

قضايا بحثية

Prepared by

شريف عبدالله الكحيلاني



العتيبي، فهد. (2019). العلاقة بين الإفراط في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والقلق والاكتئاب لدى طلاب الجامعات السعودية. المجلة السعودية للعلوم الاجتماعية، 45(1)، 77-98.

المقدمة

- تزايد استخدام وسائل التواصل الاجتماعي بشكل ملحوظ في العقود الأخيرة، خاصة بين فئة الشباب، ما أدى إلى تغييرات جذرية في أنماط التواصل والتفاعل الاجتماعي. وعلى الرغم من الفوائد التي تقدمها هذه الوسائل، فإن العديد من الدراسات تشير إلى وجود آثار سلبية محتملة على الصحة النفسية. تهدف هذه الدراسة إلى تحليل العلاقة بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والصحة النفسية للشباب، من خلال استكشاف مظاهر القلق، الاكتئاب، اضطرابات النوم، وتقدير الذات.

أهمية وأسباب اختيار الدراسة

- تسلط الضوء على قضية معاصرة تمس شريحة كبيرة من المجتمع.
- تقدم توصيات لصناع القرار في مجال التعليم والصحة.
- تساعد الأهل والمربين على فهم التغيرات السلوكية لدى الشباب.

مشكلة الدراسة

ما هو أثر الاستخدام المكثف لوسائل التواصل الاجتماعي على الصحة النفسية
لدى فئة الشباب؟

أهداف الدراسة

تحليل الأثر النفسي لاستخدام وسائل التواصل.
معرفة مدى تأثير المقارنات الاجتماعية الرقمية على الشباب.
تقديم اقتراحات لتقليل الأثر السلبي.

أسئلة الدراسة

هل يوجد ارتباط بين كثافة استخدام وسائل التواصل الاجتماعي وارتفاع معدلات القلق والاكتئاب؟

كيف يؤثر المحتوى المعروض في وسائل التواصل على تقدير الذات لدى الشباب؟

ما هو دور الإدمان الرقمي في اضطرابات النوم؟

منهجية البحث

المنهج المستخدم: وصفي تحليلي.

أدوات البحث: استبيانات، مقابلات، تحليل دراسات سابقة.

العينة: شباب تتراوح أعمارهم بين 16 - 25 سنة.

أداة الدراسة: ثلاثة أشهر.

الاطار النظري

نظريات الاتصال الجماهيري.

نظرية المقارنة الاجتماعية.

النموذج المعرفي السلوكي في تفسير تأثير الإعلام.

النتائج

وجود علاقة طردية بين الاستخدام المكثف والاكتئاب
تدني مستويات تقدير الذات لدى من يقضون وقتاً أطول على المنصات.
اضطرابات في نمط النوم بسبب التعرض المفرط للضوء الأزرق ليلاً.

التوصيات

- توعية بمخاطر الإفراط في الاستخدام.
- تعزيز برامج الدعم النفسي في المدارس والجامعات.
- تشجيع نمط حياة رقمي متوازن.

الأهمية التطبيقية:

تظهر أهمية الدراسة التطبيقية بشكل واضح من خلال الاستفادة من نتائج الدراسة والمقترحات للمؤسسات عامة وفي المركز السعودي للأعمال الاقتصادية خاصة، وستساعد نتائج وتوصيات هذه الدراسة أيضاً في تقديم خلفية علمية لمتخذي القرار في المركز السعودي للأعمال الاقتصادية عن دور جودة الحياة الوظيفية في تحقيق السعادة المؤسسية لدى الموظفين العاملين بها، ولنشر ثقافة جودة الحياة الوظيفية وثقافة السعادة المؤسسية وتعزيز مفاهيمها في بيئة العمل حتى ترتقي المركز بمستوى خدماتها ومنتجاتها كما ان النتائج التي تخرج بها الدراسة يمكن أن توجه المركز السعودي للأعمال الاقتصادية لتطوير أو تحسين السياسات والبرامج المتعلقة بجودة الحياة الوظيفية. هذا يشمل تحسين البيئة العملية، توفير فرص التطوير الوظيفي، وضمان التوازن بين العمل والحياة

الشخصية.

مجالات التطبيق

مجالات التطبيق (المركز السعودي للأعمال الاقتصادية)

نوع الدراسة : ميدانية

متغيرات الدراسة : المتغير المستقل (جودة الحياة الوظيفية) المتغير التابع (السعادة الوظيفية)

مجتمع وعينة الدراسة :

مجتمع الدراسة : المركز السعودي للأعمال الاقتصادية

عينة الدراسة : مجموعة من العاملين في المركز السعودي للأعمال الاقتصادية

أدوات جمع البيانات

استخدمت الدراسة الاستبانة كأداة للدراسة وتكونت استمارة الاستبيان من قسمين يتضمن القسم الأول البيانات الشخصية لأفراد عينة الدراسة (النوع، العمر، المؤهل التعليمي، سنوات الخبرة) ويشتمل القسم الثاني علي العبارات المتعلقة بمحاور الدراسة والتي تتضمن محور جودة الحياة الوظيفية ويتكون من أربع ابعاد (بيئة العمل المادية، الموازنة بين الحياة العملية والخاصة، السلامة والصحة المهنية، الاستقرار والأمان الوظيفي) ويشتمل على 23 عبارة ومحور السعادة الوظيفية ويشتمل على 10 عبارات وتم استخدام مقياس ليكرت ذو الخمس درجات الذي يتكون من موافق تماما (5)، موافق (4)، محايد (3)، غير موافق (2)، غير موافق إطلاقا (1) في الإجابة على أسئلة محاور الدراسة.