

مقترح بحث مشروع تخرج ماجستير الإعلام الرقمي بعنوان:
دور وسائل التواصل الاجتماعي في تشكيل سلوك التغذية لدى الشباب في المجتمع السعودي:
دراسة ميدانية

“The Role of Social Media in Shaping Nutritional Behaviors Among Saudi Youth: A Field Study”

إعداد الطالب:

بدر عبد العزيز بيومي

٢٤١٠٠١١٣٩

إشراف:

د. ماهيتاب الرفاعي

مادة المشروع النهائي

المقدمة

تعتبر وسائل التواصل الاجتماعي من أبرز الظواهر التي أحدثت تحولات عميقة في أنماط الحياة المعاصرة، حيث باتت تشكل جزءاً لا يتجزأ من روتين الأفراد اليومي. وفي ظل هذا الانتشار الواسع، برزت أهمية دراسة آثارها على مختلف جوانب الحياة، ومن بينها سلوكيات الأفراد الغذائية.

يشهد المجتمع السعودي، شأنه شأن المجتمعات الأخرى، تزايداً ملحوظاً في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي، خاصة بين فئة الشباب. هذا الانتشار الواسع يجعل من هذه الوسائل أداة مؤثرة في تشكيل سلوكياتهم، بما في ذلك سلوكياتهم الغذائية. فمن خلال المنصات الاجتماعية، يتعرض الشباب إلى كم هائل من المعلومات والصور والمقاطع المرئية المتعلقة بالطعام والتغذية، والتي قد تؤثر بشكل مباشر أو غير مباشر على خياراتهم الغذائية.

الدراسات السابقة

سيتم إجراء مراجعة شاملة للدراسات السابقة التي تناولت العلاقة بين وسائل التواصل الاجتماعي وسلوك التغذية، مع التركيز على الدراسات التي أجريت في السياق الثقافي السعودي. ستساهم هذه المراجعة في تحديد الفجوات المعرفية في هذا المجال، وتوجيه البحث الحالي نحو المساهمة في الإجابة على الأسئلة البحثية التي لم يتم تناولها بشكل كافٍ في الدراسات السابقة.

مشكلة الدراسة

تعاني الدراسات الأكاديمية من نقص واضح في البحث عن التأثير المباشر لوسائل التواصل الاجتماعي على سلوكيات التغذية لدى الشباب السعودي. في ظل التغيرات المتسارعة في المجتمع السعودي، أصبحت هذه العلاقة أكثر أهمية من أي وقت مضى. تسعى هذه الدراسة إلى سد هذه الفجوة المعرفية من خلال تحليل دور المنصات الاجتماعية في تشكيل عادات الأكل لدى الشباب السعودي، وذلك بتحديد العوامل المؤثرة والآليات النفسية الكامنة وراء هذه العلاقة.

أهمية الدراسة

تكمن أهمية هذه الدراسة في كونها تساهم في فهم أعمق للعلاقة بين وسائل التواصل الاجتماعي وسلوك التغذية لدى الشباب السعودي، مما يمكن من تطوير استراتيجيات للتوعية والتثقيف الغذائي المستندة إلى فهم هذه العلاقة. كما ستساهم الدراسة في توفير معلومات قيمة لصناع القرار في مجال الصحة العامة، وتسويق الأغذية، وتطوير المحتوى الرقمي الصحي.

أهداف الدراسة

- ١- تحديد الدور الذي تلعبه وسائل التواصل الاجتماعي في تشكيل سلوك التغذية لدى الشباب السعودي.
- ٢- تحديد العوامل المؤثرة في هذا التشكيل، مثل نوع المحتوى، ونوعية التفاعل، والتأثير الاجتماعي.
- ٣- تقييم الآثار الإيجابية والسلبية لوسائل التواصل الاجتماعي على سلوك التغذية.
- ٤- اقتراح توصيات لتطوير استراتيجيات للتوعية والتثقيف الغذائي من خلال وسائل التواصل الاجتماعي.

