *مواقع التواصل الاجتماعي وقضايا الشباب الجامعي* عمان، دار الخليج للنشر والتوزيع.

الوهيب، نعيمة فهد. (2022). أنماط التعلق وعلاقتها بالتوافق الشخصي والاجتماعي في مرحلة الطفولة من وجهة نظر الأمهات، جامعة أسيوط، مجلة كلية التربية،38 (4)، 250-292. https://search.emarefa.net/ar/detail/BIM-1373706

Reference

al-ijtimāʻīyah, al-Jamʻīyah al-Miṣrīyah lil-Akhiṣāʼīyīn al-Ijtimāʻīyīn, 79 (2), 188 – 217, https : / / egjsw. journals. ekb. eg / article _ 339762. Html

Al-Ṣāniʻ, Sārā ʻAlī Allāh. (2025). al-tanabbu' bi-al-sulūk al-ʻAdwānī min khilāl Anmāṭ al-taʻalluq ladá ṭālibāt al-marḥalah al-thānawīyah bi-madāris Manār al-ʻIlm al-Ahlīyah fī Madīnat Ḥāʼil, Miṣr, al-Majallah al-Dawlīyah lil-Buḥūth wa-al-Dirāsāt al-Tarbawīyah wa-al-nafsīyah, 13 (25), 46-167. 167, https : / / doi. org / 10. 21608 / ijrs. 2025. 404243

Al-Shahrī, Ḥanān. (2013). Athar istikhdām Shabakāt al-tawāṣul al-iliktrūnīyah ʻalá al-ʻAlāqāt al-ijtimāʻīyah Jiddah, Jāmiʻat al-Malik ʻAbd al-ʻAzīz, Kullīyat al-Ādāb wa-al-ʻUlūm al-Insānīyah.

Al-Shinnāwī, M. (2016). ʻilm nafs al-numūw : al-ṭufūlah wālmrāhqh. Dār Qibāʼ lil-Ṭibāʻah wa-al-Nashr wa-al-Tawzīʻ.

Al-ʻUmarī, ʻAbd al-Raḥmān ibn ʻAbd Allāh ʻAbd al-Raḥmān. (2018). al-abʻād al-ijtimāʻīyah l'stkhdāmāt al-murāhiqīn li-wasāʼil al-tawāṣul al-ijtimāʻī, Majallat Jāmiʻat al-Malik ʻAbd al-ʻAzīz, Kullīyat al'āāb wa-al-ʻUlūm al-Insānīyah, 26 (3), 139-162 https : / / search. shamaa. org / fullrecord? ID=249275

Al-Zaʻātirah, M. (2018). al-tawāṣul al-ijtimāʻī wa-taʼthīruhu ʻalá al-Qayyim al-ijtimāʻīyah ladá al-Shabāb al-Jāmiʻī. Dār Wāʼil lil-Nashr wa-al-Tawzīʻ.

Alzbwn, Muḥammad wṣʻylyk. (2014m). al-Āthār al-ijtimāʻīyah wa-al-thaqāfīyah li-shabakāt al-tawāṣul al-ijtimāʻī ʻalá al-aṭfāl fī sinn al-Murāhaqah fī al-Urdun, Majallat al-Urdun lil-ʻUlūm al-ijtimāʻīyah. 7 (2), 225-251 https : / / search. mandumah. com / Record / 606681

Anderson, M., & Jiang, J. (2018). *Teens' social media habits and experiences*. Pew Research Center. https://www.pewresearch.org/internet/2018/11/28/teens-social-media-habits-and-experiences/

Arslan, E., Arslan, C., & Ari, R. (2012). An investigation of interpersonal problem-solving approaches with respect to attachment styles. *Educational Sciences: Theory & Practice, 12*(1), 15–23.

