

الإنعكاسات الصحية لوسائل التواصل الاجتماعي بمدينة الرباط بالمغرب

أ. فجر سمير الجريص (*)

د. تامر جاد (***)

أ.د. سلوى درويش (**)

• ملخص

تمثل وسائل التواصل الاجتماعي واحده من أبرز الأدوات الحديثة من حيث الاستخدام والانتشار، وعلى الرغم مما لها من فوائد متعددة، إلا أن هناك بعض الأضرار والتأثيرات السلبية التي تسببت فيها تلك الوسائل من خلال الاستخدام الخاطئ أو المفرط لتلك الوسائل. لذلك، هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على تأثير استخدام وسائل التواصل الاجتماعي بصفة عامة و فيسبوك بصفة خاصة على النواحي الصحية لمستخدمي تلك الوسائل بمدينة الرباط بالمملكة المغربية. حيث تم استخدام الاستبيان الإلكتروني كأداة لجمع البيانات، وتكون عينة الدراسة من (100) فرد من مواطني مدينة الرباط. توصلت النتائج إلى عدد من النتائج أهمها، أنه على الرغم من التأثيرات الإيجابية لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي في القطاع الصحي، إلا أن هناك العديد من التأثيرات السلبية المباشرة وغير المباشرة على النواحي الصحية للأفراد.

الكلمات الدالة: وسائل التواصل الاجتماعي، فيسبوك، الصحة، الرباط، المغرب

• Abstract

Social media represents one of the most prominent modern tools in terms of use and spread, and despite its many benefits, there are some negative effects caused by social media through the wrong or excessive use of these tools. Therefore, this study aimed to identify the effect of using social media in general and Facebook in particular on the health aspects of users of these means in Rabat, Morocco. The electronic questionnaire was used as a data collection tool, and the study sample consisted of (100) individuals from the city of Rabat. The results revealed number of results, the most important of which is that despite the positive effects of using social media in the health sector, there are many direct and indirect negative effects on the health aspects of individuals.

Keywords: social media, Facebook, health, Rabat, Morocco

(*) باحث دكتوراه بقسم الأنثروبولوجيا - كلية الدراسات الأفريقية العليا - جامعة القاهرة

(**) أستاذ الأنثروبولوجيا بكلية الدراسات الأفريقية العليا - جامعة القاهرة

(***) مدرس الأنثروبولوجيا بكلية الدراسات الأفريقية العليا - جامعة القاهرة

• مقدمة

لم تعد وسائل التكنولوجيا الحديثة وادواتها المتنوعة وسائل ترفيه فحسب، بل إنه في ظل ما يشهده العالم من تطورات وتغيرات متسارعة وخاصة في مجالات وصناعات التكنولوجيا الحديثة، وعلى رأسها الانترنت وتطبيقاته المتعدده، فقد حدثت تحولات مذهلة في طبيعة استخدام العديد من أدوات التكنولوجيا كي تساعد في خدمة المجتمعات البشرية وتحقق الرفاهية لتلك المجتمعات بأقصى قدر يمكن تحقيقه. ففي الوقت الحالي، أصبحت وسائل التواصل الاجتماعي بأشكالها المتنوعة متربعة على عرش الأدوات التكنولوجية الأكثر استخداما في عمليات التواصل بين الأفراد. علاوة على ذلك، فقد ظهرت العديد من المجالات التي أصبحت وسائل التواصل الاجتماعي مكونا رئيسيا من مكوناتها، كالمجالات الاقتصادية، السياسية، وأيضا الصحية.

ولعل من الأمور التي تجذب الانتباه، أن وسائل التواصل الاجتماعي أصبح يتم استخدامها والاعتماد عليها في بعض المجالات أو القطاعات شديدة الحساسية، مثل القطاع الصحي، سواء على مستوى الأفراد أو المؤسسات. حيث يأتي فيس بوك على رأس تلك الوسائل التي أصبح يتم استخدامها في هذا المجال بصورة كبيرة. حيث أصبح فيس بوك مقصدا للعديد من المستخدمين الذين يسعون لتحقيق هدف يرتبط بحالتهم الصحية، سواء كان ذلك من خلال الحصول على معلومة صحية، أو البحث عن علاج مناسب لأحد الأمراض التي يعانون منها، أو حتى بحثا عن طبيب من أجل استشارته أو الذهاب إليه. إلا أن ذلك الأمر لا توجد له أية معايير حاکمة من شأنها ضمان صحة ما يتحصل عليه المستخدم من معلومات أو خدمات ترتبط بالصحة، كما أنه مع الاستخدام غير الملائم لوسائل التواصل الاجتماعي، فقد زادت السلبيات المترتبة على هذا الأمر، والتي أصبحت تنعكس على الوضع الصحي أو الثقافة الصحية للعديد من الأفراد.

فمن أكثر ما لاحظته تحديدا وفي الوقت الراهن هي مناقشة الموضوعات التي تخص الصحة وابداء الاسئلة عليها وتناقل الخبرات من خلال بناء علاقات اجتماعية



افتراضية مما فتح مجالا واسعا لتجسيد مفهوم القرية الكونية التي أشار اليها مارشال ماكلوهان، حيث تغلغل الاتصال الوسيط عبر مواقع الشبكات الاجتماعية في كل منحى من مناحي الحياة كبديل عن الاتصال وجها لوجه ليتحول الشخص الى فرد افتراضي يتفاعل ضمن مجتمع افتراضي، يعتمد على التقاء مجموعة كبيرة من المستخدمين من ذوي الاهتمامات المشتركة ويتأثر به ويؤثر فيه.

فمن الملاحظ أن وسائل التواصل الاجتماعي بشكل عام والفييس بوك بشكل خاص، أصبحت من الوسائل ذات المردود المباشر أو غير المباشر على صحة الانسان. حيث أصبحت تلك الوسائل هي الملاذ الذي يلجأ إليه العديد من الناس للحصول على المعلومات الطبية التي يحتاجون إليها ويقوموا بتطبيقها مما قد ينعكس عليهم صحيا بالضرر، فهذا دليل على تغير الثقافة الصحية لدي هؤلاء الناس فأثرت بشكل غير مباشر عليهم. أما التأثير المباشر، فمن الممكن ان يتضح بشكل صريح من خلال بعض التأثيرات المباشرة على صحة المستخدمين، سواء تأثيرات بيولوجية كأمراض العين والصداع وغيرها، أو بعض الاضطرابات النفسية التي تنسب إلى إدمان استخدام تلك الوسائل.

في ظل ما تشهده دولة المغرب من معدلات استخدام مرتفعة للإنترنت وتطبيقاته المتنوعة بصفة عامة، فضلا عن الاستخدام الكثيف لوسائل التواصل الاجتماعي، لكل فئات المجتمع عبر جميع فئاته العمرية، حيث أنها من أكثر الدول العربية من حيث استخدام الانترنت بشكل عام. الأمر الذي كان له انعكاسات واضحة على الكثير من جوانب ومعطيات الحياة بالمغرب، ولعل من أكثر تلك الجوانب جذبا للإنتباه هو ارتباط وسائل التواصل الاجتماعي بالمجال الصحي والثقافة الصحية للمواطنين المغاربة. وهو ما كان دافعا لإجراء الدراسة الحالية بالعاصمة المغربية الرباط، وذلك للكشف عن ذلك المدى الذي استطاعت من خلاله وسائل التواصل الاجتماعي وخاصة فييس بوك أن تؤثر على الوضع الصحي والثقافة الصحية للمواطنين بمدينة الرباط.

إشكالية الدراسة

مع انتشار وسائل التواصل الاجتماعي بشكل كثيف في المملكة المغربية وبالتحديد في الرباط وارتفاع معدلات الاستخدام لتلك الوسائل من ناحية، ومع تغلغل تلك الوسائل

في العديد من المجالات والقطاعات داخل المجتمع والاعتماد عليها بشكل كبير على مستوى الأفراد والمؤسسات من ناحيتي أخرى، فقد أدى ذلك إلى جذب العديد من الباحثين لدراسة وسائل التواصل الاجتماعي ومدى تأثيرها في المجتمع، مع التركيز على التأثيرات الاجتماعية والسياسية بشكل كبير. وعلى الرغم من ذلك، ومع استخدام مواقع التواصل الاجتماعي في الشؤون الصحية وتأثيرها على مستخدمي تلك الوسائل سواء بشكل مباشر أو غير مباشر، فإن تلك الجوانب والتأثيرات الصحية لم تجذب أنظار الباحثين لدراسة تلك الظاهرة الهامة والمؤثرة.

لذلك، فإن الدراسة الحالية تستهدف التعرف على مدى تأثير استخدام وسائل التواصل الاجتماعي على القضايا المتعلقة بالصحة، سواء سلبا أو إيجابا فيما بين مستخدمي تلك الوسائل بالعاصمة المغربية الرباط.

أهمية الدراسة

أن تكون هذه الدراسة تمهيدا لإجراء عدد من الدراسات الأنثروبولوجية التي تتناول موضوعات مماثلة بصورة علمية وشاملة بما يسهم في تحقيق التراكم المعرفي والبحثي، حيث أنه على الرغم من تعدد الدراسات الأنثروبولوجية التي تناولت موضوع تأثير مواقع التواصل الاجتماعي وخاصة الفيس بوك على كثير من النواحي الحياتية، إلا أنها لم تلتفت إلا قليلا إلى تأثيرها على الصحة والثقافة الصحية. وبالتالي فإن هذه الدراسة تسعى إلى تقديم بعدا جديدا في النظر للواقع الفعلي وتغييراته وتطوراته الملموسة على حياة الانسان.

فمن خلال الكشف عن تلك التأثيرات التي أحدثتها وسائل التواصل الاجتماعي في المجتمع المغربي، يمكن الوقوف على نقاط القوة أو الإيجابيات التي حققتها تلك الوسائل في القطاع أو المجال الصحي ومن ثم العمل على تعظيم وزيادة تلك الإيجابيات بشكل أكبر. من ناحية أخرى، فإنه بالكشف عن تلك التأثيرات السلبية التي قد تكون وسائل التواصل الاجتماعي سببا في حدوثها من خلال الاستخدام غير الصحيح، فإن ذلك أيضا سوف يساعد في الحد من تلك التأثيرات والعمل على تجنبها مستقبلا.



أهداف الدراسة

تهدف هذه الدراسة إلى:

- 1- الكشف عن وسائل التواصل الاجتماعي الأعلى استخداما وتأثيرا على المواطنين بالرباط.
- 2- التعرف على مظاهر ومجالات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي في العاصمة المغربية الرباط.
- 3- التعرف على مدى تأثير وسائل التواصل الاجتماعي وخاصة فيس بوك على القطاع الصحي وعلى صحة المستخدمين في الرباط، سواء بشكل مباشر أو غير مباشر.

تساؤلات الدراسة

- 1- ما هي وسائل التواصل الاجتماعي الأكثر تأثيرا واستخداما في الرباط؟
- 2- ما هي مظاهر ومجالات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي في الرباط؟
- 3- إلى أي مدى أثرت وسائل التواصل الاجتماعي وخاصة فيس بوك على القطاع الصحي وعلى صحة المستخدمين في الرباط؟

نظرية الدراسة

- نظرية الاعتماد على وسائل الإعلام

ترى هذه النظرية أن الجمهور ليس مجرد مستقبل سلبي لرسائل الاتصال الجماهيري وإنما يختار الأفراد بوعي وسائل الاتصال التي يرغبون التعرض لها ونوع المضمون الذي يلبي حاجاتهم النفسية والاجتماعية والصحية من خلال قنوات المعلومات والترفيه المتاحة، وهي تعتمد على خمسة فروض لتحقيق ثلاثة أهداف:

1. أن أعضاء الجمهور مشاركون فاعلون في عملية الاتصال الجماهيري ويستخدمون وسائل الاتصال لتحقيق أهداف مقصودة تلبي توقعاتهم.
2. يعبر استخدام وسائل الاتصال عن الحاجات التي يدركها أعضاء الجمهور ويتحكم في ذلك عوامل الفروق الفردية وعوامل التفاعل الاجتماعي وتنوع الحاجات.

3. التأكيد على أن الجمهور هو الذي يختار الرسائل والمضمون الذي يشبع حاجاته فالأفراد هم الذين يستخدمون الوسائل وليس الوسائل هي التي تستخدمهم.
4. يستطيع أفراد الجمهور دائما تحديد احتياجاتهم ودوافعهم وبالتالي يختارون الوسائل التي تشبع تلك الاحتياجات.
5. يمكن الاستدلال على المعايير الثقافية السائدة من خلال استخدامات الجمهور لوسائل الاتصال وليس من خلال محتوى الرسائل فقط.

