

الانعكاسات السلبية لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي على الأسرة الجزائرية في العصر الحالي

The negative impacts of social media use on the Algerian family in the present era

تامملت إبراهيم¹، زاوي إكرام²

¹ جامعة غرداية، tamelt.brahim@univ-ghardaia.edu.dz

² جامعة غرداية، zaoui.ikrame@univ-ghardaia.dz

تاريخ الاستلام: 2025/05/18 تاريخ القبول: 2025/05/21 تاريخ النشر: 2025/06/30

ملخص:

يتميز عصرنا الحالي بالتطور التكنولوجي والانفتاح الكبير على العالم، وظهور شبكة الانترنت، والتي كان لها الفضل الكبير في تطور العديد من المجالات. أحد أهم التطورات كانفي البحث العلمي، حيث نلاحظ أن بعض المهام التي كانت في السابق تستغرق وقتا وجهدا كبيرا أصبحت الآن بسيطة وسريعة، وهذا المجال يتطور بصفة مستمرة. ظهرت أيضا شبكات التواصل الاجتماعي، والتي تسهل عملية التواصل بين الأفراد، وتمكنهم من مشاركة معتقداتهم وآراءهم وبعض من نواحي حياتهم، لكن في المقابل، هذا النوع من وسائل التواصل جلب معه عددا هائلا من السلبيات المدمرة على الأفراد والمجتمعات، وشكلت تحديا حقيقيا أمام الأسرة، والتي وجدت نفسها في مأزق حقيقي يعيق عملية التنشئة ويهدم دورها الرئيسي إذا ما تم استخدامها بشكل خاطئ، فإدمان الانترنت كمثال يعد مشكلة حقيقية تطال الكبار والصغار على حد سواء، وتؤثر بشكل مباشر على قدرة الآباء في تربية أبنائهم وزيادة التباعد بين أفراد الأسرة، من جانب آخر يمكن أن يتعرض الأطفال لخطر لا يتناسب مع مرحلتهم العمرية، مما يؤثر على صحتهم النفسية وحتى العقلية، ويغير من سلوكياتهم ومشاعرهم وأفكارهم بشكل يتنافى مع قيم ومعايير مجتمعهم.

كلمات مفتاحية: الأسرة، شبكات التواصل الاجتماعي.

Abstract:

Our current era is characterized by technological advancement and significant openness to the world, marked by the emergence of the internet, which has greatly contributed to the development of numerous fields. One of the most notable advancements has been in scientific research, where

tasks that once required considerable time and effort have now become simple and quick, and this field continues to evolve steadily. Social media networks have also emerged, facilitating communication between individuals and allowing them to share their beliefs, opinions, and aspects of their lives. However, this type of communication medium has brought with it a myriad of destructive negative effects on individuals and communities. It has posed a real challenge to families, which find themselves in a genuine predicament that hinders the process of upbringing and undermines their primary role if used improperly. Internet addiction, for example, is a serious issue affecting both adults and children alike, directly impacting parents' ability to raise their children and increasing the distance between family members. Additionally, children may be exposed to content inappropriate for their age, affecting their psychological and even mental health, and altering their behaviors, feelings, and thoughts in ways that conflict with the values and standards of their society.

Keywords: Family , Social Media networks.

المؤلف المرسل* tametelt.brahim@univ-ghardaia.edu.dz

1. مقدمة:

تفتح وسائل التواصل الاجتماعي العديد من الفرص التعليمية والمهنية والثقافية وتسهل من التواصل في بعض الحالات وتقرب المسافات بين الأفراد والمجتمعات والشعوب وثقافتاتها وتفتح المجال للأفراد بمشاركة أجزاء من حياتهم اليومية ومشاركة منشورات للتعبير عن آراءهم ومشاعرهم، ويضيف نعم وبن علي (2017) أن مواقع التواصل عبر شبكة الانترنت قد شهدت في السنوات الأخيرة انتشارا كبيرا وتعدد خدماتها من أجل تحقيق واشباع احتياجات مستخدميها.

إلا أن الانفتاح غير المحسوب تسبب في أضرار بالغة على الأسرة وجردتها من ضوابطها وخاصة على الاطفال والمراهقين، فلا أحد من الوالدين يستطيع أن يضمن ما يمكن أن يقابل طفله في هذه المواقع والذي سيأثر مباشرة على هوية الطفل وصحته النفسية والعقلية وقد يتعرض لانتهاك خصوصيته أو لأخطار أمنية.

