

دور مواقع التواصل الاجتماعي في تحقيق التوافق لدى الطلبة في
ظل انتشار كوفيد 19
دراسة ميدانية على طلبة قسم علم النفس جامعة العربي التبسي
تبسة

*The role of social media To achieve compatibility among students Under
the spread of Covid19
A Field study on students of the Psychology Department, Larbi tebessi
University, Tebessa*

جفال منال

جامعة العربي التبسي (الجزائر) البريد الإلكتروني: menel.djeffal@univ-tebessa.dz

تاريخ النشر: 2021 / 10 / 24

تاريخ القبول: 2021 / 09 / 24

تاريخ الإستلام: 2021 / 08 / 22

ملخص:

هدفت هذه الدراسة للإجابة على التساؤل التالي: ما دور مواقع التواصل الاجتماعي في تحقيق التوافق لدى الطلبة في ظل انتشار كوفيد 19؟ ومن أجل تحقيق هذا الهدف استخدمت الباحثة المنهج الوصفي، معتمدة استمارة الاستبيان كأداة رئيسة، حيث تم تطبيقها على عينة البحث البالغ عددهم 120 طالبا وطالبة من قسم علم النفس بجامعة العربي التبسي - تبسة - للسنة الجامعية 2021/2020. وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية: أدت مواقع التواصل الاجتماعي دورا متوسطا في تحقيق التوافق الصحي لدى الطلبة في ظل انتشار كوفيد 19، ودورا مرتفعا في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لديهم. الكلمات المفتاحية: التوافق; دور; الطلبة; مواقع التواصل الاجتماعي; كوفيد 19

Abstract:

This study aimed to answer the following question: What is The role of social media To achieve compatibility among students Under the spread of Covid19 ؟

In order to achieve this objective, the researcher used the descriptive approach, adopting the questionnaire form as a main implement, as it was applied to the research sample of 120 male and female students for the Psychology Department at Larbi tebessi University -Tebessa -for the 2020/2021 academic year. The study reached the following results: Social media plays an intermediate role in achieving health compatibility among students under of the spread of Covid19, and a high role in achieving social and psychological compatibility among them.

Keywords: Compatibility; Covid19; the Role; Social media; students.

I. مقدمة:

تعتبر مواقع التواصل الاجتماعي من أهم الوسائط الإعلامية الاجتماعية، كونها تستقطب فئات مختلفة من المجتمع، إذ تعمل في الكثير من الأحيان على تشكيل اتجاهات و سلوكيات الأفراد وتبادل الأفكار والآراء بين المنتسبين حول مختلف القضايا المعاصرة سواء كانت اجتماعية، بيئية، صحية و حتى سياسية، و أداة يمكن تطويعها للحصول على بعض الإيجابيات كت تحقيق الانسجام و التوافق داخل المجتمع من خلال مضامينها، خاصة في ظل انتشار فيروس كوفيد 19 بشكل واسع على مستوى العالم، ومن هنا سنحاول في هذه الدراسة التعرف على دور مواقع التواصل الاجتماعي في تحقيق التوافق لدى الطلبة في ظل انتشار كوفيد 19.

أولا الإطار النظري:

1 - إشكالية الدراسة:

يعتبر التوافق من المفاهيم النفسية الاجتماعية التي حظيت باهتمام بالغ من قبل الباحثين على اختلاف تخصصاتهم، إذ يعد دليلا ومؤشرا على الصحة النفسية والتكيف الاجتماعي للفرد، كما أنه مفهوم يرتبط بالشخصية المتزنة السوية في جميع مراحلها ومواقفها، حيث كل مرحلة تتطلب من الفرد القيام بأدوار اجتماعية ونفسية معينة، وهذا يستوجب تعديلا مستمرا في سلوكه و تغييره وفق متطلبات المرحلة، وقد تضاعفت أهمية موضوع التوافق في الوقت الراهن مع تفشي جائحة كوفيد19 حيث ازدادت فيه الحاجة إلى الشعور بالأمن والاستقرار النفسي والاجتماعي والصحي.

إن إجابة التكيف مع المتغيرات المستجدة، و التعامل مع الطرف الحالي الذي يمر به العالم و الجزائر بعد انتشار فيروس كوفيد19 مؤشر من المؤشرات الأساسية للتوافق باختلاف أبعاده سواء المتعلقة بالصحة أو الوضع النفسي أو المرتبط بالحياة الاجتماعية .

وللحفاظ على مستوى التوافق لدى الأفراد حاولت الجزائر مواجهة انعكاسات جائحة كوفيد19 الاقتصادية و السياسية والاجتماعية و النفسية، باتخاذ إجراءات احترازية تمنع انتشار هذا الفيروس، بإغلاق الحدود والمدارس والمساجد و المراكز التجارية والأسواق الشعبية الأسبوعية ومنع التجمعات العائلية، وحظر حركة التنقل داخل البلاد، كما أوصت بضرورة الحجر الصحي المنزلي وفرض التباعد الاجتماعي.

كل هذه التدابير أثرت على سلوكيات الأفراد اليومية وعاداتهم ونمط عيشهم داخل المجتمع، وعلى مظاهر الحياة الاجتماعية وجودتها وغيّرت الكثير من الخصائص والسمات والقيم والمعايير الاجتماعية، كما ساهمت أيضا في بروز مشكلات نفسية عند العديد من الأشخاص كالقلق والشعور الدائم بالتوتر وفقدان التركيز والاكتئاب والشعور بالحزن والغضب والبكاء المتكرر وانعدام الثقة.

ومن ثم فإن الدراسة الراهنة تحاول إلقاء الضوء على دور مواقع التواصل الاجتماعي في تحقيق التوافق لدى الطلبة في ظل انتشار كوفيد19، ومعرفة درجة الدور الذي تقوم به مواقع التواصل الاجتماعي في تحقيق التوافق النفسي والصحي والقدرة على إحداث التكيف اللازم لمواجهة التحديات والصعوبات التي تواجههم في الوقت الحالي، ودرجة تكاملهم و تساندهم و تضامنهم الاجتماعي ومدى حرصهم أيضا على التقيد بتدابير الإجراءات الوقائية ومساهماتهم في تحقيق التكيف والانسجام داخل المجتمع، باعتبارهم عماد المستقبل وركيزة أساسية يعتمد عليها المجتمع في مرحلة البناء والتطور في مختلف المجالات، ومن هنا يطرح التساؤل الرئيس التالي: ما دور مواقع التواصل الاجتماعي في تحقيق التوافق لدى الطلبة في ظل انتشار كوفيد19؟

ويتفرع هذا التساؤل الرئيس إلى تساؤلات فرعية :

- ما دور مواقع التواصل الاجتماعي في تحقيق التوافق الصحي لدى الطلبة في ظل انتشار كوفيد19؟
- ما دور مواقع التواصل الاجتماعي في تحقيق التوافق النفسي لدى الطلبة في ظل انتشار كوفيد19؟
- ما دور مواقع التواصل الاجتماعي في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى الطلبة في ظل انتشار كوفيد19؟

2- أهمية الدراسة

- تكمن أهمية الدراسة في تناولها موضوعا جديرا بالاهتمام، حيث لمسنا قلة اهتمام الدراسات بمفهوم التوافق الذي يدخل ضمن التفكير الايجابي وتنميته لدى الطلبة في ظل تفشي فيروس كوفيد19، حيث سيتم تناول هذا الموضوع برؤية سوسيولوجية ونفسية تختلف من حيث أهدافها عن الدراسات السابقة، كما أنها تمثل إضافة إلى البحوث في هذا المجال.
- تنبثق الأهمية العلمية لهذه الدراسة من أهمية الطالب باعتباره يمثل الطبقة المثقفة في المجتمع، ورأس مال بشري يعتمد عليه لتحقيق التوازن والاستقرار والازدهار في المجتمع.