حيث تم اختيار هذه النظرية للدراسة الحالية نظرا لقدرتها على تقديم إطار نظري يتم من خلاله توضيح وتفسير كيف يمكن للأفراد أن يعتمدوا على بعض وسائل الإعلام، وذلك من أجل إشباع بعض الحاجات التي يسعون لتحقيقها، سواء كانت حاجات اجتماعية أو اقتصادية أو سياسية أو صحية أو غيرها من الحاجات المتنوعة. بالتالي، فإنه من خلال هذه النظرية سوف يمكن تفسير أسباب لجوء العديد من الأفراد إلى بعض وسائل التواصل الاجتماعي من أجل إشباع بعض الحاجات المتعلقة بالشأن الصحي لهم، فضلا عن توضيح الآثار المترتبة على هذا.

مناهج ومداخل الدراسة وأدوات جمع البيانات

تعتمد هذه الدراسة على المنهج الأنثروبولوجي من خلال أدوات جمع البيانات الميدانية، مثل استمارة الاستبيان، والاعتماد على الاخباري، فضلا عن المقابلات، إلا أنه نظرا للقيام بعملية جمع البيانات أثناء فترة جائحة كورونا، فإنه تم الاعتماد على أدوات جمع البيانات عن بعد من أفراد المجتمع البحثي. حيث تم بناء الأستبيان الإلكتروني باستخدام استمارات جوجل Google forms ثم توزيعها إلكترونيا على أفراد العينة البحثية. علاوة على ذلك فقد تم التواصل مع الاخباري عبر وسائل الاتصال المتنوعة، كما أنه تم عمل مقابلات مع بعض المبحوثين عن بعد، وذلك عبر تطبيق Zoom الذي يتيح عقد الاجتماعات عن بعد.

بالإضافة إلى ذلك، فإنه تم استخدام المدخل (المنهج) البيوثقافي Biocultural approach أحدهم المناهج التي تستخدم لدراسة المردود البيولوجي (الصحي)



للممارسات التي يقوم بها الانسان في حياته اليومية، أي أثر الثقافة على صحة الإنسان. حيث أن الثقافة الصحية هي مزيج من العوامل البيولوجية والثقافية التي تشكل الوعي لدى الفرد وتؤثر على سلوكه الصحي سلبا أو ايجابا. حيث سيتم الاعتماد على هذا المنهج لدراسة كيفية تأثير ثقافة التعامل مع وسائل التواصل الاجتماعي على الصحة والثقافة الصحية للأفراد والأسر بالرباط¹.

مجالات الدراسة

أ-المجال البشري:

تتكون عينة البحث من 100 فرد من الشباب مستخدمي وسائل التواصل الاجتماعي وخاصة الفيس بوك تتراوح اعمارهم بين 18: 40 سنة، ويكونوا من الجنسين، حيث سيتم اختيارهم بصورة عشوائية وسيتم التواصل معهم بطرق مختلفة سواء بالمقابلة الفردية عن بعد، أو/ وعمل استبيان.

ب-المجال المكاني:

تم عمل الدراسة في العاصمة المغربية الرباط.

ج- المجال الزمني:

يتمثل في تلك الفترة التي استغرقتها الدراسة بدأ عام (2019) وحتى الانتهاء الكامل منها عام 2022 م.

مجتمع البحث

تعد دولة المغرب من الدول المنفتحة بشكل كبير على العالم الخارجي والثقافات الغربية المتنوعة، فضلا عن كونها مقصدا سياحيا هاما يجذب العديد من الجنسيات من حول العالم، الأمر الذي جعل المجتمع المغربي على تواصل واطلاع مستمر على الثقافات الغربية وعلى أدوات التكنولوجيا الحديثة التي تستخدمها العديد من المجتمعات

¹ راشد، تامر جاد (2016). علم الأجناس البشرية: الأنثروبولوجيا. القاهرة: الزعيم للخدمات المكتبية والنشر.

الأخرى وتقوم بتطويرها والاستفادة منها في خدمة الإنسان وليس في الجوانب الترفيهية فقط. وهو ما جعل المجتمع المغربي من المجتمعات المستخدمة لأدوات ووسائل التواصل والتكنولوجيا الحديثة بشكل ملحوظ، بل والأكثر من ذلك أن تلك الاستخدامات قد انعكست تأثيراتها على المواطنين المغاربة سلبا وإيجابا. علاوة على ذلك؛ فالثقافة المغربية يصعب تصنيفها أو ترتيبها بشكل محدد، فهي مزيج فريد من طرق الحياة العربية والأفريقية والأوروبية¹.

أما بالنسبة لمدينة الرباط، هي العاصمة السياسية لدولة المغرب، وتعد ثالث أكبر مدينة في المملكة المغربية. وقد تم تسميتها بهذا الاسم بسبب ما قام به المرابطون من إنشار رباط (أي حصن أو محصن)، حيث أن كلمة الرباط تعني الحصن. وتقع هذه المدينة على ساحل الأطلسي في منطقة سهلية منبسطة واسعة، وأيضا على الضفة اليسرى لمصب نهر أبي رقراق، وهو النهر الذي يقوم بفصل مدينة الرباط عن سلا المدينة القديمة. فعلى الرغم من العديد من التطورات التي قام بها المهندسون الفرنسيين على مستوى العمارة في مطلع القرن العشرين، إلا أن مدينة الرباط لا تزال تحتفظ بسماتها وخصائصها المعمارية التقليدية التي تعكس تاريخ وحضارة المغرب عبر عصورها المتعاقبة. ولعل من أشهر الصناعات التي تشتهر بها مدينة الرباط هي صناعة النسيج، فضلا عن تأسيس جامعة محمد الخامس بها لتكون أول جامعة حديثة يتم انشائها².

أما بالنسبة لاستخدام التكنولوجيا الحديثة وخاصة وسائل ومنصات التواصل الاجتماعي في مدينة الرباط، فإنه لم يتم العثور على إحصائيات صادرة عن جهات رسمية أو دراسات علمية بهذا الشأن، إلا أن هناك العديد من الكتابات العامة والمقالات التي تحدثت عن هذا الأمر، وذكرت أن هناك استخدام كثيف لهذه الوسائل وبمعدلات تصل لدرجة الإدمان بين العديد من الفئات العمرية، وخاصة فئة الشباب (مثال،

¹) York, J., C. (2021). Morocco: The essential guide to customs and culture. UK: KUPERARD. P. 8

²) مؤنس، حسين (2000). معالم تاريخ العرب والأندلس القاهرة: دار المعارف. ص42.



عماري (2018)¹. لذلك، فإن الدراسة الحالية من خلال ما سيتم جمعه من بيانات ومعلومات سوف يمكنها من وضع تصور عن أعداد ومعدلات استخدام هذه المنصات في مدينة الرباط. وذلك كي تعوض ذلك النقص الملحوظ في البيانات المتعلقة باستخدام منصات التواصل الاجتماعي بالعاصمة الرباط، وأيضا كي تكون بمثابة المرجع الذي يمثل الواقع الحالي لهذه القضية بالمملكة المغربية بشكل عام وبمدينة الرباط بصفة خاصة.

مواقع التواصل الاجتماعي

إن التطور السريع الذي شهدته وسائل التكنولوجيا الحديثة وخاصة في مجالات الاتصالات والمعلومات قد أدى إلى حدوث العديد من التغيرات الجذرية عبر شتى الجوانب التي تمس الحياة البشرية. فصارت شبكة الانترنت أحد أبرز المحاور المؤثرة في الحياة الاجتماعية، كما أصبحت الوسيلة الأكثر استخداما في الاتصال وعمليات تبادل المعلومات، وغيرها من المجالات الاقتصادية والثقافية والصحية والسياسية. ومع ظهور وسائل التواصل الاجتماعي مثل فيس بوك وتويتر وواتس آب فقد ظهر بعدا جديدا لإعلام والتواصل، والذي بدوره انتقل من مرحلة الاتصال أحادي الاتجاه، إلى ذلك الاتصال الذي يمضي عبر جميع الاتجاهات من خلال الإعلام الأفقي².

وسائل التواصل الاجتماعي: الإيجابيات والسلبيات

إن التكنولوجيا الحديثة بكافة أدواتها ومعطياتها هي سلاح ذو حدين، فوسائل التواصل الاجتماعي كأحد أبرز التطبيقات التكنولوجية الحديثة في الوقت الحالي على الرغم من وجود العديد من الجوانب الإيجابية عند استخدامها، إلا أنها أيضا تتسبب في حدوث الكثير من التأثيرات السلبية على مستخدميها في حال استخدامها بشكل غير ملائم.

¹ عماري، نادية (2018). مواقع التواصل الاجتماعي بالمغرب: إيمان وتفكك أسري. من موقع:

<https://elaphmorocco.com/Web/news/2018/01/18029.html>

(2) كمال، هناء (2009). الآثار النفسية والاجتماعية لتعرض الجمهور المصري لشبكة الانترنت.

رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الإعلام - جامعة القاهرة، ص38.

- الإيجابيات:

- 1) تعمل على تحفيز طرق التفكير الإبداعي بأشكال وأنماط متنوعة، وقد يرجع ذلك إلى أن عملية التواصل تتم مع العديد من الأشخاص ذوي التنوع على المستوى الثقافي والفكري¹.
- 2) تساعد وسائل التواصل بأشكالها المتنوعة على تنشيط العديد من المهارات لدى من يقوموا باستخدام هذه الوسائل².
- 3) توفر وسائل التواصل بيئة مناسبة تساعد مستخدميها على التعلم من خلال عمليات تبادل المعلومات والمعارف مع غيرهم من مستخدمي وسائل التواصل³.
- 4) تعمق هذه الوسائل وتدعم مبدأ المشاركة والتفاعل مع الآخرين⁴.
- 5) نجحت في تقريب المسافات التي قد تفصل شعوبا عن بعضها، فكانت نافذة فعالة يمكن من خلالها الاطلاع على ثقافات الشعوب حول العالم⁵.
- 6) أن وسائل التواصل قد نجحت في إزالة تلك الحواجز الجغرافية، حيث أنها أتاحت المجال للتواصل بين الأفراد والجماعات دون وجود أي قيود مكانية قد تعيق ذلك، ويعد هذا الأمر نابعا من عالمية هذه الشبكات¹.

¹ الصوافي، عبد الحكيم (2015). استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى طلبة الحلقة الثانية من التعليم الأساسي في محافظة شمال الشرقية بسلطنة عمان وعلاقته ببعض المتغيرات. رسالة

ماجستير غير منشورة، جامعة نزوي، كلية العلوم والآداب، ص 30-31

² Al-Bahrani, A., Patel, D., & Sheridan, B. (2015). Engaging students using social media: The students' perspective. *International Review of Economics Education*. 19: 36-50.

³ شعبان، أفنان (2016). استخدام مواقع التواصل الاجتماعي Facebook وتأثيرها على العلاقات الاجتماعية. مجلة البحوث التربوية والنفسية، العراق، ع49: 222-248. ص 232

⁴ Muqaddas, J., Sonobia, S., & Nawaz, A. (2017). Impact of social media on self-esteem. *European Scientific Journal*, 13 (23): 331

⁵ Ali, A., et al. (2016). Effects of social media on youth: A case study on university of Sargodha. *International Journal of Advanced Research*, 4 (11):369- 372.



- (7) تتميز كافة أنواع وسائل التواصل الاجتماعي بسهولة استخدامها، فضلا عن كونها مجانية ولا تتطلب دفع أي رسوم اشتراك.
- (8) أنها تتيح للمستخدم الحرية الكاملة في اختيار من يرغب مشاركتهم والتفاعل معهم ووضعهم على القائمة الخاصة به².
- (9) يمكن من خلالها أن يقوم الأفراد بمتابعة كل ما يحدث حولهم من أحداث ومستجدات، سواء على المستوى المحلي، أو على مستوى العالم.
- (10) يستطيع المستخدم أن يطلع على كل ما هو جديد في كافة المجالات المعرفية وأيضا العلمية عن وسائل التواصل هذه.
- (11) تمنح هذه الوسائل للمستخدم مطلق الحرية في متابعة ما يشاء، والتفاعل مع ما يشاء من محتوى مقدم عبر تلك الوسائل³.