لا شك أن العلاقات الاجتماعية قد تأثرت بالتغيرات الكبيرة المتتالية التي طرأت على المجتمعات في ظل الثورة الحديثة في مجال التكنولوجيا، خاصة في تقنية الانترنت وتكنولوجيا المعلومات، وهو ما يفتح المجال أمام تغيرات جذرية في المجال المادي والمعنوي التي تتبلور في إطاره مختلف أنماط العلاقات الاجتماعية (العقبي وبركات، 2016، ص.223).

كما تواجه الأسرة في العصر الحالي تحديا كبيرا للتصدي للمخاطر الاخلاقية فليس بالسهل على الأسرة مواكبة التغير الكبير الذي يطرق على حياتنا اليوم وانعكاسها على المجتمع مثل دخول أفكار سامية والتسبب في انتشار السلوك الانحرافي وغيرها من المشكلات الاجتماعية. تأتي المخاطر صحية لمواقع التواصل كتحدٍ إضافي على عاتق الأسرة يترتب عليها مواجهته والذي ينتج عن الازدحام والاستخدام اللاعقلاني لهذه المواقع ليتسبب في مشاكل نفسية وجسدية ليست بالهينة. يمكن أن تتعرض الأسرة لأسوأ تحد لها من خلال اختبار تجربة اختراق خصوصياتها أو تتبع معلوماتها العامة الأمر الذي قد يجعلها عرضة للابتزاز أو التردد من قبل أشخاص معينين مما قد يعرضها للإساءة أو التفكك أو تعرض أحد أفرادها للخطر.

ويقودنا ما سبق ذكره إلى التساؤل عن ما هي الانعكاسات السلبية لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي على الأسرة الجزائرية في العصر الحالي؟ وللإجابة على السؤال تطرقنا لثلاث محاور كالتالي:

المحور الأول: لتعريف كل من مواقع التواصل الاجتماعي والأسرة.

المحور الثاني: لمحاولة ذكر ورصد التغيرات التي طرأت على الأسرة المعاصرة.

المحور الثالث: تناولنا فيه أهم الانعكاسات السلبية لمواقع التواصل الاجتماعي على الأسرة.

2. أهداف الموضوع

دراسة تحليلية لموضوع استخدام مواقع التواصل وآثاره على تغير ملامح الأسرة المعاصرة.

تحديد أهم نواحي الحياة التي طالتها أضرار الاستخدام اللاعقلاني لوسائل التواصل الاجتماعي.

استكشاف الانعكاسات السلبية للظاهرة داخل الأسرة الجزائرية.

3. أهمية الموضوع

التعرف على التغير الذي طرأ على الأسرة المعاصرة وعلى أنماط التفاعل داخلها وأخذ بعين الاعتبار عند دراسة مختلف الاضطرابات النفسية أو الاجتماعية، وتسلط الضوء على مختلف الانعكاسات الممكنة والتي قد تتعرض لها أي أسرة بكل بساطة لأن البعض من أفرادها يستخدم مواقع التواصل الاجتماعي بشكل غير صحي فيسبب بالضرر لنفسه وللعائلة ككل، والتعرف على النواحي التي يمكن أن تتضرر من هذه الظاهرة ومحاولة تفاديها.

4. تحديد المفاهيم

1.4 تعريف مواقع التواصل الاجتماعي:

أساليب جديدة للتواصل على شبكة الانترنت، حيث تساعد الفئات الأصغر من الناس على التجمع في البيئة الرقمية وتمكنهم من تبادل المعلومات والمنافع، وهي بيئة تمكن المشترك فيها من انشاء موقع شخصي ثم ربطه بنظام رقمي اجتماعي متكون من أشخاص يملكون نفس الهوايات والاهتمامات (جمعة، 2022، ص.41).

2.4 تعريف الأسرة:

هي الوحدة الاجتماعية الأولى التي تهدف إلى المحافظة على النوع الإنساني وتقوم على المقتضيات التي يرتضيها العقل الجمعي والقواعد التي تقررها المجتمعات المختلفة (قديد ومداني، 2021، ص.427).

