



The Effect of consuming TikTok short-form videos on the Ability to
Focus on Long-Form Content and Activities a Comparative Analysis
Across Different Age Groups Among Employees in the Private
Sector in Saudi Arabia .

تأثير استهلاك مقاطع الفيديو القصيرة في منصة التيك توك على القدرة على التركيز في
المحتوى و الأنشطة طويلة المدى تحليل مقارنة عبر الفئات العمرية المختلفة لدى
الموظفين في القطاعات الخاصة بالسعودية

إعداد الطالبة/ نورة أحمد جيلاني سالم

إشراف/

د. الفیصل عبد الحمید

د. فايز جراد

العام الدراسي:

2025

مقدمة:

في عصر منصات التواصل الاجتماعي التي أصبحت جزء لا يتجزأ من حياتنا اليومية نلاحظ تزايد كبير بأعداد مستخدمي منصة "تيك توك" في السعودية، حيث أصبحت المنصة هي الأكثر استخداماً وتداولاً لصنع المحتوى المرئي. المنصة تتميز بأنها تستطيع إيصال المحتوى بطريقة مرئية ومختصرة عن طريق الفيديوهات القصيرة والتي تسمح لنا بالتنقل السريع بين المعلومات والمواضيع. ما يميز منصة تيك توك هي أنها تدعم خوارزميات تخصص لكل شخص المحتوى المناسب له، مما يجعلنا نشاهد مئات الفيديوهات بشكل غير واعي لمدة زمنية طويلة.

وتنافس العديد من منصات التواصل الاجتماعي مثل: تيك توك و فيسبوك و انستجرام و سناب شات ويوتيوب، على مشاركة مقاطع الفيديو القصيرة، وتحقيق نجاحات سريعة على حساب وسائل تواصل اجتماعي أخرى، على الرغم من المنافسة الشرسة في هذا القطاع عبر الانترنت. حيث يتفوق الفيديو على جميع المحتويات الأخرى في وسائل التواصل الاجتماعي، بالإضافة الى حقيقة أن الناس يجدون مقاطع الفيديو أكثر جاذبية من النص و الصورة. و تعد مقاطع الفيديو القصيرة وهي عبارة عن ميزة تتيح إنشاء محتوى فيديو بمدة زمنية قصيرة، و مشاركته على المنصة، ظهرت أهميتها في قضاء معظم مستخدمي الانترنت وخاصة المراهقين وقتهم في مشاهدتها باستمرار، حيث تحاول منصات التواصل الاجتماعي تسهيل استهلاك المحتوى قدر الامكان، لذلك تستخدم ما يعرف بإسم " التمرير اللانهائي". (د. إيمان حلبي سلامة)

تتميز المنصة بالقدرة على جذب المشاهد بالمحتوى القصير و المباشر، تتكون مقاطع الفيديو عادة من 60 ثانية مما يجذب المستخدمين ويحفزهم على التفاعل المستمر مع المحتوى. على الرغم من الفوائد العديدة التي يقدمها التطبيق مثل الترفيه، ونقل المعلومات بسرعة وتوفير فرص للإبداع و التعبير عن الذات الا ان هناك تساؤلات حول تأثيره على قدرة المستخدمين على التركيز و ادائهم في الأنشطة التي تتطلب انتباها لفترات طويلة ، مثل القراءة و متابعة المحاضرات و العمل الإنتاجي.

أصبح التعرض للمقاطع القصيرة بشكل متكرر و لمدة طويلة هي موضع نقاش بين الباحثين، لأن الآثار الناجمة تختلف من شخص الى اخر او حتى من فئة عمرية الى أخرى. بعض الآثار العامة التي قد يواجهها

الفرد هو عدم القدرة على التركيز وعدم تحمل المحتوى الطويل أو النشاط الذي يتطلب وقت وجهد أطول. وذلك بسبب رغبة الدماغ بمعالجة المعلومات بشكل سريع ورغبته أيضا بالانتقال إلى مهمة أخرى. وهناك باحثين يرون أن الأجيال الشابة لديها القدرة على العمل في نشاط متعدد المهام بحرفية وذلك لقدرتهم على الإستيعاب السريع و التكيف مع الأنشطة المختلفة.

وعلى مستوى بيئة العمل، يشكل ادمان المقاطع القصيرة خطرا حقيقيا على إنتاجية الموظفين، خاصة في القطاع الخاص الذي يعتمد على الكفاءة والاستمرارية في الأداء. إن تشتيت الانتباه الناتج عن الاستخدام المكثف لتطبيقات مثل تيك توك يمكن أن ينعكس سلبا على جودة العمل، وسرعة الإنجاز، والتفاعل المهني. ويزداد هذا الأثر تعقيدا عند النظر إلى الفروقات بين الفئات العمرية المختلفة، حيث تشير الملاحظات الأولية إلى أن الموظفين الأصغر سنا أكثر عرضة للتأثر بمثل هذا النوع من المحتوى مقارنة بزملائهم الأكبر سنا، نظرا لاختلاف أنماط التكيف الرقمي.