3- أهداف الدراسة

تهدف الدراسة الحالية :

- معرفة دور مواقع التواصل الاجتماعي في تحقيق التوافق الصحي لدى الطلبة في ظل انتشار كوفيد19
- التعرف على دور مواقع التواصل الاجتماعي في تحقيق التوافق النفسي لدى الطلبة في ظل انتشار كوفيد19
- معرفة دور مواقع التواصل الاجتماعي في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى الطلبة في ظل انتشار كوفيد19

4- مفاهيم الدراسة

1.4 تعريف الدور:

يرى عبد الهادي الجوهري: أن مفهوم الدور الاجتماعي هو المتوقع من وضع اجتماعي أما الوضع فهو الاسم الذي يطلق على دور اجتماعي أو الوسيلة المستخدمة في تحديده.

ويعد تعريف الدور عند بارسونز مثالا واضحا لمفهوم الدور من وجهة النظر الاجتماعية حيث يرى أن الدور هو قطاع من النسق التوجيهي الكلي للفرد الفاعل و هو ينظم حول التعريفات في علاقتها بمحتوى تفاعل بين تلك التوقعات التي تتكامل مع واحد أو أكثر من المتغيرات في الأدوار التكميلية

كما يمكن تعريف الدور بأنه عبارة عن نمط منظم من المعايير فيما يختص بسلوك فرد يقوم بوظيفة معينة في الجماعة، والدور شيء مستقل عن الفرد الذي يقوم بهذا الدور فهو يحدد السلوك أو يعبر عن الانفعال ويحدد الأقوال. (لوكيا، جابر 2006)

وتأسيسا على ما سبق نرى أن الدور يتكون من شبكة العلاقات والمعايير الاجتماعية التي ترتبط بمكانة أو مركز اجتماعي، يقوم به عضو، داخل الجماعة بحيث تتكون لديه جملة من الحقوق والواجبات التي يجب على الفرد القيام بها.

ويمكن تعريف الدور إجرائياً: على أنه كل ما يقوم به الفرد من نشاطات و تفاعلات على مواقع التواصل الاجتماعي في سعيه للتخفيف من حدة وانتشار وباء كوفيد19، والمساهمة في تحقيق التوافق الصحي النفسي الاجتماعي للطلاب،

2.4 تعريف كوفيد 19

هو مرض تسبب به سلالة جديدة من الفيروسات التاجية كورونا، وهو فيروس جديد يرتبط بعائلة الفيروسات نفسها التي ينتمي إليها الفيروس الذي يتسبب بمرض المتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة (سارز) وبعض أنواع الزكام العادي.

إن هذا الفيروس لما يصيب الإنسان تظهر أعراضه من خلال الحمى و السعال و ضيق التنفس كما في الحالات الشديدة يمكن أن يتسبب بالتهاب الرئة أو صعوبة التنفس، كما يمكن أن يؤدي إلى الوفاة، هذه الأعراض تتشابه مع أعراض الأنفلونزا أو الزكام العادي ولهذا يلزم إجراء الفحوصات للتأكد ما إذا كان الشخص مصاباً بمرض كوفيد19. (سنوسي، يوليو 2020)

ومن التعريف السابق يمكننا تعريف كوفيد19 إجرائياً: بأنه مرض معد وقاتل وسريع الانتشار يسببه آخر فيروسات تم اكتشافه من سلالة فيروسات كورونا.

3.4 تعريف التوافق:

لمسنا من خلال اطلاعنا على التراث النظري و الدراسات السابقة تعدد تعريفات مفهوم التوافق وتنوع السياقات التي يستخدم فيها هذا المفهوم، حيث يتعين على الباحثين التحديد الدقيق لطبيعته وخصائصه في ضوء هدف البحث الذي يقومون به، و هذا ما شكل صعوبة صياغة تعريف التوافق، فكل باحث عرفها انطلاقاً من مجال تخصصه.

فقد عرفه خير الله بأنه: قدرة الفرد في التوفيق بشأن رغباته و حاجاته من جهة و متطلبات المجتمع من جهة أخرى، تبدو مظاهرها في شعور الفرد بالأمن الشخصي والاجتماعي والصحي، و إحساسه بقيمته وشعوره بالانتماء والصحة العقلية، والخلو من الميول المضادة للمجتمع. (خير الله، 1990)

ويعرف أيضاً بأنه: عملية ذات وجهين تتضمن الفرد الذي ينتهي وفي نفس الوقت يقدم للمجتمع الوسائل لتحقيق الطاقة الكامنة في داخل الفرد لكي يدرك ويشعر ويفكر ليحدث تغيير في المجتمع، بحيث أن الفرد والمجتمع يرتبطان معا في علاقة تبادلية تأثيرية. (الداهري، 2008)

ومن هنا نعرف التوافق إجرائياً: بأنه وعي الطالب بتحقيق التوازن بين الجوانب الصحية والنفسية والاجتماعية للوصول لحالة التوافق في ظل انتشار وباء كوفيد19.

4.4 تعريف الطلبة

تعرفه صونيا قاسمي بأنه: " الشخص المسجل في مؤسسة من مؤسسات التعليم العالي والبحث العلمي، يتابع دراسته فيها بصفة رسمية، وقضي فيها مرحلة تعليمية تمتد من ثلاث سنوات إلى خمس سنوات دراسية، حسب طبيعة التخصص والمسار البيداغوجي والأكاديمي له. (قاسمي، 2020)

نستشف من التعريف السابق أن الطالب شخص سمحت له كفاءته العلمية بالانتقال من المرحلة الثانوية إلى الجامعة تبعاً لتخصصه الفرعي بواسطة شهادة البكالوريا.

وعليه يمكننا تعريف الطلبة إجرائيا: بأنهم أشخاص حاصلون على شهادة البكالوريا، يتابعون دراستهم في كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة العربي التبسي، وتحديدًا في قسم علم النفس للسنة الجامعية، 2021/2020

5- الدراسات السابقة

قمنا بالبحث و التقصي عن دراسات سابقة تقارب هذه الدراسة أو تقترب من أهدافها أو تطرقت لموضوع التوافق النفسي والاجتماعي أو دور مواقع التواصل الاجتماعي في ظل انتشار جائحة كوفيد19، فقد تم إيجاد كما لا بأس به من هذه الدراسات، وقد قمنا باختيار البعض منها.

- دراسة خديجة بن سالم الموسومة ب التأثير النفسي للشائعات عبر مواقع التواصل الاجتماعي على الطالب الجامعي في ظل أزمة كورونا، حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على التأثير النفسي للشائعات على مواقع التواصل الاجتماعي في ظل أزمة كورونا على الطالب الجامعي، حيث بلغ حجم العينة 100 طالب من جامعة أدرار اختيروا بطريقة عشوائية، حيث تم الاستبيان كأداة وحيدة لجمع البيانات، كما طبقت الباحثة المنهج الوصفي تماشيا مع طبيعة الموضوع، و توصلت الدراسة إلى تحقق الفرضية المتعلقة بوجود آثار نفسية مترتبة على إطلاق الشائعات المتعلقة بوباء الكورونا في مواقع التواصل الاجتماعي على الطالب الجامعي.

- دراسة سنوسي بومدين، جلولي زينب الموسومة ب الصحة النفسية في ظل انتشار فيروس كورونا كوفيد 19 والتباعد الاجتماعي واستمرار الحجر الصحي، حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على أهم المؤشرات الدالة على انخفاض الصحة النفسية في ظل انتشار فيروس كورونا كوفيد 19 والتباعد الاجتماعي واستمرار الحجر الصحي، وتكونت عينة الدراسة من 446 شخص. ولتحقيق أهداف الدراسة قام الباحثان بتصميم استبيان والتأكد من الخصائص السيكمترية، وبعد جمع المعلومات ومعالجتها إحصائيا باستعمال برنامج spss وبرنامج R، توصل الباحثان إلى أهم المؤشرات الدالة على انخفاض الصحة النفسية هي أشعر بخوف كبير من أن أصاب بالعدوى بهذا الوباء، وأشعر بالعجز من حماية أفراد عائلتي، كما تم الكشف عن أن مستوى الصحة النفسية في ظل الأزمة كورونا منخفض، بالإضافة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية في ظل أزمة كورونا تعزى لمتغير الجنس.