تساؤلات الدراسة

- ١- ما هي أبرز منصات التواصل الاجتماعي التي يستخدمها الشباب السعودي للحصول على معلومات حول التغذية؟
- ٢- ما هي أنواع المحتوى الغذائي الأكثر انتشارًا وتأثيرًا على الشباب السعودي على وسائل التواصل الاجتماعي؟
- ٣- هل هناك علاقة بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي واتباع أنماط غذائية صحية لدى الشباب السعودي؟
- ٤- ما هو دور المؤثرين على وسائل التواصل الاجتماعي في تشكيل سلوك التغذية لدى الشباب السعودي؟

مفاهيم الدراسة

- وسائل التواصل الاجتماعي: عرف (ابو دياب ٢٠١٧) وسائل التواصل الاجتماعي على أنها منصات تقدم خدمات الإنترنت بهدف إنشاء وربط مجموعات من الأفراد. يتضمن مواقع إلكترونية متنوعة تسهل التفاعل الاجتماعي بين المستخدمين، مما يسمح لهم بمشاركة المحتوى والآراء والمشاركة في المناقشات. وتسلط الوثيقة الضوء

على أن وسائل التواصل الاجتماعي تطورت بشكل كبير، وأصبحت جزءاً لا يتجزأ من الحياة اليومية للعديد من الأشخاص، وهي تخدم أغراضاً مختلفة، بدءاً من بناء العلاقات الاجتماعية وحتى التواصل المهني.

- كما عرف عبد الحفيظ، & عبد الله خيرى احمد (2024) منصات التواصل الاجتماعي هي مساحات رقمية حيث يمكن للأفراد التفاعل ومشاركة المعلومات والتواصل. ويؤكد البحث على أهمية احترام خصوصية الآخرين على هذه المنصات ويتناول القضايا المتعلقة بالتطفل الإلكتروني والعواقب المترتبة على انتهاك خصوصية الآخرين عبر وسائل التواصل الاجتماعي

- وعرف الباحث ان مواقع التواصل الاجتماعي هي منصات ذات انتشار وتتأثر واضح على جميع السلوكيات.

- سلوك التغذية: عرف الباحث عزت حشاد، محمد، أبو طالب محمد، & محمد. (٢٠٢٢). السلوك الغذائي بأنه الإجراءات والخيارات التي يتخذها الأفراد فيما يتعلق باستهلاك الغذاء، والتي يمكن أن تؤثر بشكل كبير على صحتهم وتكوينهم البدني. ويؤكد على جوانب مختلفة مثل أهمية التغذية المتوازنة، ودور العناصر الغذائية المحددة، وتأثير العادات الغذائية على النتائج الصحية. على سبيل المثال، يناقش استهلاك الكربوهيدرات والبروتينات والفيتامينات، وتجنب الإفراط في الملح والسكر، كما يناقش أهمية الترطيب وانتظام الوجبات.

- المؤثرون على وسائل التواصل الاجتماعي: وفقاً لـ (علي شارد أحمد، هـ، & هاني. (٢٠٢٤))، يتم تعريف المؤثرين على وسائل التواصل الاجتماعي على أنهم أفراد قاموا ببناء شبكة من المتابعين على منصات التواصل الاجتماعي ويمتلكون تأثيراً اجتماعياً كبيراً على جمهورهم. يتم وصفهم بأنهم متخصصون في إنشاء محتوى يجذب المتابعين ويحظى بإعجابهم وتفاعلهم من خلال الصفحات الشخصية على مواقع التواصل الاجتماعي المختلفة. تؤكد الدراسة على أن المؤثرين يُنظر إليهم على أنهم قادة رأي يمكنهم إلهام أو توجيه سلوكيات متابعيهم.

- كما عرف (جنيدى، بشرى، بوعلاق، بدبودي، & رقية. (٢٠٢٢)) أن المؤثرين على وسائل التواصل الاجتماعي هم أفراد لديهم القدرة على التأثير على قرارات الشراء وسلوكيات متابعيهم من خلال توصياتهم ومحتواهم. يتميزون بامتلاكهم عددًا كبيرًا من المتابعين على منصات مثل إنستجرام، حيث يتفاعلون مع جمهورهم من خلال مشاركة محتوى ذي صلة، غالبًا ما يكون مرتبطاً بمجالات محددة مثل الجمال أو الموضة أو أسلوب الحياة. يمكن أن يختلف المؤثرون في مدى وصولهم.

الإطار النظري

سيتم بناء الإطار النظري للدراسة على نظريات الاتصال، ونظريات السلوك الصحي، ونظريات التسويق. سيتم استخدام هذه النظريات لتفسير العلاقة بين وسائل التواصل الاجتماعي وسلوك التغذية، وتحديد العوامل المؤثرة في هذا التشكيل.

الإطار المنهجي للدراسة

. سيتم جمع البيانات من خلال استبيان إلكتروني موجه لرواد الأندية الرياضية في مدينة مكة المكرمة.