5. التغيرات التي طرأت على الأسرة المعاصرة

1.5 اجتياح الانترنت لكل فئات المجتمع:

خلال السنوات الأخيرة الماضية تطور المشهد التكنولوجي للشباب، والأمر الأهم أنه أصبح امتلاك الهواتف الذكية عنصراً منتشراً في حياة المراهقين: حيث أفاد 95% من المراهقين الآن امتلاكهم للهاتف الذكي أو حتى لديهم إمكانية الوصول إلى استعمال هاتف. ويفيد 45% من المراهقين الآن أنهم وبشكل شبه دائم

متصلون بالإنترنت. (Anderson M, Jiang J,2018,p.2) وقد اجتاحت استخدام مواقع التواصل الاجتماعي كل المجتمعات بمختلف ثقافاتها واستقطب كل فئات المجتمع باختلاف مستوياتها وأعمارها، مما جعل مواقع التواصل الاجتماعي تتطور بسرعة أكثر وتقدم خدمات مختلفة تتناسب مع الجميع من أجل الحفاظ على قوتها باستقطاب عدد مهول من المستخدمين.

2.5 حدوث ثورة في كل نواحي الحياة وتعقدها بسبب مواقع التواصل الاجتماعي:

مع ظهور مواقع التواصل الاجتماعي بدأت الحياة الأسرية في التغير حيث بدأت تتعقد أكثر وذلك بفضل الخدمات التي قدمتها والتي أحدثت ثورة في كل نواحي الحياة وطالت كل فئة من فئات المجتمع بتأثيرات جذرية منها الإيجابي ومنها السلبي.

3.5 سهولة التواصل بكل خصوصية وتكوين صداقات والبقاء على اطلاع بكل مستجدات:

من الإيجابيات التي حملتها مواقع التواصل الاجتماعي أنها تقدم بيئة رقمية تضمن سهولة التواصل المباشر بين الأفراد وتضمن خصوصية عالية تتطور كل فترة، كما أنها تقرب المسافة بين الأفراد والأقارب الذين يقطنون في أماكن جغرافية بعيدة وتبقيهم على اطلاع دائم بالمستجدات، كما توفر مساحة لطرح الآراء الشخصية والتعبير عن الذات وتقريب وجهات النظر بين الأفراد والمجتمعات وسهلت من العثور على أصدقاء يملكون نفس طريقة التفكير.

4.5 مشاركة النشاطات والآراء وتلقي الاهتمام المطلوب:

أصبحت هذه المواقع وسيلة لإظهار جزء من حياة الأفراد، فالبعض يميل لمشاركة جوانب من حياتهم والنشاطات التي يقومون بها أو آرائهم ومعتقداتهم وتلقي الاهتمام والإعجاب بها والتفاعل المطلوب الذي قد لا يجدونه في الحياة الواقعية، وقد يستغل البعض هذه المواقع في أغراض تجارية للترويج لمنتجاتهم، كما تساعد في نشر النشاطات الخيرية وطلب التبرعات للحالات الإنسانية التي تحتاج للمساعدة المادية أو الطبية.

5.5 ضعف التواصل الأسري الحقيقي:

كل هذه الخدمات والمزايا التي توفرها الانترنت عموما ومواقع التواصل الاجتماعي خصوصا تسببت في تغيير ملامح الأسرة بشكل عام وأنماط التواصل والتفاعل بين أفرادها بشكل خاص، حيث قلبت كل الموازين وجعلت أفراد الأسرة يتعودون على نمط التواصل الافتراضي، ويستصعبون التواصل الحقيقي.

6.5 كثرة النزاعات الأسرية والإهمال العاطفي:

كما تسببت هذه المواقع في جلب المزيد من التحديات على عاتق الأسرة مثل مشكلة الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي والاعتماد عليها، وما قد يتعرض له أفراد الأسرة من انعكاسات سلبية على المستوى الصحي والتفاعلي والأخلاقي والأمني، وتفاقم النزاعات والإهمال العاطفي بسبب تخلي بعض الأفراد عن مهامهم داخل الأسرة.

