تقدير الذات وجودة الحياة الأكاديمية كمنبئات بإدمان السيلفي لدى طلاب الجامعة

إعداد

إسراء أحمد سليمان محمد*

المستخلص: استهدف البحث الحالي دراسة الاسهام النسبي لكل من تقدير الذات وجودة الحياة الأكاديمية في التنبؤ بإدمان التصوير السيلفي لدى طلاب الجامعة. اعتمدت الدراسة على المنهج الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة من ٢٥٧ طالب وطالبة من طلاب الجامعة، بمتوسط عمري ٢٠,٤٤ سنة وانحراف معياري ٣,٥ سنة. وانقسمت العينة حسب متغير الجنس إلى ٣٣ (١٢,٨٪) ذكور و ٢٢٠ (٨٥,٦٪) إناث، و ٤ متغيرات غائبة (١.٦٪)، واعتمدت الباحثة على مقياس تقدير الذات لروسنبرج (Rosenberg(1965، وأعدت مقياس جودة الحياة الأكاديمية ومقياس إدمان التصوير السيلفي. وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن تقدير الذات وجودة الحياة الأكاديمية منبئين بإدمان التصوير السيلفي لدى طلاب الجامعة.

الكلمات المفتاحية: جودة الحياة الأكاديمية – طلاب الجامعة – تقدير الذات – إدمان السيلفي.

أولاً: الإطار العام للبحث

مقدمة البحث:

تسهم التقنيات الحديثة والتكنولوجيا الرقمية من حاسوب وإنترنت وهواتف ذكية، في تطوير جميع مناحي حياة البشر، وتوسيع آفاقهم، وتعزيز سبل الاتصال والتواصل والراحة والرفاهية بينهم؛ إلا أن هذه التكنولوجيا الرقمية لم تعد مجرد أداة أو وسيلة يستخدمها الإنسان في الاتصال والتواصل بل أنها أثرت على سلوكه ودوافعه مما دعا علماء النفس إلى المناداة بضرورة دراسة تأثيراتها على سلوك الإنسان وعلى ذاته وظهر بذلك ما سمي بعلم النفس الشبكي، أو علم النفس السيبراني، أو علم نفس الإنترنت، فعلم النفس الشبكي فرع من فروع علم النفس يهتم بدراسة العلاقة بين سلوك الأفراد في البيئات الافتراضية على شبكة الإنترنت والخصائص

---

* بحث مشتق من رسالة ماجستير تحت إشراف:

أ.د/ عبد الناصر السيد عامر أستاذ القياس والتقويم والإحصاء التربوي ورئيس قسم علم النفس التربوي كلية التربية – جامعة قناة السويس.

د/ محمود علي موسى مدرس علم النفس التربوي كلية التربية – جامعة قناة السويس.

النفسية لهم، وكيفية تفاعل الأفراد في فضاء الإنترنت وكيف يمكن لهذه التفاعلات أن تؤثر على الحياة اليومية، وتعد الهواتف الذكية أحد نتائج الثورة التكنولوجية الرقمية التي شهدها العالم، وأصبحت جزءاً لا يتجزأ من الحياة العصرية ومن المقتنيات الشخصية الضرورية والرئيسية للتواصل بين الأفراد، والتي ألقت بظلالها على السلوك الإنساني؛ حيث ظهر إدمان الهواتف الذكية، وسلوك تصوير الذات (السيلفي) (محمود أبوالمجد، ٢٠٢٠).

