معنى الحياة عند مستخدمي الفيس بوك
- دراسة ميدانية على بعض الطلبة بجامعة محمد خيضر - بسكرة

the meaning of life for the Facebook site users at the University of Mohamed Khidr Biskra.

نرجس زكري[1]،[*] أمال بوعيشة [2]

[1]جامعة ورقلة (الجزئر)، nerdjesszakri@gmail.com

[2]جامعة بسكرة (الجزئر)، amelbouaicha@gmail.com

تاريخ الاستلام:15-11-2019 تاريخ القبول: 04-05-2020 تاريخ النشر: 01-06-2020

ملخص: تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف عن معنى الحياة عند مستخدمي موقع الفيسبوك بجامعة محمد خيضر بسكرة، وتكمن أهمية الدراسة في كونها تمس فئة عريضة ضمن المجتمع وهم مستخدمي موقع الفيسبوك وكذا متغير حديث من متغيرات علم النفس الإيجابي وهو معنى الحياة، وقد قمنا بالدراسة على 90 طالب وطالبة أختيروا بطريقة قصدية وباعتماد المنهج الوصفي الاستكشافي، وتم تطبيق اختبار معنى الحياة لـ"هارون توفيق الرشيدي" 1996 والذي قام بتقنينه "بشير معمرية"، وذلك بعد التحقق من ملائمة الأداة للتطبيق على المجتمع المحلي بمنطقة بسكرة من خلال قياس بعض الخصائص السيكومترية له، ولتحقيق أهداف الدراسة قمنا بطرح التساؤلين التاليين: ما مستوى معنى الحياة لدى الطلبة الجامعيين من مستخدمي موقع الفيسبوك؟ هل يوجد فروق بين الجنسين في إدراك معنى الحياة لدى الطلبة الجامعيين مستخدمي موقع الفيسبوك؟ ومن خلال المعالجة الإحصائية لفرضيات الدراسة عن طريق الحزمة الإحصائية spss الطبعة 20؛ تم التوصل إلى أن معنى الحياة إيجابي لدى مستخدمي موقع الفيسبوك وهو بين المرتفع والمعتدل، وأنه هناك فروق جوهرية بين الجنسين في معنى الحياة.

الكلمات المفتاحية: معنى الحياة؛ مستخدمي موقع الفيسبوك.

Abstract: The objective of this study is to show the meaning of life for the Facebook site users at the University of Mohamed Khidr Biskra. The importance of the study lies in the fact that it includes a wide category within the community. Although a new positive psychology Variable "the meaning of life". 90 male and female who selected randomly for the study by adopting the descriptive exploratory approach. meaning of life test was applied by “Haroun Tawfiq Al-Rashidi” 1996, which was codified by “Basheer Maamariah”. Verifying tool convenience to apply on the local Biskra region community by measuring some of its psychometric properties, to achieve the studygoals the following questions were asked : What is the level of meaning of life among university students from Facebook users ? Are the regender difference son understanding the meaning of life for university students Facebook users? Through the study hypotheses statistical treatment by the statistical package SPSS edition 20, it was concluded that the meaning of life is positive for Facebook users, between high and moderate, and it exists fundamental differences between genders for the meaning of lif.

Keywords: The meaning of life; Facebook site users.

*المؤلف المراسل

1- مقدمة

إن وجود معان إيجابية في حياة الفرد تولد لديه دافعية عالية للإنجاز وقدرة على التغلب على الضغوط والاضطرابات النفسية كالاكتئاب والقلق والخواف الاجتماعي وغيرها من المشكلات النفسية التي تؤدي بالفرد للشعور بالحزن وعدم الرغبة في الحياة، ونظرا لذلك حاول العديد من الباحثين في مختلف المجالات خاصة في علم النفس، التصدي لمختلف هاته المشاكل النفسية، ويعتبر"فيكتور فرانكل" أول من أشار إلى أهمية المعنى في الحياة عند الإنسان باعتباره يمتلك نزعة جوهرية أساسية للبحث عن المعنى، فعملية البحث عنه هي الدافع الأساسي والجوهري لدى الإنسان، وإن إعاقة الدافع أو إحباطه يولد فقدان المعنى(عبد الوائلي، 2012، 211).

ولهذا أصبح الشباب اليوم ومنهم الطلبة الجامعيين يبحثون عن وسيلة لجعل حياتهم أكثر معنى وايجابية خاصة في ظل التكنولوجيا والعولمة والتغيرات العالمية التي مست مجتمعنا العربي بصفة عامة والمجتمع الجزائري بصفة خاصة، وجعل من العالم قرية صغيرة، حيث أفضى التقدم في تكنولوجيا الاتصال الإلكتروني في نهاية القرن العشرين وبداية الألفية الجديدة إلى إنتاج وسائل الكترونية حديثة عملت على إحداث تغيير في أشكال تفاعل الأفراد مع بعضهم البعض وفي أساليب تواصلهم ومن أهم هاته التقنيات، تقنية "الفيسبوك" والتي مهدت الطريق لكافة المجتمعات للتقارب والتعاون وتبادل الآراء والأفكار التي غيرت مضمون وشكل الإعلام الحديث وخلقت نوعا من التواصل بين مستخدميها.

فكثيرا ما نجد شباب اليوم يعتبر "الفيسبوك" كتقنية افتراضية وسيلة للهروب من الواقع الأليم المليء بالضغوطات، إلى عالم افتراضي يستطيع من خلاله التعامل بالشخصية الافتراضية التي يختارها، مما يجعله يشعر بالكثير من المعاني الايجابية مثل السعادة، التفاؤل ومعنى الحياة.

وانطلاقا مما سبق قمنا بهذه الدراسة للكشف عن معنى الحياة عند مستخدمي موقع الفيسبوك من خلال إجرائنا لدراسة ميدانية على بعض طلبة جامعة محمد خيضر بسكرة.

1.1- مشكلة الدراسة:

تعتبر ظاهرة استخدام موقع الفيسبوك من المواضيع الهامة في الوقت الراهن، والتي تشغل اهتمام ووقت الكثير من الشباب، باعتبارهم الأكثر طموحا وإقبالا على التجديد، حيث يرى سليمان (2007) أن "الشباب هم الفئة الأكثر طموحا وحيوية وتقبلا للمستجدات، وهم الآمال والأحلام والنظرة الدائمة للبحث عن التطلعات، وحين تنعدم لديهم الطموحات والأماني المطلوبة يحدث تضارب وتباين في نظرتهم إلى مجتمعهم وينعكس كل ذلك على مشاعرهم التي تؤكد أن الحياة لا تسير بصورة منظمة، ولا على وتيرة واحدة من الصدق".