6. الانعكاسات السلبية لمواقع التواصل الاجتماعي على الأسرة:

1.6 الانعكاسات على الصحة:

تتأثر الفئات الضعيفة من المجتمع مثل المراهقين بالاستعمال الخاطئ لوسائل التواصل الاجتماعي والانترنت بصفة عامة، مما يجعلهم عرضة للكثير من المخاطر الجسدية والنفسية وفي هذا السياق يذكر (Gupta, C., Jogdand, D., & Kumar, M. (2022) أن المراهقين لا يمكنهم تصور حياتهم بدون وسائل التواصل الاجتماعي والتي تعتبر عاملا جديدا يجب أخذه بعين الاعتبار من قبل الممارسين عند تقييم المخاطر، وعلى الرغم من قلة الأبحاث التي تدعم وجود صلة بين مواقع التواصل والصحة الفكرية إلا أنه يحظى بأهمية لدى المراهقين والمهنيين، فقد تكون هذه الوسائل سببا في تعرض هذه الفئة لمتنوع غير لائق، المخاوف المرتبطة بالخصوصية والتسلط، والآثار السلبية على التعليم والصحة العقلية، إلا أن الاستخدام الأخلاقي لهذه الوسائل له العديد من المزايا.

• مشاعر الوحدة والعزلة والانسحاب الاجتماعي:

بسبب الانغماس في عالم وهمي افتراضي وسهل التعامل يجعل من التواصل الحقيقي تحدي صعب وقد أشار العقبي وبركات (2016) إلى أن الأفراد أصبحوا يقضون وقتا مطولا على شبكة الانترنت بطريقة ملفتة للانتباه، مع الحاجة في غالب الأحيان إلى الانعزال عن الآخرين أثناء الاستخدام، الأمر الذي يؤدي

لانتشار حالة من العزلة الاجتماعية والتفكك الاجتماعي، وفي هذا الصدد يشير المختصون إلى ما يطلقون عليه مسمى انطوائية الكمبيوتر، وتظهر هذه الحالة عندما يستمر الشخص في الجلوس أمام الانترنت لساعات طويلة كل يوم باستثناء من يستدعي عملهم ذلك.

- الإجهاد والإعياء والأرق واختلال الإيقاع السيركادي:

عدم السيطرة على الوقت الذي يقضيه الأفراد أمام الكمبيوتر أو الهواتف يسبب حالة من الإعياء والتعب الجسدي وآلام الظهر والرقبة والعينين والضعف العام للبنية بسبب قلة الحركة، كما أن التعرض للأشعة الزرقاء المنبعثة من الأجهزة خاصة في الفترة المسائية يؤثر سلباً على عملية النوم وعلى إفراز بعض الهرمونات المتعلقة بعملية النوم مثل هرمون الميلاتونين "melatonin" مما يتسبب في تأخر النوم وخلل في الإيقاع السيركادي عامة مما يؤثر على الصحة العامة للأفراد.

- قلة الثقة بالنفس:

تؤدي متابعة حياة المشاهير على مواقع التواصل الاجتماعي ومقارنة حياتهم بها إلى حالة من الاستنقصا وقلّة الثقة بالنفس لعدم قدرتهم على مواكبة الرفاهية التي يتمتع بها المشاهير والتي في أغلب الأحيان تكون رفاهية مزيفة من أجل التصوير والشهرة.

- الإدمان على الانترنت:

تكمّن أحد عوامل خطورة استخدام مواقع التواصل الاجتماعي في الإدمان عليها حيث يشكل تحدياً أمام استمرار الأسرة في الحفاظ على خصائصها ويتسبب في قلة التحوار والتباعد وعدم السيطرة على الأبناء، ويعد الإدمان على الانترنت بصفة عامة أحد المشكلات الرئيسية في وقتنا الحالي بما في ذلك الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي.

في محاولة لتعريف الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي تشير تشعبت والنوفلي (2023) إلى أنه شكل من أشكال الإدمان على الانترنت، يتمثل في حالة مرضية من استخدام مواقع التواصل الاجتماعي مرفقة بأعراض الإدمان، كالحاجة الملحة للدخول لها وعدم السيطرة على التفكير فيها، وفقدان الإحساس بالوقت والانغماس في تصفحها، والشعور بالتوتر عند تعذر تصفح هذه المواقع.