وبات السيلفي من الظواهر العصرية التي انتشرت مؤخرًا و أصبحت تتضخم بصورة كبيرة في السنوات القليلة الماضية، وازدادت شعبية التصوير السيلفي على مواقع التواصل الاجتماعي المختلفة، وأصبح بعض الأشخاص مدمن لتلك الظاهرة بشكل غريب، حيث يعرض البعض حياته للخطر من التصوير فوق الأبراج العالية والأماكن المرتفعة حتى وصل البعض أنه صور نفسه سيلفي عند الانتحار، كما أنه يظهر الفوارق الاجتماعية بين الأفراد مما يسبب الإحباط والكآبة لدى الطبقات الأقل في مستوى المعيشة مما دفع العلماء إلى تسميته بالهوس ودفعهم لعمل المزيد من الدراسات والأبحاث والأوراق العلمية لتفسير ظاهرة السيلفي ومعرفة تأثيراتها على الإنسان، بالإضافة إلى أنها تدعم الصراع الاجتماعي والطبقي، فإنها في كثير من الأحيان تعبر عن تقليد للمشاهير والنجوم بدلا من إظهار الذات الحقيقية، وتعد صورة وهمية غير حقيقية وغير طبيعية، كما يمكن أن تهدد تقدير الذات من خلال التعليقات السلبية من الآخرين على الصورة، وتكون انطباع سلبي من الآخرين عن شخصية الفرد (Diefenbach & Christoforakos, 2017).

ويشير مصطلح سيلفي Selfie إلى مصطلح عامي يطلق على الصور التي يلتقطها الشخص لذاته، وتحول هذا النمط إلى ظاهرة منتشرة بفضل الهواتف الذكية والكاميرات الرقمية ومواقع التواصل الإجتماعي الكثيرة، وفي عام ٢٠١٣ ضم قاموس أوكسفورد كلمة "selfie" إلى مفرداته (Barry, Doucette, Loflin, Rivera– hudsom, & Herrington, 2015). وقد اعتبرت Sosin, Chuev & Goncharova (2017) بجامعة شينغهاي في الهند، أن السيلفي يخلق جيلاً جديداً مضطرباً ومدمنا، مبينةً أن هوس التقاط صور ذاتية يعد اضطراباً نفسياً، يعرف الاضطراب المعقد للإدمان complex addiction disorder أو اضطراب إدمان السيلفي Selfie addiction disorder.

وأشارت دراسات خور وفاج، ولي، وتشاه (Kaur & Vig, 2016; Lee, 2016; Shah, 2015) من تطور هوس السيلفي إلى اضطراب أو مرض عقلي، إلا أنها حذرت من آثاره "غير البسيطة"، وأبرزها الافتقار إلى العلاقات الاجتماعية الحميمة، وانخفاض الثقة في النفس، والاضطراب المرتبط بعدم تقبل شكل الجسم. وقد أيدت دراسة أجرتها جامعة ماسارك في تايلند عام ٢٠١٦، حول السمات الشخصية المتعلقة بحب التقاط الصور الذاتية، التحذيرات السابقة، موضحةً أن هوس السيلفي يرتبط بشكل واضح بـ٤ سمات شخصية هي، سلوك البحث عن الاهتمام، النرجسية، والسلوك المتمركز حول الذات، والشعور بالوحدة. أما الجانب الإيجابي الوحيد للسيلفي فهو تعزيز كشف الذات، وغالباً هذا التصوير السيلفي يأخذ العديد من الأوضاع التي تبرز المرء أكثر جاذبية، ويستقي المرء تقديره لنفسه من خلال تعليقات الآخرين، حيث يقرأ كل تعليق ويعيد النظر للصورة من منظور الشخصية التي علقت عليه، وهذا قد يعطيه شعوراً بجودة الحياة النفسية والأكاديمية على حد سواء.

ويشير تقدير الذات إلى كيفية نظر الفرد إلى ذاته, ولقد أشار Lee (2016) إلى أن تقدير الذات هو تقييم يضعه الفرد لنفسه وبنفسه ويعمل على المحافظة عليه ويتضمن تقدير الذات اتجاهات الفرد الإيجابية أو السلبية نحو نفسه, كما يوضح مدى اعتقاد الفرد بأنه قادر وهام وناجح وكفء أي أن تقدير الذات هو حكم الفرد على مدى كفاءته الشخصية كما يعبر عن اتجاهات الفرد نحو نفسه ومعتقداته عنها, وهكذا يكون تقدير الذات بمثابة خبرة ذاتية ينقلها الفرد إلى الآخرين وذلك باستخدام الأساليب التعبيرية المختلفة. بينما أشار Mitina, Popkova, & Ermolina. (2015) إلى تقدير الذات بأنه اتجاهات الفرد نحو نفسه والتي لها مكون انفعالي وآخر سلوكي ، وتقدير الذات من أهم المفاهيم التي انتشرت في الآونة الأخيرة، فمنذ سنوات عديدة والباحثين الاجتماعيين مهتمين بدراسة النظريات التي ترتبط بالذات.