فانشغل الكثير من هؤلاء الشباب عن عالمه الاجتماعي إلى العالم الافتراضي، والمتمثل في موقع الفيسبوك أين وجدوا فيه متنفسا للتعبير عن أرائهم وفضاء واسعا لحواراتهم ونقاشتهم في مختلف المواضيع السياسية والاجتماعية والاقتصادية والدينية، وحتى تبادل الثقافة الشعبية فيما بينهم باختلاف البلد واللغة والعرف والتقاليد. حيث تتشكل لدى الأفراد خلال عملية التواصل قيم خبراتية عن كل ما يأخذونه ويحصلون عليه من العالم خلال البحث عن الحقيقة أو الدخول في علاقات إنسانية مشبعة كالحب والصداقة، وهذا النوع من القيم يمكن الإنسان من معايشة الخبرات المختلفة، حيث يرى صافي أن الخبرة غنية بالمعاني المكتشفة، وهي تشمل كل التجارب التي يمر بها الإنسان في حياته كالخبرات الدينية والجمالية والثقافية (صافي، 2014، 90).

فالخبرات الاجتماعية كما يترجمها "أدلر": بأنه لا يوجد معنى للحياة بمعز عن الآخرين، فحياة الإنسان العبقري لا تعد ذات معنى، إلا إذا اعترف الآخرون بأن لها هذا المعنى والمعنى الحقيقي للحياة يكمن في المساهمة التي يقوم بها الفرد لمصلحة حياة الآخرين، متمثلا في الاهتمام الحقيقي بالتعاون معهم (أدلر، 2005، 27-28)، ومن هذا المنطلق استطاعت وسائل التواصل الاجتماعي أن تحقق للأفراد وخاصة الشباب، ومنهم الجامعيون أن يجسدوا المعنى الحقيقي لديهم من خلال المساهمات التي يقومون بها لإضفاء التغيير والحداثة في حياة من يتواصلون معهم، فنجدها فضاء متنوعا لمختلف الأنشطة الشبانية؛ الاقتصادية، الثقافية، الاجتماعية وغيرها.

فالتواصل على المواقع الاجتماعية ظاهرة تفشت في مجتمعنا الجزائري بصفة خاصة والمجتمع العربي بصفة عامة، مما نتج عنها نتائج ايجابية وسلبية أثرت على مستخدميها في شتى الجوانب النفسية والاجتماعية وغيرت حتى من عاداتهم وتقاليدهم، وبالتالي مس ذلك بعمق تغيرا في معنى الحياة لديهم، فباتجاه حديثنا عن كسب المعاني الإيجابية للحياة نجدها تولد لدى الفرد دافعية عالية لتحقيق تلك المعاني، وقدرة على التغلب على الضغوط والعقبات التي يمكن أن تواجهه في تحقيق تلك المعاني، فقيمة الحياة بما تحمله من معاناة تستحق أن تعاش، لأن قيمة الحياة لا تنحصر في مجرد أن يعيش فقط، بل بمقدار ما تحتويه الحياة من مساع وطموحات وأهداف سامية يسعى لتلبيتها، فمعنى الحياة فعليا من أكثر وأهم الموضوعات التي يتساءل عنها الإنسان، فهي قضية تواجه الإنسان في وقت ما من مراحل تطوره الشخصي.

وبناءا على ذلك فإن معنى الحياة يرتبط وجوبا بما يعطيه دافعا ويشجعه لتحقيق الذات في هذا الوجود وبالتالي فإنه من أكثر الموضوعات التي يتساءل عنها الإنسان باعتباره الطريقة التي يدرك بها الفرد خبراته في الحياة ويعمل على تنظيمها، مع احتفاظه الدائم بوجود غرض من الحياة وهدف يسعى إليه، وخاصة لدى فئة الشباب في مرحلة الرشد باعتبارها مرحلة مهمة، ففيها قد بلغوا مستوى من النضج والاستقلالية يمكنهم من تنظيم حياتهم بشكل فعال، ويزداد تفكيرهم في معنى الحياة، وفي هذا الصدد قام بعض الباحثون بإجراء دراسات فارقية بين الجنسين لمعرفة من منهما أكثر رضا عن الحياة؛ منها دراسة الوائلي(2012) والتي هدفت إلى التعرف على مستوى معنى الحياة لدى طلبة جامعة بغداد على مقياس معنى الحياة والتعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية في مستوى معنى الحياة تبعاً لمتغيرات الجنس والتخصص (علمي، أدبي) والتعرف على مستوى نمط الشخصي (A,B)، استخدمت الباحثة مقياس معنى الحياة والعلاقة بين معنى الحياة ونمط الشخصية (A,B) المعرب على البيئة العراقية من قبل الأعرجي (2007) وقامت الباحثة بتعريب مقياس الشخصية(A,B) .

أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الذكور في مستوى معنى الحياة ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس معنى الحياة، تبعا لمتغير التخصص.

وقد أصبح الشباب اليوم ومنهم طلبة الجامعة سواء إناثا أو ذكورا يبحثون عن وسيلة لجعل حياتهم أكثر معنى وايجابية، خاصة في ظل التكنولوجيا والعولمة والتغيرات العالمية التي مست مجتمعنا العربي بصفة عامة والمجتمع الجزائري بصفة خاصة وجعل من العالم قرية صغيرة.

ومن أهم هاته التقنيات هي موقع الفيسبوك، حيث أفضى التقدم في تكنولوجيا الاتصال الإلكتروني في نهاية القرن العشرين وبداية الألفية الجديدة إلى إنتاج وسائل الكترونية حديثة عملت على إحداث تغيير في أشكال تفاعل الأفراد مع بعضهم البعض وفي أساليب تواصلهم، حيث مهدت هذه التقنية التكنولوجية الطريق

لكافة المجتمعات للتقارب والتعاون وتبادل الآراء والأفكار التي غيرت مضمون وشكل الإعلام الحديث وخلقت نوعا جديدا من أشكال التواصل في وسط الشباب وطلبة الجامعة، خصوصا فيما يخص الجانب الأكاديمي.

ولهذا يمضي شباب اليوم ساعات كثيرة أمام هاته التقنية سواء من خلال الكومبيوتر أو اللوح الإلكتروني أو الهاتف الذكي، والذي أصبح يرافقه ليلا ونهارا ولا يمكن أن يستغني عنه أغلب الشباب، وذلك لما يمكن أن تحققه هاته التقنية الافتراضية من الشعور بالمتعة والتغيير وحرية التعبير، فهي وسيلة لتجسيد الواقع المرغوب من خلال عالم افتراضي يكتسب من خلاله الشاب الشخصية التي تجعله يشعر بالكثير من المعاني الايجابية مثل السعادة التفاؤل ومعنى الحياة بالطريقة التي يفضلها، فالمستخدمين موقع الفيسبوك يتقاسمون آرائهم ومشاعرهم وأفكارهم دون أي رقابة أو ضبط للنفس، لهذا يقوم مستخدمي موقع الفيسبوك بمشاركة الأفراد الذين يشبهونهم من حيث المشاعر والأفكار والآراء، فيكونون بذلك مجتمع له نفس التفكير، مما زاد من تبادل الثقافات وسيرها في اتجاه واحد وأزال الحدود الجغرافية لمناطق متباعدة من هذا العالم.