ويعتبر الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي عاملاً ضاغطاً للوالدين أمام غياب البدائل، إضافة إلى خلق اختلال في نوعية العلاقة بين المراهق والديه، العامل الذي يتسبب في زيادة فجوة التواصل والذي قد يؤثر بالسلب على نظام الأسرة بشكل عام، مما يدفع الأسر والوالدين للمواجهة والتكيف، لما تخلقه من ضغوطات وصعوبات تكيفية (بشير وسبع دلاج، 2022، ص.474) وفي ذات السياق تلخص أبو حسونة (2023) أعراض الإدمان على شبكات التواصل في فقدان العلاقات الاجتماعية، والحرمان من القدرة على النوم، وارهاق الجسم والذهن لدى الشباب، والتراجع في المستوى الدراسي، وفقد الاهتمام بالهوايات، والإحساس بالقلق عند الانقطاع على الإنترنت، وتضييع الكثير من الوقت (ص.630).

2.6 الانعكاسات على التفاعل الاجتماعي داخل الأسرة:

يعتبر التفاعل الاجتماعي والتواصل بين أفراد الأسرة أحد أهم العناصر التي يركز عليها النسيج الاجتماعي الأسري الصحي، وقد سببت هذه الوسيلة الحديثة للتواصل الاجتماعي الافتراضي خللاً في التوازن على مستوى التفاعل الأسري من حيث كمية التواصل وجودته.

فالأسرة كما أشار بن بعلوش و مجبونة (2022) هي وحدة تفاعل اجتماعي يؤدي فيها كل فرد أدواره وواجباته بهدف إشباع حاجاته اجتماعية كانت أو نفسية أو اقتصادية، وقد يجد أحد الزوجين البديل لاحتياجاته من شريكه في مواقع التواصل مما يزيد من التباعد والاختلافات التي تؤثر على نسيج العلاقات داخل الأسرة الواحدة، وقد يؤدي قضاء وقت طويل على هذه المواقع من زيادة مشاعر الشك وقلة الثقة واحتمالية وقوع الخيانة والاهمال وانعدام الحوار بين الزوجين وضعفه.

يرى "ويلمان" **Wellman** أن التواصل عبر مواقع التواصل الاجتماعي غالباً قد يؤثر على التفاعل داخل الأسرة، وخلق ما يسمى بما بعد الأسرة، فبدلاً من تفاعل أفراد الأسرة مع بعضهم البعض، يصبح تفاعلهم مع الإنترنت (العقي وبركات، 2016، ص.247).

3.6 الانعكاسات الأخلاقية والثقافية:

انتشار السلوكيات التافهة والمضيعة للوقت:

فتمفر التواصل عفر وسائل التواصل الاءتماعف بانفءاف المءتماعاء على بعضفا البعض ومشاركة آراءهم ومعتقداتهم والئف لا تكون ذات فائءة فف معظم الأحيان؁ وهذا ما فمفر هذه المواقع إء أنه كلما كانت الأفكار أنفه ومضلفة ومضففة للوقت أكثر كلما انءشرت بشكل أكبر وزاء الاقبال علفها.

نشر أفكار سامة وضفاع الهوءة:

ءكمف الءطورة فف انءشار المءفوى والأفكار السامة فف ءءاولها روفاء روفاء ثم الءعود على ر وؤفءها بشكل ءرففف وفن ثم ءسهفل اءخالها للمءتمع وانءشارها؁ ءضففع الهوءة المءتماعفة والعاءاء والقفم الإسلامفة.

الءأفر على سلوكفاء الأطفال والمراهقفن:

فءسبب الءعرض للأفكار السامة أو المءفوى فر الأخلاقف وءاصة على فءف الأطفال والمراهقفن فف الءأفر على أفكارهم مما فؤثر على سلوكهم لاءقا؁ وبءاصة أنهم لا فزالون فف مراحل ءساسة فف بناء ءءصففهم واتءاهافهم مما فعقق الأسرة فف إنشاء أبناءها بشكل مءوافق مع عاءاء مءتمع محافظ والمسلم وءو قواعد مءءة وسلفمة فمء من صلاءفاء الواءفن ءربوءة وانفلااء زمام الأمور من أفففهم؁ مما فؤءف لانءشار آفاء اءتماعفة لا ءصر لها من المءلال ءلقف وضفاع القفم والمباءئ وانءشار الانءراف والءرمة و القراء على الآباء والءرف مراء المظاهر والملاءاء.