أما عن جودة الحياة الأكاديمية فمع عدم الاتفاق على تعريف واحد لمفهوم جودة الحياة، إلا أنه عادة ما يشار في أدبيات المجال إلى تعريف منظمة الصحة العالمية (١٩٩٥) حيث إنه أقرب التعريفات إلى توضيح المضامين العامة لهذا المفهوم، إذ ينظر فيه إلى جودة الحياة أنها "إدراك الفرد لوضعه في الحياة في سياق الثقافة وأنساق القيم التي يعيش فيها ومدى تطابق أو عدم تطابق ذلك مع: أهدافه، توقعاته، قيمه، واهتماماته المتعلقة بصحته البدنية، حالته النفسية، مستوى استقلاليته، علاقاته الاجتماعية، اعتقاداته الشخصية، وعلاقته بالبيئة بصفة عامة، وبالتالي فإن جودة الحياة تشير إلى تقييمات الفرد الذاتية لظروف حياته (Shah,

(2015، وقد أصبح موضوع جودة الحياة الأكاديمية في السنوات الأخيرة بؤرة تركيز الكثير من الدراسات والبحوث. وتكمن جودة الحياة داخل الخبرة الذاتية للفرد (Kaur & Vig, 2016). ويشير Saroshe, Banseria, Dixit & Patidar (2016) إلى أن جودة الحياة هي ببساطة شديدة تقويم الفرد لرد فعله للحياة، سواء تجسد في الرضى عن الحياة (التقويمات المعرفية) أو الوجدان (رد الفعل الانفعالي المستمر).

ومن خلال ومن خلال العرض السابق يتناول البحث الحالي تقدير الذات وجودة الحياة الأكاديمية كمنبئات بإدمان التصوير السيلفي لدي طلاب الجامعة وهو ما سيحاول البحث الحالي تناوله من خلال ما أكدته الدراسات السابقة عن أهميه توضيح هذه العلاقة.

مشكلة البحث:

يمكن بلورة مشكلة البحث في التساؤلات التالية:

١- ما نوع العلاقة الإرتباطية بين تقدير الذات وجودة الحياة الأكاديمية وإدمان السيلفي لدى طلاب الجامعة؟

٢- ما الإسهام النسبي لتقدير الذات وجودة الحياة الأكاديمية في التنبؤ بإدمان السيلفي لدى طلاب الجامعة؟

أهداف البحث:

١- التعرف على طبيعة العلاقة بين تقدير الذات وجودة الحياة الأكاديمية وإدمان السيلفي لدى طلاب الجامعة.

٢- تحديد الإسهام النسبي لتقدير الذات وجودة الحياة الأكاديمية في التنبؤ بإدمان السيلفي لدى طلاب الجامعة.

أهمية البحث:

تنبع أهمية البحث الحالي من تناول ظاهرة جديدة على المجتمع العربي وهي التصوير السيلفي، وهي تفيد الباحثين في التعرف علي مدي إسهام تقدير الذات وجودة الحياة الأكاديمية في التنبوء بإدمان تصوير الذات (السيلفي) لدى طلاب الجامعة، ومدى تأثير إدمان السيلفي على تقدير الذات لدى طلاب الجامعة وجودة الحياة الأكاديمية لديهم. وتم من خلال البحث الحالي تم قياس هذه الظاهرة التي باتت حديثة علي الطلاب وخاصة طلاب المرحلة الجامعية، وتم ذلك من خلال استخدام مقياس تقدير الذات لروسنبرج، ومقياس إدمان السيلفي من إعداد الباحثة، ومقياس جودة الحياة الأكاديمية من إعداد الباحثة.

حدود البحث:

يتحدد البحث بعدد من المحددات كالآتي:

١- الحدود الزمانية: طبقت هذه الدراسة في الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي ٢٠١٩م – ٢٠٢٠م على عينة متاحة مكونة من ٢٥٧ طالب وطالبة من طلاب الجامعة، وتم التطبيق إلكترونيا على الطلاب من خلال صيغة Googel form الإلكترونية من مقاييس الدراسة حيث أن المؤسسات التعليمية كانت معطلة وعلقت الدراسة نظرا لتفشي وباء كورونا.