Asmāʼ Aḥmad Muḥammad Ḥusayn. (2020). al-Khaṣāʼiṣ alsykwmtryh lmqyās Anmāṭ al-taʻalluq ladá ṭullāb al-marḥalah al-thānawīyah, Majallat al-ʻUlūm al-Tarbawīyah, Jāmiʻat Janūb al-Wādī, j3 (2). 179-201 https : / / search. emarefa. net / ar / detail / BIM-1295924

Asʻyd, Dānyāl Salīm Khālid. (2003). Mushkilāt ṭalabat al-marḥalah al-thānawīyah bi-Muḥāfaẓat Ghazzah wa-subul ʻilājihā fī ḍawʼ al-Fikr al-tarbawī al-Islāmī, [Risālat mājistīr ghayr manshūrah], Kullīyat al-Tarbiyah, al-Jāmiʻah al-Islāmīyah, Ghazzah, Filasṭīn.

Āyidī, Amīrah. (2008). Anmāṭ al-taʻalluq wa-ʻalāqatuhu bi-al-ikti'āb al-nafsī ladá al-murāhiqīn. [Risālat mājistīr ghayr manshūrah] fī al-Tarbiyah, Kullīyat al-Tarbiyah, Jāmiʻat al-Zaqāzīq.

Bányai, F., Zsila, Á., Király, O., Maraz, A., Elekes, Z., Griffiths, M. D., & Demetrovics, Z. (2017). Problematic social media use: Results from a large-scale nationally representative adolescent sample. *PLOS ONE, 12*(1), e0169839. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0169839

Beasley, B., & Haney, M. (2013). *Social media and the value of truth*. Lexington Books.

Alwhyb, Naʻīmah Fahd. (2022). Anmāṭ al-taʻalluq wa-ʻalāqatuhā bāltwāfq al-shakhṣī wa-al-ijtimāʻī fī marḥalat al-ṭufūlah min wijhat naẓar al-ummahāt, Jāmiʻat Asyūṭ, Majallat Kullīyat al-Tarbiyah, 38 (4), 250-292. https : / / search. emarefa. net / ar / detail / BIM-1373706

Abd al-Ḥamīd, Muḥammad. (2004). naẓarīyāt al-Iʻlām wa-ittijāhāt al-taʼthīr, al-Qāhirah, ʻām al-Kutub.

Abd al-Wahhāb, Mahā Aḥmad ʻAbd al-ʻAẓīm. (2015). istikhdām al-ṭifl al-Saʻūdī li-mawāqiʻ al-tawāṣul al-ijtimāʻī alʼshbāʻāt al-muḥaqqaqah minhā, Majallat Buḥūth al-ʻAlāqāt al-ʻĀmmah. al-Sharq al-Awsaṭ, (7). https : / / dev. emarefa. net / ar / detail / BIM-856439

Abū Nimr, Munā. (2011). Anmāṭ al-taʻalluq wa-ʻalāqatuhā bi-kashf al-dhāt ladá al-ṭalabah al-murāhiqīn fī al-Jalīl al-Aʻlá. [Risālat mājistīr ghayr manshūrah], Jāmiʻat al-Yarmūk, iryd, al-Urdun.

Abw ghzāl, mʻāwyh wjrādāt, ʻbd alkrym. (2009). anmāṭ taʻallaq alrāshdyn wa-ʻalāqatuhā btqdyr aldhāt wālshʻwr bi-al-waḥdah. al-Majallah al-Urdunīyah fī al-ʻUlūm al-Tarbawīyah, 5 (1) 45-57, https : / / search. emarefa. net / ar / detail / BIM-265562–

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Attachment: A psychological study of the strange situation*. Lawrence Erlbaum.

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (2015). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Psychology Press.