نشر السلوك العءوافف والءرفض على ءطاب الكراهفة ءء فناء مفعفة:

فعفر جمعة (2022) ءطاب الكراهفة من أنواع العنف الاءءرونف الئف ءنشأ لعدة أسباب منها العرففة أو الءفنفة أو السفاسفة أو الطائففة؁ وقء انءشرت بشكل كبفر فف عدة أماكن ءول العالم ومنها الءامعاء.

4.6 الانعكاساء على الأمن والءصوءفة:

اسءغال البفاءاء الشءصففة:

فمكن أن فءعرض مسءءممو مواقع التواصل الاءتماعف لاسءءام بفاءافهم بشكل لا فءركونه من أجل أهءاف ءسوففة وءءارة وءراءة سلوكهم الاسءهلاكف أو ففم بففعها للشركاء المهمة بءراءة بفاءافهم لءمة أهءاف مفعفة.

الاختراق والقرصنة والابتزاز:

قد يتعرض رواد هذه المواقع للاختراق من قبل قراصنة لأهداف معينة كالابتزاز، وقد يصل الأمر إلى أبعد من هذا كله حيث يمكن أن يتعرض بعض الأفراد للتتبع والتعقب من قبل اللصوص والمتحرشين والمتاجرين بالبشر وذلك بسبب مشاركة بعض المراهقين أو الكبار لمعلوماتهم أو معلومات أطفالهم مثل أوقات الخروج والدخول للمنزل أو وقت الدراسة أو السفر أو مشاركة معلومات أكثر من اللازم عن بيع أو شراء مقتنيات وخاصة الثمينة منها، أو مكان تخبئتها.

الاستغلال العاطفي وتفكيك الأسرة:

يمكن للبعض أن يتعرض للاستغلال العاطفي خاصة الأطفال والمراهقين أو أصحاب الحالات الخاصة، أو تتبع واستغلال المشاكل العائلية أو اختلاقها لتفكيك الأسرة وانتحال الشخصيات بسهولة من أجل التحايل، وتسريب الرسائل الخاصة والصور لأغراض تضر بالأسرة وتسبب في دمارها.

7. خاتمة:

على الرغم من المزايا غير المحدودة لاستخدام الانترنت في الحياة المعاصرة إلا أنها جلبت معها ما لا يمكن عده من مخاطر خاصة الأمنية منها والأخلاقية والصحية، وقد دخلت مواقع التواصل الاجتماعي بقوة لحياتنا وأضافت إليها المزيد من المزايا والتسهيلات خاصة من ناحية التواصل وفي المقابل جلبت معها المزيد من المخاطر والتحديات التي لا يمكن إغفالها خاصة على الأسرة.

فقد أثر هذا النوع الجديد من التواصل الالكتروني على الأسرة تأثيرا مباشرا وغير العديد من المؤشرات داخلها، مثل ثقافة أفرادها وقيمهم ومبادئهم وكيفية التفاعل بينهم وحتى طبيعة مشاكلهم، كما أثرت على دور كل فرد من أفراد الأسرة، وبذلك اختلفت الاسرة المعاصرة كليا عن الأسرة في ما مضى. تواجه الأسرة اليوم نوعا جديدا من التحديات الصعبة والتي خلقتها تكنولوجيا المعلومات وانتشار استخدام مواقع التواصل عبر الانترنت والذي أدى إلى مشاكل لا حصر لها منها مشاكل صحية متعلقة بالاستخدام السيء لهذه المواقع والتي قد تطال كل فرد من أفراد الأسرة، كما قد تسبب هذه المواقع بالتباعد داخل الأسرة وقلة التفاعل بينهم، أو تعرضهم للخطر أو الاساءة بسبب استغلال معلوماتهم

العامة على هذه المواقع، ناهيك عن ما يمكن أن تحمله هذه المواقع من أفكار غريبة ومدمرة للأسرة والمجتمع بشكل عام.