٢- الحدود المكانية: اشتملت هذه الدراسة على عينة متاحة مكونة من ٢٥٧ طالب وطالبة من طلاب كلية التربية بجامعة قناة السويس بالإسماعيلية.

مصطلحات البحث:

١- إدمان التصوير السيلفي Selfie Addiction: وهي تكرار تصوير الفرد لذاته شخصياً بصورة تجسد ذاته للآخرين بأفضل وأبهى طريقة يفضل رؤية الآخرين له فيها(Shah, 2015). وتعرف إجرائيا بأنها: الدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس إدمان التصوير السيلفي.

٢- تقدير الذات Self-Esteem: وهي وعي الفرد بما لديه من مشاعر إيجابية أو مشاعر سلبية نحو ذاته Rosenberg(1965) ، وتعرف إجرائيا بأنها: الدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس روسنبرج لتقدير الذات.

٣- جودة الحياة الأكاديمية Academic Quality of Life: وهي قدرة الفرد على إبراز كفاياته الأكاديمية ووعيه لما يوجه إليه من مساندة أكاديمية واجتماعية للتأقلم مع طبيعة البيئة التي يعيش فيها أكاديمياً(Kaur & Vig, 2016). وتعرف إجرائيا بأنها: الدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس جودة الحياة الأكاديمية من إعداد الباحثة.

المحور الثاني: الإطار النظري للدراسة والدراسات السابقة

١- مفهوم جودة الحياة الأكاديمية:

يعتبر مفهوم جودة الحياة من المفاهيم ذات الأبعاد المتعددة، حيث أشارت العديد من الدراسات إلى ذلك والمقاييس التي استخدمت في هذا المجال، ومفهوم جودة الحياة يتضمن بعدين أساسيين هما جودة الحياة الذاتية، وجودة الحياة الموضوعية، والفصل بين البعدين ليس له وجود في معظم الدراسات، كما أن أفضل طرق القياس يجب أن تقوم على حكم الفرد وتقييمه للمؤشرات الخاصة بجودة الحياة عموما (سامي هاشم، ٢٠٠١).

وتعد جودة الحياة هي ذلك التقييم الشخصي لصحة الفرد أو رفاهيته، وهي جزء لا يتجزأ من البيئة، ومن السياق الثقافي والاجتماعي، والصحة البدنية، والحالة النفسية، وكلها أبعاد مهمة في تقييم جودة الحياة (Leung et al., 2005:259). وأشارت جليلة مرسي (٢٠١٠) أن جودة الحياة هي أحد مفاهيم علم النفس الايجابي الذي يتمثل في قبول الشخص لذاته وتجديدها لتواكب تطور الحياة، والشعور بالاستقلال، ولا يتحقق ذلك إلا من خلال شعور الفرد بالرضا عن الحياة، وإدراك المعنى الإيجابي لها، ومن ثم يهتم بالسعي إلى بلوغ الأهداف، وتكوين العلاقات الاجتماعية الناجحة مما يحقق الشعور بالأمان والاستقرار.

ولقد أجرى علماء النفس العديد من الدراسات والأبحاث عن الشخصية الإيجابية وخصائصها والعادات الإيجابية، وأن الإنسان بطبيعته يحمل الخير بداخله ويمتلك طاقات وإمكانيات غير محدودة، وأن هناك أهمية للرفاهية النفسية ومعايشتها وكذلك التنعم النفسي كمظاهر للشخصية الإيجابية، خاصة دراسة جودة الحياة والتي تعتبر هدفا أساسيا في حياة الإنسان (صالح الشعراوي، ٢٠١٤).

