

التكليف التاسع لمقرر مهارات بحثية 3

د. سنية سبع

توثيق المراجع والمصادر في متن البحث

إعداد : بسمة العنمي



عنوان الدراسة

هوية الذات الرقمية لدى الشباب السعوديات في ضوء المقارنة
الاجتماعية عبر منصات التواصل
" دراسة وصفية تحليلية "

التكليف

مراجع عربية (4 لمؤلف واحد + 2 لمؤلفين أو أكثر)
مراجع أجنبية (2 لمؤلف واحد + 2 لعدة مؤلفين)
أ أمثلة توثيق داخل المتن
الإصدار السابع APA قائمة المراجع كاملة .

المقدمة

بفعل التطور الكبير في وسائل التواصل الاجتماعي، يشهد العالم تحولاً جذرياً في وسائل الإعلام الرقمي بعد أن أصبحت عنصراً محورياً في تشكيل الوعي والهوية وإدراك الذات. فقد أوضح العسّاف (2019) أن التحولات الاتصالية الحديثة أعادت صياغة الطريقة التي يدرك بها الأفراد ذواتهم، خصوصاً في البيئات التي تتسم بالتعرض المستمر للمحتوى الرقمي. وفي السياق ذاته، تشير الأدبيات الغربية إلى أن التفاعل عبر المنصات الرقمية أصبح عاملاً رئيساً في تشكيل الهوية النفسية والاجتماعية، كما تؤكد (Brown 2015) أن التجارب الرقمية باتت تلعب دوراً مهماً في إعادة تشكيل مفهوم الذات.

وتُعد المنصات الرقمية مثل إنستغرام وسناب شات وتيك توك وإكس فضاءات رمزية جديدة تمكّن الأفراد — وخاصة النساء — من بناء صورتهم الاجتماعية والتعبير عن ذواتهم والمشاركة في الخطاب العام، وهو ما يتسق مع ما ذكرته (Twenge 2017) حول تأثير البيئات الافتراضية في إعادة تشكيل الخبرات النفسية للأفراد. وعلى الرغم من أن الإعلام الرقمي أسهم في تمكين المرأة وتعزيز حضورها في المجال العام، إلا أنه خلق في المقابل تحديات تتعلق بزيادة المقارنة الاجتماعية وضعف الرضا عن الذات، إذ تشير دراسات حديثة إلى أن التعرض للمحتوى المثالي يعزز المقارنة الاجتماعية ويؤثر على تقدير الذات (الحسن والعمرى، 2021).

وفي المجتمع السعودي، الذي يشهد تحولات ثقافية واجتماعية متسارعة في إطار رؤية المملكة 2030، أصبحت المرأة فاعلاً رقمياً يستخدم المنصات الرقمية في التعليم والعمل والتعبير الثقافي. وقد بيّن المطيري (2020) أن الإعلام الرقمي بات أحد أهم أدوات التعبير الاجتماعي وتشكيل الهوية لدى المرأة السعودية، في حين أشار Markus & Kitayama (1991) إلى أن إدراك الذات يتأثر بالسياقات الثقافية والاجتماعية، وهو ما يجعل التجارب الرقمية جزءاً من تكوين الهوية في السياق السعودي الحديث. وتشير الأدلة البحثية إلى أن البيئة الرقمية قد أسهمت في إعادة تشكيل مفهوم الذات الأنثوية بين الانفتاح والأصالة، وبين الهوية الرقمية والهوية الواقعية. فبينما تساهم الممارسات الاتصالية في تعزيز الثقة بالنفس، فإن الإفراط في استخدام المنصات قد يؤدي إلى اضطراب الصورة النفسية والجسدية، وهو ما أكدته دراسات تناولت العلاقة بين الاستخدام الرقمي والصورة الذاتية لدى النساء (الغامدي والشريف، 2022).