Alʻāzmá, Aḥmad Saʻīdān Mahdī wālmrtjy, Yūsuf Rāshid. (2024). Abʻād al-taʻalluq wa-ʻalāqatuhā bi-kull min al-faʻālīyah al-wijdānīyah wa-al-Ijtimāʻīyah ladá ṭalabat al-marḥalah al-thānawīyah fī Dawlat al-Kuwayt, al-Majallah al-Saʻūdīyah lil-ʻUlūm al-Tarbawīyah, Jāmiʻat al-Malik Saʻūd-al-Jamʻīyah al-Saʻūdīyah lil-ʻUlūm al-Tarbawīyah wa-al-nafsīyah – jstn, 2 (14), 45-64, https : / / sjes. org. sa / index. php / sjes / article / view / 418

Al-Baghdādī, Nabīl Muḥammad ʻAbd al-ʻAzīz. (2008). baʻḍ al-mushkilāt al-nafsīyah ladá al-aṭfāl dhawī al-taʻalluq al-āmin wa-ghayr al-āmin, [Risālat duktūrāh manshūrah], Miṣr, Jāmiʻat ʻAyn Shams.

Al-Ḥusayn, Asʻad ibn Nāṣir. (2016). Athar wasāʼil al-tawāṣul ʻalá slwkyāt wa-qiyam al-Shabāb min manẓūr al-Tarbiyah al-Islāmīyah Majallat Kullīyat al-Tarbiyah, Jāmiʻat al-Azhar, 35 (169) al-juzʼ al-thālith, 325-359. https : / / search. shamaa. org / fullrecord? ID=250506

Al-Manṣūr, Maḥmūd. (2012). Taʼthīr Shabakāt al-tawāṣul al-ijtimāʻī ʻAlī Jumhūr al-Multaqá, [Risālat mājistīr ghayr manshūrah], Kullīyat al-Ādāb wa-al-tarbiyah al-Akādīmīyah al-ʻArabīyah al-Maftūḥah, 17 (49) https : / / search. emarefa. net / ar / detail / BIM-649257

Al-Maʻtūq, Khālid Sulaymān. (2013). Ittijāhāt istikhdām ṭullāb Qism al-maʻlūmāt bi-Jāmiʻat Umm al-Qurá li-mawāqiʻ al-tawāṣul al-ijtimāʻī, Majallat Jāmiʻat Umm al-Qurá, 162 (194), https : / / search. emarefa. net / ar / detail / BIM-358137

Alrwylá, Asmāʼ Qurbān alʻāṣá. (2024). wāqiʻ istikhdām al-murāhiqāt li-mawāqiʻ al-tawāṣul al-ijtimāʻī : dirāsah ʻalá ʻayyinah min ṭālibāt al-marḥalatayn al-mutawassiṭah wa-al-thānawīyah, Majallat al-khidmah

al-shakhṣīyah fī tafsīr al-Ikti'āb. Majallat Dirāsāt ʻArabīyah, 16 (1).

Imān dwmās Zakī dwmās. (2023). al-Khaṣā'iṣ alsykwmtryh lmqyās Anmāṭ al-taʻalluq al-wijdānī llrāshdyn, Majallat Kullīyat al-Tarbiyah, Jāmiʻat ʻAyn Shams, 47 (1), 97-126. https : / / jfeps. journals. ekb. eg / article _ 297830. Html

Imān Nabīl Mursī Sirāj. (2023). al-Khaṣā'iṣ alsykwmtryh lmqyās isā' istikhdām wasā'il al-tawāṣul al-ijtimāʻī ladá al-murāhiqīn, Majallat Kullīyat al-Tarbiyah, Jāmiʻat ʻAyn Shams, 47 (4). 109-136, https : / / www. researchgate. net / publication / 378130353 _ alkhsays _ alsykwmtryt _ lmqyas _ asat _ astkhdam _ wsayl _ altwasl _ alajtmay _ ldy _ almrahqyn

Jamʻīyat al-Ijtimāʻīyīn alʻumānyh. (2020). Athar istikhdām wasā'il al-tawāṣul al-ijtimāʻī ʻalá tanshi'at al-ṭifl fī al-mujtamaʻ alʻumāny (al-taʻlīmīyah, al-ijtimāʻīyah, al-nafsīyah, al-ṣiḥḥīyah). Wizārat al-tanmiyah al-ijtimāʻīyah, Salṭanat ʻumān. https : / / portal. mosd. gov. om / webcenter / content / conn / WebCenterSpaces-ucm / path / Enterprise % 20Libraries / MOSDExternalPortal / Publications / socialstudies / 29. Pdf

Kim, Y. (2005). Emotional and cognitive consequences of adult attachment: The mediating effect of the self. *Personality and Individual Differences, 39*, 913–923.