ومفهوم جودة الحياة يحمل العديد من الجوانب المتفاعلة مع بعضها البعض، كما ان مستخدمي هذا المفهوم لم يستقروا بعد على معنى محدد لهذا المصطلح وذلك بسبب حداثة هذا المفهوم، وقد عرف المتخصصين في المجالات العلمية هذا المفهوم من وجهة نظرهم المتخصصة، فهو يستخدم في بعض الأحيان للتعبير عن مدى الرقي في مستوى الخدمات الاجتماعية والمادية التي تقدم لأفراد المجتمع، كما أنه يستخدم أحيانا للتعبير عن إدراك الفرد لقدرة هذه الخدمات على إشباع احتياجاته المختلفة (محمد مشابقه، ٢٠١٥).

وبالنسبة للمؤسسات المختلفة يأتي الاهتمام بمفهوم الجودة في مقدمة اهتماماتها وذلك بهدف تحسين منتجاتها وتحسين الخدمات المقدمة للمستهلك، وذلك نتيجة للظروف التي يفرضها التقدم التقني والعلمي وزيادة المنافسة بين مؤسسات المجتمع، والاهتمام أيضا بالجودة في مجال التعليم الجامعي، وذلك بهدف تحسين المستوى التعليمي لأن التعليم من أهم الأعمدة الرئيسية في تطور المجتمع (إبراهيم أحمد، ٢٠١٦، ٢٣٦).

ومن منظور آخر فإن تعريف جودة الحياة عملية نسبية تختلف من فرد لآخر حسب احتياجاته النفسية والعقلية والجسدية والروحية في إطار النواحي الاقتصادية والصحية والاجتماعية، وهناك أيضا عدة عوامل ضرورية تتحكم في مفهوم جودة الحياة منها: التفاعلات

الأسرية والاجتماعية والصحة النفسية والجسمية والعقلية، والقدرة على التفكير والإدراك والقيم الحضارية والثقافية وكذلك القدرة على توصيل المشاعر (محمد عبد اللاه، ٢٠١٧).

وعليه في ضوء هذا التعريف فإن جودة الحياة الأكاديمية هي التغيير النسبي في ضوء احتياجات الفرد خلال دراسته ومما يتفق مع حالته الصحية والاقتصادية والاجتماعية وقدراته التحصيلية مثل التفكير والإدراك والثقافة، وترى الباحثة أن المجال الذي يدرس جودة الحياة هو العامل المؤثر في وضع محددات لمفهوم جودة الحياة، فعلى سبيل المثال إذا درس في علم النفس المعرفي فيكون هو الحالة الراهنة من الرفاهية والسعادة الناتجة عن القدرة المعرفية الناتجة عن المساندة الأكاديمية والاجتماعية وكفاءة الذات المدركة، أما إذا درس من مفهوم الصحة النفسية فهو حالة عامة تصف الحالة الراهنة للفرد في ضوء قبوله لكل المثيرات البيئية التي تجعل هناك الفرد إيجابيا.

٢- تقدير الذات Self-Esteem

لاقى تقدير الذات في البحوث النفسية والتربوية رواجاً لما له من أهمية في تأثيره على المتغيرات المعرفية والاجتماعية الأخرى. ويعتبر تقدير الذات ظاهرة سلوكية قابلة للقياس. ويشمل تقدير الذات أنماط السلوك فضلاً عن ارتباطه بمتغيرات متباينة منها: الاعتماد على الذات، مشاعر الثقة بالنفس، إحساس المرء بكفاءته، تقبل الخبرات الجديدة (محمد عبد الرحمن، ١٩٩٨).

وقد أكد Rosenberg (1965) على وجود ارتباط دال إحصائياً بين انخفاض تقدير الذات وكل من الحالات الإنفعالية السلبية وضعف الرضى عن الذات وجودة الحياة.

ويعرف إبراهيم أبو زيد (١٩٨٧) تقدير الذات بأنه التقويم العام لدي الشخص لذاته في كلتيهما وخصائصها العقلية والاجتماعية والانفعالية والأخلاقية والجسدية .

ويري محمد حسن (١٩٨٩) أن تقدير الذات هو التقييم الذي يضعه الفرد لذاته وكما يدركها الآخرون من وجهة نظره هو.