على ضوء ما تم استعراضه في الدراسات السابقة، يمكن استنتاج أنها جاءت مختلفة من حيث متغيراتها وأهدافها، والعينة وخصائصها والمجال المكاني الذي طبقت فيه الدراسة .

تشابه دراسة خديجة بن سالم والدراسة الراهنة كونها تبحث في دور مواقع التواصل الاجتماعي وهو بعد هام من أبعاد الدراسة الحالية، كما تتفق أيضا في المنهج المستخدم وهو المنهج الوصفي، واستخدام استمارة الاستبيان كأداة أساسية لجمع البيانات، وتتفق معها في طبيعة المجتمع الذي طبقت فيه الدراسة الحالية، فالدراسة السابقة طبقت على طلبة جامعيين بأدرار، والدراسة الراهنة طبقت على طلبة جامعة العربي التبسي بالجزائر.

وتتفق الدراسة الحالية مع دراسة سنوسي بومدين وجلولي زينب كونها تبحث في الصحة النفسية في ظل جائحة كوفيد19 باعتبارها بعدا أساسيا في الدراسة الراهنة، وتتفق أيضا في المنهج المستخدم، وتختلفان في طبيعة المجتمع الذي طبقت فيه الدراسة الحالية، فالدراسة السابقة طبقت على عينة تمثل جميع شرائح المجتمع، بينما الدراسة الحالية طبقت على عينة من الطلاب.

هذا واستفدنا من الدراسات السابقة من الناحية النظرية وفي بناء استمارة الاستبيان ومقارنة نتائجها بنتائج الدراسة الراهنة في تفسير البيانات.

ثانياً إجراءات الدراسة الميدانية

1- مجالات الدراسة

1.1 المجال المكاني

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة العربي التبسي تبسة،

2.1 المجال البشري (عينة الدراسة)

إن اختيار عينة ممثلة تمثيلاً دقيقاً لمجتمع الدراسة ليس بالأمر السهل، وبناءً على ذلك قامت الباحثة باختيار عينة من طلبة قسم علم النفس الذين تواصلوا معهم عبر البريد الإلكتروني أثناء قيامنا بمهامها التدريسية عن بعد، والبالغ عددهم:

طلبة السنة الثانية علوم التربية: 94

طلبة السنة الثالثة إرشاد وتوجيه: 66

حيث تم إرسال استمارة الاستبيان عبر البريد الإلكتروني لكل مفردة من العينة، وتم استرجاع 120 استمارة.

3.1 المجال الزمني

تم انجاز هذه الدراسة خلال شهري جانفي وفيفري 2021.

2 منهج الدراسة

إن اختيار منهج الدراسة أمر لا يخضع لإرادة الباحث بقدر ما يتعلق بطبيعة موضوع البحث، وفي هذه الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي الذي يعتمد على دراسة الظاهرة كما هي في الواقع ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً، ويوضح خصائصها عن طريق جمع المعلومات وتحليلها وتفسيرها ومن ثم تقديم النتائج في ضوءها وقد اعتمدنا في البحث عن إجابة للسؤال الرئيس الذي جاء كما يلي: "ما هو دور مواقع التواصل الاجتماعي في تحقيق التوافق لدى الطلبة في ظل انتشار كوفيد19؟" على نتائج استمارة الاستبيان التي تم تطبيقها على طلبة قسم علم النفس بجامعة العربي التبسي تبسة، من خلال مجموعة من الأبعاد التي تقيس مستوى درجة التوافق لدى الطلبة في ظل انتشار كوفيد19.

3 استمارة الاستبيان

هي أداة لجمع البيانات تضم مجموعة من الأسئلة توجه إلى العينة المختارة، من أجل الحصول على المعلومات حول الموضوع أو المشكلة المطروحة. حيث تم اختيارها كأداة أساسية لجمع البيانات تماشياً مع المنهج الوصفي المتبع في هذه الدراسة وهدف الدراسة الذي سنبحث عن تحقيقه من خلال هذه الأداة، كما تم استخدام مقياس ليكرت للتدرج الثلاثي لإجابات مفردات عينة الدراسة (موافق، محايد، غير موافق) حيث يعبر رقم 3 عن أعلى درجة وهي موافق، ورقم 2 يعبر عن الإجابة المتوسطة وهي محايد، بينما يعبر رقم 1 عن الإجابة الأقل درجة وهي غير موافق.

حيث احتوت الاستمارة على 33 سؤال موزعة كما يلي:

- المحور الأول: دور مواقع التواصل الاجتماعي في تحقيق التوافق الصحي لدى الطلبة في ظل انتشار كوفيد19 ويحتوي على 12 بند.
- المحور الثاني: دور مواقع التواصل الاجتماعي في تحقيق التوافق النفسي لدى الطلبة في ظل انتشار كوفيد19 ويحتوي على 10 بنود.

- المحور الثالث: دور مواقع التواصل الاجتماعي في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى الطلبة في ظل انتشار كوفيد19 ويحتوي على 11 بند

1.3 صدق وثبات استمارة الاستبيان

1.1.3 الصدق الظاهري

قمنا بعرض أداة الدراسة في صورتها الأولية على عدد من الأساتذة لإبداء آرائهم حول مدى وضوح صياغة كل عبارة من عبارات استمارة الاستبيان، ومدى ملاءمة كل عبارة للمحور الذي تنتهي إليه.

وفي ضوء التوجيهات التي قدمها الأساتذة، قمنا بإجراء تعديلات تخص صياغة بعض العبارات التي رأى الأساتذة ضرورة إعادة صياغتها حتى تزداد وضوحاً وملاءمة لقياس ما وضعت لأجله.

2.1.3 ثبات الأداة:

تم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية، حيث تم توزيع استمارة الاستبيان على عينة مكونة من 20 طالب وطالبة من خارج عينة الدراسة المستهدفة، وقد بلغت قيمة معامل ثبات ألفا كرونباخ 0,78 وهي قيمة مرتفعة، وبذلك تكون الباحثة قد اطمأنت إلى صدق الأداة وثباتها وأصبحت بذلك صالحة للتطبيق.

4. طرق وأساليب المعالجة الإحصائية:

1-4 التكرارات والنسب المئوية: وذلك لوصف خصائص عينة الدراسة وتحديد إجاباتهم إزاء المحاور الرئيسية.

2-4 المتوسط الحسابي:

"هو يساعد في هذه الدراسة على معرفة اعتدال استجابات المفحوصين وتمركزها حول كل بند من البنود، التي احتوتها أداة القياس، فهو إن كانت قيمته مرتفعة دل على أن قيمة كثيرة مرتفعة، وإن كانت قيمته صغيرة دل ذلك على أنه توجد قيم صغيرة متطرفة".

ولتحديد إجابات أفراد عينة الدراسة إزاء محاور الدراسة المختلفة، واستخراج متوسط الترتيب لكل عبارة من عبارات تلك المحاور، يلاحظ أن المتوسط الحسابي:

- من 1 إلى 1,66 يعني أن الدور منخفض و ضعيف يوافق البديل غير موافق.
 - من 1,67 إلى 2,33 يعني أن الدور متوسط يوافق البديل أحياناً.
 - من 2,34 إلى 3 يعني أن الدور مرتفع وقوي يوافق البديل موافق. (زيان، 1998)
- 3-4 الانحراف المعياري: وهو انحراف القيم عن متوسطها الحسابي.