ذلك فضلا عن وجود العديد من الإيجابيات الأخرى التي يمكن أن تحققها وسائل التواصل لمستخدميها، أو التي يستطيع المستخدم أن يجني ثمارها جراء استخدامه لهذه الشبكات الاجتماعية. فالأمر يتوقف على كل فرد وطبيعة استخدامه وأيضا الغرض الذي يقف وراء إقباله على استخدام تلك الشبكات، فهذه جميعا تحدد مدى ما يحققه كل فرد من إيجابيات عبر وسائل التواصل المتنوعة. علما بأنه، لا بد من الوضع في الاعتبار أن تحديد بعض الإيجابيات والسلبيات في الكثير من الأحيان إنما يكون أمر نسبي، فالنقطة التي يراها أحد المستخدمين أنها نقطة إيجابية بالنسبة له، فقد يراها

¹ التميمي، خالد بن حسن؛ العيدي، عبد السلام؛ مرزوق، مغاوري (2017). إدمان شبكات التواصل الاجتماعي لدى طلاب جامعة الملك عبد العزيز وعلاقته بصحتهم النفسية. مجلة دراسات تربوية ونفسية، جامعة الزقازيق - كلية التربية، ع97: 1-50. ص10.

² Farhud, A. (2016). Social media: its positive and negative implications on society. International Journal of Computer Applications Technology and Research, 15 (2): 71-75

³ العجمي، محمد منيف (2020). أثر استخدام وسائل التواصل الاجتماعي وآثارها الثقافية والسياسية والاجتماعية: دراسة ميدانية في المجتمع الكويتي. حوليات آداب عين شمس، جامعة عين شمس - كلية الآداب، ع48: 140-172. ص 157

شخص آخر أنها سلبية. فعلى سبيل المثال، قد يرى أحد الأفراد أن الانفتاح التام والتفاعل المطلق الذي توفره الكثير من وسائل التواصل يعد من الجوانب الإيجابية له، في حين قد يرى شخص آخر أن هذا أمر سلبي وله أضرار متنوعة.

- السلبيات:

- 1) إدمان العديد من الأفراد لاستخدام هذه الوسائل، الأمر الذي يترتب عليه حدوث تعطيل في إنجاز العديد من الأعمال¹.
- 2) نشر الكثير من الأفكار الهدامة، مثل تلك الأفكار الداعية للعنف².
- 3) تؤدي إلى عزل الكثير من الشباب والمستخدمين بشكل عام عن الواقع الاجتماعي الذي يعيشون فيه، وعن تفاعلهم الأسري، وعن المشاركة في المناسبات الاجتماعية والعزوف عنها³.
- 4) تعرض العديد من مستخدمي شبكات التواصل للخداع أو النصب عبر تلك الشبكات.
- 5) ظهور وانتشار العديد من الشائعات عبر وسائل التواصل هذه.
- 6) غياب الخصوصية في الكثير من الأحيان والمواقف، وهو ما يترتب عليه حدوث بعض الانعكاسات على الحالة النفسية أو المعنوية للفرد، بالإضافة إلى الحالة المادية¹.

¹ (الشعراوي، أحمد علي (2021). اعتماد الطلبة الجامعيين على وسائل التواصل الاجتماعي كمصدر للمعلومات الخاصة بفيروس كورونا المستجد COVID-19: دراسة استطلاعية على عينة من طلاب جامعة تشرين. مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية، سلسلة الآداب والعلوم، 43 (1): 91-113. ص 103.

² (جبار، عبيد (2017). اعتماد طلبة جامعة جيهان على الإعلام الجديد كمصدر للمعلومات والأخبار. مجلة جامعة جيهان - أربيل العلمية، 1(2): 54.

³ Huang, C. (2017). Time spent on social network sites and psychological well-being: A meta-analysis. *Cyber-Psychology, Behavior, and Social Networking*, 20 (6): 346-354.



- (7) إضاعة وأهدرا قدر كبير جدا من الوقت، وخاصة لدى مدمني استخدام تلك الوسائل والذين يسيئون استخدامها.
- (8) أن تلك الوسائل قد أتاحت الفرصة والمجال أمام الشباب من الجنسين للتعرف على الكثير من الأمور المتعلقة بالحياة الجنسية في مرحلة مبكرة من العمر².
- (9) تؤثر بشكل واضح على الترابط داخل الأسرة، مما يترتب عليه حدوث تفكك أسري واضح بين جميع أفراد الأسرة.
- (10) في الكثير من الأحيان أدت تلك الوسائل إلى خلق نوع من الشك يؤثر على الزوجين، ويؤثر على حياتهم الزوجية³.
- (11) إن الاستخدام المفرط لتلك الوسائل لعدد كبير من الساعات المتواصلة وبصفة متكررة يجعل الفرد عرضة بشكل كبير للإصابة بما يسمى "الإدمان الإلكتروني". ذلك النوع من الإدمان الذي يجعل الفرد يعيش في حالة من العزلة بمنأى عن كل من حوله سواء على مستوى الأسرة أو على المستوى الاجتماعي⁴.
- (12) حرمان العديد من المستخدمين من الحصول على القدر الكافي من النوم اللازم لصحة الجسم، وذلك بسبب معدلات الاستخدام المرتفعة لساعات طويلة، وهو ما يترتب عليه عواقب صحية غير محمودة⁵.

¹) Hughes, S. (2018). The effects of social media on depression anxiety and stress. Dublin Business School.

²) Jobilal, M., & Raheev, M. (2015). Effects of social media on social relationships: A descriptive study on the impact of mobile phones among youth population. International Research Journal of Social Sciences, 4(2): 11-16.

³) قنديل، سميرة أحمد؛ عطوة، محمد جمال؛ علي، رجا علي (2013). الآثار المترتبة على استخدام الشباب لطرق الاتصال الحديثة برنامج دردشة الانترنت على العلاقات الاجتماعية داخل وخارج الأسرة. مجلة الإسكندرية للأبحاث الزراعية، ع58 (3): 367-391. ص 381.

⁴) Biswajit, D., & Sahoo, S. (2011). Social networking sites: A critical analysis of the impact on personal and social life. International Journal of Business and Social Science, 2 (14): 222-228

⁵) التميمي، خالد بن حسن؛ العيدي، عبد السلام؛ مرزوق، مغاوري (2017). إدمان شبكات التواصل الاجتماعي لدى طلاب جامعة الملك عبد العزيز وعلاقته بصحتهم النفسية. مجلة دراسات تربوية ونفسية، جامعة الزقازيق - كلية التربية، ع97: 1-50. ص 11.

- 13) يؤدي إدمان الاستخدام لتلك الوسائل إلى حدوث بعض التلف أو الخلل في الخلايا الدماغية، وذلك نتيجة الإرهاق الذي يحدث للعين بسبب التركيز بشكل متواصل في استخدام تلك الوسائل¹.
- 14) إضعاف الذكاء لدى المستخدمين، حيث يرجع ذلك إلى كثرة انتشار المعلومات عبر تلك الوسائل فضلا عن سهولة الوصول إليها، وهو ما يجعل المستخدم غير مهتم بالتركيز على المعلومة نفسها وإدراكها، بل يصبح الاهتمام منصبا على آلية الوصول لتلك المعلومة فقط، فينعكس ذلك سلبا على نشاط الذاكرة².
- 15) نشأة العديد من العلاقات الوهمية أو الافتراضية بين المستخدم مع من حوله على شبكات التواصل الاجتماعي، وهو ما يؤدي في بعض الأحيان إلى حدوث عدد من الاضطرابات النفسية وأيضاً العاطفية، والتي تكون ذات مردود سلبي على ذلك الشخص³.
- 16) وجود العديد من أشكال التقصير في تأدية الواجبات التي يتوجب على الفرد القيام بها، سواء كانت تجاه أسرته أو أهله أو الواجبات الاجتماعية بشكل عام⁴.
- 17) زيادة المشكلات بين الزوجين بسبب أمور تتعلق باستخدام وسائل التواصل، مما ترتب عليه ارتفاع معدلات الطلاق⁵.

¹ أمين، رضا عبد الواحد (2009). استخدامات الشباب الجامعي لموقع يوتيوب على شبكة الانترنت. ورقة بحثية مقدمة إلى المؤتمر الأول "الإعلام الجديد: تكنولوجيا جديدة ... لعالم جديد"، والذي عقد بجامعة البحرين في الفترة من 7-9 أبريل 2009م، منشورات جامعة البحرين، ص ص 511-536.

² Nicholas, D., Williams, P., Martin, H., & Cole, P. (2000). The impact of the internet on information seeking in the media. *Aslib Proceedings*, 52 (3): 98-114.

³ خليفه، إيهاب (2016). مواقع التواصل الاجتماعي: أدوات التغيير العصرية عبر الانترنت. ط1. المجموعة العربية للتدريب والنشر.

⁴ قنيطرة، أحمد بكر (2011). الآثار السلبية لاستخدام الانترنت من وجهة نظر طلبة الجامعة الإسلامية بغزة ودور التربية الإسلامية في علاجها. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية بغزة، فلسطين. ص 68

⁵ Ngonidzashe, M. (2016). Social networks and social interaction in family relationships among Zimbabweans: A survey on the perceptions of residents in Harare and Mashonad and west prominence of Zimbabwe. *International Journal of Research in Humanities and Social Studies*, 3 (5): 62-68



وسائل التواصل الاجتماعي: منظور أنثروبولوجي

عندما يتم الاعتماد على المنظور الأنثروبولوجي لدراسة أحد الظواهر، فهذا يعني دراسة وتحليل تلك الظاهرة محل الاهتمام عبر منظور شمولي Holistic Perspective، أي دراسة تشمل جميع الجوانب التي يمكن أن تؤثر بها هذه الظاهرة على الإنسان كونه المحور الذي يركز عليه علم الأنثروبولوجيا. حيث تتضمن تلك الجوانب كل من الأبعاد الثقافية، الاجتماعية وأيضاً الحيوية أو البيولوجية. فالباحثين في علم الأنثروبولوجيا عند قيامهم بدراسة ظاهرة محددة، فإن ذلك لا يتم بمعزل عن السياق Context الذي تتواجد فيه تلك الظاهرة محل الاهتمام، فالسياق يمكن من خلاله الوصول لمجموعة العوامل التي تساعد الباحثين في تفسير وتحليل الظاهرة محل الاهتمام¹.

ففي ظل التغيرات التي تشهدها الساحات الإعلامية وغيرها من مجالات التأثير، فإن الأدوار الرئيسية التي كان يقوم بها الإعلام والمتمثلة في التثقيف ونشر الوعي بين جميع أفراد وفئات المجتمع لم تعد كما كانت من قبل، فالإعلام في الوقت الحالي قد تخلى - ولو بصفة جزئية - عن هذا الدور الذي ظل يمارسه على مدار سنوات عديده، ثم تحول ذلك الإعلام إلى أداة يتم الاستفادة منها عن طريق أصحاب المصالح، وذلك من أجل الدعاية والترويج لهم ولما يقدمونه من أعمال أو استثمارات أو خدمات وغيرها من الأمور².

الصحة: منظور أنثروبولوجي

لعل من أهم ما يميز علم الأنثروبولوجيا في دراسته لمختلف القضايا التي تتعلق بالإنسان هو "المنظور الشمولي" Holistic perspective، ذلك المنظور الذي يتم من خلاله دراسة الظاهرة دراسة شاملة، أي من كافة الاتجاهات سواء الاجتماعية، الثقافية،

¹ راشد، تامر جاد (2016). علم الأجناس البشرية: الأنثروبولوجيا. القاهرة: الزعيم للخدمات المكتبية والنشر.

² بصفر، حافظ (2020). أنثروبولوجيا الإعلام: نحو بناء وعي إعلامي. من موقع:

<http://www.alamanaweb.ma/>

البيئية، والبيولوجية وغيرها من المتغيرات التي يمكن أن تؤثر في تلك الظاهرة، أو تتأثر بها. وهو ما يترتب عليه الحصول على صورة مكتملة الأركان عن الظاهرة أو القضية محل الاهتمام.