ولقد أصبح مصطلح " تقدير الذات Self- Esteem "" منذ أواخر الستينات وأوائل السبعينات أكثر جوانب الذات انتشاراً بين الباحثين والكتاب، وذكر عدد كبير منهم علاقته بالمتغيرات النفسية الأخرى، وطبقاً لتلك المتغيرات فإن مفهوم تقدير الذات يعتبر مؤشراً للصحة النفسية. فقد أكد "وايلي روث Willey Ruth " أن المصابين باضطرابات نفسية يعانون في الغالب من مشاعر التفاهة، وعدم الكفاءة، ودنو المرتبة، والعجز عن المواجهة، وأنهم أقل مقاومة لضغوط الحياة، وأكثر استخداماً للحيل الدفاعية (عبدالرحمن سليمان، ١٩٩٢ ،٩٠).

وتقدير الذات يتمخض عن ورؤية سليمة ووعي وموضوعية للذات، فقد يغالي الفرد في تقديره لذاته، ويصاب بما يمكن وصفه بسرطان الذات الذي يجعله غير مقبول من الآخرين، ويرتكب نوعاً من أنواع السلوك العدواني ومنها العدوانية اللفظية (عبد الوهاب كامل، ١٩٩٣، ١٧٣-١٧٤).

ويعرف عبد الله إبراهيم ومحمد عبدالحميد (١٩٩٤) تقدير الذات بأنه هو التقييم الوجداني للفرد لكل ما يملكه من خصائص عقلية ومادية وقدرة علي الأداء ويعتبر حكماً شخصياً للفرد علي قيمته الذاتية في أثناء تفاعله مع الآخرين، ويعبر عنه من خلال اتجاهات الفرد نحو مشاعره ومعتقداته وتصرفاته كما يدركها الآن في اللحظة الراهنة.

٣- إدمان السيلفي Selfie addiction

يدل "السيلفي" كمصطلح على الصورة الذاتية التي يقوم المستخدم بالتقاطها عن طريق الهاتف الذكي عموما، ومن ثم يقوم بنشرها عبر مواقع التواصل الإجتماعي المختلفة وذلك لاعتمادها كصورة رئيسية لملفه الشخصي أو لتسجيل حضوره في مكان معين، وإن كان السيلفي قد ظهر في نهاية القرن التاسع عشر، إلا أنه انتشر بفضل الشبكات الإجتماعية (بودرباله عبدالقادر، ٢٠١٨).

هي عبارة عن صورة فوتوغرافية شبيهه بالبورتريه الشخصي self-portrait الثابت أو المتحرك يقوم الفرد بالتقاطها ذاتياً لنفسه (Gabilliet, 2010). ويرى Tiidenberg & Gómez-Cruz (2015) أنها عرض نرجسي قوي يولده وسائل التواصل الاجتماعي ناتج عن تصوير الفرد لذاته بالهاتف وإظهار ذاته بكفاءة. ويرى Li & Vogel (2017) أنها وسيلة للتعبير عن الفخر والاعتزاز بالنفس لدى الفرد وإصلاح صورة الذات لدى الآخرين عن ملتقطها (في: محمود موسى، ٢٠١٨).

ويرى Eckel, Ruchatz & Wirth (2018) أنها صورة يقوم الشخص بإلتقاطها لذاته باستخدام هاتف ذكي أو كاميرا الويب للتواصل الاجتماعي. وهذا التعريف يبين مدى الغموض البادي وراء تصوير الشخص لذاته هل هو لبيان ملامحه الشخصية كما يجب أن يراه الآخرين عليها، أم للحصول على دعم من أقرانه، أم لتوكيد ذاته والتعرف على مدى شعبيته بين أقرانه.

الدراسات السابقة:

- دراسة سميرة بالعربي (٢٠١٣) وهدفت إلى التعرف على دور الفيس بوك كأحد شبكات التواصل الاجتماعي في زيادة التفاعل في الوسط الجامعي؛ وأسفرت نتائج الدراسة عن أن ٥٠٪ من أفراد عينة الدراسة يقضون ما بين ساعة إلى ثلاث ساعات يوميا على موقع التواصل الاجتماعي فيس بوك، في حين أن ٤٤٪ منهم يقضون عليه أكثر من ٤ ساعات يوميا، وهو ما يعني أن معظم المبحوثين يقضون وقتا كبيرا في استخدام الفيس بوك وهو أحد مظاهر الإدمان، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن كثرة الوقت المستخدم للفيس بوك قد قلل من تفاعل أفراد الدراسة الأكاديمي المتعلق بدراستهم، وأدى أيضا إلى مشاكل متعلقة بحياتهم اليومية.