أدوات جمع البيانات ومقاييس الدراسة

- 1- استبيان إلكتروني: سيتم تصميم استبيان شامل لجمع البيانات حول استخدام وسائل التواصل الاجتماعي، مصادر المعلومات الغذائية، العادات الغذائية، والمواقف تجاه التغذية الصحية.

مجالات الدراسة

- 1- استخدام وسائل التواصل الاجتماعي للحصول على معلومات غذائية
- 2- تأثير المؤثرين على وسائل التواصل الاجتماعي على سلوك التغذية
- 3- العلاقة بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي ورضا الفرد عن وزنه
- 4- العلاقة بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي وممارسة النشاط البدني

المقاييس والاختبارات الإحصائية المقترح استخدامها

سيتم استخدام مجموعة من المقاييس الإحصائية لوصف البيانات وتحليلها، بما في ذلك:

- الترددات والنسب المئوية
- المتوسط والانحراف المعياري

التبويب المقترح وفق الخطة الزمنية

المرحلة الأولى: مراجعة الأدبيات وتصميم أدوات البحث

المرحلة الثانية: جمع البيانات وتحليلها

المرحلة الثالثة: كتابة التقرير النهائي

قائمة المصادر والمراجع المبدئية

- استعمال الشباب في المجتمع العماني لوسائل التواصل الاجتماعي: مراجعة تحليلية. (٢٠٢٤). مجلة جامعة دمشق للعلوم التربوية والنفسية , ٤٠ (٣)
- <https://journal.damascusuniversity.edu.sy/index.php/eduj/article/view/13311> .
- ابو دياب, ع. ا. ح. & علي السيد حسين. (٢٠١٧). أضواء على حجية الرسائل في الإثبات في مواقع التواصل الاجتماعي. مجلة كلية الشريعة و القانون بطنطا, ٣٢(٣), ٩٥٦-٩٩٧.
- عبد الحفيظ, & عبدالله خيرى احمد. (٢٠٢٤). اختراق خصوصية الآخرين عبر منصات التواصل الاجتماعي في الفقه الإسلامي والقانون الوضعي. مجلة البحوث القانونية والاقتصادية-المنوفية, ٦٠(٣), ٨١-١١٦.
- عزت حشاد, محمد, أبو طالب محمد, & محمد. (٢٠٢٢). المعرفة التغذوية للطلاب والسلوك الغذائي: الدور الوسيط للكفاءة الذاتية للطلاب والدور المعدل للتعليم التغذوي. مجلة كلية السياحة والفنادق-جامعة مدينة السادات, ٦(٢), ١٠٩-١٣٣.
- علي شارد أحمد, هـ, & هاني. (٢٠٢٤). تأثير مصداقية المؤثرين عبر وسائل التواصل الاجتماعي على الاعجاب بالعلامة التجارية ونية الشراء. المجلة العلمية للإقتصاد و التجارة, ٥٤(٣), ١٨٣-٢٣٤.
- جنيدي, بشرى, بوعلاق, بدبودي, & رقية. (٢٠٢٢). دور المؤثرين في التسويق عبر مواقع التواصل الاجتماعي.

ملاحق الدراسة

- نسخة من الاستبيان
- أمثلة على المحتوى الذي سيتم تحليله
- نتائج التحليل الإحصائي

المخطط الزمني للمهام المطلوبة في مقرر مشروع التخرج – ماجستير الإعلام الرقمي

الرقم	المهام	الأسبوع ١	الأسبوع ٢	الأسبوع ٣	الأسبوع ٤	الأسبوع ٥	الأسبوع ٦	الأسبوع ٧	الأسبوع ٨	الأسبوع ٩	الأسبوع ١٠	الأسبوع ١١	الأسبوع ١٢	الأسبوع ١٣	الأسبوع ١٤
		سبتمبر ٢٨	أكتوبر ٥	أكتوبر ١٢	أكتوبر ١٩	أكتوبر ٢٦	نوفمبر ٢	نوفمبر ٩	نوفمبر ١٦	نوفمبر ٢٣	نوفمبر ٣٠	ديسمبر ٧	ديسمبر ١٤	ديسمبر ٢١	ديسمبر ٢٨
١-	اختيار موضوع البحث ووضع عنوان مناسب														
٢-	استلام الخطة البحثية (Proposal) وفق خطوات البحث العلمي														
٣-	سيمنار مناقشة الخطط البحثية														
٤-	بداية تسليم مشروع التخرج كامل														
٥-	مناقشة مشاريع التخرج														