لقد كان المنظور السائد سابقا للصحة هو التعامل معها على أنها قضية بيولوجية عضوية فقط، بمعزل عما يحيط بها من متغيرات. إلا أن ذلك المنظور قد تغير منذ أن قامت منظمة الصحة العالمية (WHO)¹ بتعريف الصحة على أنها حالة من اكتمال السلامة على المستوى البدني والعقلي وأيضاً الاجتماعي، وليس فقط انعدام المرض. فمنذ ذلك الحين، أصبحت قضية الصحة أحد القضايا المتشعبة التي يتم التعامل معها عبر مجموعة مختلفة ومتنوعة من الأبعاد.

فدراسة الصحة في علم الأنثروبولوجيا يتم عن طريق دراسة كل ما من شأنه أن يؤثر في الأوضاع الصحية للأفراد، سواء عوامل اجتماعية يعيش في ظلها الفرد والمجتمع فتكون سببا لإصابته بالمرض، أو أن تكون سببا في وقايته من الإصابة بالمرض. ذلك بالإضافة لدراسة العوامل الثقافية والممارسات التي يقوم بها الفرد فتؤدي إلى إصابته بالأمراض أو وقايته وحمايته من تلك الأمراض. وغيرها من العوامل ذات الصلة بالصحة، سواء بشكل مباشر أو غير مباشر².

ففي الدراسة الحالية، تم التعامل مع الصحة من منظور شمولي، فتم البحث عن الصحة الاجتماعية من خلال توافر بيئة اجتماعية صحية وسليمة يسودها علاقات اجتماعية سوية، وعلاقات أسرية قوية لا يشوبها فتور ولا خلل. كما تم البحث عن الصحة النفسية، تلك الصحة التي يجد فيها الفرد نفسه يعيش في بيئة نفسية متزنة وخالية من مسببات التوتر والاكتئاب والقلق وأيضا العزلة، تلك البيئة التي تجعل الفرد

¹ منظمة الصحة العالمية (WHO). دستور منظمة الصحة العالمية. من موقع:

<https://www.who.int/ar/about/governance/constitution>

² راشد، تامر جاد (2022). الصحة من منظور أنثروبولوجي، محاضرات في علم الأنثروبولوجيا البيولوجية، كلية الدراسات الأفريقية العليا، جامعة القاهرة.



يعيش في حالة من الاتزان النفسي. علاوة على ذلك، فقد تم البحث عن الصحة البيولوجية أو العضوية، تلك الصحة التي تشير إلى خلو الفرد من الأمراض العضوية التي تؤثر على حياته ووظائفه تأثيرا سلبيا. ثم بعد ذلك، يتم الربط بين تلك المتغيرات المتنوعة والأشكال المختلفة للصحة وبين تأثير استخدام وسائل التواصل الاجتماعي عليها¹.

النتائج والمناقشة

أولا: البيانات الخاصة بأفراد عينة الدراسة

(1) الجنس.

إن نسبة الإناث المشاركين في الدراسة والتي بلغت (78%) تفوق نسبة الذكور البالغة (22%)، حيث أنه من المعروف في مجتمعاتنا العربية أن المرأة هي التي تكون مسؤولة في أغلب الأحيان عن الأمور المتعلقة بالصحة مثل اختيار الطبيب المعالج لأبنائها، تحديد الوقت الذي يستدعي زيارة الطبيب، تولي رعاية أفراد الأسرة ومتابعة علاجهم أثناء فترة المرض، والبحث عن كل ما يخص الجوانب الصحية سواء لنفسها أو لأبنائها. بالتالي، يكون الإناث بمثابة المسؤول الأول عن متابعة الأوضاع الصحية لأسرهم (طبيبات الأسرة). ولهذا السبب كان التركيز بالشكل الأكبر على الإناث في مجتمع البحث.

(2) العمر.

المشاركين في البحث ذوي تركيبة عمرية متنوعة، فالنسبة الأكبر منهم تقع في المرحلة العمرية (25-34) عاما والتي تزيد عن نصف المشاركين تقريبا (51%)، أما الفئة الأقل فكانت تقع في المرحلة العمرية (50 عاما فأكثر) بنسبة (9%). من الواضح أن هناك تمثيل لجميع الفئات العمرية بداية من الشباب وما يليها من المراحل، فتلك

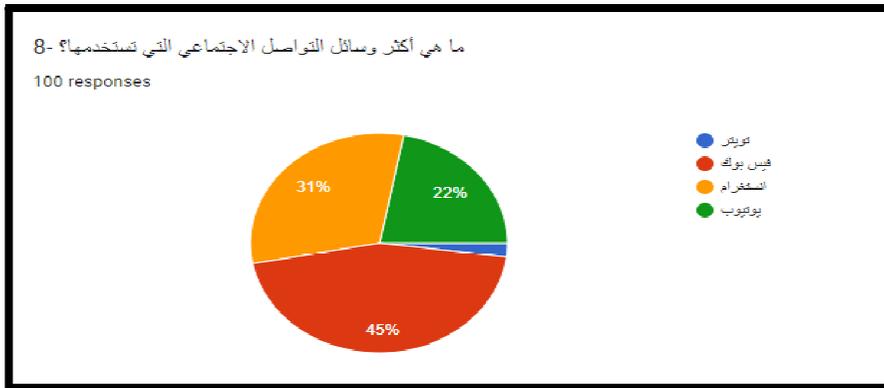
¹ راشد، تامر جاد (2016). علم الأجناس البشرية: الأنثروبولوجيا. القاهرة: الزعيم للخدمات المكتبية والنشر.

هي الفئات الأكثر استخداما لوسائل التواصل الاجتماعي، والتي يكون لتلك الوسائل تأثيرا واضحا وملموسا عليها. ويمثل هذا التنوع في المراحل العمرية المشاركة نقطة قوة للدراسة، حيث أنه سيساعد الباحثة في التعرف على توجهات كل فئة من تلك الفئات في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي، وكيف يمكن أن تؤثر عليهم فيما يخص الجوانب الصحية والثقافة الصحية لهم. فضلا عن ذلك، فإن تلك التركيبة العمرية للمشاركين تتضمن كبار السن الذين لديهم أبناء ويكونوا مسؤولين عن اتخاذ القرارات الصحية ليس لهم فقط، ولكن لأبنائهم أيضا، وهي من النقاط التي تستهدف الدراسة الحالية الوقوف عليها والكشف عن مدى تأثيرها باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي.

(3) المستوى التعليمي.

أوضحت النتائج أن نصف المشاركين (50%) لديهم تعليم جامعي، ثم يلي ذلك (26%) مرحلة الماجستير، وأيضا (8%) مرحلة الدكتوراه، أما النسبة المتبقية (16%) فهي تمثل هؤلاء الذين مازالوا في مرحلة التعليم ما قبل الجامعي. وهو ما يعكس التنوع في المستوى التعليمي وبالتالي التنوع الفكري، وهو ما يفيد الدراسة في الكشف عن طبيعة العلاقة بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي وبين المستوى التعليمي للفرد، وهل يختلف استخدام تلك الوسائل مع اختلاف المستوى أو المرحلة التعليمية التي وصل إليها الفرد.

(4) ما هي أكثر وسائل التواصل الاجتماعي التي تستخدمها؟



شكل (1) أكثر وسائل التواصل الاجتماعي التي يتم استخدامها

أظهرت نتائج الدراسة والموضحة في شكل (1) أن أكثر شبكات التواصل الاجتماعي التي يتم استخدامها من قبل المشاركين هي شبكة فيس بوك والتي بلغت نسبة مستخدميها (45%)، ثم يأتي بعد ذلك موقع انستغرام والذي وصلت نسبة مستخدميها (31%)، بينما جاء موقع يوتيوب في المرتبة الثالثة من حيث الاستخدام بنسبة (22%)، وأخيرا جاء موقع تويتر في المرتبة الرابعة وبنسبة (2%). أي أن موقع التواصل الاجتماعي فيس بوك يتصدر المشهد من حيث معدلات الاستخدام ونسبة المستخدمين في مدينة الرباط تبعا لما أشار إليه أفراد العينة البحثية، ولذلك فإن الدراسة الحالية قد قامت بالتركيز على موقع فيس بوك كأحد أهم المواقع الاجتماعية وأكثرها تأثيرا في مواطني دولة المغرب، وذلك نظرا للاستخدام الكثيف له. وهو ما يتفق ما أشار إليه (Saleh¹(2022) في دراسته بأنه في يناير من عام 2022م قد كان هناك عدد يقدر بأكثر من (22) مليون مستخدم لموقع التواصل الاجتماعي فيس بوك بالمغرب، وأن استخدام تلك المنصة في الآونة الأخيرة قد شهد مسارا تصاعديا بشكل ملحوظ.

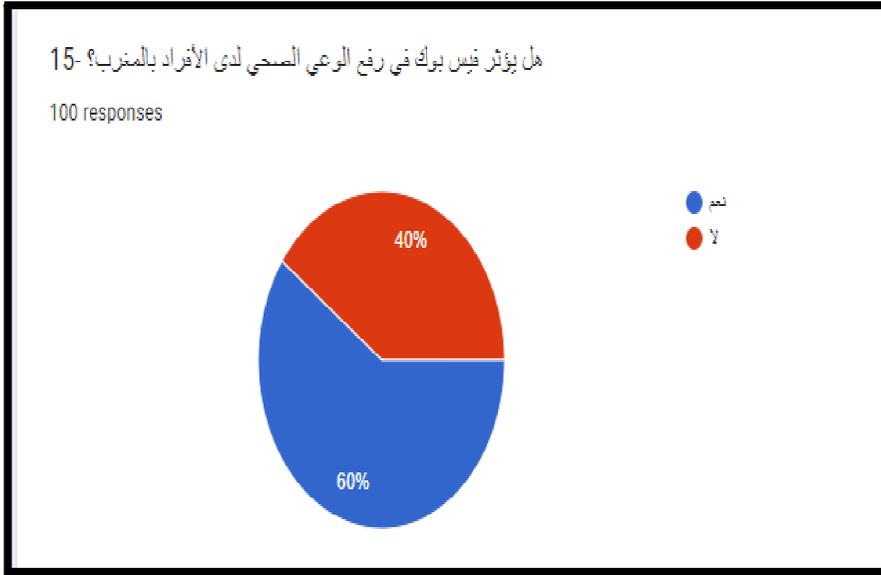
علاوة على ذلك، فإن ما توصلت إليه الدراسة الحالية من نتائج تفيد بأن الفيس بوك هو وسيلة التواصل الاجتماعي الأكثر استخداما بمدينة الرباط، فإنها تتفق أيضا مع العديد من النتائج التي توصلت إليها العديد من الدراسات التي تناولت وسائل التواصل الاجتماعي واستخداماتها (مثل دراسة نومار، 2012؛ علي، 2017؛ طه، 2018؛ الشعراوي، 2021) فضلا عن دراسة (Joo&Teng (2017) وغيرها من الدراسات الأخرى. حيث أشارت تلك الدراسات إلى أن فيس بوك يعد أكثر مواقع التواصل استخداما، وأنه من أكثر المواقع التي يلجأ إليها العديد من المستخدمين لأغراض متعددة لتقنتهم فيه، كما أنه من أكثر مواقع التواصل الاجتماعي تأثيرا في المستخدمين.

¹) Saleh, M. (2022). Total number of active social media users in Morocco from 2017-2022. Retrieved from:

<http://www.statistia.com/statistics/1172771/number-of-social-media-users-morocco/>

من ناحية أخرى، فإن نتائج الدراسة الحالية تأتي على النقيض لما توصلت إليه الدراسة التي أجراها بصفر (2021)، والتي توصل فيها إلى أن موقع يوتيوب يعد هو الأكثر تأثيراً واستخداماً، ثم يأتي من بعده تويتر، ثم واتس آب، ثم فيس بوك، ويأتي في المرتبة الأخيرة انستغرام وذلك من حيث تأثير تلك المواقع أو الشبكات على مستخدميها.

(5) هل يؤثر فيس بوك على رفع الوعي الصحي لدى الأفراد بالمغرب؟



شكل (2) تأثير فيس بوك على الوعي الصحي

أظهرت نتائج البحث أن النسبة الأكبر من المشاركين في الدراسة والتي تصل إلى (60%) يرون أن فيس بوك استطاع أن يؤثر على الوعي الصحي للمستخدمين، بينما يرى باقي أفراد العينة البحثية ونسبتهم (40%) أن فيس بوك لم يؤثر على وعيهم الصحي. حيث تتفق هذه النتائج مع تلك النتائج التي توصل إليها كل من Moorehead et al (2018)¹، على (2017)¹، طه (2018)²، إبراهيم (2019)³،

¹) Moorhead, S., A. et al. (2013). A new dimension of healthcare: Systematic review of the uses, benefits, and limitations of social media for health communication. J. Med. Internet. Res. 15 (4). E85: 1-18.