ثالثاً نتائج الدراسة:

1- النتائج المتعلقة بالتساؤل الأول الذي طرح كالتالي: ما دور مواقع التواصل الاجتماعي في تحقيق التوافق الصحي لدى الطلبة في ظل انتشار جائحة كوفيد19؟ فقد تم استخدام المتوسط الحسابي لمعرفة درجة الدور هل هو ضعيف أو متوسط أو قوي والانحراف المعياري لمعرفة درجة تشتت أو تمركز إجابات المبحوثين حول عبارات المحور والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (1) : يبين إجابات المبحوثين حول دور مواقع التواصل الاجتماعي في تحقيق التوافق الصحي في ظل انتشار جائحة كوفيد 19

رقم العبارة	العبارات		البديلات			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة
			موافق	محايد	غير موافق			
01	نمت لديك مواقع التواصل الاجتماعي من خلال منشوراتها ضرورة الاتصال بالرقم الأخضر عند الشعور بأعراض كوفيد 19	ت	79	30	14	2.59	0.68	2
		%	63.33	25	11.66			
02	دفعك محتوى في مواقع التواصل الاجتماعي للعناية الدائمة بغسل اليدين لمدة 20 ثانية بالماء والصابون أو المعقم	ت	81	31	8	2.6	0.72	1
		%	57.5	25.83	6.66			
03	رفعت مواقع التواصل الاجتماعي درجة وعيك بعدم تناول الأدوية دون وصفة الطبيب	ت	65	43	12	2.44	0.62	7
		%	54.16	35.83	10			
04	وضح محتوى بمواقع التواصل الاجتماعي الكيفية السليمة للتعقيم الدوري واليومي للبيت	ت	74	40	6	2.56	0.67	4
		%	61.66	33.33	5			
05	رفعت درجة وعيك بضرورة المساهمة في حملات تعقيم الأحياء	ت	76	30	14	2.51	0.66	5
		%	63.33	25	11.66			
06	زادت لديك الاهتمام بتناول الأغذية التي تنمي مناعة الجسم	ت	60	12	48	2.1	0.62	8
		%	50	10	40			
07	رفع محتوى مواقع التواصل الاجتماعي وعيك بعدم تناول الأعشاب الطبية عشوائيا	ت	59	40	21	1.71	0.59	12
		%	49.16	33.33	17.5			
08	وضح محتوى مواقع التواصل الاجتماعي أهمية النوم في زيادة المناعة	ت	46	6	68	1.81	0.66	10
		%	38.33	5	56.66			
09	حثت على ضرورة تهوية البيت و الفصول الدراسية في ظل انتشار الجائحة	ت	61	5	54	2.05	0.65	9
			50.83	4.16	45			
10	نمت لديك الشعور بضرورة المساهمة في حملات للتبرع بالدم	ت	46	12	62	1.76	0.62	11
		%	38.33	10	51.66			

11	حث محتوى مواقع التواصل الاجتماعي بالتقيد بارتداء الكمامة في ظل انتشار الفيروس	%	78	38	4	2.61	0.69	3
		ت	65	31.66	3.33			
12	شجعتك بممارسة الرياضة بشكل دوري في ظل انتشار الجائحة	ت	68	42	12	2.5	0.64	6
		%	56.66	35	10			
	المجموع					2.27	0.65	

المصدر (جفال منال، 2021)

يستدل من متوسط إجابات المبحوثين حول " دور مواقع التواصل الاجتماعي في تحقيق التوافق الصحي في ظل انتشار جائحة كوفيد 19 "، أن المتوسط حسابي العام بلغ 2.27 و بانحراف معياري 0.65 يدل على تركيز الإجابات نسبياً وعدم تشتتها، تلك النتيجة تعبر عن الدور المتوسط لمواقع التواصل الاجتماعي في تحقيق التوافق الصحي لدى الطلبة في ظل انتشار جائحة كوفيد 19 وكان في مقدمتها العبارات التالية:

- زادت لديك الاهتمام بتناول الأغذية التي تنمي مناعة الجسم
- رفع محتوى مواقع التواصل الاجتماعي وعيك بعدم تناول الأعشاب الطبية عشوائياً
- وضح محتوى مواقع التواصل الاجتماعي أهمية النوم في زيادة المناعة
- حثت على ضرورة تهوية البيت والفصول الدراسية في ظل انتشار الجائحة
- نمت لديك الشعور بضرورة المساهمة في حملات للتبرع بالدم
- بينما باقي العبارات كانت تحمل في طياتها دلالة على وجود دور مرتفع، حيث تراوح المتوسط الحسابي (2.44-2.61)، وهذا من خلال آراء الطلبة ومن العبارات التي دلت على ذلك:
- دفعك محتوى في مواقع التواصل الاجتماعي للعناية الدائمة بغسل اليدين لمدة 20 ثانية بالماء والصابون أو المعقم
- نمت لديك مواقع التواصل الاجتماعي من خلال منشوراتها ضرورة الاتصال بالرقم الأخضر عند الشعور بأعراض كوفيد 19
- وضح محتوى مواقع التواصل الاجتماعي الكيفية السليمة للتعقيم الدوري واليومي للبيت
- رفعت درجة وعيك بضرورة المساهمة في حملات تعقيم الأحياء
- رفعت مواقع التواصل الاجتماعي درجة وعيك بعدم تناول الأدوية دون وصفة الطبيب
- حث محتوى مواقع التواصل الاجتماعي بالتقيد بارتداء الكمامة في ظل انتشار الفيروس
- شجعتك بممارسة الرياضة بشكل دوري في ظل انتشار الجائحة

وقد تعزى هذه النتيجة إلى الدور الذي تقوم به مواقع التواصل الاجتماعي في الربط بين النظري كالتوعية والإرشاد بالتطبيق والممارسة، وشرح قيم الصحة والنظافة، هذه القيم التي تبين للأفراد أهمية مشاركته في تحقيق الوعي الصحي والقيام بجميع الممارسات والأعمال التي يمكن أن تسهم في تحقيق التوافق الصحي والابتعاد عن السلوكيات السلبية، والتقيد بالأنماط السلوكية السليمة، إن الجهد المنظم والموجه الذي تقوم به مواقع التواصل الاجتماعي في ظل أزمة كوفيد 19 تجاه الأفراد وتوضيح العلاقة المتكاملة بين الفرد وبيئته وصحته، هذه العلاقة التي يتوسطها الوعي الصحي للفرد ومدرسته للصحة بشكل عام، حيث تعد الإجراءات الاحترازية التي نادت بها الجهات المختصة في الجزائر لمواجهة وباء كوفيد19 والحجر الصحي والتباعد الاجتماعي أسهمت في رفع الوعي لدى الطلبة بالشروط الصحية اللازمة للوقاية من تفشي الوباء، وتأكيدا على أهمية النظافة الشخصية والصحة العامة في الحد من انتشار الفيروس، حيث سعت وسائل الإعلام على اختلافها في الجزائر بلوغ تلك الأهداف المسطرة مسبقا والوصول إلى المستوى الصحي الذي يتبع فيه جميع أفراد المجتمع الإرشادات والعادات الصحية السليمة في كل سلوكياتهم اليومية، بدافع شعورهم ورغبتهم ومشاركتهم في التخفيف من الانعكاسات السلبية للجائحة ومن ثم تحقيق توافقهم الصحي وتكيفهم مع المستجدات التي نعيشها في الوقت الراهن.

وقد طالعنا مضامين مواقع التواصل الاجتماعي و الحملات التوعوية التي ترمجها بشكل دوري في الكيفية السليمة للحفاظ على الصحة الشخصية والعامة و من ثمة شعور المواطن بالتوافق الصحي في ظل انتشار الجائحة، من خلال التنظيف والتعقيم المنتظم للأسطح التي يكثر لمسها في المنازل كمقابض الأبواب، والطاولات والكراسي وأعمدة الشرفات والسلالم والأسطح والمطابخ والحمامات، وصنابير المياه، والمراحيض، ومفاتيح الإضاءة، والهواتف المحمولة، والحواشيب، وأجهزة التحكم بالتلفاز، وغسل اليدين بالماء والصابون باعتبارها أحد أفضل الطرق للحماية الشخصية والعامة، هذه الإجراءات الاحترازية مهمة جدا للتقليل من مخاطر الإصابة بالعدوى، وهو تصرف صحي دعى إليه العديد من المختصين، بالإضافة إلى سعيهم الدائم وحضورهم المستمر عبر وسائل الإعلام وتأكيدهم على ضرورة الاعتناء بالصحة بتناول الأغذية التي تقوي المناعة، والنوم لساعات كافية دون تجاوزها، وعدم تناول الأدوية والأعشاب الطبية دون إشارة الطبيب أو المختص، خاصة بعد ترويج بعض التجار أن هناك أعشاب تعالج مرض كوفيد 19.