وقد تناولت دراسات متعددة هذا التأثير، وفي هذا السياق، تشير دراسة Radesky وزملاؤها (2020) إلى أن الاستخدام المفرط للمحتوى الرقمي السريع، مثل الفيديوهات القصيرة على تيك توك، يمكن أن يؤدي إلى تشتت الانتباه وانخفاض القدرة على التركيز، خاصة عند الفئات العمرية الأصغر سنا. كما أوضحت الدراسة أن هذا النوع من الوسائط يحفز الدماغ على الانتقال السريع بين المعلومات دون التعمق فيها، مما قد يؤثر سلبا على الأداء في المهام التي تتطلب تركيزا واستمرارية ذهنية.

كذلك أظهرت دراسة Cheing و Wilmer (2016) أن العادات المرتبطة باستخدام الأجهزة الذكية وتطبيقات المحتوى السريع قد ترتبط بانخفاض قدرة الأفراد على التحكم في الانتباه، وزيادة الميل إلى الانشغال بأكثر من مهمة في الوقت نفسه. وأشارت النتائج إلى أن الاعتماد على هذا النوع من المحتوى يؤدي إلى نمط من التفكير السطحي والتعامل السريع مع المعلومات، مما يضعف القدرة على الانخراط في أنشطة تتطلب تركيزا واستيعابا معمقا مثل القراءة أو حل المشكلات.

كما توضح دراسة Montag وزملاؤه (2021) أن الاستهلاك المستمر والمكثف للمحتوى الرقمي القصير، مثل مقاطع الفيديو المنتشرة على منصات التواصل، يرتبط بانخفاض ملحوظ في الأداء المعرفي العام.

وقد أشار الباحثون إلى أن الدماغ يتكيف مع سرعة وتعددية هذه المحتويات مما يجعله أقل قدرة على التعامل مع الأنشطة التي تتطلب تركيزًا مستمرًا وتحليلًا عميقًا، وهو ما قد ينعكس سلبيًا على بيئات العمل والتعليم.

إلا أن هذه الدراسات ركزت غالبًا على فئة المراهقين أو البيئة الدراسية، دون التطرق الكافي لتأثير هذه الظاهرة في بيئات العمل، خصوصًا في القطاع الخاص، أو دراسة الفروق العمرية في هذا السياق.

ومن هنا تظهر الفجوة البحثية التي تسعى الكاتبة من خلال هذه الدراسة معالجتها، من خلال تحليل تأثير استهلاك مقاطع تيك توك القصيرة على قدرة التركيز في سياقات تتطلب جهدًا ذهنيًا طويلاً، مع التركيز على الموظفين في القطاع الخاص، ومقارنة الأداء بين الفئات العمرية المختلفة. حيث تشير ملاحظات أولية إلى أن صغار السن أكثر عرضة للتأثر مقارنة بزملائهم الأكبر سنًا، بسبب الفروقات في أنماط التكيف الرقمي وسرعة معالجة المعلومات.

تهدف هذه الدراسة إلى سد هذه الفجوة عبر تحليل الأداء في مهام تتطلب تركيزًا ممتدًا، مثل حضور الاجتماعات، وذلك لفهم العلاقة بين استهلاك المحتوى القصير، والفئة العمرية، ومستوى التركيز والإنتاجية في بيئة العمل.

مشكلة الدراسة:

مع تصاعد أعداد مستخدمي منصة تيك توك تتزايد التساؤلات و المخاوف حول التأثيرات المحتملة على قدرة الأفراد بالتركيز على الأنشطة طويلة الأمد. تصميم منصة تيك توك الذي يجعل الفرد يقوم بمعالجة البيانات من خلال فديوهات قصيرة و متنوعة بشكل سريع قد يشكل كيفية ادارة التركيز و الاهتمام لدى الأفراد. تهدف الدراسة الى اكتشاف الاثر الناتج عن التعرض للفيديوهات القصيرة في منصة تيك توك على قدرة الأفراد على التركيز في المحاضرات و اجتماعات العمل الطويلة و مقارنة النتائج عبر مختلف الفئات العمرية. تحديدا تسعى الباحثة لفهم ما اذا كان التعرض المتكرر لمحتوى تيك توك يؤثر سلبا على مدى الانتباه والقدرة على التركيز، وكيف يختلف هذا التأثير في الأفراد الأصغر سنا، ومتوسطي العمر، وكبار السن. هل يمكن ان يتغير اسلوب الدماغ في معالجة البيانات ؟ و هل يؤدي التعرض المستمر لمحتوى سريع الى تراجع القدرة على التركيز لفترات طويلة؟