وفيما يخص استخدام الوسيلة من طرف الجنسين فقد قامت البشابشة (2013) بدراسة على طلبة جامعيين بجامعة البترا الأردنية عن دوافع استخدامهم لمواقع التواصل الاجتماعي واشباعاتها (فيسبوك وتويتر) استخدمت الباحثة المنهج الوصفي، حيث صممت استبانة لخدمة أهداف الدراسة، وتكونت عينة الدراسة من 412 طالب وطالبة، وبينت النتائج أنه لم تكن هناك فروق بين الطلاب والطالبات في الإشباعات التي يرغبون في تلبيتها باختلاف متغير النوع وكانت الإشباعات متقاربة ومتنوعة ما بين الإشباعات المعرفية والنفسية والعاطفية والاجتماعية والاقتصادية.

ولكن اتضح أن هناك اختلافات في استخدامات مواقع التواصل الاجتماعي لمعرفة الأخبار السياسية والاقتصادية والرياضية وكانت الفروق لصالح الذكور، أما عن معرفة الأخبار الفنية والبحث عن الأصدقاء وغايات التسوق وأغراض الدراسة والترفيه والتسلية ومعرفة أماكن عقد الأنشطة الاجتماعية كانت الفروق لصالح الطالبات الإناث.

أما في دراسة الزيود (1999) والتي تناولت مشكلات عينة من طلاب الجامعة بلغ عددها (305) وعلاقتها بمستوى الاكتئاب، وبالتالي عدم الرضا عن الوضع المعاش؛ في ضوء متغيرات الجنس والتخصص والمعدل الأكاديمي وتبين من النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب والطالبات في مشكلات التكيف الاجتماعي ولم يتبين وجود فروق في تلك المشكلات يعزى لمتغير المستوى الدراسي والتخصص والمعدل التراكمي.

دراسة جرار (2011)، وعنوانها "المشاركة بموقع الفيسبوك وعلاقته باتجاهات طلبة الجامعات الأردنية نحو العلاقات الأسرية"، هدفت هذه الدراسة إلى معرفة المشاركة بموقع الفيسبوك وعلاقته باتجاهات الشباب نحو العلاقات الأسرية، على اعتبار أن طبيعة علاقة الشاب بأسرته من أهم المؤشرات على طبيعة تفاعله مع مجتمعه الحقيقي وبالتالي رضاه عن حياته، ولكون الأسرة أحد أهم الركائز الأساسية لتوارث الذاتية الثقافية للشعوب واستمرارها، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وتم استخدام أسلوب المسح (الاستبيان) لجمع البيانات، وتكوَن مجتمع الدراسة من جميع الشباب الذين تتراوح أعمارهم ما بين (15–24 سنة) في الأردن، وجرى تحديد حجم عينه الدراسة بـ (384) شاب وشابة، ممن تتراوح أعمارهم ما بين (15–24 سنة) وقد أظهرت نتائج الدراسة، أن نسبة الشباب الأردني الذي لديه اشتراك في الفيسبوك تبلغ (74.4%) من مجمل الشباب الأردني، وأن نسبة الذكور المشتركين في الموقع (56%) وهي أكبر من نسبة مشاركة الإناث (44%)، وأن ما يقرب من ثلاثة أرباع المشتركين يقومون بتفقد الموقع يوميا (73.8%)، وأن أكثر من نصف الشباب

المشترك في الموقع (57.4%) يعتقدون أن اشتراكهم قلل من الوقت الذي يقضونه مع أسرهم، ورأى (45.6%) من المشتركين أن اشتراكهم في الموقع أثر على حياتهم إيجابيا، و(14.2%) لم يستطيعوا أن يحددوا فيما إذا كان اشتراكهم في الموقع أثر أو لم يؤثر على حياتهم.

وهدفت دراسة الشرايرى (2009) لاستكشاف مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طلاب جامعة اليرموك من مستعملي الفيسبوك بلغ عددها (265) طالب وطالبة, وقد أظهرت النتائج وجود درجات متوسطة من الشعور بالوحدة النفسية خاصة فيما يتعلق بالمشاعر الذاتية ثم العلاقات الاجتماعية، ثم العلاقات الحميمية والعلاقات الأسرية ولم توجد فروق داله إحصائيا بين الطلاب والطالبات.

وفي دراسة أعدها عبد المنعم، الطاهر، وغريب (2016) عن أثر استخدام شبكات التواصل الاجتماعي على مهارات التواصل والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة الملك فيصل، تم بناء استبانة دوافع استخدام شبكات التواصل الاجتماعي ومقياس مهارات التواصل الاجتماعي ومقياس الشعور بالوحدة إعداد سيد عبد العظيم ومحمد عبد التواب (1998)، تكونت عينة الدراسة من (200) طالبا وطالبة وطبق الباحثون منهج الدراسة الوصفي الارتباطي، وتمثل التساؤل الرئيسي في التالي: هل هناك فروق دالة إحصائيا في دوافع استخدام شبكات التواصل تعزي لمتغير الجنس لدى أفراد عينة الدراسة؟ وعلى رأسها الفيسبوك لأنه الأكثر استخداما بنسبة 82% وتوصلت الدراسة إلى أنه ليس هناك فروق بين الجنسين من مستعملي هذه الوسيلة التواصلية في مستوى التواصل والشعور بالوحدة والذي يمثل صورة لعدم الرضا عن الحياة.

وانطلاقا مما سبق جاء موضوع الدراسة للإجابة على التساؤلين التاليين:

- ما مستوى معنى الحياة لدى الطلبة الجامعيين من مستخدمي موقع الفيسبوك؟
- هل يوجد فروق في إدراك معنى الحياة لدى الطلبة الجامعيين مستخدمي موقع الفيسبوك تعزى لمتغير الجنس؟

2.1- فرضيات الدراسة:

- مستوى معنى الحياة لدى الطلبة الجامعيين من مستخدمي موقع الفيسبوك مرتفع.
- يوجد فروق في إدراك معنى الحياة لدى الطلبة الجامعيين مستخدمي موقع الفيسبوك تعزى لمتغير الجنس.

3.1- أهداف الدراسة:

نهدف من خلال هذه الدراسة إلى:

1. الكشف عن مستوى معنى الحياة لدى مستخدمي الفيسبوك .
2. التعرف على الفروق في إدراك معنى الحياة بين الطالبات الإناث والطلبة الذكور من مستخدمي الفيسبوك بجامعة محمد خيضر بسكرة.

4.1- أهمية الدراسة: تستمد الدراسة أهميتها من عدة مبررات علمية وعملية أهمها:

- أنها تمس فئة مهمة فرضتها التغيرات الاجتماعية الحديثة وهي فئة مستخدمي موقع الفيسبوك، والتي أصبحت تمثل أكبر نسبة من أفراد المجتمع.
- تناولت متغيرا حديثا من متغيرات علم النفس الإيجابي وهو معنى الحياة.

5.1- التعريفات الإجرائية لمتغيرات الدراسة:

- **معنى الحياة إجرائيا:** وهو ما يعنيه وجود الشخص من خلال اتجاهاته وأهدافه، ويتأكد معنى الحياة من خلال التفاعل مع الآخر وتقديم قيمة إيجابية له، ويقاس بالدرجة الكلية التي يتحصل عليها الطلبة الجامعيين على مقياس المعنى في الحياة لبشير معمرية، والمستخدم في هذه الدراسة.