التوصيات والمقترحات:

- عصنة مختلف القطاعات والمؤسسات الحكومية وادخال هذا التطور الهائل بما يخدم مصالح المجتمع خاصة في مجال الأمن والتعليم.
- مواكبة المعطيات الجديدة التي خلقها دخول وسائل التواصل الاجتماعي داخل المجتمع وتوعية الأفراد من أجل مكافحة الأفكار التي لا تتناسب مع قيمه ومبادئه وقد تسبب خللا في النسيج الاجتماعي.
- خلق فعاليات ودورات توعوية للآباء لتحسيسهم بالمخاطر التي قد تصيبهم أو تصيب أطفالهم من وراء هذه الوسائل والحد من استهلاك أطفالهم كل ما هو متعلق بالإنترنت بصفة عامة.
- استرجاع القيم وضبطها وخلق طرق جديدة لحماية الأسر والفئات الهشة من المجتمع.
- التعزيز من إيجابيات مواقع التواصل الاجتماعي وتجنب سلبياتها.
- نشر ثقافة حضر المحتوى المسيء للمجتمع والتأفة والابلاغ عنه للحد من انتشاره أو التسبب في حذفه.
- دراسة أكثر مواقع التواصل الاجتماعي مضيعة للوقت والمسببة للمشاكل الأسرية، وحجبها من قبل الجهات المعنية.
- تشغيل وضع التصفح الخاص بالأطفال ومراقبة ما يقومون به وتحديد وقت معين لتصفح الإنترنت.
- خلق فعاليات داخل الأسرة واستقطاع وقت منعزل عن الأجهزة الالكترونية لتعزيز الحوار والتواصل المباشر السليم.

8. قائمة المراجع:

1. أبو حسونة ميساء نشأت، (2023)، إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته باضطرابات النوم لدى طلبة جامعة اليرموك، المجلة الدولية للبحوث النفسية والتربوية، 2(4)، 662-627.

2. بشير سليمة وسبع دلّاج فاطمة الزهراء، (2022)، استراتيجيات مواجهة (الكوبينغ) الوالدين لمشكلة ادمان أبنائهم المراهقين على مواقع التواصل الاجتماعي، 9(2)، 486-471.

<https://www.asjp.cerist.dz/en/article/210448>

3. بن بعطوش أحمد عبد الكريم ومحيطة سمية، (2022)، تأثير استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على الحوار بين الزوجين (دراسة ميدانية على موظفي بلدية القنار نشفي ولاية جيجل)، مجلة المواقف، 17(2)، 457-434.

<https://www.asjp.cerist.dz/en/article/178967>

4. تشعبت ياسمين، والنوفلي حمود خميس، (2023)، الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالعزلة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة: دراسة وصفية مقارنة بين دولة الجزائر؛ سلطنة عمان ومصر، دراسات إنسانية واجتماعية، 12(2)، 248-233.

<https://www.asjp.cerist.dz/en/article/226196>

5. جمعة محمد. (2022)، أثر مواقع التواصل الاجتماعي على السلوكيات الانحرافية للطلبة الجامعيين: دراسة ميدانية من وجهة نظر طلبة جامعة البويرة [Thèse de Doctorat, Université Yahia Fares – Médéa]

6. العقي الأزهري وبركات نوال (2016). نمط العلاقات الاجتماعية في ظل استخدام مواقع التواصل الاجتماعي - بين الحقيقي والافتراضي -. مجلة علوم الإنسان والمجتمع، 5(2)، 221-

<https://www.asjp.cerist.dz/en/article/50288> 252.

7. قديد مريم ومداني سليمة (2021)، مواقع التواصل الاجتماعي وأثرها على الاتصال الأسري _الفيسبوك أنموذجا_. مجلة علوم الرياضة والعلوم الانسانية والاجتماعية، 8(2)، 461-

<https://asjp.cerist.dz/en/downArticle/380/8/2/155145>.481

8. نعيم فؤاد وبن علي حنان (2017). تأثير شبكات التواصل الاجتماعي على منظومة القيم

الثقافية للمجتمع (دراسة ميدانية على عينة من الطلبة بجامعة زيان عاشور الحلفة _ الجزائر). مجلة
سوسيولوجيا , 1(1), 22-36.

<https://www.asjp.cerist.dz/en/article/64042>

9. Gupta, C., Jogdand, D., & Kumar, M. (2022). Reviewing the impact of social media on the mental health of adolescents and young adults. Cureus, 14(10).

10. Anderson M, Jiang J. (2018). Teens social media & technology ;Pew Research Center.

<http://www.pewinternet.org/2018/05/31/teens-social-media-technology-2018>