الحمامي (2021)⁴، الشعراوي (2021)⁵، وبصفر (2021)⁶ والتي توصلت كل منها إلى أن وسائل التواصل الاجتماعي وبالتحديد فيس بوك له دورا واضحا في رفع الوعي الصحي لدى مستخدميه. ويرجع ذلك إلى أن غالبية المستخدمين أصبحوا يتوجهون إلى الصفحات المختلفة على فيس بوك بحثا عن المعلومات الصحية، ذلك فضلا عن اعتماد العديد من المؤسسات الصحية وأيضا الأطباء على الفيس بوك لنشر المعلومات التوعوية بصفة مستمرة. لذلك، أصبح فيس بوك هو الملجأ الذي يذهب إليه العديد من المستخدمين من أجل الحصول على المعلومة الطبية، أو التثقيف في الأمور المتعلقة بالصحة.

¹ علي، محمد فضل (2017). دور شبكة الفيس بوك في تعزيز التوعية الصحية لدى الجمهور: دراسة مسحية. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الشرق الأوسط، كلية الإعلام.

² طه، الزهراء محمد أحمد (2018). دور الصفحات الصحية على الفيس بوك في تنمية الوعي الصحي لدى المراهقين: دراسة تطبيقية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عين شمس، كلية الدراسات العليا للطفولة، قسم الإعلام وثقافة الأطفال.

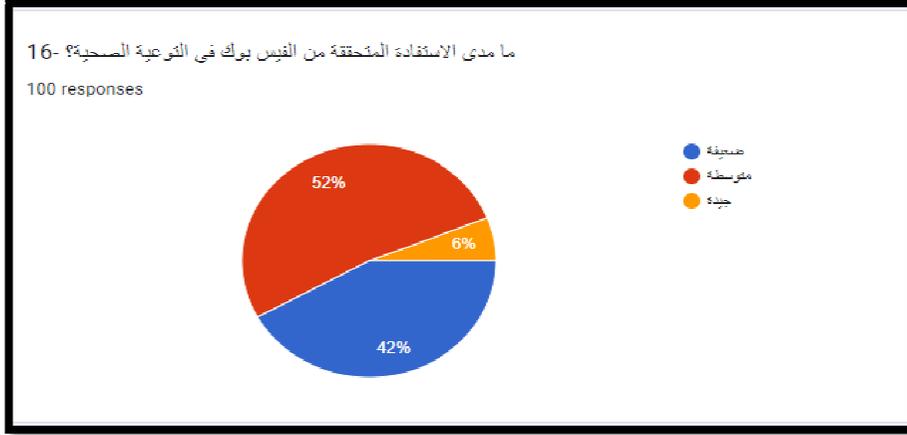
³ إبراهيم، داليا عثمان (2019). اتجاهات المرأة المصرية نحو استخدام الإعلام الرقمي في المجال الصحي. المجلة المصرية لبحوث الرأي العام، 18 (3): 48-66.

⁴ الحمامي، هاجر مجدي عبده (2021). دور وسائل التواصل الاجتماعي في توعية المواطنين بالمبادرات الصحية. المجلة العلمية لكلية الآداب، 10 (3): 187-214.

⁵ الشعراوي، أحمد (2021). اعتماد الطلبة الجامعيين على وسائل التواصل الاجتماعي كمصدر للمعلومات الخاصة بفيروس كورونا المستجد COVID-19: دراسة استطلاعية على عينة من طلاب جامعة تشرين، مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية، سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية، 43 (1): 91-113.

⁶ بصفر، حسان عمر (2021). تصورات طلاب جامعة الملك عبد العزيز عن تأثير وسائل التواصل الاجتماعي في تشكيل وعيهم عن جائحة كورونا: دراسة مسحية. مجلة جامعة أم القرى للعلوم الاجتماعية، 13 (عدد خاص): 437-494.

(6) ما مدى الاستفادة المتحققة من فيس بوك في التوعية الصحية؟

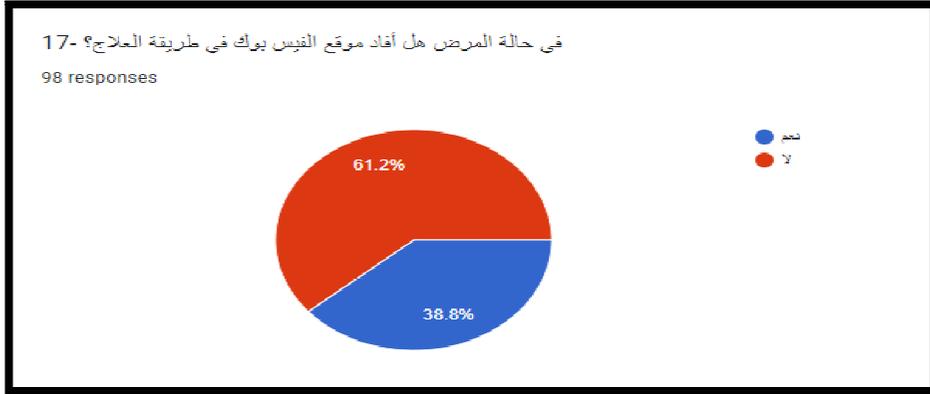


شكل (3) مدى الاستفادة المتحققة من فيس بوك في التوعية الصحية

أظهرت نتائج الدراسة أن هناك تنوع في مدى الاستفادة المتحققة لدى مستخدمي موقع فيس بوك فيما يخص التوعية بالأمر الصحي. حيث أشار (52%) من المشاركين أن مستوى الاستفادة التي يمكن تحقيقها من فيس بوك في التوعية بالشؤون الصحية هو مستوى متوسط، بينما أشار (42%) من المشاركين أن الاستفادة المتحققة في هذا الشأن هي استفادة ضعيفة، في حين أن النسبة الأقل من المشاركين والتي بلغت (6%) أوضحوا أنهم حققوا استفادة جيدة من فيس بوك فيما يخص توعيتهم الصحية. حيث تتفق تلك النتائج جزئياً مع النتائج التي خلصت إليها دراسة Moorehead et al (2013)¹ بأن وسائل التواصل الاجتماعي على رأسها فيس بوك استطاعت أن ترفع من الوعي الصحي لمستخدميها وذلك من خلال الوفرة والتنوع الكبير في المحتوى الصحي والمعلومات الصحية المتوفرة بشكل كبير عبر العديد من صفحات فيس بوك سواء الفردية أو تلك الخاصة ببعض المؤسسات الصحية المتخصصة.

¹) Moorhead, S., A. et al. (2013). A new dimension of healthcare: Systematic review of the uses, benefits, and limitations of social media for health communication. J. Med. Internet. Res. 15 (4). E85: 1-18.

(7) في حالة المرض هل أفاد موقع الفيس بوك في طريقة العلاج؟



شكل (4) الاستفادة العلاجية من فيس بوك في حالات المرض

بالنسبة للاستفادة من موقع فيس بوك في التعرف على العلاج أثناء حالات المرض، فقد أظهرت نتائج الدراسة أن نسبة (61.2%) من المشاركين أشاروا إلى أنه لم يتم تحقيق أي استفادة من فيس بوك في التعرف على العلاج أثناء الإصابة بالمرض. من ناحية أخرى، فإن (38.8%) من أفراد العينة البحثية أوضحوا أنهم استفادوا من فيس بوك في التعرف على طريقة العلاج أثناء الإصابة بالمرض. حيث تتفق نتيجة هذه الدراسة بشكل جزئي - وهو ما يخص هؤلاء الذين وجدوا استفادة علاجية من موقع فيس بوك - مع دراسة طه (2018)¹ والتي أظهرت نتائجها إلى استخدام بعض فئات الشباب وخاصة المراهقين لموقع فيس بوك وخاصة الصفحات الصحية بحثاً عن حلول وعلاجات للمشكلات الصحية التي واجهتهم. بالتالي، فإن تعدد الصفحات الصحية وتنوعها ما بين رسمية مؤسسية وخاصة فردية جعلها جاذبة بشكل كبير جداً للعديد من الأفراد الذين يعانون مشكلات صحية ويبحثون عن علاج لها عبر تلك الصفحات. ولكن البعض الآخر لا يثق في مثل تلك الصفحات، فلا يتوجه إليها بحثاً عن العلاج في فترات المرض.

¹ طه، الزهراء محمد أحمد (2018). دور الصفحات الصحية على الفيس بوك في تنمية الوعي الصحي لدى المراهقين: دراسة تطبيقية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عين شمس، كلية الدراسات العليا للطفولة، قسم الإعلام وثقافة الأطفال.

بالنسبة للمشاركين الذين أشاروا بأن فيس بوك قد أفادهم في التعرف على طريقة العلاج في حالة المرض، فقد أوضحوا الأسباب التالية:

- 1- البحث عن أسباب المرض ومن ثم البحث عن العلاج المتاح عبر فيس بوكز.
- 2- البحث عن طرق العلاج من خلال الفيديوهات المتاحة.
- 3- لأنه يوجد على فيس بوك اقتراحات ووصفات طبية مجربة يقدمها الناس.
- 4- لأنه عندما يتم كتابة أي مشكلة مرضية، فإنه يتم إيجاد الحل لتلك المشكلة.
- 5- لأن فيس بوك يساعد على نشر معلومات طبية وثقافية وتعليمية موثوقة من أجل الاستفادة منها.
- 6- يساعد من خلال المحتوى الترفيهي على تقليل الإحساس بحدة المرض من الحالة النفسية.
- 7- لأن فيس بوك يحتوي على العديد من تجارب الآخرين التي يتم كتابتها عبر التعليقات.
- 8- لأنه يمكن من خلاله التواصل مع مجموعات تهتم بالمرض المبحوث عنه.
- 9- بسبب قلة الأطباء تحت الخدمة.
- 10- لوجود العديد من صفحات الأطباء التي تقوم بنشر فيديوهات عن المرض وعلاجه.
- 11- لأنه من خلال فيس بوك يمكن معرفة بعض الأدوية لعلاج المرض.
- 12- لأنه يتم عن طريقه التصفح والاستفادة من بعض الصفحات والمجموعات المتخصصة بالعلاج، وكذلك عن طريق مراسلة المختصين. كما أنه مفيد لمعرفة أفضل الأطباء وأماكن العلاج.
- 13- لأن العلاج عبر الأطباء يحتاج إلى مصاريف كثيرة.



أما بالنسبة للمشاركين الذين أشاروا بأن فيس بوك لم يفدهم في التعرف على طريقة العلاج في حالة المرض، فقد أوضحوا الأسباب التالية:

- 1- لأنه لا يوجد متخصصون في الصحة يقومون بالتوعية، لذلك يكون الهدف من النشر هو الربح المادي وليس التوعية.
- 2- لأن الأمور الصحية تحتاج إلى تشخيص وعبادة الطبيب.
- 3- لأن فيس بوك لا يحتوي على محتوى مضبوط.
- 4- لأنه لا يمكن الاعتماد على آراء ناس غير متخصصة في الصحة.
- 5- غياب المصداقية.
- 6- لأن المتاح عبر فيس بوك لا يفيد في ذلك.
- 7- لأن ضررها أكثر من نفعها.
- 8- لأن المعلومات غير كافية، وهو ما يدفع الأفراد للذهاب إلى يوتيوب ليس فيس بوك.
- 9- لأنه يتم الخلط بين الخبر والعلم والنقاش حول المرض والحلول المتاحة، مما يفقد الثقة في المحتوى.
- 10- لأنه لا يفيد في طريقة العلاج، بل إنه يزيد من الأمراض النفسية أكثر.
- 11- لأنه من الأفضل استشارة الطبيب وأهل الخبرة.
- 12- لأن أغلبية العاملين مجال الصحة يستعملون الإنستغرام في التأثير وإيصال المعلومة بطريقة أسرع، على خلاف فيس بوك الذي أصبح يتسم ببعض الركافة.
- 13- لأن المعلومات المتداولة تكون غير صحيحة ومعظمها قيل وقال، ولا يوجد له أي أدلة مثبتة.

14- لأنه لا يمكن الثقة في المعلومات المتواجدة على فيس بوك والأفضل مراجعة الطبيب.

15- لأن المعلومات على فيس بوك هي معلومات سطحية.