6.1- مفاهيم الدراسة:

- **معنى الحياة:**

اصطلاحا: تعرفه الباحثة "جاب الله يمينة" بأنه: عملية تفسير لما يعنيه وجود الإنسان على قيد الحياة وما يمر به من أحداث ومواقف وما يمتلكه من أهداف وآمال يسعى إلى تحقيقها(جاب الله، 2014، 21).

- **مكونات معنى الحياة:** هناك مكونات رئيسية تكون معنى الحياة وهي: المكون المعرفي، الوجداني والسلوكي

- **المكون المعرفي:** والذي يرتبط بادراك الفرد لمعنى حياته والخبرات التي تثري هذا المعنى.
- **المكون الوجداني:** والذي يرتبط بشعور الفرد بالرضا وإحساسه بأن لحياته معنى وقيمة نتيجة لما حققه من أهداف فيها.
- **المكون السلوكي:** والذي يرتبط بما يقوم به الفرد من سلوكيات، يترجم بها أهدافه المدركة بشكل واقعي في حياته(wong, 1998, 406).

إلا أن بعض العلماء ركزوا على المكون المعرفي فقط ومنهم "ليث" الذي يرى أن المكونات الرئيسية في أي منظومة للمعاني تتمثل في الأحداث الماضية والقرارات الهامة التي قام بها الفرد باتخاذها بالفعل، فالمهارة تعني (اتخاذ القرار بشأن فعل ما في موقف ما ويتم اكتسابها من خلال التدريب)، والمنطق (يعني التفكير المتأني في المواقف المختلفة) (اسكندراني، 2015، 34).

- **مواقع التواصل الاجتماعي:**

هي منظومة من الشبكات الإلكترونية التي تسمح للمشترك فيها بإنشاء حساب خاص به، ومن ثم ربطه من خلال نظام اجتماعي إلكتروني مع أعضاء آخرين لديهم نفس الاهتمامات، والهوايات أو جمعه مع أصدقاء الجامعة أو الثانوية ،تصنف هذه المواقع ضمن مواقع الجيل الثاني لموقع (web2.0) وسميت اجتماعية، وهذه الطريقة يستطيع المستخدم التعرف من خلالها على « بناء مجتمعات » لأنه جاء من مفهوم أشخاص لديهم اهتمامات مشتركة في شبكة الانترنيت والتعرف على المزيد من المواقع في المجالات التي تهمه، ومشاركة صوره ومذكراته وملفاته مع العائمة وأصدقائه وزملاء العمل (مبارك، 2011، 07).

وتتيح هذه المواقع لأعضائها تقديم أنفسهم والتعبير عن أرائهم وأفكارهم، وكذلك الاشتراك في الاهتمامات لتتفق فيما بينهم في الميول والآراء والاتجاهات.

- **خصائص شبكات التواصل الاجتماعي:** تتميز شبكات التواصل الاجتماعي بالخصائص التالية:

- **المشاركة:** فهي تجمع على المساهمة و ردود الفعل التعليقات من أي مهتم.

- **الانفتاح:** فمعظمها عبارة عن خدمات مفتوحة لردود الفعل والمشاركة وتبادل المعلومات والتعليقات ونادرا ما توجد حواجز للوصول أعلى محتوى والاستفادة منه.
- **المحادثة:** تعتمد شبكات التواصل الاجتماعي على المحادثة باتجاهين يمكن وسائل الإعلام التقليدي التي تعتمد مبدأ بث المعلومات ونشرها باتجاه واحد لجمع المتلقين.
- **التجمع:** تتيح شبكات التواصل الاجتماعي إمكانية التجمع بسرعة والتواصل بشكل فعال ضمن تجمعات تربطها اهتمامات مشتركة، إضافة إلى هذه الخصائص يرى الباحثون أن هناك مجموعة من الميزات الإضافية لشبكات التواصل الاجتماعي التي تزيد من إقبال المستخدمين عليها، التواصل والتعبير عن اللذان أتاحت لشبكات التواصل الاجتماعي قنوات اتصال جاذبة لا تعتمد على نشر محتوي معين.
- **التفاعلية:** لقد سعت مواقع الشبكات الاجتماعية منذ ظهورها إلى تحسين التفاعلية بين أفرادها لضمان الاستمرارية والتطور (نومار، 2012).

- **مفهوم الفيسبوك :**

هو احد أشهر مواقع التواصل الاجتماعي، يستخدمه أكثر من 800 مليون مشترك وهو الموقع الذي يستخدمه الطالب الجامعي في تواصله مع الآخرين حيث يسمح له بإنشاء صفحة شخصية، بالإضافة إلى إنشاء صفحات ومجموعات، ومشاركة الصور ومقاطع الفيديو وتحديث الحالة وتبادل الرسائل بالإضافة إلى تكوين صداقات مع زملائه وأساتذته وغيرهم من الأشخاص.

2- الطريقة والأدوات:

1.2- منهج الدراسة: استخدمنا في هذه الدراسة المنهج الوصفي الاستكشافي.

2.2- عينة الدراسة الأساسية: تشمل عينة الدراسة 90 طالب وطالبة من جامعة محمد خيضر ببسكرة تم اختيارهم بالطريقة القصدية، حيث قمنا بتوزيع الاستبيانات عن طريق مواقع التواصل الاجتماعي، وتم استرجاعها كاملة، إذ استوفت كامل الشروط المطلوبة، وبذلك فإن العدد النهائي لأفراد الدراسة هو 90 طالبا.

- **خصائص العينة:**

جدول (1) يوضح خصائص عينة الدراسة

		العدد	النسبة%	المجموع	النسبة المئوية
الجنس	ذكور	41	% 45.6	90	%100
	إناث	49	%54.4		
الكلية	كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية	25	%27.22		
	كلية العلوم السياسية و القانونية	65	%72.22		
المستوى الدراسي	سنة أولى جامعي	15	%16.66		
	سنة ثانية جامعي	27	%30		
	سنة ثالثة جامعي	29	%32.22		
	ماستر (2/1)	19	%21.11		

3.2- حدود الدراسة: تنقسم حدود الدراسة إلى ثلاثة أقسام وهي: المجال المكاني، والمجال البشري، وأخيرا المجال الزمني وهي موضحة كالآتي:

1-المجال البشري: تحددت عينة الدراسة الحالية بشريا بـ:90 طالب وطالبة من طلبة الجامعة.

2-المجال المكاني: أجريت هذه الدراسة بالقطب الجامعي شتمة في المكتبة (كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية ، كلية الحقوق والعلوم السياسية) جامعة محمد خيضر بسكرة .

3-المجال الزماني: تمت عملية التطبيق خلال الموسم الجامعي 2019/2018.