Kurth, W. (2013). Attachment theory and psychohistory. *Journal of Psychohistory, 40*(1), 1–15.

Laible, D. J., & Thompson, R. A. (1998). Attachment and emotional understanding in preschool children. *Developmental Psychology, 34*, 1038–1045.

Lawshe, C. H. (1975). A quantitative approach to content validity. *Personnel Psychology, 28*, 563–575.

Levy, T. M., & Orlans, M. (2014). *Attachment, trauma, and healing* (2nd ed.). Jessica Kingsley Publishers.

Lghby. Rashīd Ḥusayn ʻAlī. (2017). Shabakāt al-tawāṣul al-ijtimāʻī wa-ʻalāqatuhā bi-al-sulūk al-ʻAdwānī ladá ṭullāb al-marḥalah al-thānawīyah fī Muḥāfaẓat al-ʻĀriḍah bi-Minṭaqat Jāzān, dirāsah ʻArabīyah fī al-Tarbiyah wa-ʻilm al-nafs (88), 171-291. https : / / search. emarefa. net / ar / detail / BIM-924555-

Marengo, D., Longobardi, C., Fabris, M. A., & Settanni, M. (2018). Highly visual social media and internalizing symptoms in adolescence. *Computers in Human Behavior, 82*, 63–69.

Mathew, A., & Saritha, S. (1995, August). *Attachment and social problem solving in juvenile delinquents*. Poster presented at the 103rd Annual Meeting of the American Psychological Association, New York, NY.

Mayseless, O., Scharf, M., & Sholt, M. (2007). Adolescent attachment representations and their capacity for intimacy. *Journal of Research on Adolescence, 17*(1), 23–50.

Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2016). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change* (2nd ed.). Guilford Press.

Moreno, M. A., Jelenchick, L. A., & Pearson, K. (2021). Social media and adolescent health. *JAMA Pediatrics, 175*(4), 331–332.

Muʻāwiyah Abū Ghazālah, wa-ʻāydat flwh. (2014). Anmāṭ al-taʻalluq wa-ḥall al-mushkilāt al-ijtimāʻīyah

Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.

Bshārh, mwfq slym, alʻṭyāt, khāld ʻbd alrḥmn wqsāymh, almthná mṣṭfá. (2014). anmāṭ tʻlq alrāshdyn wʻlāqthā bālmsāndh alājtmāʻyh. mjlh alṭfwlh wāltrbyh. 18 (6), 167-205, https : / / www. researchgate. net / publication / 325335700 _ bshart _ mwfq _ altyat _ khald _ walqsaymt _ almthny _ 2014 _ anmat _ tlq _ alrashdyn _ wlaqtha _ balmsandt _ alajtmayt _ mjlt _ altfwlt _ waltrbyt _ 18 _ 6 _ 167 _- _ 205

Bwjmʻh, Ḥarīrī wʻbdālghāny, qtāly. (2025). Ta'thīr istikhdām Shabakāt al-tawāṣul al-ijtimāʻī fī taghyīr al-Qayyim ladá ṭalabat al-Jāmiʻah, Majallat Dirāsāt insānīyah wa-ijtimāʻīyah, Jāmiʻat Wahrān 2 Muḥammad ibn 247-262

Casale, S., Fioravanti, G., & Boursier, V. (2018). The role of attachment and social anxiety in problematic Facebook use. *Journal of Behavioral Addictions, 7*(3), 670–679. https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.95

Cassidy, J., & Shaver, P. R. (2016). *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (3rd ed.). Guilford Press.

Cohen, R. J., & Swerdlik, M. E. (2010). *Psychological testing and assessment: An introduction to tests and measurement* (7th ed.). McGraw-Hill.