- دراسة عبد المهدي علي (٢٠١٤) وهدفت إلى التعرف على العلاقة بين استخدام الفيس بوك وبين رأس المال الاجتماعي المتضمن شعور الطلاب بالرضا عن الحياة، وشعور الطلاب بالثقة الاجتماعية، وشعور الطلاب بالانتماء، والأداء الأكاديمي، والمشاركة السياسية، والمشاركة المدنية؛ وقد دلت النتائج على وجود علاقة ارتباط طردي موجب بين استخدام الأفراد للفيس بوك وبين كل من: الرضا عن الحياة، والمشاركة المدنية، والثقة الاجتماعية، والمشاركة السياسية، كما أشارت النتائج أيضا إلى عدم وجود أي علاقة معنوية سالبة بين استخدام الفيس البوك وبين الأداء الأكاديمي للطلاب.

- دراسة Barry et al. (2015) وقد أشارت إلى أن هناك علاقة بين نشر الصور السيلفي على الإنستجرام ومواقع التواصل الاجتماعي وتقدير الذات، وأوضحت نتائج الدراسة التي طبقت على عينة بلغت ١٢٨ طالبا جامعيا تتراوح أعمارهم بين ١٨-٤٣ أن الأفراد ذوو تقدير الذات المنخفض نسبة كبيرة من صورهم السيلفي تبرز المظهر البدني، أيضا هؤلاء الأفراد ذوو تقدير الذات المنخفض يميلون أكثر لنشر صورهم السيلفي لتعزيز تقديراتهم الذاتية لأنفسهم.

- دراسة Afzal (2015) والتي ترى أن التقاط الصورة السيلفي ونشرها عبر وسائل التواصل الاجتماعي ما هي إلا وسيلة لجذب انتباه واهتمام الآخرين للتعويض عن تدن تقدير الذات، وتقليل الفجوة في العلاقات الاجتماعية، وأن إدمان التصوير السيلفي يرتبط غالبا بتدن الذات، وأن الوقت الذي يمضيه الطالب في نشر صوره على الفيسبوك لتعويض نظرته السلبية لذاته، وانخفاض كفاءته الأكاديمية، وذلك من خلال الترويج لذاته، وأن الأفراد الذين يقضون وقتاً طويلاً على وسائل التواصل الاجتماعي هم أكثر عرضة لمقارنة أنفسهم مع أصدقائهم، مما يولد شعوراً سلبياً نحو مظهرهم الشخصي.

- دراسة Wang et al. (2017) وقد أوضحت سلوكيات لاحقة لتكرار مشاهدة الصور السيلفي وعلاقتها بتقدير الذات والرضا عن الحياة، وهدفت لدراسة الآثار النفسية لنشر وعرض الصور على مواقع التواصل الاجتماعي، ووضحت النتائج وجود علاقة إرتباطية سالبة بين سلوك تكرار مشاهدة الصور السيلفي وتدني تقدير الذات، ووضح ارتباطية موجبة بين تكرار مشاهدة وعرض صور المجموعات وزيادة تقدير الذات لديهم.

- دراسة مشتركة بين كلا من جامعتي Edinburgh , Birmingham البريطانيتين وأكدت عن علاقة التصوير السيلفي بالروابط الاجتماعية والكفاءة الأكاديمية وتأثيره على مجموعة من المستخدمين تتراوح أعمارهم بين ١٨-٢٤ سنة، وأسفرت نتائج الدراسة عن أن الأشخاص الذين يلتقطون لأنفسهم الكثير من الصور يميلون إلى أن تكون علاقاتهم الاجتماعية والشخصية أكثر ضحالة وينفر أصدقائهم المقربون منهم، وأن السيلفي يثير المقربون منهم كثيرا بالإضافة إلى تراجع مستواهم الدراسي. (بودربالة عبد القادر، ٢٠١٨).