اهتمام اغلب الدراسات السابقة بالتأثيرات الأخلاقية و الاجتماعية و النفسية لهذا التطبيق ولكن نود تناول تأثيراته على درجة الانتباه و التركيز لدى مستخدميها خاصة وأن هناك إرهابات تشير الى وجود تأثيرات لهذا التطبيق على التركيز و الانتباه منها على سبيل المثال ما كشفت عنه بعض الاحصاءات: أن مقاطع الفيديو الأفضل أداء على تيك توك تتراوح مدتها بين 21 و 34 ثانية، و أن متوسط مدة الجلسة الواحدة 10.85 دقيقة، مما يعني أن متصفح تيك توك يشاهد أكثر في المتوسط أكثر من 20 مقطعاً مختلفاً في الجلسة الواحدة، فهل مشاهدة هذا الكم من المقاطع في هذا الوقت القصير يؤثر على قدرة الشخص على التركيز والانتباه أم لا ؟ و هل هذه المقاطع القصيرة يمكن أن تفيد مشاهديها بمعلومة تبقى في أذهانهم أو تنجح في توصيل فكرة تطور حياتهم أم ان كل مقطع يشاهدونه يمحو الذي قبله، فيخرج المشاهد بالنهاية دون ادنى استفادة، بل قد يؤثر ذلك على قدرته على الانتباه و التركيز ليصدق بذلك ما افترضه ماكلوهان في نظريته الشهيرة "حتمية التكنولوجيا" والتي افترضت أن وسائل الاعلام لا تنقل لنا فقط المعلومات ولكنها ايضا تخبرنا بنوع العالم الموجود، وهذا لايجعل حواسنا فقط تتأثر ولكنها تغير في الواقع شخصياتنا. (حسناء منصور ، 2023، ص : 4)

تنبع القيمة العلمية لهذه الدراسة في سعيها لفهم العلاقة بين استهلاك المحتوى القصير على تيك توك ومستوى التركيز لدى الموظفين في القطاع الخاص في السعودية، مع تقديم تحليل مقارنة بين الفئات

العمرية المختلفة، مما قد يسهم في تطوير استراتيجيات عملية تساعد المؤسسات على تحسين بيئة العمل وتعزيز كفاءة الأداء الوظيفي.

كما تساهم نتائج الدراسة ايضا بسد الفجوة البحثية في البحوث العربية حول تأثير المحتوى الرقمي الحديث على السلوكيات المعرفية، مما يمنح الباحثين و صناع القرار رؤى أوضح تساعد على التعامل مع هذا التحدي المتزايد ، سواء من خلال برامج التوعية او تعديل سياسات استخدام التقنية داخل بيئة العمل.

أهمية الدراسة:

1- الأهمية النظرية:

- معالجة تأثير الفيديوهات القصيرة و التي تشير العديد من الدراسات السابقة انها من المحتمل ان تؤثر على قدرة الفرد على التركيز و القيام بأنشطة طويلة.
- تسليط الضوء على جانب التأثير من حيث الفئات العمرية لان الجيل الجديد هم الأكثر مشاهدة و من أكثر صناع المحتوى في التيك توك.
- العلاقة بين تعرض الجيل الجديد للفيديوهات القصيرة و تأثير ذلك على جانبهم الابداعي و قدرتهم على اداء المهمات المتعددة ، بهدف تحديد ما اذا كانت هذه التأثيرات ايجابية او سلبية.
- دراسة التأثير المحتمل للفيديوهات القصيرة على الأشخاص الأكبر سنا وفهم كيف يؤثّر هذا النوع من المحتوى على قدرتهم على التركيز .
- فهم ديناميكية تفاعل الفئات العمرية مع منصة تيك توك قد يحد من ترويج الشائعات السلبية حول التطبيق و توعية الفئة الأخرى التي تتأثر سلبا من تعاطي الفيديوهات القصيرة.

2- الأهمية التطبيقية:

- بسبب تزايد أعداد مستخدمي منصة التيك توك في السعودية تبرز الحاجة لفهم تأثير المنصة على الأفراد على التركيز و اداء الأنشطة طويلة الأمد
- تقوم الدراسة بسد فجوة بحثية حول تأثير التيك توك على الانتباه و التركيز لدى الفئات العمرية المختلفة و هو موضوع لم يتم عمله في الأبحاث السابقة في السعودية
- ستساهم النتائج المتوقعة في تطوير استراتيجيات لاستخدام المحتوى المرئي بشكل ايجابي يعزز من قدرة الفرد على التركيز لتحقيق الإنتاجية في العمل

أهداف الدراسة:

الهدف الرئيسي: دراسة تأثير استخدام منصة التيك توك على قدرة الأفراد على التركيز و الانتباه في الأنشطة التي تتطلب تركيزا طويلا.

الأهداف الفرعية:

- دراسة تأثير منصة تيك توك على قدرة الأفراد على التركيز و الانتباه.
- الكشف عن ايجابيات و سلبيات المقاطع القصيرة لكل فئة عمرية.
- تحليل تأثير التعرض المتكرر للمحتوى القصير على أداء الأنشطة التي تتطلب تركيزا لفترات طويلة.
- معرفة العلاقة بين عدم القدرة على التركيز و التيك توك.
- التعرف على اسباب عدم تحمل المحتوى الطويل في الوقت الحالي و رواج الفيديوهات القصيرة.
- رصد ايجابيات و سلبيات تفاعل مختلف الفئات العمرية مع منصة التيك التوك.
- معرفة ميزات منصة تيك توك من وجهة نظر مستخدمي المنصة.
- دراسة مدى تأثر مستخدمي المنصة و قدرتهم على التذكر و الانتباه.
- تقديم توصيات لمساعدة الأفراد على تحقيق توازن صحي بين وسائل التواصل الاجتماعي و القدرة على التركيز في المهام الأكاديمية والمهنية.