وفي نفس السياق يذهب بحري صابر بالقول أنه يتجه الكثير بالنظر للحجر المنزلي الذي نعيشه إلى الإفراط في الأكل وهو سلوك خاطئ وجب تجنبه، لأنه من المهم أن يكون نظامنا الغذائي صحي، فمن المهم تقوية جهازنا المناعي اليوم أكثر من أي وقت مضى، كما أكد أن النوم الكثير يسبب نوع من الخمول البدني والروتين، وقد يكون بداية الاكتئاب، لذا من المهم تجنب النوم المفرط، لأن الجسم عليه أن يقوم بالحركات المعتادة حفاظا على جاهزيته ونشاطه المعتاد تجنباً لأي إحباط نفسي. (بحري، 2020)

وما نلاحظه أن الوعي الصحي بعد هذه المجهودات بدأ في الانتشار بين أفراد المجتمع حول كيفية مواجهة الجائحة والتعرف إلى طبيعتها والوقاية منها، خاصة والجزائر حاليا في مرحلة تطعيم مواطنيها بلقاح ضد هذا الفيروس، هذا ورغم كل ما تبذله الجهات المعنية للتوعية بمخاطر كوفيد 19 إلا أن هناك فئات في المجتمع تهون من خطورة هذا الفيروس وأن اللقاحات التي استوردتها الحكومة غير آمنة وانتشار العديد من الشائعات التي تؤثر سلبا على الرأي العام.

وفي نفس السياق تذهب الباحثتين شهرزاد نوار وكلثوم قير بالقول أن موضوعات الثقافة الصحية و الوعي الصحي في الوقت الحالي تعد أولى الموضوعات التي اهتمت بها المنظمات و الجمعيات الحكومية و

الأهلية، فقد ساهم انتشار الفيروس في رفع المستوى الصحي للأفراد خوفاً من انتشار العدوى، وذلك من خلال تزايد الإقبال على استخدام المطهرات والاهتمام بالنظافة الشخصية والعامة، كما بدأ الوعي الصحي في الانتشار بين أفراد المجتمع حول كيفية مواجهة الأمراض والفيروسات والتعرف إلى طبيعتها والوقاية، ورغم كل ما تبذله المجتمعات للتوعية إلا أن الأمر اصطدم بمشكلة بعض الذهنيات التي لم تتقبل الوضع ورفضت الامتثال للتعليمات الصحية المفروضة كالعزل المنزلي والحجر الصحي، فقد لوحظ لدى بعض المجموعات الإنكار من خلال افتراض بعض الأفراد عدم وجود خطر حقيقي للفيروس، كما يفترضون أن هذا الفيروس يدخل في إطار نظريات المؤامرة، بينما يلجأ البعض الآخر إلى السخرية والتهكم وفضل عدد آخر من الأفراد اللجوء إلى بعض الممارسات التقليدية في مجال التداوي والوقاية وعدّها أكثر نجاعة في الوقاية والشفاء في حالة الإثابة، ومما لا شك فيه أن التوعية الصحية بهذا الفيروس وفرت للإنسان المعرفة العلمية التي تؤكد بأن الصحة ليست قضية مجردة قائمة بحد ذاتها بل هي محصلة ونتيجة لعوامل كثيرة متداخلة ومتشابكة. (نوار، قير، 2020)

ومع ظهور السلالة البريطانية المتحورة لهذا الفيروس في نهاية شهر فيفري 2021 في الجزائر، تبقى الوقاية والحفاظ على الصحة الوسيلة الأنجع لمواجهة انتشاره، خاصة مع فتح الجامعات الجزائرية أبوابها للطلاب والمساجد للمصلين ورجوع الأنشطة تدريجياً وحركة التنقل بين الولايات.

2- النتائج المتعلقة بالتساؤل الثاني الذي طرح كالتالي: ما دور مواقع التواصل الاجتماعي في

تحقيق التوافق النفسي في ظل انتشار كوفيد19؟

جدول رقم (2): يبين إجابات الباحثين حول دور المواقع التواصل الاجتماعي لمبشرين في تحقيق التوافق

النفسي لدى الطلاب في ظل انتشار كوفيد19

رقم العبارة	العبارة		البدايل			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة
			موافق	محايد	غير موافق			
01	زادني مضامين مواقع التواصل الاجتماعي ثقة بالنفس في ظل انتشار جائحة كوفيد 19	ت	84	9	27	2.39	0.71	8
		%	70	7.5	22.5			
02	نمت لدي الشعور بالرضا عن الحياة	ت	78	38	4	2.61	0.69	3
		%	65	31.66	3.33			
03	عززت لدي القدرة على مواجهة الضغوط النفسية	ت	81	31	8	2.6	0.72	4
		%	57.5	25.83	6.66			
04	نمت محتويات مواقع التواصل الاجتماعي الشعور بالسعادة حتى ونحن نعيش في وضع صحي حساس	ت	59	6	55	2.03	0.64	10
		%	49.16	5	45.83			
05	ساهمت في توافقي الايجابي مع	ت	76	30	14	2.51	0.66	5

			11.66	25	63.33	%	الوضع الصحي العام	
2	0.73	2.64	11	21	88	ت	رفعت مضامين مواقع التواصل الاجتماعي من روعي المعنوية أثناء الحجر الصحي	06
			9.16	17.5	73.33	%		
9	0.63	2.38	26	22	72	ت	نمت لدي الشعور بأن حياتي لها معنى	07
			21.66	18.33	60	%		
7	0.64	2.5	12	42	68	ت	محتوى مواقع التواصل ولد لدي القوة لمواجهة الجائحة	08
			10	35	56.66	%		
6	0.67	2.5	18	23	79	ت	نمت لدي مبدأ التعامل بواقعية مع انتشار كوفيد 19	09
			15	19.16	65.83	%		
1	0.84	2.79	9	7	104	ت	عززت مواقع التواصل الاجتماعي نظرتي التفاضلية للحياة	10
			7.5	5.83	86.66	%		
	0.69	2.49	المجموع					

المصدر (جفال منال، 2021)

فيما يخص التساؤل الثاني والمتمثل في المتغير المستقل مواقع التواصل الاجتماعي و المتغير التابع التوافق النفسي، تبين أن درجة الموافقة عليها من قبل المبحوثين جاءت مرتفعة، بمتوسط حسابي كلي بلغ 2.49 وبانحراف معياري بلغ 0.69 الذي ينم عن تركيز إجابات المبحوثين وعدم تشتتها، وتراوحت إجابات المبحوثين ما بين (2.02-2.79) أي ما بين المتوسطة و المرتفعة، فحصلت العبارة : " عززت مواقع التواصل الاجتماعي نظرتي التفاضلية للحياة " على أعلى قيمة و على نسبة قدرت بـ 86.66% لصالح القائلين موافق بمتوسط حسابي بلغ 2.79.

في حين عادت أقل قيمة للعبارة : " نمت محتويات مواقع التواصل الاجتماعي الشعور بالسعادة حتى ونحن نعيش في وضع صحي حساس " وبنسبة 49.16% و بمتوسط حسابي بلغ 2.02.

وهذه النتائج تشير إلى الدور المرتفع لمواقع التواصل الاجتماعي في تحقيق التوافق النفسي لدى الطلبة في ظل انتشار جائحة كوفيد 19، وكانت أهم العبارات التي دلت على ذلك:

- زادتني مضامين مواقع التواصل الاجتماعي ثقة بالنفس في ظل انتشار جائحة كوفيد 19

- رفعت مضامين مواقع التواصل الاجتماعي من روعي المعنوية أثناء الحجر الصحي.

- نمت لدي الشعور بالرضا عن الحياة

- عززت لدي القدرة على مواجهة الضغوط النفسية.