وتنبع مشكلة هذه الدراسة من التساؤل الرئيس:

إلى أي مدى يؤثر استخدام الإعلام الرقمي في إدراك الذات لدى النساء في المجتمع السعودي؟

كما تستكشف الدراسة مستوى استخدام النساء السعوديات لوسائل الإعلام الرقمي، وأبرز أبعاد الذات المتأثرة به، بالإضافة إلى الفروق المحتملة تبعاً للعمر، أو المستوى التعليمي، أو الحالة الاجتماعية، أو طبيعة العمل، إلى جانب بحث طبيعة العلاقة بين أنماط الاستخدام ومستويات إدراك الذات الإيجابية أو السلبية.

وترتكز هذه الدراسة على متغيرين رئيسيين:

المتغير المستقل: استخدام الإعلام الرقمي بوصفه نمطاً اتصالياً يشمل مدة الاستخدام، نوع المحتوى، ودوافع التفاعل، كما تناوله الحربي (2021).

المتغير التابع: إدراك الذات ويشمل الأبعاد النفسية والاجتماعية والجسدية، وهو مفهوم يرتبط بتقييم المرأة لذاتها في البيئة الرقمية كما أشار إليه الشايع (2022).

وتبرز أهمية هذه الدراسة من حداثة موضوعها واتصاله المباشر بتمكين المرأة السعودية، إضافة إلى دورها في تفسير التأثيرات الاجتماعية والنفسية للإعلام الرقمي في ضوء التحولات الراهنة. كما تساهم في رفد المعرفة العلمية العربية، وتقديم توصيات عملية لبناء وعي رقمي متزن لدى النساء.

توثيق المراجع بطريقة APA

- هي مجموعة من القواعد المتبعة في توثيق المراجع العلمية، تهدف الى تحقيق الشفافية في التوثيق العلمي، بغرض إمكانية التحقق من المصادر المستخدمة. والتي تستخدم في المجالات الاكاديمية والعلمية.

لماذا نقوم بالتوثيق؟

تحقيق الأمانة العلمية، الاعتراف بجهد من سبقوني، زيادة الثقة في العمل.

اين يتم التوثيق؟

في المتن: المؤلف، تاريخ النشر، رقم الصفحة

في قائمة المراجع: المؤلف، تاريخ النشر <عنوان العمل، معلومات المصدر

أساليب توثيق الاقتباسات:

الأسلوب السردي (خلال سرد الجملة)

- الأسلوب التعويضي (في نهاية الجملة)

أولاً: التوثيق داخل المتن، مراجع عربية لمؤلف واحد ٤ امثلة

أولاً: التوثيق داخل المتن، مراجع عربية لمؤلف واحد ٤ امثلة

١- أسلوب سردي

وفقاً لما يشير إليه العساف (2020) فإن التحولات الرقمية أسهمت في إعادة تشكيل الوعي الاجتماعي لدى المرأة السعودية، خاصة في ظل الاستخدام المكثف للمنصات الرقمية

٢- أسلوب تعويضي

وقد بينت الدراسات أن التعرض للمحتوى المثالي في المنصات الاجتماعية يرفع مستويات المقارنة الاجتماعية لدى النساء (العساف، 2020).

تابع أولاً: التوثيق داخل المتن، مراجع عربية لمؤلف واحد ٤ امثلة

٣- أسلوب سردي

يرى السهلي (٢٠٢١) أن إدراك الذات يتأثر بصورة مباشرة بالمحتوى الرقمي الذي تتعرض له النساء يوميًا، خصوصًا في مراحل العمر اليافعة

٤- أسلوب تعويضي

كما أوضحت نتائج دراسات سابقة أن الاستخدام المفرط قد يؤدي إلى تراجع الثقة بالنفس وتشوه صورة الذات (السهلي، 2021)

ثانياً: التوثيق داخل المتن – مراجع أجنبية لمؤلف واحد

أسلوب سردي

تؤكد **Brown (2019)** أن منصات التواصل تحولت إلى بيئات رمزية جديدة تعيد تشكيل الهوية الفردية، خاصة لدى الفئات الشابة.