1- هل هناك فرق في تأثير الفيديوهات القصيرة على التركيز بين الفئات العمرية المختلفة ؟

- هل تتأثر الفئة العمرية الأصغر سنا من مشاهدة التيك توك؟
- هل هناك علاقة بين التششت و عدم التركيز عند الفئات العمرية الصغيرة و منصة تيك توك؟
- هل الغضب الغير مبرر عند محاولة المذاكرة و التكريز هو بسبب ادمان منصة تيك توك؟
- هل المراهقين عرضة للإكتئاب بسبب منصة تيك توك؟
- هل المراهقين عرضة للمقارنة المستمرة بسبب منصة تيك توك؟
- هل المراهقين لديهم رغبة بالشهرة و جني المال بسبب منصة تيك توك؟
- هل الفئات العمرية الأكبر سنا مهتمين لمنصة التيك توك؟
- هل الفئات الأكبر سنا يرغبون بمجارة الجيل الجديد من خلال منصة تيك توك؟
- هل عدم القدرة على التركيز للفئات الأكبر سنا بسبب تطبيق تيك توك؟

2- كيف يؤثر استهلاك مقاطع الفيديو القصيرة في منصة تيك توك على القدرة على التركيز في

المحتوى الطويل ؟

- كيف يؤثر تكرار مشاهدة مقاطع الفيديو القصيرة على مستوى الانتباه اليومي؟
- هل هناك اختلاف في قدرة الأفراد على التركيز بناء على نوع المحتوى الذي يتعرضون له في التيك توك؟
- هل هناك علاقة بين مدة مشاهدة الفيديوهات القصيرة و القدرة على التركيز في المهام الطويلة ؟

3- ما العلاقة بين مدة مشاهدة الفيديو وتأثيره على الانتباه والتركيز في الأنشطة اليومية ؟

- هل توجد مدة معينة لمشاهدة الفيديو تؤدي الى انخفاض التركيز في الأنشطة اليومية؟
- هل تختلف تأثيرات مدة مشاهدة الفيديو بناء على المحتوى الذي يتم مشاهدته؟

فروض الدراسة:

- 1- يوجد علاقة عكسية بين مدة مشاهدة الفيديو القصير و مستوى التركيز في الأنشطة اليومية
- 2- الأشخاص الذين يقضون وقت اطول في مشاهدة التيك توك يعانون من انخفاض في قدرتهم على التركيز في المهام المعقدة
- 3- مدة مشاهدة الفيديوهات تؤثر بشكل أكبر على قدرة الفرد على التركيز في الأنشطة الذهنية مقارنة بالأنشطة البدنية
- 4- هناك فرق في تأثير مدة مشاهدة الفيديوهات القصيرة على الفئات العمرية المختلفة
- 5- نوع المحتوى الذي يتم التعرض له في منصة تيك توك يؤثر على درجة التركيز في الأنشطة الطويلة

الدراسات السابقة:

• الدراسات العربية:

دراسة (د. حسناء منصور): تسلط الباحثة بحثها على تأثير منصة تيك توك و درجة الانتباه و التركيز لدى الشباب السعودي وتم عمل بحثها على عينة من طالبات جامعة الملك عبد العزيز. وتأكدت الباحثة عن وجود علاقة ارتباط دالة بين تأثير التيك توك و ضعف التركيز لدى الشباب السعودي. وتوصلت الى ان هناك اضطرابات نفسية قد يشعر بها الفرد عند عدم تصفحه لمنصة تيك بسبب الإدمان الذي اصبح يسيطر عليه.

دراسة (إيمان حلمي سلامة): تهدف الدراسة على التعرف على مدى تعرض المراهقين لمقاطع الفيديو القصيرة (Reels) و أهم دوافع التعرض لها. و تأثير كثافة هذا التعرض على الجانب المعرفي والسلوكي لديهم. وايضا التعرف على نوعية مقاطع الفيديو القصيرة المفضلة لدى المبحوثين ومستوى رضاهم عن المحتوى رضاهم المقدم لها. و أثبتت نتائج الفروض وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين معدل تعرض المراهقين لمقاطع الفيديو القصيرة و طبيعة الجانب المعرفي والسلوكي لديهم. تم رصد عدد الساعات التي يقضوها المراهقين في مشاهدة هذه الفيديوها لمدة تتراوح من ساعة الى ثلاثة ساعات يوما. اثبتت الدراسات ان اهم اسباب مشاهدة افراد العينة جاء للتسلية وقضاء وقت الفراغ. حيث يشكل العالم الافتراضي الذي يعيش فيه الأفراد متنفس ومجال للترويح عن النفس وشغل وقت الفراغ.