- ساهمت في توافقي الايجابي مع الوضع الصحي العام
 - نمت لدي مبدأ التعامل بواقعية مع جائحة كوفيد19.
 - نمت لدي الشعور بأن حياتي لها معنى
 - محتوى مواقع التواصل ولد لدي القوة لمواجهة الجائحة.
- نلاحظ من خلال النتائج المبينة أعلاه أن إجابات الطلبة بينت أن هناك تعايش نفسي للطلبة من خلال بدء استعادة معنى الحياة التي تكون ربما فُقدت خلال الأشهر الأولى من تفشي الوباء في الجزائر، وتحقيق التوازن النفسي المطلوب ووعيمهم بضرورة التكيف مع الوضع الراهن دون استسلام أو عجز والتفكير بإيجابية ومنطقية تجاه الفترة القادمة، فكلما كان الشخص يفكر بشكل إيجابي ويؤمن بقدراته في تخطي الصعوبات والأزمات كانت مشاعره وسلوكه أكثر اتزاناً، ويمكنه بذلك ممارسة جميع المسؤوليات بشكل طبيعي، فذلك الإقدام والصمود يعكس درجة توافر جودة الصحة النفسية أثناء الأزمة الوبائية.
- كما تظهر النتائج أيضاً أن لمواقع التواصل الاجتماعي دور في تحقيق التوافق النفسي لدى الطلبة و تنمية القدرة على مواجهة مخاوفهم و التعامل معها بإيجابية، والتفاؤل نحو مواقف الحياة المختلفة، وأنهم يمتلكون مهارات وقدرات خاصة في مواجهة آثار جائحة كوفيد19 التي خلفت أثراً نفسية لدى فئة من الناس، لكنها في الوقت ذاته سلطت الضوء على قدرة الكثيرين على تحمل الضغوط النفسية والصمود في وجه الوضع الراهن الذي تمر به البشرية.
- وفي نفس المنحى أكد كل من دينر وراهتز أن الأفراد يتصرفون بشكل مختلف اتجاه الأحداث الجديدة التي تمر عليهم في حياتهم و ذلك اعتماداً على نمط شخصياتهم و حالتهم النفسية و ردود أفعالهم في الحياة. (Diener.E and Rahtz.D, 2000)
- و إذا حاولنا أن نفسر هذه النتائج المتوصل إليها، فإنه يتوجب منا الرجوع إلى خصائص مرحلة الشباب والحياة الجامعية التي يخوضها الطلبة باعتبارها مرحلة تتميز بالشجاعة والإقدام والتفتح على الآخرين، والحماسة والجرأة والاستقلالية والتطلع الطامح والشعور بالقدرة على العطاء، إضافة إلى الإقبال على الحياة بتفاؤل وطمأنينة وإثبات الذات.
- وهي نتيجة تتفق مع النتيجة التي توصل إليها عبد الناصر عامر السيد في دراسته إسهام الصمود النفسي في جودة الحياة في ظل جائحة كورونا كوفيد 19، التي هدفت إلى التعرف على مستويات جودة الحياة في ظل جائحة كورونا لدى عينة من المجتمع المصري، و توصلت الدراسة إلى توفر مستوى جودة الحياة بدرجة كبيرة في ظل هذه الأزمة، حيث لم تؤثر هذه الأزمة في معظم مظاهر جودة الحياة الاجتماعية و النفسية لدى أفراد العينة وكانت أكثر مظاهر جودة الحياة توافراً هي أن العلاقات مع الوالدين والأصدقاء والعلاقات العائلية متوفرة بدرجة كبيرة وبالتالي لم تتغير هذه العلاقات كثيراً في ظل هذه الجائحة.(السيد، 2020)
- وفي نفس السياق يشير إبراهيم شقورة إلى أن مدى تأثير الضغوط على الصحة يتوقف على طبيعة الشخصية، وما تتصف به الشخصية من قدرة على تحمل الإحباط أو المرونة أو مستوى التفاؤل وتزويد الفرد بمهارات اجتماعية وانفعالية تمكنه من معالجة الضغوط والتغلب على نتائجها السلبية. (شقورة، 2012)

إن المتصفح لآخر الدراسات يجد أن معظم الباحثين ركزوا على الآثار السلبية لجائحة كوفيد 19، إلا أننا نعتقد أنها فرصة للنمو والازدهار عن طريق الصمود النفسي، والتحلي بالتفكير الإيجابي الذي يعد السبيل الوحيد للخروج من الأزمة بشكل قوي، ونرى أن لها تأثيرات نفسية إيجابية بسبب تفعيل الحوار البناء بين أفراد الأسرة الواحدة.

ونرى أن هذه الإيجابيات هي فرصة للتأمل ورؤية معنى الحياة من منظور مختلف، وزيادة التوافق والتكيف، والالتزام بالقوانين واحترامها، بالإضافة إلى رفع مستوى الثقافة في مجالات متعددة خاصة الطبية والصحية منها.

ونتائج الدراسة الراهنة تتعارض مع ما توصلت إليه الباحثة خديجة بن سالم إلى أن أغلبية أفراد العينة المدروسة تأثروا نفسياً (الخوف و الذعر، القلق، الغضب الشديد، فقدان الثقة في المعلومات، الخطر والتهديد) فبعضهم يأخذون الشائعات على محمل الجد، قبل أن يتم تأكيدها من قبل الجهات الرسمية المعنية بذلك، مما يؤثر على روحهم المعنوية. (بن سالم، 2020).

وقد يرد هذا التعارض إلى اختلاف المجال الزمني للدراستين فقد تم إنجاز الدراسة السابقة في شهر مارس 2020 أي مع بداية انتشار الجائحة في الجزائر، حيث كان يسود الإرباك والاضطراب والغموض والفرع والخوف عند أغلب أفراد المجتمع، في حين الدراسة الحالية تم إنجازها في شهر جانفي 2021 الذي تميز بإعادة فتح الجامعات، ورفع الحجر عن بعض ولايات الوطن، والرجوع التدريجي للحياة اليومية دون إهمال بطبيعة الحال الإجراءات الوقائية.

فهناك صفحات على الفيسبوك أو مواد على اليوتيوب لمختصين تشرح كيفية التخفيف من الضغط النفسي الذي يشعر به أفراد الأسرة وكيفية التواصل البناء والجيد داخل الأسرة دون نشوب خلافات أو مشاكل داخلها، وفي نفس السياق يؤكد بحري صابر " أن تماسك الأسرة مهم جداً في هذه المرحلة علينا أن ننسى خلافاتنا وصراعاتنا وأن نلتف حول بعضنا لنعزز صحتنا النفسية معا، فتماسك الأسرة من شأنه تعزيز المناخ النفسي الإيجابي وهو ما يدفعنا للشعور بأننا لسنا وحدنا في مواجهة ما يحصل بل إن عائلاتنا تدعمنا في ذلك، فنحن اليوم بحاجة للتكاتف والتماسك أكثر. (بحري، 2020)

إن الوضع الصحي الذي نمر به حالياً يستدعي أن يستثمر الأفراد تفكيرهم العقلاني ومرونتهم النفسية من خلال تسخير قدراتهم وإمكاناتهم للتخفيف من حدة القلق والتوتر لديهم، والالتزام بتعليمات جهات الاختصاص والمسؤولية، والعمل على مواجهة الأفكار السلبية بإعادة صياغتها في صورة إيجابية، وعدم المبالغة في ردود الأفعال تجاه آثار الجائحة، والابتعاد عن مصادر الخوف والقلق والتوتر والإشاعات التي تبث عبر وسائل الاتصال الحديثة، مع ضرورة الأخذ بالمعطيات والأجواء الإيمانية التي تساعد على التفكير الإيجابي، والتنفيس الانفعالي بالسبل السليمة من خلال التعبير المناسب عن الأفكار والتنفيس عن المشاعر، ومشاركة هذه الأفكار والمشاعر مع الآخرين، وتعزيز مفهوم الذات والصلابة النفسية للتعامل بفاعلية وإيجابية مع هذا الحدث المتمثل في جائحة كوفيد19.