16- لأنه لا يمكن الوثوق في كل ما ينشر خصوصا في مجال حساس كالطب.

17- لأن فيس بوك ينشر رواه الكثير من المغالطات وليس أبدا وسيلة للعلاج.

18- لأن طريقة العلاج الصحيحة تكون عن طريق اتباع تعليمات وأدوية الطبيب.

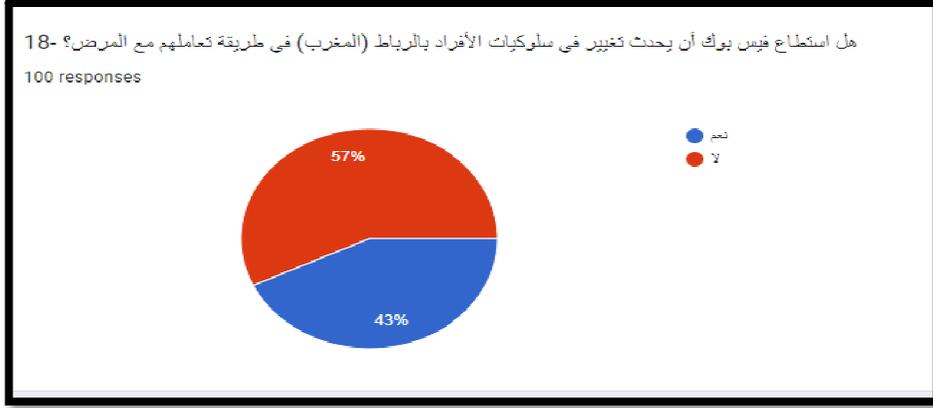
19- لأن فيس بوك لا يوجد لديه تشخيص كلي للمرض.

20- لأن فيس بوك غير مختص ببروتوكولات العلاج.

بالتالي، فإنه من الملاحظ لدي المجموعتين أن هناك تنوع كبير في الآراء والأسباب التي تقف وراء لجوء بعض المستخدمين إلى البحث عن العلاج عبر الفيس بوك، في حين أن مجموعة أخرى من الأسباب قد دفعت البعض الآخر إلى العزوف عن استخدام فيس بوك لأغراض علاجية. ففي المجموعة الأولى، نجد على سبيل المثال أن الظروف المادية والاقتصادية كانت السبب في اللجوء للفيس بوك بحثا عن العلاج، كما أن دافع الثقة والاطمئنان لخبرات الآخرين كان كافيا لجعل فيس بوك ملاذا للبحث عن العلاج للأمراض، أيضا النقص في عدد الأطباء أحيانا كان سببا آخر في هذا الشأن. من ناحية أخرى، فنجد أن المجموعة الثانية والتي عزف أفرادها عن اللجوء للفيس بوك بحثا عن العلاج كان لديهم العديد من الدوافع التي بني أغلبها على الحسابات العقلانية، وعلى عدم الثقة فيما يتم عرضه، فضلا عن عدم وجود أي قيود أو اشتراطات على موقع فيس بوك بشأن ما يتم تقديمه أو عرضه من محتوى طبي يتعلق بالصحة والمرض، مما يتيح لأي شخص أو أي جهة نشر أي محتوى دون التحقق من صحته. علاوة على ذلك، فإنه بسبب شدة الحساسية الخاصة بالصحة وما يتعلق بها، فإن الكثير من الأفراد يكونوا شديدي الحذر في التعامل مع أي جهة غير موثوق بها، لذلك يعزفون عن استخدام فيس بوك ويلجئون بشكل مباشر إلى الطبيب المختص.



(8) هل استطاع فيس بوك أن يحدث تغيير في سلوكيات الأفراد بالرباط (المغرب) في طريقة تعاملهم مع المرض؟



شكل (5) فيس بوك وتغيير سلوكيات الأفراد في طريقة التعامل مع المرض

أظهرت نتائج الدراسة أن هناك تقارب في نسبة المؤيدين لحدوث تغيير وبين الذين يرون أن فيس بوك لم يحدث أي تغيير فيما يخص التعامل مع المرض، حيث أشار (57%) من أفراد العينة البحثية أن فيس بوك لم يستطع أن يحدث أي تغيير في سلوكيات الأفراد بالرباط فيما يخص الطريقة التي يتبعونها للتعامل مع المرض. من ناحية أخرى، فإن (43%) من المشاركين أوضحوا أن هناك تغيير في طريقة تعامل الناس مع المرض في الرباط وأن ذلك التغيير ناتج عن استخدام موقع فيس بوك. فبالنسبة للمجموعة الثانية، فإن هذا التغيير الحادث إنما يتمثل يظهر في توجه الأفراد بشكل مباشر إلى صفحات فيس بوك عندما يواجهون مشكلة صحية، أو عندما يريدون الحصول على معلومة أو استشارة صحية، ولم يعد الطبيب أو المتخصص في الشؤون الصحية هو المرجع أو الملاذ الأول بالنسبة لهؤلاء الأفراد. علاوة على ذلك، فإن البعض الآخر من الأفراد أصبح يتعامل مع الطبيب أو المؤسسة الصحية من خلال صفحاتهم الخاصة على فيس بوك، حيث يقوم الفرد بوصف الحالة الصحية والأعراض وغيرها من المعلومات التي يحتاجها الطبيب، ثم بعد ذلك يتم الرد عليه ببعض المعلومات الطبية التي قد تحتوي على علاجات محددة للحالة المرضية التي تم وصفها، وهو ما يعكس تغيرا كبيرا في آلية التعامل مع المرض من قبل المواطنين في الرباط.

وتتفق تلك النتائج مع دراسة Moorehead et al (2013)¹ والتي أوضحت أن وسائل التواصل الاجتماعي أصبحت تتيح كم هائل من المعلومات الصحية مما جعل الأفراد يتوجهون إليها بحثا عن المعلومة والاستشارة وأيضا طلبا للعلاج. أيضا تتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة إبراهيم (2019)² والتي أظهرت أن الكثير من النساء في مصر أصبحن يتوجهن إلى موقع فيس من أجل الحصول على المعلومة الطبية والمعالجات لبعض المشكلات الصحية التي تواجههن فضلا عن متابعة ما يخص المبادرات الصحية التي يتم الإعلان عنها عبر وسائل التواصل هذه. كما اتفقت نتائج الدراسة الحالية أيضا مع دراسة طه (2018)³ والتي توصلت إلى أن الشباب المراهقين أصبحوا يتوجهون مباشرة إلى صفحات فيس بوك بشكل مباشر ومستمر من أجل طلب المساعدات في الوصول لحلول للمشكلات الصحية التي تواجههم. وأخيرا، فإن هناك اتفاق أيضا مع ما توصلت إليه دراسة Admane (2011)⁴ والتي أشارت إلى أن بعض المرضى أصبحوا يتعاملون مع المؤسسات العلاجية عبر وسائل التواصل الاجتماعي، حيث أصبح هذا المريض يطلق عليه "المريض الإلكتروني" e-patient، وهو ذلك المريض الذي يتعامل في كل ما يخص أموره الصحية وحصوله على الرعاية عبر وسائل التواصل الاجتماعي. بالتالي، يتضح أن هناك تغيرا كبيرا قد حدث بالفعل في مجال الرعاية الصحية وآلية تعامل المريض مع المختصين، ذلك التغير وبلا أدنى

¹) Moorhead, S., A. et al. (2013). A new dimension of healthcare: Systematic review of the uses, benefits, and limitations of social media for health communication. J. Med. Internet. Res. 15 (4). E85: 1-18.

²) إبراهيم، داليا عثمان (2019). اتجاهات المرأة المصرية نحو استخدام الإعلام الرقمي في المجال الصحي. المجلة المصرية لبحوث الرأي العام، 18 (3): 48-66.

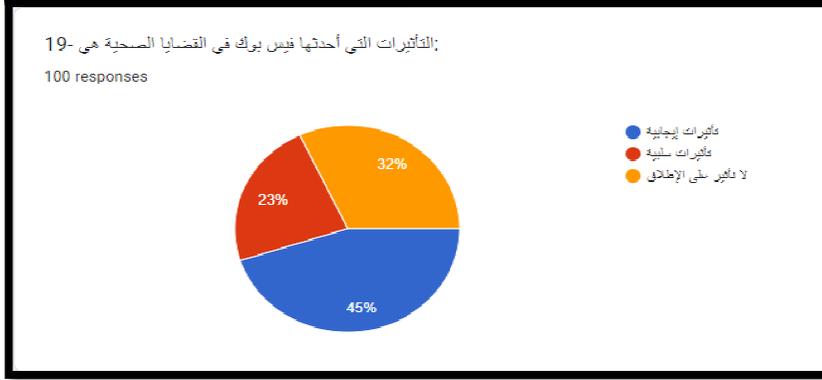
³) طه، الزهراء محمد أحمد (2018). دور الصفحات الصحية على الفيس بوك في تنمية الوعي الصحي لدى المراهقين: دراسة تطبيقية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عين شمس، كلية الدراسات العليا للطفولة، قسم الإعلام وثقافة الأطفال.

⁴) Admane, L. (2011). E-patients and social media: Impact of online experience on perceived quality of care. MSc of Science in design, Arizona State University



شك لعبت فيه وسائل التواصل الاجتماعي وفي مقدمتها فيس بوك دورا محوريا كان له بالغ الأثر في إحداث تغيير لثقافة العديد من الناس سواء في الرباط أو خارجها من حيث تعاملهم مع قضايا الصحة والمرض.

(9) التأثيرات التي أحدثها فيس بوك في القضايا الصحية.



شكل (6) التأثيرات التي أحدثها فيس بوك في القضايا الصحية

أظهرت نتائج الدراسة أن هناك تنوع في آراء المشاركين من حيث مدى إيجابية أو سلبية تلك التأثيرات التي أحدثها فيس بوك على مستخدميه. حيث أن النسبة الأكبر من المشاركين (45%) قد أشاروا أن الفيس بوك كان له تأثيرات إيجابية عليهم في القضايا الصحية، في حين أن النسبة الأقل من المشاركين والتي بلغت (23%) أشاروا أن فيس بوك كانت له تأثيرات سلبية عليهم فيما يخص القضايا الصحية، من ناحية أخرى فإن (32%) من أفراد العينة البحثية أوضحوا أن فيس بوك لم يكن له أي تأثير عليهم على الإطلاق فيما يخص القضايا الصحية. يمكن تفسير ذلك بأن هؤلاء المستخدمين الذين كان للفيس بوك تأثيرا إيجابيا عليهم والذين يمثلون النسبة الأكبر من المشاركين، فإنهم من أحسنوا استخدام فيس بوك في الجوانب الصحية، من حيث متابعة المبادرات الصحية، الاطلاع على الإرشادات التي تطلقها الجهات الصحية والجهات المعنية عبر صفحاتها الرسمية على موقع فيس بوك، بالإضافة إلى التواصل مع الأطباء عبر صفحاتهم الرسمية للحصول على استشارات مؤقتة لحين إجراء المقابلة معهم على أرض الواقع. من ناحية أخرى، فإن هؤلاء المستخدمين الذين كان لموقع فيس بوك تأثيرات

سلبية عليهم في الشأن الصحي، فإنهم من لم يحسنوا استخدامه بالشكل الملائم، بل إنهم كانوا يحصلون على المعلومات من صفحات غير رسمية وغير موثوقة، والتي يغلب عليها المحتوى غير العلمي الذي يعتمد على الآراء والاجتهادات الشخصية غير العلمية. أما المجموعة الثالثة والتي ذكر أفرادها أن فيس بوك لم يؤثر عليهم على الإطلاق، فإنهم هؤلاء الذين لم يستخدموا فيس بوك في أي أمور تتعلق بالصحة والعلاج، بل كان الاستخدام لأغراض أخرى كالترفيه والاطلاع على مستجدات الأمور فقط.

تتفق نتائج الدراسة الحالية بشكل كلي مع دراسة كل من جرار (2011)¹ و Walker et al (2019)² والتي أظهرت نتائجها أن هناك تأثيرات إيجابية وأيضاً تأثيرات سلبية لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي وبالتحديد فيس بوك على الجوانب المتعلقة بالصحة لمستخدمي تلك الوسائل. بينما تتفق نتائج الدراسة الحالية بصورة جزئية مع دراسات Moorehead et al (2013)³، إبراهيم (2019)⁴، والحمامي (2012)⁵ والتي أظهرت نتائجها أن للفيس بوك تأثيرات إيجابية على الجوانب المتعلقة بالصحة، حيث أن هناك كم كبير من المعلومات والمبادرات التي يتم نشرها على

¹ جرار، ليلي أحمد (2011). المشاركة بوقع الفيس بوك وعلاقته باتجاهات طلبة الجامعات الأردنية نحو العلاقات الاسرية. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الإعلام، جامعة الشرق الأوسط، عمان.