• الدراسات الأجنبية:

دراسة (Neil A. Bradbury) : (Attention span during lectures)

تعرض الدراسة مفهوم حد الانتباه الذي يتراوح بين 10 و 15 دقيقة والذي يسبب انخفاض معدل التركيز في المحاضرات الجامعية. صحة هذه المقولة لم تثبت علميا ولكن ماتم اثباته انه يجب ان يكون المحتوى المقدم للطلاب قادر على جذب انتباههم و تفاعلهم حتى يستطيعوا التركيز لمدة اطول. ولكن

اتباع الأساليب القديمة وسرد المعلومات بشكل منهجي بدون اي بتكار هذا ما سيصيب الطلاب بالملل و بالتالي سيفقدون تركيزهم بوقت قصير.

دراسة (Ms. Premsira Rugrien) : (Short-form VS. Long-form Video)

هذه الدراسة تسلط الضوء على الاختلافات الظاهرة بين المحتوى الطويل والمحتوى القصير. الفروقات والأكثر مشاهدة عند الجمهور. وهل ظهور الفيديوهات القصير سيتحتم علينا انهاء صنع المحتوى الطويل لقلة المشاهدين ؟ توصلت الدراسة الى ان ازدياد عدد مستخدمي وسائل التواصل الاجتماعي والطلب المتزايد على محتوى الفيديو في ظهور مقاطع الفيديو القصيرة كشكل شائع. ومع ذلك، لا يعني هذا أن مقاطع الفيديو الطويلة لا تُعد ذات أهمية. تعتمد فعالية محتوى الفيديو على عوامل مثل تفضيلات الجمهور وأهدافه وطبيعة المحتوى نفسه. لكلٍ من مقاطع الفيديو القصيرة والطويلة وظائفها ونقاط قوتها الفريدة، ويمكن أن يكون النهج المتوازن الذي يجمع بين كلا الشكلين فعالاً في تحقيق الآثار التسويقية المرجوة والتفاعل مع جماهير متنوعة بفعالية.

دراسة (Mireia Montaña-Blasco & Mònika Jiménez-Morales) : (Can't stop scrolling!)

الدراسة (لأستطيع التوقف عن التمرير) سلطت الضوء على أنماط استخدام المراهقين في اسبانيا لتطبيق تيك توك و تأثيرها على إدراكهم المعرفي و على صحتهم النفسية و العاطفية. الهدف من الدراسة كان تحليل العلاقة بين وقت الاستخدام و نوع المحتوى الذي يتم استهلاكه. و كانت النتيجة ان هناك علاقة بين التمرير المستمر للمحتوى القصير وبين تراجع مستوى التركيز في الأنشطة الاخرى مثل الدراسة او العمل. و ايضا اظهرت ان هناك تزايد في مستويات القلق و التوتر عند المراهقين الذين يتعرضون للفيديوهات القصيرة لوقت طويل.

دراسة :

(Muhammad Husain¹ , Dr. Nudrat Mushtaq² , Dr. Nasim Khan Mahsud³ , Huda Afzal⁴ ,)

(Saliha Naseer⁵ , Dabeer Hussain⁶

(The Effect of Social Media Addiction on Attention Span and Aggression among University Students)

قدم البحث نظرة حول كيفية تأثير إدمان وسائل التواصل الاجتماعي على مدى انتباه طلاب الجامعات وعدوانيتهم. وقد اظهرت نتائج البحث عن وجود علاقة بين مدى انتباه طلاب الجامعة و ادمانهم على وسائل التواصل الاجتماعي. و الارتباط تم تعريفه بأنه ارتباط سلبي بين الوعي الذهني و وسائل التواصل الاجتماعي مما يعني انه قد يصعب على الطلاب التركيز و الانتباه لفترات طويلة و المشاركة بالانشطة بوعي كامل. بسبب كثرة المشتتات التي تحملها التطبيقات مما يصعب على الافراد القدرة على الفصل بين تجاربهم خارج نظام الانترنت.

دراسة (Cavin Macwan^{1*} , Chandni J.Vidani², Jignesh Vidani)

(Exploring the Influence of Reels and Short Videos on the Reading and Listening Habits of Generation Z: A Comprehensive Study)

اهتمت الدراسة على فهم Generation Z و كيفية تفاعلهم مع الفيديوها القصيرة ، حيث نشأ انخفاض ملحوظ في عادات القراءة و الاستماع لديهم. أصبح تركيز هذا الجيل هو كيفية صنع محتوى و التفاعل مع المحتوى الرقمي و قلت جاذبية قراءة الكتب او الاستماع لمحتوى طويل المدة. من المهم فهم هذا الجيل و ملائمة الطرق الرقمية لعرض المحتوى العلمي بطريقة جذابة بالنسبة لهم. لان الوسائط المرئية اصبحت ذات تأثير عميق على البنية العقلية لجيل Z .