3- النتائج المتعلقة بالتساؤل الثاني الذي طرحه كالتالي: ما دور مواقع التواصل الاجتماعي في

تحقيق التوافق الاجتماعي لدى الطلبة في ظل انتشار كوفيد19؟

جدول رقم (3) : يبين إجابات المبحوثين حول دور مواقع التواصل الاجتماعي في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى

الطلبة في ظل انتشار كوفيد19

الترتبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	البدائل			العبارات		رقم العبارة
			غير موافق	محايد	موافق			
8	0.71	2.53	21	14	85	ت	نمت لديك مواقع التواصل الاجتماعي	01
			17.5	11.66	70.83	%	تقدير العلاقات الاجتماعية مع الآخرين	
6	0.67	2.56	6	40	74	ت	تحت مواقع التواصل الاجتماعي التقيد بإجراءات التباعد الاجتماعي	02
			5	33.33	61.66	%		
7	0.68	2.55	14	25	81	ت	تنهي لدى الأفراد الشعور بالمسؤولية في مواجهة الأزمة	03
			11.66	20.83	67.5	%		
11	0.63	2.32	32	17	71	ت	تحت مواقع التواصل الاجتماعي على التباعد الجسدي للتقليل من انتشار العدوى بينهم	04
			26.66	14.16	59.16	%		
10	0.64	2.5	12	42	68	ت	تشجع مواقع التواصل الاجتماعي على المشاركة في بعض الأنشطة التضامنية	05
			10	35	56.66	%		
3	0.81	2.71	14	6	100	ت	تنهي الشعور بالمسؤولية تجاه المجتمع	06
			11.66	5	83.33	%		
4	0.75	2.65	14	14	92	ت	تحت مواقع التواصل الاجتماعي على التعاطف مع مرضى كوفيد 19	07
			11.66	11.66	76.66	%		
1	0.84	2.79	9	7	104	ت	عززت لديك مضامين مواقع التواصل الاجتماعي ضرورة توطيد العلاقات الأسرية	08
			7.5	5.83	86.66	%		
9	0.66	2.51	14	30	76	ت	توضح للأفراد أهمية المساندة الاجتماعية	9
			11.66	25	63.33	%		
4	0.75	2.61	17	12	91	ت	تنهي لدى الأفراد الشعور بالانتماء للآخرين في ظل انتشار الوباء	10
			14.16	10	75.83	%		
2	0.82	2.75	13	6	101	ت	أرى أن الوعي الاجتماعي قد ارتفع في ظل انتشار الوباء من خلال محتويات مواقع التواصل الاجتماعي	11
			10.83	5	84.16	%		

المجموع	2,58	0,65	
---------	------	------	--

المصدر (جفال منال، 2021)

فيما يخص التساؤل الثالث والمتعلق بالمتغير المستقل والمتمثل في مواقع التواصل الاجتماعي والمتغير التابع التوافق الاجتماعي، تبين أن درجة الموافقة عليها من قبلهم جاءت مرتفعة، بمتوسط حسابي كلي بلغ 2.54 وبانحراف معياري بلغ 0.7 الذي ينم عن تركيز إجابات المبحوثين وعدم تشتتها، وتراوحت إجابات المبحوثين ما بين (2.32-2.79) أي ما بين المتوسطة والمرتفعة، وهذه النتائج تشير إلى الدور المرتفع لمواقع التواصل الاجتماعي في تنمية التوافق الاجتماعي لدى الطلبة في ظل انتشار كوفيد19، وكانت أهم العبارات التي دلت على ذلك:

- " عززت لديك مضامين مواقع التواصل الاجتماعي ضرورة توطيد العلاقات الأسرية " بنسبة مئوية بلغت 86.66 % و بمتوسط حسابي 2.79 .

- تنمي لدى الأفراد الشعور بالمسؤولية في مواجهة الأزمة

- أرى أن الوعي الاجتماعي قد ارتفع في ظل انتشار الوباء من خلال محتويات مواقع التواصل الاجتماعي

- تحث مواقع التواصل الاجتماعي على التعاطف مع مرضى كوفيد19

- تنمي لدى الأفراد الشعور بالانتماء للآخرين في ظل انتشار الوباء

- تحث مواقع التواصل الاجتماعي التقيد بإجراءات التباعد الاجتماعي

- نمت لديك مواقع التواصل الاجتماعي تقدير العلاقات الاجتماعية مع الآخرين

- تشجع مواقع التواصل الاجتماعي على المشاركة في بعض الأنشطة التضامنية

- توضح للأفراد أهمية المساندة الاجتماعية

- بينما العبارة المتبقية كانت تحمل في طياتها دلالة على وجود دور متوسط ، وهذا من خلال آراء الطلبة وجاءت كالتالي:

- تحث مواقع التواصل الاجتماعي على التباعد الجسدي للتقليل من انتشار العدوى بينهم بمتوسط حسابي بلغ 2.32.

ورأي الباحثة في النتائج المبينة أعلاه، نستطيع القول أن مواقع التواصل الاجتماعي تعمل كقوى اجتماعية في تشكيل اتجاهات الاختيار عند الأفراد وهي توجه السلوك الإنساني الاجتماعي نحو الأهداف، فالقيم هي القوى الحقيقية التي تحرك حياتنا الاجتماعية، وهي تشكل المعيار الذي بدوره يحكم على الفعل بالصواب والخطأ.

وهو ما يؤكد بارسونز بقوله أن عملية التفاعل بين القوائم بالسلوك وبين الأفراد الآخرين في جماعته، يمكن أن تعكس صورة مصغرة للأنساق الاجتماعية لأن التفاعل يشمل العناصر التي تنطوي عليها

النظم والأنساق الاجتماعية، متمثلة في القيم والمعتقدات والمعايير الثقافية والاجتماعية والجمالية، وهكذا تبدو العناصر المختلفة المتضمنة في نسق القيم وقوالب الأفكار وكأنها مستمدة ومتصلة بضرورات ومحددات السلوك والتفاعل الاجتماعي. (أحمد الخشاب، د ت، ص6) (الخشاب، د ت)

وجاءت هذه النتيجة لتعكس تكامل جهود المؤسسات الإعلامية مع الجهود الحكومية بشكل حقيقي في مواجهة كوفيد19، ليثبتوا دورهم الحيوي والفعال في الحد من انتشار الفيروس، وامتلاكهم الإرادة والدافع والأمل الذي يستطيعون من خلاله أن يتغلبوا على هذا الوباء، إذ أصبحت المحرك الرئيسي لهم المشاركة المجتمعية وإعادة صياغة سلوك الأفراد الاجتماعي بطريقة تناسب مع معطيات المرحلة، وتستجيب لنداء توجهات الحكومة وقراراتها الإستراتيجية النابعة من حرصها على سلامة المواطن وتوفير كل سبل الرعاية والحماية له، وما يعنيه ذلك أن تصبح هذه المحطات المجتمعية إطارا للمساهمة في إيجاد الحلول وحسن التعامل مع الوضع الراهن.

فكلما كانت سلوكيات الأشخاص في ظل هذه الجائحة منضبطة وفهمهم الصحيح للتباعد الاجتماعي كلما ساهم ذلك بمزيد من الإيجابية لتكيفهم مع الوضع، أي أن بعض الأزمات تعمل كقوى اجتماعية في تشكيل اتجاهات جديدة عند الأفراد، تملأها المصلحة العامة والمستجدات التي توجه السلوك الإنساني الاجتماعي نحو الأهداف، فالقيم هي القوى الحقيقية التي تحرك حياتنا الاجتماعية، وهي تشكل المعيار الذي بدوره يحكم على الفعل بالصواب والخطأ.