² Walker, T. et al. (2019). Considering the impact of social media on contemporary improvement of Australian Aboriginal health: Scoping review. JMIR Public Health Surveille, 5 (1): e11573.

³ Moorhead, S., A. et al. (2013). A new dimension of healthcare: Systematic review of the uses, benefits, and limitations of social media for health communication. J. Med. Internet. Res. 15 (4). E85: 1-18.

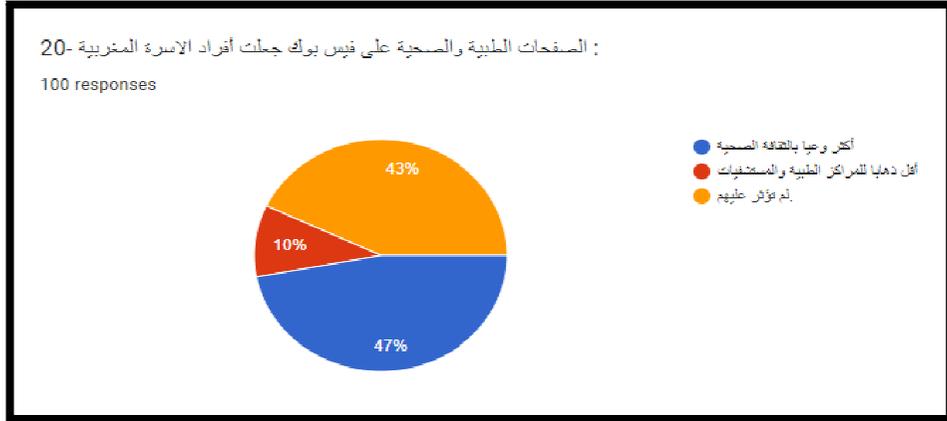
⁴ إبراهيم، داليا عثمان (2019). اتجاهات المرأة المصرية نحو استخدام الإعلام الرقمي في المجال الصحي. المجلة المصرية لبحوث الرأي العام، 18 (3): 48-66.

⁵ الحمامي، هاجر مجدي عبده (2021). دور وسائل التواصل الاجتماعي في توعية المواطنين بالمبادرات الصحية. المجلة العلمية لكلية الآداب، 10 (3): 187-214.



صفحات فيس بوك والتي تكون مصدرا للمعلومات للعديد من المستخدمين، والتي يتحقق من خلالها العديد من التأثيرات الإيجابية عليهم وعلى أوضاعهم الصحية.

(10) ما تأثير الصفحات الطبية والصحية على فيس بوك على أفراد الأسرة المغربية؟



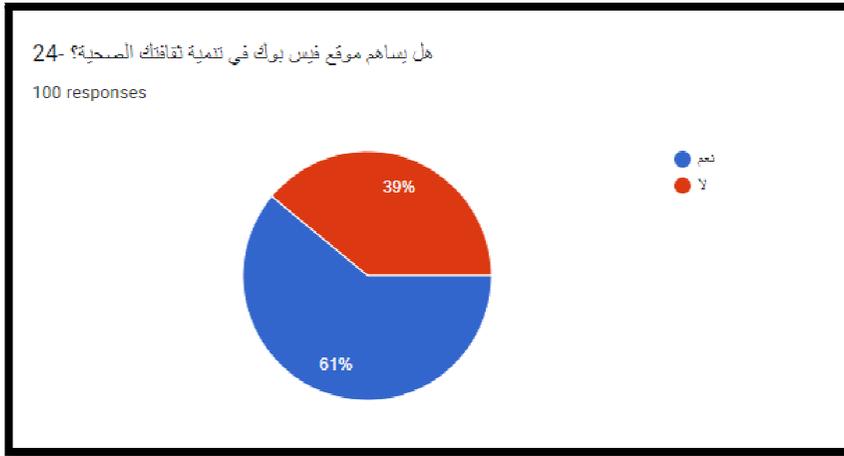
شكل (7) تأثير الصفحات الطبية والصحية على فيس بوك على أفراد الأسرة المغربية

أوضحت النتائج التي تم الحصول عليها من خلال تحليلات ردود المشاركين في الدراسة الحالية من أفراد الأسر في الرباط أن هناك بعض التباين في الآراء التي أبدأها المشاركون فيما يخص تأثير الصفحات الطبية والصحية بوقع فيس بوك على أفراد الأسرة المغربية. حيث أشارت النسبة الأكبر والتي تبلغ (47%) أن تلك الصفحات جعلتهم أكثر وعيا بالثقافة الصحية، بينما أوضح (43%) من المشاركين أن مثل تلك الصفحات لم تؤثر عليهم على الإطلاق، أما الجزء المتبقي منهم والبالغ (10%) قد أوضحوا أن الصفحات الصحية والطبية هذه قد جعلت الأفراد أقل ذهابا إلى المراكز الطبية والمستشفيات. بالتالي، يتضح أن الجزء الأكبر من أفراد العينة البحثية والبالغ (57%) يرى أن صفحات فيس بوك استطاعت أن تؤثر على الوعي والسلوك فيما يخص القضايا الصحية للمواطنين لمغاربة بمدينة الرباط.

وقد جاءت نتائج هذه الدراسة متفقة مع ما توصلت إليه دراسات كل من (علي، 2017؛ طه، 2018؛ إبراهيم، 2019؛ الحمامي، 2021) والتي أوضحت أن وسائل التواصل الاجتماعي وبالتحديد فيس بوك كان له تأثير على سلوك وطريقة تعامل

الأفراد مع القضايا المتعلقة بالصحة. حيث أصبح العديد من الأفراد يقصدون الصفحات الطبية على فيس بوك من أجل زيادة الثقافة الصحية والبحث عن المعلومات المتعلقة بصحتهم، وأن البعض الآخر يقصد تلك الصفحات باحثاً عن حلول للمشكلات الصحية التي تواجههم. أي أن فيس بوك لدى العديد من المستخدمين لم يعد فقط وسيلة للتسلية والتواصل الاجتماعي، إنما تحول إلى مصدراً لرفع الوعي الصحي، والبحث عن علاج للمشكلات الصحية، بل وملاذا يلجأ إليه الكثير من الأفراد كبديل للمراكز الطبية والمستشفيات.

(11) هل يساهم موقع فيس بوك في تنمية ثقافتك الصحية؟

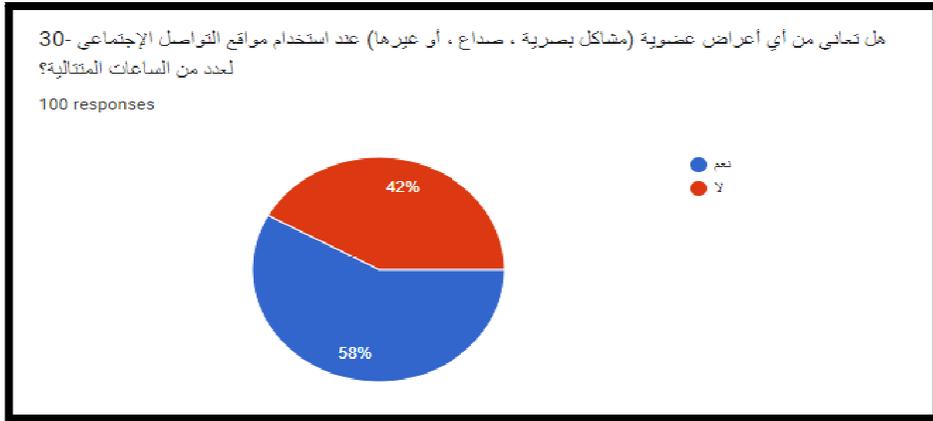


شكل (8) مساهمة فيس بوك في تنمية الثقافة الصحية

بالنسبة للدور الذي قد يقوم به فيس بوك في تنمية الثقافة الصحية لأفراد مجتمع البحث والممثلين من خلال أفراد العينة البحثية، فقد أظهرت النتائج الموضحة في الشكل (24) أن النسبة الأكبر من المشاركين (61%) قد أشاروا إلى أن موقع فيس بوك يساهم في تنمية ثقافتهم الصحية، بينما الجزء الآخر والبالغ (39%) يرون أن فيس بوك لم يساهم بأي شكل في تنمية ثقافتهم الصحية. فهذه النسب توضح أن موقع فيس بوك قد أثر بشكل واضح على الثقافة الصحية على نسبة كبيرة من أفراد المجتمع المغربي وخاصة بمدينة الرباط، وهو ما ترتب عليه حدوث تنمية للثقافة الصحية لأفراد هذا المجتمع.

تتفق هذه النتائج مع تلك النتائج التي توصلت إليها دراسة على (2017)¹ والتي أظهرت أن هناك تنوع كبير في طبيعة استخدام فيس بوك، حيث أن البعض يقوم باستخدامه بهدف زيادة الثقافة في الأمور الصحية، علاوة على ذلك، فإن نتائج الدراسة الحالية قد جاءت متفقة أيضا مع ما توصلت إليه دراسة طه (2018)² والتي أشارت إلى أن العديد من الشباب والمراهقين يلجؤون إلى الصفحات الصحية على فيس بوك من أجل زيادة وتنمية ثقافتهم في الجوانب الصحية. بالتالي، فإنه يمكن القول بأن استخدام صفحات فيس بوك من أجل تنمية الثقافة الصحية ليس بالأمر الحصري على أفراد مدينة الرباط، ولكنه من الأمور المنتشرة والتي تم رصدها في العديد من البلدان الأخرى، وهو ما يوضح مدى قوة وتأثير فيس بوك في العديد من القضايا المجتمعية والتي من بينها الصحة وما يتعلق بها.

(12) هل تعاني من أي أعراض عضوية (مشاكل بصرية، صداع، أو غيرها) عند استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لعدد من الساعات المتتالية؟



شكل (9) استخدام فيس بوك والأعراض العضوية

¹ علي، محمد فضل (2017). دور شبكة الفيس بوك في تعزيز التوعية الصحية لدى الجمهور: دراسة مسحية. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الشرق الأوسط، كلية الإعلام.
² طه، الزهراء محمد أحمد (2018). دور الصفحات الصحية على الفيس بوك في تنمية الوعي الصحي لدى المراهقين: دراسة تطبيقية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عين شمس، كلية الدراسات العليا للطفولة، قسم الإعلام وثقافة الأطفال.

بالنسبة للتعرف على ما يمكن أن يتسبب فيه الاستخدام المفرط لفيس بوك وغيره من وسائل التواصل الاجتماعي من بعض الإصابات العضوية، فقد أشارت النسبة الأكبر من المشاركين (58%) أنهم بالفعل يعانون من بعض الآثار العضوية، كالمشاكل البصرية والصداع وغيرها من الأعراض عندما يقوموا باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لعدد من الساعات المتتالية. إلا أن الجزء الآخر من المشاركين والبالغ (42%) أوضحوا أنهم لا يعانون من أية أعراض.

وقد جاءت نتائج الدراسة الحالية متفقة مع ما توصلت إليه دراسة الطراونه والفنيخ (2012)¹ بأن الاستخدام الكثيف لشبكة الانترنت بصفة عامة ولوسائل التواصل الاجتماعي بصفة خاصة يكون له مجموعة من المخاطر والتأثيرات السلبية والضارة على العديد من الجوانب الجسدية والصحية وأيضاً العقلية لمستخدمي تلك الوسائل، تلك التأثيرات التي لا يمكن إغفالها على كافة المستويات والأعمار. بالإضافة إلى ذلك، فإن نتائج الدراسة الحالية تتفق أيضاً مع دراسة كل من قنيطه (2011)² وأبو الفحم (2017)³ والتي أظهرت نتائجها أن الاستخدامات المتكررة والمتواصلة لأدوات التواصل الاجتماعي يترتب عليها حدوث مشاكل في القلب والشرابين، اضطرابات في النوم، زيادة في الوزن، والاصابة بالجلطات الدماغية وأيضاً القلبية. ذلك فضلاً عما تتسبب فيه قلة الحركة بسبب الجلوس لساعات طويلة أمام الأجهزة الحديثة لاستخدام وسائل التواصل الاجتماعي، فيتسبب ذلك في الإصابة بأمراض السمنة وأيضاً السكري. وذلك

¹ الطراونه، نايف والفنيخ، لمياء (2012) استخدام الانترنت وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي والتكيف الاجتماعي والاكنتاب ومهارات الاتصال لدى طلبة جامعة القصيم، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، مج20، ع1، ص 283-331.