أوجه التشابه بين هذه الدراسات:

- وجود تأثير للمحتوى القصير على الانتباه فمعظم الدراسات اكدت علة علاقة بين استهلاك المقاطع القصيرة وبين ضعف الانتباه
- وجود اثر نفسي و سلوكي لدى الأفراد بعد تعرضهم لمحتوى الفيديوها القصيرة مثل التوتر و القلق

- اهتمت الدراسات السابقة بفئة الجيل Z بشكل كبير و على تغيير عاداتهم بسبب استهلاك المقاطع القصيرة

أوجه الاختلاف بين هذه الدراسات:

- زوايا التأثير فالبعض ركز على الجانب النفسي و الآخر ركز على الأداء الأكاديمي و السلوكي
- منهجية الدراسة اختلفت فالجراسات العربية استخدمت الاستبيان و تحليل الدوافع بينما استخدمت الدراسات الاجنبية البيانات السلوكية و المعرفية و تحليلها احصائيا
- وجهات النظر عن المحتوى الطويل فبعض الدراسات اكدت اهميته بينما لمحت الدراسات الاخرى عن تراجع اهميته خاصة في هذا الجيل الجديد

الفجوة البحثية :

- وجود قلة من الدراسات التي تغطي ربيط استهلاك الفيديوها القصيرة بقدرة الموظفين في القطاع الخاص على التركيز في المهام الطويلة في بيئة العمل.
- الدراسات معظمها ركزت على فئة المراهقين و طلاب الجامعة بينما لا يوجد دراسات كافية تغطي الاثار لدى الموظفين.
- الفئات العمرية لم يتم تغطيتها بشكل كافي داخل بيئة العمل
- لم يتم ذكر اثر هذه الظاهرة في القطاع الخاص بشكل محدد و تحليل العلاقة بين استهلاك الفيديوها القصيرة مقابل عمل اجتماعات او العمل على تقارير او مهام طويلة.

المنطلقات النظرية للدراسة:

1- نظرية الاستخدامات والإشباع: حيث تستكشف هذه النظرية سبب استخدام الاشخاص لوسائل التواصل الإجتماعي، و بحثهم عن المحتوى الذي يلبي احتياجات معينة لديهم سواء كانت اجتماعية، نفسية، او معرفية. يمكننا تطبيق هذه النظرية لدراسة وفهم سبب تفاعل المستخدمين مع مقاطع فيديو التيك توك.

متغيرات الدراسة:

الاحتياجات الفردية : مثل الترفيه ، التعلم ، و الانتماء الاجتماعي.
تفاعل المستخدمين : رصيد كيف يلبي محتوى تيك توك هذه الاحتياجات و كيف يؤثر على سلوك المستخدمين من حيث التركيز و الانتباه.

2- نظرية التأثير الاجتماعي وتغير السلوك: هذه النظرية تؤكد على كيفية تعلم الاشخاص للسلوكيات من خلال مراقبة الآخرين، و هنا يظهر تأثير الإنفلونسرز على التيك توك.

متغيرات الدراسة:

التأثيرات الاجتماعية: كيف تؤثر السلوكيات المعروضة من قبل الإنفلونسرز في تيك توك على التفاعل مع المحتوى.
التغير السلوكي: فهم كيف يؤثر التعرض لمحتوى معين في تغيير سلوكيات الأفراد الشخصية مثل التركيز و الانتباه في الأنشطة اليومية.

3- نظرية التفاعل: تركز هذه النظرية على كيفية تفاعل المستخدمين مع المحتوى و الاستجابة العاطفية أو الإدراكية الناتجة. لانه من الممكن ان تؤثر هذه التفاعلات على المشاعر و الانتباه، مما يؤدي الى تغييرات في مستويات التركيز و القدرة على اداء الأنشطة الطويلة.

متغيرات الدراسة:

الإستجابة العاطفية: مثل التسلية، الانفعال أو الفضول

الاستجابة الإدراكية: كيف تؤثر الفيديوهات القصيرة في التبولك توك على الانتباه و التركيز

من خلال دمج هذه النظريات يمكننا بناء اساس نظري قوي يدعم هدف البحث حول كيفية تأثير مقاطع التيك توك على قدرة الأفراد على التركيز و اداء أنشطة تتطلب وقتا اطول. النظريات الثلاثة توفر إطارا لفهم الدوافع التي تؤدي إلى تفاعل الأفراد مع المحتوى، والتأثيرات الاجتماعية التي قد تؤدي إلى تغيرات في السلوك، والاستجابات العاطفية والإدراكية التي تؤثر على القدرة على الانتباه والتركيز في الأنشطة الأخرى.

المنهجية وطرق البحث:

تعد هذه الدراسة من الدراسات الوصفية التي تستهدف تصوير ووصف وتقرير خصائص ظاهرة معينة، بهدف الحصول على معلومات كافية و دقيقة، تقوم هذه الدراسة برصد الآثار الناجمة عن منصة التيك توك لفئات عمرية مختلفة. وتقوم الدراسة برصد الآثار السلوكية و المعرفية و النفسية الناتجة عن استهلاك هذا النوع من المحتوى.