Cureus. (2023). Social media effect on personal self-esteem among the population in Saudi Arabia. *Cureus*. https://www.cureus.com/articles/200693-social-media-effect-on-personal-self-esteem-among-the-population-in-saudi-arabia

DataReportal. (2025). *Digital 2025: Saudi Arabia*. https://datareportal.com/reports/digital-2025-saudi-arabia

DiTommaso, E., McNulty, C., Ross, L., & Burgess, M. (2003). Attachment styles, social skills, and loneliness in young adults. *Personality and Individual Differences, 35*, 303–312.

Ein-Dor, T., & Mikulincer, M. (2012). Attachment insecurities and the processing of threat-related information. *Developmental Psychology, 48*(2), 523–539.

Ein-Dor, T., Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2011). Attachment insecurities and the processing of threat-related information. *Journal of Personality and Social Psychology, 101*(1), 78–93.

Eysenck, M. W. (2001). *Psychology: A student handbook*. Psychology Press.

Golding, K. S. (2011). *Creating loving attachments: Parenting with PACE to nurture confidence and security in the troubled child*. Jessica Kingsley Publishers.

Ḥāmid, Īnās. (2015). mawāqiʻ al-tawāṣul al-ijtimāʻī wa-dawruhā fī raṣd Intihākāt Ḥuqūq al-insān ḥawla al-ṭifl baʻda al-thawrāt al-ʻArabīyah, Majallat Dirāsāt al-ṭufūlah. https : / / portal. mosd. gov. om / webcenter / content / conn / WebCenterSpaces-ucm / path / Enterprise % 20Libraries / MOSDExternalPortal / Publications / socialstudies / 29. Pdf

Ḥusayn, Sallām ; almnāṣr, Nūr al-Layyān. (2017). musāhamah Anmāṭ al-taʻalluq al-Rāshidī wa-ʻawāmil

Tabīb, Sharīfah. (2017). bi-‘unwān al-ṭifl al-Jazā’irī wa-al-‘unf al-iliktrūnī fī zaman al-I‘lām al-jadīd "dirāsah maydānīyah li-‘ayyinah min al-aṭfāl mbḥryn ‘abra al-wāqi‘ al-iftirāḍī alfāysbwk, dirāsah Quddimat fī ashghāl al-Multaqá al-‘Ilmī : Dirāsāt ḥawla al-‘unf wālā‘tdā’ al-jinsī ‘Alī al-ṭifl, Kullīyat al-‘Ulūm al-Insānīyah wa-al-Ijtimā‘īyah fī Jāmi‘at Mawlūd Mu‘ammarī Tīzī Wuzū, al-Jazā’ir., 267-379, https : / / search. mandumah. com / Record / 814296

Taysīr, lṣqr, wghrām Hindāwī. (2016). wāqi‘ istikhdām mawāqi‘ al-tawāṣul al-ijtimā‘ī min wijhat naẓar al-ṭalabah al-murāhiqīn wa-atharuhā fī slwkhm min wijhat naẓar awliyā’ al-umūr, Mu’tah lil-Buḥūth wa-al-Dirāsāt. 31 (2), http : / / dx. doi. org / 10. 35682/1460

Uhls, Y. T., Ellison, N. B., & Subrahmanyam, K. (2017). Benefits and costs of social media in adolescence. *Pediatrics, 140*(Supplement 2), S67–S70.

Valkenburg, P. M., Peter, J., & Schouten, A. P. (2006). Friend networking sites and adolescents’ well-being. *CyberPsychology & Behavior, 9*(5), 584–590.

Wadā‘ah Allāh, Muḥammad al-‘Awaḍ. (2020 : 23). mawāqi‘ al-tawāṣul al-ijtimā‘ī wa-qaḍāyā al-Shabāb al-Jāmi‘ī ‘Ammān, Dār al-Khalīj lil-Nashr wa-al-Tawzī‘.