وهو ما يؤكد بارسونز بقوله أن عملية التفاعل بين القائم بالسلوك وبين الأفراد الآخرين في جماعته، يمكن أن تعكس صورة مصغرة للأنساق الاجتماعية لأن التفاعل يشمل العناصر التي تنطوي عليها النظم والأنساق الاجتماعية، متمثلة في القيم والمعتقدات والمعايير الثقافية والاجتماعية والجمالية، وهكذا تبدو العناصر المختلفة المتضمنة في نسق القيم وقوالب الأفكار وكأنها مستمدة ومتصلة بضرورات ومحددات السلوك والتفاعل الاجتماعي. (الخشاب، د ت)

كما أن تحقيق التوافق الاجتماعي في المجتمع يؤدي وظيفة أساسية فيه وهي توجيه السلوك الإيجابي للأفراد في ظل الأزمات التي يتعرض لها المجتمع وقدرتهم على التكيف ومواجهة الوباء بفاعلية وبطريقة صحية آمنة، بحيث تصبح دعامة قوية للنظام الاجتماعي ككل، ورافد من روافد تماسك الأفراد، لأنها تعمل على إقامة نقاط التقاء متفق عليها من قبل جميع شرائح المجتمع، لذلك فإن منظومة القيم الاجتماعية التي يتبناها الفرد والمجتمع والدولة في حقيقتها المحرك الأساسي لأفكار وأفعال هذه الأطراف جميعا، إضافة فهي تمثل المكون الأساسي لشخصية المجتمع، إن حرص معظم الأفراد في المجتمع على تنمية قيم التعاون والتضامن والإيثار والوفاء والاحترام والتسامح والتراحم والتكافل وحلول الضمير الجمعي والتضامن الآلي الذي تحدث عنه إميل دوركايم محل الفردانية التي نادى بها المجتمعات الرأسمالية في مرحلة ما بعد الحداثة، من أهم الأهداف التي يسعى إليه النظام بجميع مؤسساته في الجزائر، ولا نستطيع إغفال الجهود التي تقوم بها النخبة في المجتمع وبعض مؤسسات المجتمع المدني وحتى القائمين على بعض صفحات مواقع التواصل الاجتماعي حث المواطنين على التكافل الاجتماعي ونشر الوعي الاجتماعي بينهم، وتشجيع الصور التي تعكس لحمة المجتمع الجزائري، ورفع الحس بالمسؤولية الاجتماعية لدى الأفراد

إن توطيد العلاقات وتعزيز الروابط المجتمعية بين الناس وتقوية أواصر المحبة بينهم، وقوة تماسك المجتمع وتلاحمه وترابطه في مواجهة الأزمات ليس بالأمر الغريب على الجزائري الذي جددت عنده روح المسؤولية الاجتماعية وروابط الضمير الجمعي الذي يعمل على إرساء طابع التكامل الاجتماعي.

أي أن الجائحة ألقت بظلالها على الروابط والعلاقات الاجتماعية خاصة على الأسر الجزائرية، فالحجر الصحي أتاح لنا فرصة للتفكير المعمق حول إعادة تصحيح المسار والتخلي عن بعض السلوكات السلبية التي ظهرت عند فئة من المجتمع التي ينطبق عليها المثل القائل "أنا وبعدي الطوفان"، وهكذا الحال بالنسبة للطلبة باعتبارهم طبقة واعية تساهم بشكل أو بآخر في تحقيق التوازن داخل المجتمع.

فقوة الروابط الاجتماعية من العوامل القوية المحددة للتكيف الاجتماعي، ومن المتعارف عليه أن الرأسمال الاجتماعي والتماسك الاجتماعي في المجتمع قد يكون لهما تأثير كبير في الرضا عن الحياة.

II. الخاتمة

في ختام بحثنا هذا توصلنا إلى أن دور مواقع التواصل الاجتماعي في تحقيق التوافق لدى الطلبة في ظل انتشار كوفيد19 جاءت مرتفعة، وهذا ما تشير إليه النتائج المتوصل إليها بوجود دور متوسط في تحقيق التوافق الصحي لدى الطلبة ودور مرتفع في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي، هذه النتيجة قد تعزى إلى الوعي الصحي والمسؤولية التي يتحلى بها الطالب باعتباره جزء فاعل في المجتمع، كما تعكس حرصه في إتباع جميع الإجراءات الاحترازية والتقييد بها بهدف التخفيف من انتشار الجائحة، وعلى الرغم من الشروع في عملية التلقيح ضد جائحة كوفيد19 في الجزائر، إلا أننا نرى أن الوعي الفردي والمجتمعي وشعور الفرد بالمسؤولية تجاه نفسه والآخرين وتمتعه بالمرونة النفسية السبيل الكفيل لمواجهة جائحة كوفيد 19، خاصة مع ظهور السلالات الجديدة المتحورة في الجزائر مؤخرا.

و بناءً على ما توصلت إليه هذه الدراسة من نتائج نقترح مجموعة من التوصيات كما يلي:

- نظرا للأهمية العلمية والعملية للموضوع لا يزال بحاجة إلى مزيد من الإحاطة والتعمق في مختلف جوانبه، ولذلك نرى أنه من الضروري إعداد دراسات مشابهة للدراسة الحالية تتمحور حول الأثر الاجتماعي للبرامج والمبادرات المجتمعية الهادفة لمواجهة انعكاسات جائحة كوفيد19، والناشطة عبر مواقع التواصل الاجتماعي.
- ضرورة العمل على تنظيم مبادرات اجتماعية مشتركة بين المؤسسات الجامعية والمجتمع المدني تعمل على تفعيل الأعمال التطوعية لدى الطلبة.
- الإسهام في ترقية النشاطات الاجتماعية والثقافية وانفتاح المؤسسة على المحيط الخارجي.
- تقديم قدوة خلقية في السلوك واتخاذ القرارات، حيث إن الطالب يستطيع بأساليب كثيرة أن يجسد السلوك الأخلاقي أمام أفراد المجتمع، وأن يكسبهم سلوك الانضباط والاعتماد على القيم واتخاذ القرار.
- التأكيد على أن مصلحة الفرد تتحقق من خلال مصلحة الجماعة ليكون هذا المبدأ ناظما لحياة الطالب.
- تعزيز مفاهيم التربية الصحية والمحافظة عليها وتنمية روح المبادرة الإيجابية .
- تعزيز الصحة النفسية لدى الطلبة من خلال توفير خلايا إصغاء داخل الجامعة.

III. المراجع العربية:

1. بحري. صابر (2020). إدارة أزمة فيروس كورونا كوفيد 19 من خلال تعزيز الصحة النفسية في ظل الحجر الصحي المنزلي، مجلة العلوم الاجتماعية، 13، 10-26.
2. بن سالم خديجة. (2020). التأثير النفسي للشائعات عبر مواقع التواصل الاجتماعي في ظل انتشار كوفيد 19. مجلة الاحياء ، 26 (20)، 959-984.
3. الخشاب أحمد. (د ت). التفكير الاجتماعي دراسة تكاملية للنظرية الاجتماعية. القاهرة : دار الكتاب، ص 657
4. الداهري صالح حسن. (2008). أساسيات التوافق النفسي. عمان: دار صفاء للنشر و التوزيع، ص 108،
5. سنوسي بومدين، جلولي زينب. (2020). الصحة النفسية في ظل انتشار فيروس كوفيد 19 و التباعد الاجتماعي و استمرار الحجر الصحي. مجلة التمكين الاجتماعي ، 2، 65-80.
6. سيد خير الله. (1990). بحوث نفسية و تربوية. دار النهضة العربية للطباعة و النشر، ص 75،
7. شقورة، يحي عمر شعبان. (2012). المرونة النفسية و علاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية، رسالة ماجستير غير منشورة في علم النفس، جامعة الأزهر . غزة فلسطين ص 16.
8. صونيا قاسمي. (2020). دور شبكات التواصل الاجتماعي. مجلة التمكين الاجتماعي ، 13، 107.127.
9. السيد عامر عبد الناصر (2020). إسهام الصمود النفسي في جودة الحياة في ظل جائحة كوفيد 19. مجلة التربية ، 76، 2-12.
10. لوكيا الهاشمي، جابر نصر الدين (2006). مفاهيم أساسية في علم النفس الاجتماعي. قسنطينة، الجزائر: مخبر التطبيقات النفسية و التربوية، ص 111.
11. ميلود زيان. (1998). أسس تقنيات التقويم التربوي. الجزائر: منشورات نالة، ص 14،
12. نوار شهرزاد، قير كلثوم. (2020). الثقافة الصحية و الوعي الصحي قراءة على المفهوم و الدلالة. مجلة التمكين الاجتماعي، 2، 255-265.

المراجع باللغة الأجنبية:

Diener, E and Rahtz, D. (2000). *Advances in Quality of life theory and research*. Boston: Kluwer academic publication , p88