ستعتمد الدراسة الحالية على المنهج الوصفي التحليلي، والذي يعد المنهج الرئيسي لدراسة الجمهور، فهو أحد الأشكال الخاصة التي تجمع البيانات و المعلومات و تحليلها لإنتاج المراد تحليله. كما ستعتمد الدراسة على منهج المسح " Survey Method " كأداة رئيسية لجمع البيانات من عينة الدراسة. سنتمكن من معرفة مدى التأثير لكل فئة عمرية بعد معرفة نشاطاتهم بعد الجلوس لساعات امام التيك توك.

سيتم استخدام ثلاثة ادوات رئيسية لجمع البيانات :

- 1- الإستبيان : ستقوم الباحثة بتصميم استبيان يتضمن اسئلة مغلقة لتحديد مدة استخدام تيك توك اليومية و تقييم تأثيره من وجهة نظر المشاركين.
- 2- الاختبار: سيتم اجراء اختبار بسيط لقياس قدرة الأفراد المشاركين على التركيز بعد تعرضهم لمقاطع قصيرة لمدة طويلة ، حتى يتم قياس الاثر الناتج عن ذلك.
- 3- المقابلات الشخصية: ستقوم الباحثة بإجراء مقابلات شخصية مع عدد من افراج عينة الاختبار بغرض التحليل العميق للآثار النفسية و السلوكية الناتج عن اسهلاك المقاطع القصيرة.

نوع البيانات :

- 1- سيتم استخدام البيانات الأولية من خلال الاسبيانات و الاختبارات و المقابلات
- 2- سيتم استخدام البيانات الثانوية من خلال تحليل الدراسات السابقة و المراجع النظرية

فروض الدراسة:

الفرض الرئيسي : لاتوجد علاقة ذات دلالة احصائية بين مدة استخدام الفيديوهات القصيرة على تيك توك و مستوى التركيز لدى المستخدمين من الفئات العمرية المختلفة.

الفروض الفرعية:

- 1- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التركيز بين الفئات العمرية المختلفة بعد استخدام التيك توك
- 2- لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين عدد ساعات استخدام التيك توك و التأثير النفسي لدى المستخدمين
- 3- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور و الإناث في التأثير بمقاطع الفيديو القصيرة من حيث التركيز و الانتباه

أدوات الدراسة :

سيتم استخدام ثلاثة أدوات لجمع بيانات الدراسة:

- 1- منهجية الاستبيان: حيث ستقوم الباحثة بعمل استبيان حول "المدة التي تقضيها في التيك توك في اليوم الواحد " حتى نتعرف على الوقت الزمني المستهلك لكل فئة عمرية، و سيتم استخدام الأسئلة المغلقة لتسهيل عملية التحليل الإحصائي وضمان جميع بيانات دقيقة و قابلة للقياس.

2- منهجية الاختبار: ستقوم الكاتبة بعمل اختبار يقيس مدى التركيز و القدرة على تحمل المحتوى الطويل لعينة من الدراسة، حتى نستطيع تحليل ومعرفة النتائج حسب الفئات العمرية المختلفة.

3- منهجية المقابلات الشخصية: سيتم اجراء مقابلات شخصية مع عدد من المشاركين و ذلك بهدف التحليل العميق للأثار النفسية الناتجة عن استهلاك الفيديوهاات القصيرة مع التركيز على الفروق بين الفئات العمرية.

حدود الدراسة :

- المجال المكاني: طبقت هذه الدراسة على الفئات العمرية المختلفة في منطقة جدة بالمملكة العربية

السعودية. وذلك لتنوع عدد الفئات العمرية مما يسهم في تحقيق تنوع في العينة المستهدفة.

- المجال البشري: أجريت هذه الدراسة على عينة عشوائية مكونة من (30) مشاركا من الذكور و الإناث لضمان تمثيل مختلف الفئات العمرية (18 – 25 ، 26 – 35 ، 36 – 45) و تم توزيع المشاركين على الفئات العمرية بشكل متوازن في منطقة جدة.
- المجال الزمني: ستتم هذه الدراسة خلال الفترة من مارس الى أغسطس – 2025 م.
- المجال الموضوعي: اقتصرت هذه الدراسة على فهم الآثار الناجمة من استهلاك الفيديوهات القصيرة من منصة تيك توك في القدرة على التركيز و الانتباه أثناء الانشطة الطويلة مع التركيز على الفئات العمرية المختلفة بين افراد العينة.