4.2- الأدوات المستخدمة في الدراسة:

إن طبيعة الموضوع المراد دراسته هو الذي يحدد نوع الأداة المناسبة التي سيتمكن الباحث من خلالها الوصول إلى تحقيق أهداف بحثه، وتعتبر هذه الخطوة جد مهمة إذ أن نتائج الدراسة، يعتمد بدرجة كبيرة على مدى مناسبة وصلاحية هذه الأدوات ومدى ثباتها وصدقها في قياس الخاصية موضوع الدراسة؛ لذا كانت الأدوات التي تتماشى مع البحث هي:

- **مقياس معنى الحياة:** أعد هذا المقياس السيكولوجي هارون توفيق الرشيدي (1996) والذي يهدف إلى قياس مستوى المعنى للحياة لدى الفرد، وقننه "بشير معمرية" وهو يستعمل كأداة للتشخيص في إطار التوجه الإيجابي لعلم النفس.

- **طريقة التصحيح:** يتكون مقياس معنى الحياة من 39 بندا يجاب عنها ضمن أربعة بدائل، يطلب من المفحوص أن يقوم بالإجابة على بنود المقياس بإعطاء تقدير يعبر بوضوح عن اختياراته، وهي:

لا: يعطي الدرجة(0)، قليلا: تعطى (درجة واحدة)، متوسطا: يعطى (درجتين)، كثيرا: تعطى (ثلاث درجات)، وبالتالي تتراوح ردود كل مفحوص بين الصفر وهو يعني: لا وجود لمعنى في الحياة 117: وهي تعني ارتفاع في معنى الحياة، (معمرية، 2012، 103).

- **حساب الخصائص السيكومترية للأداة:**

أولا: الصدق التميزي: وتقوم هذه الطريقة على أحد مفاهيم الصدق وهو قدرة الاستبيان على التمييز بين طرفي الخاصية التي يقيسها.

فقد تم ترتيب درجات المبحوثين بعد الإجابة على بنود مقياس معنى الحياة تصاعديا، ثم سحبت 25 %من المفحوصين من طرفي التوزيع فصار لدينا مجموعتين متطرفتين تساوي كل منهما:

8 أفراد بنسبة 25% من مجموع أفراد العينة إحداهما مجموعة دنيا من حيث انخفاض درجاتها على الخاصية والأخرى عليا من حيث ارتفاع درجاتها في الخاصية.

واستعملنا اختبار (T) لحساب دلالة الفروق بين المتوسطين الحسابيين للمجموعتين الدنيا والعليا والجدول التالي يوضح النتائج:

جدول (2) يمثل نتائج اختبار (T) بين المجموعة الدنيا والعليا لمقياس (معنى الحياة)

	ن	درجة الحرية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	(T	مستوى الدلالة
مجموعة دنيا	8	14	60.25	9.34		دال عن
مجموعة عليا	8		94.12	4.05	9.40	a=0.01

نلاحظ أن قيمة T= 9.40 وهي دالة إحصائيا عند 0.01 ومنه فإن المقياس يتمتع بصدق تمييزي أي أنه له القدرة على التمييز بين مرتفعي الدرجة ومنخفضي الدرجة على مقياس معنى الحياة.

من خلال معاملات الصدق نستنتج أن مقياس معنى الحياة يتمتع بالصدق، أي يقيس فعلا الخاصية التي صمم لقياسها.

ثانيا: الثبات: يشير الثبات إلى إمكانية الاعتماد على أداة القياس، لأن تطبيقها تحت ظروف مماثلة يعطي نفس النتائج باستمرار.

وتم حساب الثبات بطريقتين : لمقياس معنى الحياة:

- **التجزئة النصفية** : تم استخدام درجات عينة التقنين لحساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية حيث احتسبت الدرجات الزوجية والفردية لأفراد العينة، وبلغت قيمة معامل الارتباط بيرسون بين جزئي المقياس 0.38 .

وبعد التصحيح بمعادلة سبيرمان براون بلغت0.55 وهو معامل ثبات متوسط.

أما حساب معامل الثبات بالتجزئة النصفية بمعادلة جيتمان بلغت قيمة الثبات 0.55 وهي قيمة ثبات متوسطة.

- **ألفا كرونباخ** : كما تم التأكد من ثبات المقياس عن طريق حساب معامل ألفا كرونباخ حيث بلغت قيمة معامل الثبات 0.71 وهي قيمة ثبات مرتفعة ومنه المقياس يتمتع بالثبات.

من خلال النتائج المتحصل عليها من عينة التقنين نستنتج أن أدوات الدراسة تتمتع بمؤشرات صدق وثبات تطمئننا لاستخدامها لقياس متغيرات الدراسة.

بعد التأكد من الصدق والثبات لأدوات الدراسة (مقياس معنى الحياة) قامت الباحثتان بتطبيقها ميدانيا على عينة من الطلبة الجامعيين من مستخدمي موقع الفيسبوك، بعد التأكيد عليهم أن الهدف هو بحث علمي لا غير وطلبتا منهم الجدية والدقة في إجاباتهم والالتزام بالتعليمات مع توضيح أي استفسار بخصوصها، و طبعا كان هذا عن طريق مواقع التواصل الاجتماعي.

وبعد ذلك قامت الباحثتان بمعالجة الدرجات المتحصل عليها عن طريق نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS 20).

5.2- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

تم في الدراسة الحالية استخدام الحزمة الإحصائية(SPSS 20)، حيث استخدمنا الأساليب الإحصائية الملائمة لمعالجة بيانات الدراسة والتي تتمثل في:

- من أجل حساب الصدق والثبات في مقاييس الدراسة تم استخدام العمليات الإحصائية التالية:
  - **اختبار (T)** لدلالة الفروق بين عينتين مستقلتين وغير متساويتين وغير متجانستين.
  - **اختبار كا مربع** .
  - **التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرونباخ** للتأكد من ثبات المقياس المستخدم في الدراسة.

3- النتائج ومناقشتها:

1. **الفرضية الأولى:** تنص على أنه يوجد مستوى مرتفع على مقياس معنى الحياة لدى الطلبة الجامعيين من مستخدمي موقع الفيسبوك .

لحساب مستوى معنى الحياة قمنا بتطبيق الحزمة الإحصائية spss20

جدول (3) يوضح مستويات معنى الحياة لدى الطلبة الجامعيين من مستخدمي موقع الفيسبوك

مستويات معنى الحياة	ت	النسبة المئوية	قيمة كا	df	الدلالة الإحصائية
مستوى معنى الحياة مرتفع	35	%38.88	8.05	9	عند 0.05
مستوى معني الحياة معتدل	30	% 33.33			
مستوى معنى الحياة منخفض	25	% 27.77			
المجموع	90	% 100			