أسلوب تعويضي

كما تشير الأدبيات إلى أن الصورة الذاتية أصبحت مرتبطة بشكل مباشر بتفاعلات الفرد الرقمية **(Brown, 2019)**.

ثالثاً: التوثيق داخل المتن – مراجع عربية لأكثر من مؤلف

أسلوب سردي

يشير الغامدي والشريف (2022) إلى أن الاستخدام المكثف للمنصات الرقمية أدى إلى تزايد المقارنة الاجتماعية بين النساء في المجتمع السعودي.

أسلوب تعويضي

وتؤكد دراسات أخرى أن كثافة التفاعل الرقمي تسهم في تشكيل الهوية الرقمية وإعادة تعريف الذات (الغامدي والشريف، 2022).

رابعًا: التوثيق داخل المتن – مراجع أجنبية لأكثر من مؤلف

أسلوب سردي

يرى Markus & Kitayama (2010) أن مفهوم الذات يتشكل في إطار ثقافي واجتماعي يعتمد على الخبرات التفاعلية، وهو ما ينطبق على التفاعل عبر المنصات الرقمية.

أسلوب تعويضي

وتبين الأدبيات الحديثة أن تعرض النساء للصور المثالية يؤثر في تقدير الذات بشكل واضح (Markus & Kitayama, 2010)

ملاحظات حول APA 7 داخل المتن

في المراجع العربية:

- في السردى: يُستخدم اسم العائلة فقط: العساف (2020)
- في التعويضي: (العساف، 2020)
- يستخدم حرف "و" ت لربط المؤلفين: الغامدي والشريف (2022)

في المراجع الإنجليزية

الاسم الأول اختصار مثال **Brown (2019)**
عند مؤلفين نستخدم & داخل الاقواس مثال: **(Markus & Kitayama, 2010)**
اما داخل السرد نستخدم : **(Markus and Kitayama, 2010) and**

قائمة المراجع النهائية بصيغة APA 7

المراجع العربية

- العسّاف، ص. س. (2019). البحث الاجتماعي: أساليبه، مناهجه، وإجراءاته. عمان: دار الزهراء.
- المطيري، م. (2020). الإعلام الجديد وتأثيراته في المجتمع السعودي. الرياض: مكتبة المتنبّي.
- الحربي، أ. (2021). الاستخدامات الاتصالية لوسائل التواصل الاجتماعي لدى المرأة. جدة: دار الصميعي.
- الشايع، ع. (2022). إدراك الذات والصورة المجتمعية في البيئة الرقمية. الرياض: مركز البحوث الاجتماعية.
- الغامدي، ع، والشريف، ه. (2022). وسائل الاتصال الحديثة وتأثيرها على الهوية الاجتماعية للمرأة السعودية. مجلة جامعة الملك سعود – العلوم الاجتماعية، 34(2)، 115–140.
- الحسن، ف، والعمرى، ن. (2021). تأثير منصات التواصل الاجتماعي على الصورة الذاتية لدى الفتيات. مجلة العلوم التربوية والنفسية، 5(39)، 1–23.

المراجع الأجنبية

Brown, B. (2015). *Rising strong: How the ability to reset transforms the way we live, love, parent, and lead.* Random House.

Twenge, J. (2017). *iGen: Why today's super-connected kids are growing up less rebellious, more tolerant, less happy—and completely unprepared for adulthood.* Atria Books.

Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98(2), 224–253.

Festinger, L., & Carlsmith, J. M. (1959). Cognitive consequences of forced compliance. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 58(2), 203–21



مجموعة جامعة
الجميع الذكية
للتعليم القابضة

MIDOCEAN
UNIVERSITY

Thank You

بسملة العنمي) :