White, S. (2022). *Attachment theory and social work practice*. Routledge.

Woods, H. C., & Scott, H. (2016). Benefits and costs of social media use in adolescence. *Pediatrics, 140*(Supplement 2), S67–S70.

Zahw, ‘Āṭif Muḥammad. (2017m). alāfrāṭ fī istikhdām Shabakāt al-tawāṣul al-ijtimā‘ī wa-‘alāqātuhā bālmshklāt al-ijtimā‘īyah, dirāsah muṭabbaqah ‘alá ummahāt ṭālibāt al-marḥalah al-mutawassiṭah fī minṭaqat al-Bāḥah, Majallat Kullīyat al-Tarbiyah, 28 (109), 1-65, https : / / journals. ekb. eg / article _ 52083. Html

Zaydān, Ḥakīmah Rajab ‘Alī. (2020). Barnāmaj twjyhy muqtaraḥ lil-Khidmah al-ijtimā‘īyah bi-istikhdām Naẓarīyat al-ta‘alluq ltd‘ym al-amn al-usarī lil-aṭfāl bāl’sr al-badīlah, al-Fayyūm, Majallat Kullīyat al-‘Ulūm al-ijtimā‘īyah lil-Dirāsāt wa-al-Buḥūth al-ijtimā‘īyah, Jāmi‘at al-Fayyūm. 4 (19), 169-208 https : / / journals. ekb. eg / article _ 106529. Html

ladá al-ṭalabah al-murāhiqīn wafqan lmtghyry altw‘ al-ijtimā‘ī wālf’h al-‘Umarīyah, al-Majallah al-Urdunīyah fī al-‘Ulūm al-Tarbawīyah, 10 (3), https : / / search. mandumah. com / Record / 626210

Mubārakī Khadījah, bwfāṭḥ Muḥammad, Bāhī Salāmī. (2017). binā’ miqyās ta‘allaq al-Rāshidīn, Majallat al-‘Ulūm al-ijtimā‘īyah, al-Jazā’ir, 11 (3), 24-48. https : / / asjp. cerist. dz / en / article / 29431

Munaẓẓamat al-Umam al-Muttaḥidah lil-Ṭufūlah. (2017). al-aṭfāl fī ‘Ālam raqmī, taqrīr ḥālat Aṭfāl al-‘ālam.

Odgers, C. L., & Jensen, M. R. (2020). Adolescent mental health literacy in the digital age. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 61*(3), 255–267.

Qndwsy, Sa‘dīyah. (2021). marḥalat almrāhqt-nẓryāthā wa-khaṣā’iṣuhā, al-Jazā’ir, Majallat al-tamkīn al-ijtimā‘ī, 3 (4), 121-142, https : / / asjp. cerist. dz / en / article / 170721

Rideout, V. J., & Fox, S. (2018). *Generation Z: A look at their media use and online behavior*. Common Sense Media.

Ṣalāḥ al-Dīn Maḥmūd ‘Allām. (2000). al-qiyās wa-al-taqwīm al-tarbawī wa-al-nafsī asāsyāth wa-taṭbīqātuhu wa-tawajjuhātuh al-mu‘āṣirah, al-Ṭab‘ah al-ūlá, al-Qāhirah, Dār al-Fikr al-‘Arabī.

Sawyer, S. M., Azzopardi, P. S., Wickremarathne, D., & Patton, G. C. (2018). The age of adolescence. *The Lancet Child & Adolescent Health, 2*(3), 223–228.

Seiffge-Krenke, I. (2023). *Adolescent development: A cultural perspective*. Routledge.

Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2016). Attachment-related psychodynamics. In M. Mikulincer & P. R. Shaver (Eds.), *Attachment in adulthood* (2nd ed., pp. 35–67). Guilford Press.

Sillamy, N. (2003). *Dictionnaire de psychologie*. Larousse.

Simpson, J. A., & Rholes, W. S. (2015). Adult attachment, stress, and romantic relationships. *Current Opinion in Psychology, 1*, 19–24.