يتضح من خلال الجدول السابق أن مستويات معنى الحياة لدى أفراد العينة مختلفة، حيث يحتل مستوى معنى الحياة المرتفع أكبر نسبة، والتي بلغت قيمتها (38.88%)، في حين احتلت المرتبة الثانية مستوى معنى الحياة المعتدل بنسبة (33.33%)، وأخيرا مستوى الحياة منخفض بنسبة قدرها (27.77%)، وبالتالي فإن استجابات الأفراد على مقياس معنى الحياة كان بين المرتفع والمعتدل، وهذا يعني أن أفراد العينة من مستخدمي موقع الفيسبوك لديهم إدراك ايجابي لمعنى الحياة؛ وتفسر الباحثتان هذه النتيجة بأن الطلبة الجامعيين من مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي يحققون اشباعاتهم ورغباتهم من خلال العالم الافتراضي، وهو ما أثبتته البشابشة (2013) في دراستها، حيث ترى أن الإشباعات متقاربة ومتنوعة ما بين الإشباعات المعرفية والنفسية والعاطفية والاجتماعية والاقتصادية على موقع الفيس بوك؛ وبالتالي يكون مستوى معنى الحياة محقق لدى هاته الفئة، حيث يرى "ماسلو" أن المحرك الأساسي لاكتشاف الإنسان لمعنى الحياة، يكمن في إشباع الحاجات الأساسية الدنيوية، ومنه ينطلق الفرد لتحقيق المثل والقيم العليا الروحية المتعلقة بالوجود ذاته والتي تمثل المعنى الكلي للحياة، فمعنى الحياة وفقا لـ"ماسلو" ينطلق من إشباع الفرد لحاجاته الأساسية الأولية من الطعام والشراب ومن ثم الأمن والحب وصولا لتحقيق الذات، حينها يكون الفرد قادرا على إدراك غايته ورسالته في هذا الوجود بشكل واضح، في حين يرى "فيكتور فرانكل" أن الدافع الأساسي الواجب إشباعه هو إرادة المعنى، حيث يمثل معنى الحياة بالنسبة له الحالة التي يسعى الإنسان إلى الوصول إليها لتضفي على حياته قيمة ومعنى، يستحق العيش من أجله ويحدث نتيجة إشباعه لدافعه الأساسي المتمثل في إرادة المعنى(كرامة، 2012، 120)، فالعلاج النفسي كدعامة أساسية لتعافي الفرد يرى من وجهة نظر"يالوم" أن معنى الحياة بمثابة وسيلة دفاعية ضد العجز وخواء المعنى، ويعد استجابة إبداعية في مواجهة الضغوط فهو اختيار إنساني حر، فالفرد يبدع معنى

للحياة ذلك المفهوم غير محدد بغرض، ويعتبر عاما وليس فرديا وخاصة معنى يرتبط بقوة المعتقدات، وقيم التسامي كالإخلاص، والسعادة (خوج، 2012، 115).

وانطلاقا من النتائج التي سجلناها فإنه من خلال موقع الفيسبوك يستطيع طلبة الجامعة إيجاد معنى لحياتهم كما يتصورونه، فيحدث إشباع لدافعهم الوجودي على عدة مستويات انطلاقا من تنوع احتياجاتهم ومستوياتها لديهم، فتكون مختلف شبكات التواصل مترجم حقيقي للوصول إلى الأهداف التي يرغبون في تحقيقها ابتداء بتحقيق أهداف الدراسة ووصولا إلى إشباع رغبات أكثر عمقا في ذات الفرد.

فانطلاقا من كون فئة من الشباب لديهم المكونات الأساسية في هذه الحياة كالثراء الوجودي، وخاصة عندما يدرك الفرد قوته ويستنفذها في تحقيق الأهداف التي رسمها في حياته، فيكون لديه مستوى من التعلق الإيجابي بالحياة والرضا عنها، وهو العامل الذي غالبا ما يجعل المعنى في الحياة لدى الأفراد مرتفعا، فيتعلقون بها إيجابيا ويشعرون بأن الفرص متجددة؛ وهذا ما ينمي لديهم روح الأمل والقيمة لهذه الحياة التي يعيشونها، ولكن بغياب هذه المصادر قد يخلق نوع من الروتين وافتقار حياتهم للحيوية وبذلك تنقص لديهم الخبرات المتعلقة بالوجود، وهو الأمر الذي يوفره موقع الفيسبوك لدى الطلبة الذين لديهم معنى إيجابي للحياة من خلاله؛ فيكون عامل التجديد متاح، وتضفي عليها نوع من الحيوية والتغيير بالتعرف على أفراد يحققون ذلك من خلال توفرهم على مستوى تعليمي يستطيعون من خلاله الاتفاق وإيجاد تناغم يوفر توافقا عقليا وروحيا...

فنجد فهمي (1976) يذكر أن فكرة الشخص عن نفسه هي النواة الرئيسية التي تقوم عليها شخصيته، كما أنه عامل أساسي في تكيفه الشخصي والاجتماعي، فالذات تتكون من مجموع إدراكات الفرد لنفسه وتقييمه لها فهي تتكون من خبرات إدراكية وانفعالية تتركز حول الفرد باعتباره مصدر للخبرة والسلوك (بوعيشة،2014، 310)، ومن هنا وتأييدا لنتائج الفرضية، يمكننا الإقرار بأنه أثناء عملية التواصل للطلبة على موقع الفيسبوك وما ييسرانه أثناء العملية من تفاعل؛ هو إيجابي في رأي الطلبة، يقوم هذا التفاعل بتثبيت العديد من الأفكار عن شخص الفرد، أو حتى التغيير في تلك الأفكار بطريقة حوارية مقنعة تتم بطريقة أفقية من طالب إلى آخر، فيترجم هذا التفاعل الإيجابي وما يحيط به من تغيير إلى تكيف شخصي واجتماعي، من خلال اندماج الجانب الانفعالي مع الإدراكي، حيث يستشعر الطالب المواقف بأحاسيس حقيقية وكأنها ليست بمنأى على الواقع الحقيقي إليه عن العالم الافتراضي.

2. **الفرضية الثانية:** تنص الفرضية الثانية على أنه: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مستوى معنى الحياة، والجدول التالي يوضح نتائج الفرضية

جدول (4) يمثل نتائج اختبار(T) لدراسة الفروق بين الجنسين في معنى الحياة

المتغيرات	ن	درجة الحرية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (T)	الدلالة الإحصائية
ذكور	41	73	77.51	17.77	6.27	دال عند
إناث	49		104.04	17.62		a=0.01

بلغ المتوسط الحسابي لمعنى الحياة لدى الذكور (77,51)، بينما بلغ متوسط معنى الحياة لدى الإناث (104,04)، بفرق قدره (26.53) وهو فرق كبير ودال إحصائيا، كما نلاحظ من خلال الجدول أن قيمة T

المحسوبة بلغت (6.27)، وبالتالي توجد فروق في مستوى معنى الحياة بين الجنسين عند مستوى الدلالة(0.01) وهو ما يتضح من خلال ما تم عرضه في الجدول أعلاه.