² قنيطه، أحمد أحمد بكر (2011). الآثار السلبية لاستخدام الانترنت من وجهة نظر طلبة الجامعة الإسلامية بغزة ودور التربية الإسلامية في علاجها، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية بغزة، فلسطين.

³ أبو الفحم، محمد (2017). سلبيات استخدام الانترنت ووسائل التواصل الاجتماعي ودور الأنشطة الرياضية في الحد منها. رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك، أربد.



ما أكدته أيضا دراسة Cuara (2020)¹ بأن الاستخدام المفرط لوسائل وأدوات التواصل الاجتماعي له العديد من التأثيرات السلبية على رفاهية المستخدمين، سواء الجسدية أو العقلية وأيضا الاجتماعية. بالإضافة لدراسة Khajeheian (2018)² والتي توصلت إلى وجود علاقة إيجابية بين معدلات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي وبين ارتفاع معدلات وفرص الإصابة بالسمنة لدى الأطفال.

وقد ذكر المشاركون في الدراسة الحالية مجموعة من الأعراض التي كانوا يعانون منها على المستوى الشخصي أو حتى أحد أقاربهم وأصدقائهم بسبب الاستخدام المتواصل والكثيف لوسائل التواصل الاجتماعي، ومن بين تلك الأعراض الإحساس بالصداع، ضعف النظر، هبوط في الضغط من آثار التركيز في الهاتف والموضوعات المثارة، ثقل في العينين، إعياء وقلة تركيز، ضبابية غي العين وألم ودوخه، زغللة بالعينين، مشاكل قصور البصر من كثرة استعمال الهاتف، آلام في الرقبة، ألم رأس نصفي، آلام في مفاصل اليد والكتف وغيرها من الأعراض التي ذكرها المشاركون في الدراسة الحالية.

• الخلاصة

يتضح من هذا الفصل أن وسائل التواصل الاجتماعي من الأدوات التي يتم استخدامها بشكل كبير بالرباط في المملكة المغربية، وعلى الرغم من العديد من التأثيرات السلبية التي تم رصدها لتلك الوسائل، إلا أنها لا تزال توفر العديد من الإيجابيات لمستخدميها. ففي الوقت الذي تجد فيه تلك الوسائل وخاصة فيس بوك الكثير من المعارضة والرفض لاستخدامها في الأمور المتعلقة بالصحة، إلا أنها استطاعت أن تحقق العديد من المزايا، وتوفر المزيد من النفع لمستخدميها فيما يخص رفع الوعي الصحي والثقافة الصحية لمستخدمي وسائل التواصل الاجتماعي في الرباط.

¹) Cuara, J. (2020). Social media use and the relationship between mental, social, physical health in college students. MSc Thesis, California Baptist University.

²) Khajeheian, D., Colabi, A., M., Shah, N., B., Razi, C., J., Jenatabadi, H., S. (2018). Effect of social media on child obesity: Application of structural equation modeling with the Taguchi method. International Journal of Environmental Research and Public health, 15(1343): 1-22.

• قائمة المراجع

– المراجع العربية

- إبراهيم، داليا عثمان (2019). اتجاهات المرأة المصرية نحو استخدام الإعلام الرقمي في المجال الصحي. المجلة المصرية لبحوث الرأي العام، 18 (3): 48-66.
- أبو الفحم، محمد (2017). سلبيات استخدام الانترنت ووسائل التواصل الاجتماعي ودور الأنشطة الرياضية في الحد منها. رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك، أربد.
- أمين، رضا عبد الواحد (2009). استخدامات الشباب الجامعي لموقع يوتيوب على شبكة الانترنت. ورقة بحثية قدمت إلى المؤتمر الأول "الإعلام الجديد: تكنولوجيا جديدة ... لعالم جديد". جامعة البحرين (7-9 أبريل 2009)، منشورات جامعة البحرين، 511-536.
- بصفر، حافظ (2020). أنثروبولوجيا الإعلام: نحو بناء وعي إعلامي. من موقع: <http://www.alamanaweb.ma>
- بصفر، حسان عمر (2021). تصورات طلاب جامعة الملك عبد العزيز عن تأثير وسائل التواصل الاجتماعي في تشكيل وعيهم عن جائحة كورونا: دراسة مسحية. مجلة جامعة أم القرى للعلوم الاجتماعية، 13 (عدد خاص): 437-494.
- التميمي، خالد بن حسن؛ العيدي، عبد السلام؛ مرزوق، مغاوري (2017). إيمان شبكات التواصل الاجتماعي لدى طلاب جامعة الملك عبدالعزيز وعلاقته بصحتهم النفسية. مجلة دراسات تربوية ونفسية، جامعة الزقازيق - كلية التربية، 97: 1-50.
- جبار، عيبر (2017). اعتماد طلبة جامعة جيهان على الإعلام الجديد كمصدر للمعلومات والأخبار. مجلة جامعة جيهان - أربيل العلمية، 1(2): 54.
- جرار، ليلي أحمد (2011). المشاركة بوقع الفيسبوك وعلاقته باتجاهات طلبة الجامعات الأردنية نحو العلاقات الاسرية. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الإعلام، جامعة الشرق الأوسط، عمان.
- الحمامي، هاجر مجدي عبده (2021). دور وسائل التواصل الاجتماعي في توعية المواطنين بالمبادرات الصحية. المجلة العلمية لكلية الآداب، 10 (3): 187-214.



- خليفه، إيهاب (2016). مواقع التواصل الاجتماعي: أدوات التغيير العصرية عبر الانترنت. ط1. المجموعة العربية للتدريب والنشر.
- راشد، تامر جاد (2016). علم الأجناس البشرية: الأنثروبولوجيا. القاهرة: الزعيم للخدمات المكتبية والنشر.
- _____ (2022). الصحة من منظور أنثروبولوجي، محاضرات في علم الانثروبولوجيا البيولوجية، كلية الدراسات الافريقية العليا، جامعة القاهرة.
- شعبان، أفنان (2016). استخدام مواقع التواصل الاجتماعي Facebook وتأثيرها على العلاقات الاجتماعية. مجلة البحوث التربوية والنفسية، العراق، ع49: 222-248.
- الشعراوي، أحمد (2021). اعتماد الطلبة الجامعيين على وسائل التواصل الاجتماعي كمصدر للمعلومات الخاصة بفيروس كورونا المستجد COVID-19: دراسة استطلاعية على عينة من طلاب جامعة تشرين، مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية، سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية، 43 (1): 91-113.
- الصوافي، عبدالحكيم (2015). استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى طلبة الحلقة الثانية من التعليم الأساسي في محافظة شمال الشرقية بسلطنة عمان وعلاقته ببعض المتغيرات. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة نزوي، كلية العلوم والآداب.
- الطراونة، نايف والفنيخ، لمياء (2012). استخدام الانترنت وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي والتكيف الاجتماعي والاكتئاب ومهارات الاتصال لدى طلبة جامعة القصيم، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، مج20، ع1، ص 283-331.
- طه، الزهراء محمد أحمد (2018). دور الصفحات الصحية على الفيسبوك في تنمية الوعي الصحي لدى المراهقين: دراسة تطبيقية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عين شمس، كلية الدراسات العليا للطفولة، قسم الإعلام وثقافة الأطفال.
- العجمي، محمد منيف (2020). أثر استخدام وسائل التواصل الاجتماعي وآثارها الثقافية والسياسية والاجتماعية: دراسة ميدانية في المجتمع الكويتي. حوليات آداب عين شمس، جامعة عين شمس - كلية الآداب، ع48: 140-172.
- علي، محمد فضل (2017). دور شبكة الفيسبوك في تعزيز التوعية الصحية لدى الجمهور: دراسة مسحية. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الشرق الأوسط، كلية الإعلام.

- عماري، نادية (2018). مواقع التواصل الاجتماعي بالمغرب: إدمان وتفكك أسري. من موقع: <https://elaphmorocco.com/Web/news/2018/01/18029.html>
- قنديل، سميرة أحمد؛ عطوة، محمد جمال؛ علي، رجاء علي (2013). الآثار المترتبة على استخدام الشباب لطرق الاتصال الحديثة برنامج درشة الانترنت على العلاقات الاجتماعية داخل وخارج الأسرة. مجلة الإسكندرية للأبحاث الزراعية، ع58 (3): 367-391.
- قنيطرة، أحمد بكر (2011). الآثار السلبية لاستخدام الانترنت من وجهة نظر طلبة الجامعة الإسلامية بغزة ودور التربية الإسلامية في علاجها. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية بغزة، فلسطين.
- كمال، هناء (2009). الآثار النفسية والاجتماعية لتعرض الجمهور المصري لشبكة الانترنت. رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الإعلام - جامعة القاهرة.
- منظمة الصحة العالمية (WHO). دستور منظمة الصحة العالمية. من موقع: <https://www.who.int/ar/about/governance/constitution>
- مؤنس، حسين (2000). معالم تاريخ العرب والأندلس القاهرة: دار المعارف.

- المراجع الأجنبية

- Admane, L. (2011). E-patients and social media: Impact of online experience on perceived quality of care. MSc of Science in design, Arizona State University.
- Al- Saggaf, Y. (2011). Saudi females on Facebook: associate social science study. International Journal of rising technology & Society, 9 (1): 1 – 14.
- Al-Bahrani, A., Patel, D., & Sheridan, B. (2015). Engaging students using social media: The students' perspective. International Review of Economics Education. 19: 36-50 .
- Ali, A., et al. (2016). Effects of social media on youth: A case study on university of Sargodha. International Journal of Advanced Research, 4 (11): 369- 372.
- Biswajit, D., & Sahoo, S. (2011). Social networking sites: A critical analysis of the impact on personal and social life. International Journal of Business and Social Science, 2 (14): 222-228

- Cuara, J. (2020). Social media use and the relationship between mental, social, physical health in college students. MSc Thesis, California Baptist University.
- Farhud, A. (2016). Social media: its positive and negative implications on society. *International Journal of Computer Applications Technology and Research*, 15 (2): 71-75
- Huang, C. (2017). Time spent on social network sites and psychological well-being: A meta-analysis. *Cyber-Psychology, Behavior, and Social Networking*, 20 (6): 346-354.
- Hughes, S. (2018). The effects of social media on depression anxiety and stress. Dublin Business School.
- Jobilal, M., & Raheev, M. (2015). Effects of social media on social relationships: A descriptive study on the impact of mobile phones among youth population. *International Research Journal of Social Sciences*, 4(2): 11-16.
- Khajehein, D., Colabi, A., M., Shah, N., B., Razi, C., J., Jenatabadi, H., S. (2018). Effect of social media on child obesity: Application of structural equation modeling with the Taguchi method. *International Journal of Environmental Research and Public health*, 15(1343): 1-22.
- Moorhead, S., A. et al. (2013). A new dimension of healthcare: Systematic review of the uses, benefits, and limitations of social media for health communication. *J. Med. Internet. Res.* 15 (4). E85: 1-18.
- Muqaddas, J., Sonobia, S., & Nawaz, A. (2017). Impact of social media on self-esteem. *European Scientific Journal*, 13 (23): 331
- Ngonidzashe, M. (2016). Social networks and social interaction in family relationships among Zimbabweans: A survey on the perceptions of residents in Harare and Mashonad and west prominence of Zimbabwe. *International Journal of Research in Humanities and Social Studies*, 3 (5): 62-68
- Nicholas, D., Williams, P., Martin, H., & Cole, P. (2000). The impact of the internet on information seeking in the media. *Aslib Proceedings*, 52 (3): 98-114.

- Saleh, M. (2022). Total number of active social media users in Morocco from 2017-2022. Retrieved from: <http://www.statistia.com/statistics/1172771/number-of-social-media-users-morocco/>
- Walker, T. et al. (2019). Considering the impact of social media on contemporary improvement of Australian Aboriginal health: Scoping review. *JMIR Public Health Surveille*, 5 (1): e11573.
- York, J., C. (2021). *Morocco: The essential guide to customs and culture*. UK: KUPERARD.