المراجع:

أولا المراجع العربية:

- 1- حسناء منصور. (2023). تأثير تصفح تطبيق تيك توك على درجة الانتباه والتركيز لدى الشباب السعودي. *المجلة المصرية لبحوث الرأي العام*, 22(1)، 345-381.
<https://doi.org/10.21608/joa.2023.292494>
- 2- حلمي علي سلامة, & إيمان. (2023). تعرض المراهقين لمقاطع الفيديو القصيرة (الريلز) علي مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالجانب المعرفي والسلوكي لديهم. *مجلة الدراسات الإنسانية والأدبية*, 29(2), 479-523.
https://journals.ekb.eg/article_331330.html

ثانيا المراجع الأجنبية:

- 3- Alghamdi, R., & Aljabr, N. (2024). The impact of tiktok on employees' attention span. *International Journal of Professional Business Review: Int. J. Prof. Bus. Rev.*, 9(11), 31.
- 4- Asif, M., & Kazi, S. (2024). Examining the influence of short videos on attention span and its relationship with academic performance. *International Journal of Science and Research*, 13(4), 1877-1883.
- 5- Boeker, M., & Urman, A. (2022, April). An empirical investigation of personalization factors on TikTok. In *Proceedings of the ACM web conference 2022* (pp. 2298-2309).
- 6- Bradbury, N. A. (2016). Attention span during lectures: 8 seconds, 10 minutes, or more?. *Advances in physiology education*.
- 7- Bulut, D. (2023). The association between attention impairments and the internet and social media usage among adolescents and young adults with potential consequences: A review of literature. *Psychology*, 14(8), 1310-1321.
- 8- Crouch, A. (2017). *The tech-wise family: Everyday steps for putting technology in its place*. Baker Books.
- 9- Fisher, M. (2022). *The Chaos Machine: The Inside Story of How Social Media Rewired Our Minds and Our World*. Little, Brown and Company.
- 10- Fung, I. C.-H., Dissanayake, N., & Ott, M. A. (2024). Exploring how youth use TikTok for mental health information in British Columbia: Semistructured interview study with youth. *JMIR Infodemiology*, 4, e38967966.
<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11259762/>

- 11-Hari, J. (2022). Stolen focus: Why you can't pay attention—and how to think deeply again. Bloomsbury Publishing.
- 12-Husain, M., Mushtaq, N., Mahsud, N. K., Afzal, H., Naseer, S., & Hussain, D. (2024). The Effect of Social Media Addiction on Attention Span and Aggression among University Students.
- 13-Kirschner, P. A., & De Bruyckere, P. (2017). The myths of the digital native and the multitasker. *Teaching and Teacher education*, 67, 135-142.
- 14-Mariyati, L. I., & Wilmar, M. P. (2024). Examining the Negative Impact of TikTok Usage on Elementary Students' Learning Motivation. *Indonesian Journal of Education Methods Development*, 19(3), 10-21070.
- 15-Mekler, A. (2021). The effects of TikTok use on college student learning. *Undergraduate Review*, 16, 145-153. https://vc.bridgew.edu/undergrad_rev/vol16/iss1/19
- 16-Montag, C., Sindermann, C., & Baumeister, H. (2020). Digital phenotyping in psychological and medical sciences: a reflection about necessary prerequisites to reduce harm and increase benefits. *Current Opinion in Psychology*, 36, 19-24.
- 17-Montag, C., Yang, H., & Elhai, J. D. (2021). On the psychology of TikTok use: A first glimpse from empirical findings. *Frontiers in Public Health*, 9, 641673. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.641673>
- 18-Newport, C. (2019). *Digital minimalism: Choosing a focused life in a noisy world*. Penguin Random House.
- 19-Obasi, H. U. (2024). The effect of TikTok on the academic performance of students in tertiary institutions in Nigeria. *ISRG Journal of Arts, Humanities and Social Sciences (ISRGJAHSS)*, 2(2), 298-304.
- 20-Radesky, J. S., Schumacher, J., & Zuckerman, B. (2015). Mobile and interactive media use by young children: the good, the bad, and the unknown. *Pediatrics*, 135(1), 1-3.
- 21-Rugrien, M. P., & Funk, S. (2022). *Social Media Trend 2023: Short-form VS. Long-form Video (No. 308246)*. Thammasat University. Faculty of Journalism and Mass Communication.

- 22-Thomée, S., Härenstam, A., & Hagberg, M. (2011). Mobile phone use and stress, sleep disturbances, and symptoms of depression among young adults-a prospective cohort study. *BMC public health*, 11, 1-11.
- 23-Varshaa, H. S., Shreya, K., & Ghosh, M. S. Impact of Instagram reels on the attention span of creative and analytic thinkers.
- 24-Violot, C., Elmas, T., Bilogrevic, I., & Humbert, M. (2024, May). Shorts vs. regular videos on YouTube: a comparative analysis of user engagement and content creation trends. In *Proceedings of the 16th ACM Web Science Conference* (pp. 213-223).
- 25-Virós-Martín, C., Montaña-Blasco, M., & Jiménez-Morales, M. (2024). Can't stop scrolling! Adolescents' patterns of TikTok use and digital well-being self-perception. *Humanities and Social Sciences Communications*, 11(1), 1-11.
- 26-Wilmer, H. H., & Chein, J. M. (2016). Mobile technology habits: patterns of association among device usage, intertemporal preference, impulse control, and reward sensitivity. *Psychonomic bulletin & review*, 23(5), 1607-1614.
- 27-Xu, S. (2024). Exploring Short-Form Videos Binge-Scrolling Behaviors Among College Students (Master's thesis, Tufts University).