وترى الباحثتان أن مفهوم معنى الحياة يرتبط بالخصائص الشخصية لكل فرد على حدا، فهو مفهوم شخصي يتحقق من خلال طريقة إدراكات الفرد للظروف المحيطة به والمارة في حياته، إذ يؤكد "فرانكل" على أن معنى الحياة هو معنى فريد وشخصي وخاص لفرد بعينه، فهو يختلف من شخص لآخر، وعند الشخص نفسه من موقف لآخر، ومن لحظة لأخرى، فكيف الحال إذا كان الأمر يتعلق بالفارق في معنى الحياة بين الجنسين، حيث أن لكل فرد خصوصيته ومهمته الخاصة ورسالته الخاصة في الحياة انطلاقا من تكوينه الخلقي، والتي تفرض على كل منهما مهاما محددة، يتوجب عليهما أن يقوما بتحقيقها، فكل شخص يمثل نفسه في مختلف المواقف فيكون معنى الحياة مختلفا بين الإناث والذكور، وهو ما يترجم من خلال الوسائط الأكثر استعمالا للتفاعل والتواصل بين طلبة الجامعة، حيث يمكننا تفسير هذا الفارق من خلال النقاط التالية:

1- **طبيعة المرحلة العمرية:** التي يمر بها كلا الجنسين باعتبارهما طلبة جامعيين، وهي مرحلة النشاط والحيوية وإثبات الذات، حيث تسعى الطالبات الإناث بالإضافة إلى الاستقلالية التامة عن أسرهن إلى تحقيق ذواتهن من خلال انجازاتهن، كما هو الشأن بالنسبة للطلبة للذكور، فيرى هؤلاء الطلبة أن التواصل المستمر عن طريق موقع الفيسبوك والوسائط الأخرى يزيد من حريتهم وقدرتهم على التعبير على حاجياتهم ومتطلباتهم، وهو ما يسهم في الرفع من تقدير الذات لديهم، ولكن الإناث يرين أن معنى الحياة هو أكثر إثباتا من خلال الفيسبوك من الذكور.

2- **العامل الاجتماعي والثقافي:** بحيث يرى الطلبة من خلال التربية التي تلقونها ثقافيا واجتماعيا، بأنهم مسؤولون على مواجهة مختلف العقبات والمسؤوليات والتعامل معها، وهذا ما يتفق مع قواعد المجتمع الجزائري باعتباره مجتمع محافظ وله قواعد محددة لا يمكن تجاوزها خاصة فيما يتعلق بمهام كلا الجنسين ووظيفة كل واحد منهما، وقد تكون طبيعة المجتمع الجزائري من الناحيتين الاجتماعية والثقافية في المحافظة والحرص على تطبيق التعاليم الدينية والعادات والتقاليد، هو دافع قوي يخلق الفارق لصالح الإناث في كون معنى الحياة مرتفع لديهن في إيجاد حرية للتعبير والتنفيس ومحاولة الحصول على بعض التقديرات التي تراها غير ممكنة من خلال العالم الحقيقي.

واختلفت هذه الدراسة مع دراسة تحسين (2012) في عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في الدوافع وراء استخدام شبكات التواصل الاجتماعي لتقارب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للذكور والإناث في كل الحاجات الفرعية والدرجة الكلية، فقد يكون الدافع هو إيجاد معنى للحياة والبحث عنه أو أمور أخرى متعلقة يتمضية الوقت بدون وجود هدف محدد وذو معنى.

ففي هذه النقطة نجد فرانكل قد تحدث عن نقطة مهمة وهي الهدف من الحياة والشعور بالمسؤولية(مسؤولية فارقية)، وبالتالي فإن إدراك الفرد للهدف والمعنى من الحياة ورسالته التي يعيش ويضحي في سبيل تحقيقها، تجعل من حياته ذات قيمة ومعنى، وهذا الفارق في معنى الحياة هو الفارق الخلقي والوظيفي بين الذكور والإناث، حيث يجد الكثير من طلبة الجامعة وخاصة الإناث ضالتهم في التعبير عن مفهومهم لمعنى الحياة من خلال موقع الفيسبوك.

وفي مقابل ذلك فإن فشلهم في اكتشاف المعنى الحقيقي الذي تنطوي عليه حياتهم، وتجعل من قيمة الحياة لديهم ضئيلة، وبذلك تتحول رؤيتهم لهذا الواقع يوما بعد يوم بشكل بسيط، وبذلك نجد مشاعرهم تفتقر من المعنى المطلق للحياة أي فقدان الهدف الحقيقي لتواجدهم وكأنهم يعيشون كينونتهم بصفة الحاضر–الغائب.

و يذكر فرانكل frankl أن فقدان المعنى الوجودي في الحياة أو ما يطلق عليه بالفراغ الوجودي يمكن أن يظهر في حالتين، الأولى: عندما تعاق إرادة المعنى بسبب الضغوط النفسية الكبيرة التي يتعرض لها الفرد مثل: الكوارث، والحروب، والأزمات والصدمات، أما الحالة الثانية: حين تعاق إرادة المعني بسبب رتابة البيئة المحيطة إذ لا يشعر الإنسان بالحماس لانجاز عمل ما ولا تبدو له رسالة واضحة يجب عليه تأديتها، وإنما يزداد شعوره بالعزلة والسأم والملل بسبب انتقاله من يوم لآخر في نظام روتيني ممل(ص، 118)، وهو ما تستطيع وسائل موقع الفيس بوك تجنيبه لمرتادي هذه المواقع.

وقد أشارت العديد من الدراسات أن معنى الحياة يرتبط ارتباطا ايجابيا بالصحة النفسية، حيث أظهرت العديد من الدراسات أن معنى الحياة مرتبط بالسعادة، تقدير الذات، المسؤولية الاجتماعية، التوجه الديني، التوافق النفسي، الرضا عن الحياة، التوجه نحو الإنجاز، الطموح.

وتتوافق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة علام (1998)، والتي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين معنى الحياة والصلابة النفسية والتحصيل الأكاديمي، والكشف عن الفروق في معنى الحياة تبعا لمتغير الجنس والعمر والمستوى التعليمي، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة بين معنى الحياة والصلابة النفسية والذي اختلف بين الذكور والإناث، حيث أن الأفراد الذين لديهم معنى ايجابي للحياة هم أكثر صمودا في مواجهة المواقف في الحياة، كما دلت الدراسة أن الطلاب مرتفعي التحصيل الدراسي أكثر إحساس بمعنى الحياة من الطلاب منخفضي التحصيل الدراسي.

تتعارض نتائج دراستنا مع دراسة عبد التواب (2000)، التي هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الهدف في الحياة و بعض المتغيرات النفسية : قوة الأنا، الطموح، الرغوبة الاجتماعية وتأكيد الذات، وأظهرت النتائج أنه لا توجد فروق دالة إحصائيا بين الجنسين في الهدف في الحياة.

دراسة "العصار" (2015) التي أجريت على عينة من المراهقين في قطاع غزة وأظهرت النتائج عدم وجود فروق في معنى الحياة يعود إلى الجنس، وهو ما يتعارض مع نتائج دراستنا الحالية.

4–الخلاصة:

يكتسي معنى الحياة أهمية قصوى لدى الأفراد، وفي ضل الحداثة والعولمة حقق معنى الحياة أساليبا جديدة في تطوير هذا المعنى من خلال مستخدمي موقع الفيس بوك، وهو ما توصلنا إليه من خلال قيامنا بهذه الدراسة، حيث أثبت التحليل الإحصائي لفرضيات الدراسة النتائج التالية:

- يوجد مستوى مرتفع على مقياس معنى الحياة لدى الطلبة الجامعيين من مستخدمي موقع الفيس بوك.
- كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مستوى معنى الحياة لصالح الإناث.

توصيات واقتراحات:

وعلى ضوء ما أسفرت عنه الدراسة الحالية من نتائج يمكن تحديد مجموعة من التوصيات والمقترحات نوجزها في النقاط التالية:

1. إجراء دراسة مماثلة لدراسة معنى الحياة لدى مستعملي مواقع التواصل الاجتماعي من مختلف المراحل العمرية (من الطفولة إلى الشيخوخة.)
2. بناء برامج إرشادية قائمة على أساليب الإرشاد النفسي المختلفة لتخفيف الشعور بخواء المعنى وخاصةً لدى المسنين وذلك من أجل تزويدهم بالمهارات اللازمة لتنمية الشعور بالمسؤولية والقبول والرضا كأحد المصادر الهامة لتنمية الشعور بالمعنى.
3. اقتراح تقديم برامج توعية للأفراد لزيادة شعورهم بأهمية وقيمة الحياة وتنمية شعورهم بالأمل والتفاؤل بهذه الحياة انطلاقا من الواقع المعاش بعيدا عن البحث عنه من خلال العالم الافتراضي.
4. التوجيه الأمثل لاستخدام الفيسبوك خصوصا، من قبل خلايا الإصغاء الموجودة بالجامعات بغرض قدرة الطلبة على مجابهة وحل مشاكلهم الواقعية بطرائق عقلانية.

- الإحالات والمراجع:

الأبيض، محمد حسن (2010). *مقياس معنى الحياة لدى الشباب*. *مجلة كلية التربية* جامعة عين شمس مصر. (34).799-820.

اسكندراني، أماني أحمد (2016). *معنى الحياة وعلاقته بالإيثار، دراسة ميدانية على عينة مرحلتي الرشد والشيخوخة في محافظة دمشق*. رسالة ماجستير غير منشورة.كلية التربية جامعة دمشق:سوريا.

أشرف، محمد عبد الحليم (2010). قلق المستقبل وعلاقته بالمعنى في الحياة والضغوط النفسية لدى عينة من الشباب، العدد 15. *مجلة الإرشاد النفسي*، عين شمس، مصر.(329-330)

آدلر، الفرد (2005). *معنى الحياة*، ترجمة عادل بشرى، القاهرة، مصر: المجلس الأعلى للثقافة للنشر والطباعة.

البشابشة، طايل وسام (2013). *دوافع استخدام طلبة الجامعات الأردنية لمواقع التواصل الاجتماعي واشباعاتها(فيسبوك وتويتر)*. رسالة ماجستير في الصحافة والإعلام، كلية الآداب والعلوم،جامعة البترا:الأردن.

بوعيشة، أمال(2014). *جودة الحياة وعلاقتها بالهوية النفسية لدى ضحايا الإرهاب بالجزائر-دراسة ميدانية ببلدية براقي-دائرة الحراش-الجزائر العاصمة*. رسالة دكتوراه في علم النفس المرضي الاجتماعي، جامعة محمد خيضر :بسكرة.

الشرايري ، محمد (2009). *الأفكار اللاعقلانية والشعور بالوحدة النفسية والعلاقة بينهما لدى عينة مختارة من طلبة جامعة اليرموك*. رسالة ماجستير غير منشورة: الأردن.

جاب الله، يامينة (2014). *المعنى في الحياة وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى المرأة العاملة العانس*. رسالة ماجستير تخصص علم النفس الاجتماعي بسكرة: الجزائر.

جرار، ليلى أحمد (2011). *المشاركة بموقع الفيس بوك وعلاقته باتجاهات طلبة الجامعات الأردنية نحو العلاقات الأسرية*. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية الأعلام ، جامعة الشرق الأوسط: عمان.

خوخ، حنان سعد(2012). المعنى في الحياة وعلاقته بالرضا عنها لدى طالبات الجامعة بالمملكة العربية السعودية . *مجلة أم القرى*(2) الأردن.115-116.

الرشيدي، هارون توفيق (1996). *الضغوط النفسية، طبيعتها – نظرياتها*، برنامج مساعدة الذات في علاجها. مصر: مكتبة الأنجلو.

صافي، بيان (2014). معنى الحياة وعلاقته بالصلابة النفسية دراسة ميدانية على عينة من طلبة دمشق. *مجلة جامعة البحث*. (8)، كلية التربية، سوريا. 90-91.

عبد المنعم، محمد والطاهر،الرشيد عبد الرزاق (2016). *أثر استخدام شبكات التواصل الاجتماعي على مهارات التواصل والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة الملك فيصل جامعة الملك فيصل*. السعودية.

عبد الوائلي، جميلة رحيم (2012). المعنى في الحياة وعلاقته بنمط الشخصية A وB لدى طلبة جامعة بغداد. *مجلة التربية للبنات*، بغداد، العراق. (2001)

فرانكل، فيكتور(1974). *الإنسان يبحث عن المعنى*، ترجمة طلعت منصور، الكويت: دار القلم شارع السور.

فرانكل، فيكتور(1982). *الإنسان يبحث عن المعنى*، مقدمة في العلاج بالمعنى والتسامي بالنفس، ترجمة: طلعت منصور، الكويت: دار القلم.

فوزي، إيمان وسليمان، عبد الرحمن (1999). *معنى الحياة وعلاقته بالإكتئاب النفسي لدى عينة من المسنين العاملين وغير العاملين*، المؤتمر الدولي السادس، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، القاهرة، مصر.

كرامة، خلود بشار(2012). *العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والمعنى في الحياة لدى الراشدين دراسة ميدانية على عينة من محافظتي حمص وحماة*. رسالة ماجستير في الإرشاد النفسي: سوريا.

مريم، نومار (2012). *استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وتأثيره في العلاقات الاجتماعية*. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة باتنة: الجزائر.

معمرية، بشير (2012). المعنى في الحياة مفهوم أساسي في علم النفس الإيجابي. *المجلة العربية للعلوم النفسية*. (35/34)، باتنة، الجزائر.

وائل، مبارك (2011). *أثر الفايسبوك على المجتمع* ، ط1،السودان، ص:07.

Harries، SH.K (2004). Relationships among life meaning, Relationship Satisfaction and Satisfaction with Life. Published Dissertation M.A.thesis, Trinity Western University: Canada.

Steger, M . Patricia, F & Kaler, S (2006).The Meaning in Life, Assessing the Presence and Search for Meaning in Life, University of Minnesota Cities Campus. Journal of Counseling Psychology, Florida State University.53(1).80-93. Florida State University.USA

كيفية الاستشهاد بهذا المقال حسب أسلوبAPA :

زكري، نرجس وبوعيشة، أمال (2020). معنى الحياة عند مستخدمي الفيس بوك دراسة ميدانية على بعض الطلبة بجامعة محمد خيضر – بسكرة. *مجلة العلوم النفسية والتربوية*.6(2)، الجزائر: جامعة الوادي، الجزائر. 374-388.