- دراسة Almogir hossaim (2018) وهدفت إلى توضيح الأنماط المتعددة لاستخدام الفيس بوك، ومعرفة الإشباعات التي تتحقق من وراء الاستخدامات الجديدة؛ وكشفت النتائج أن الاستخدامات والإشباعات لها تأثير مباشر على كيفية الاستخدام، بالإضافة إلى عادات المستخدمين وسماتهم الشخصية التي تؤدي دورا هاما كمتغيرات وسيطة تؤثر على العلاقة بين الاستخدامات والإشباعات المحققة، وأكدت الدراسة أيضا أن الإشباعات المختلفة مثل الإشباع الاجتماعي، الإشباع بالمحتوى، الإرضاءات المتعددة هي القوى المحركة للتنبؤ بالنوايا السلوكية للمستخدمين، وتمثلت الآثار المباشرة للاستخدام في: الترفية، قضاء وقت الفراغ، البحث عن المعلومات، تقديم الذات، الحضور الاجتماعي، والتفاعل الاجتماعي.

- دراسة إلهام يونس (٢٠٢٠) وهدفت إلى التعرف على أنماط ودوافع استخدام المراهقين للفيس بوك وتصوير السيلفي واختبار العلاقة بين استخدامات تصوير السيلفي وبعض السمات الشخصية للعينة ومنها تقدير الذات والتعرف على الفروق بين السمات الشخصية ومعدل تصوير السيلفي طبقا للنوع. وقد اعتمدت الدراسة على نظريات نفسية مثل نظريات وايت وروسنبرج لقياس تقدير الذات بالإضافة إلى مدخل الاستخدامات والاشباعات وتكونت العينة من ٤٥٠ طالبا من طلاب الفرقة الأولى بالمعهد الدولي العالي للإعلام أكاديمية الشروق وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة بين السمات النفسية ومعدل تصوير السيلفي.

وقد استفاد البحث الحالي من الدراسات السابقة في العديد من الجوانب، تمثلت فيما يأتي:

١- الإفادة من الإطار النظري الخاص بالدراسات السابقة في تحديد وصياغة مشكلة البحث.

٢- الإفادة من الإطار النظري الخاص بالدراسات السابقة في بناء الإطار النظري للدراسة.

٣- الإفادة في تحديد أداة البحث، وكيفية إعدادها، وبنائها.

٤- المساعدة على تكوين خلفية جيدة حول مشكلة البحث وإثراء الإطار النظري.

٥- الإفادة في التعرف على أهم الخصائص المنهجية، والطرق اللازمة لدراسة مثل هذا الموضوع.

٦- الإفادة في تحديد المنهج الملائم والمناسب لهذا البحث الحالي.

٧- الإفادة في تحديد خطوات السير في البحث.

فروض البحث:

١- توجد علاقة ارتباطية بين تقدير الذات وجودة الحياة الأكاديمية وإدمان التصوير السيلفي.

٢- تسهم متغيرات تقدير الذات وجودة الحياة الأكاديمية في التنبؤ بإدمان التصوير السيلفي.

المحور الثالث: المنهج والإجراءات

المنهج:

اعتمدت الدراسة على استخدام المنهج الوصفي الارتباطي لدراسة الإسهام النسبي لتقدير الذات وجودة الحياة الأكاديمية كمنبئات بإدمان التصوير السيلفي.

عينة البحث:

اختيرت عينة الدراسة بصورة كرة الثلج ممن تطوعوا للاستجابة على المقاييس والتي أعدت في صورتها الالكترونية من خلال Google form وقد استجاب عليها أفراد العينة الكترونياً. وقد تكونت عينة الدراسة من ٢٥٧ طالبا وطالبة بكلية التربية جامعة قناة السويس بمتوسط عمري ٢٠.٤٤ عاماً وانحراف معياري ٣.٥٠ عاماً. وانقسمت عينة الدراسة حسب متغير الجنس إلى ٣٣ (١٢.٨٪) ذكور و٢٢٠ (٨٥.٦٪) إناث و ٤ (١.٦٪) كانت متغيرات غائبة.

أدوات البحث:

أ. مقياس تقدير الذات لـ Rosenberg (1965):

تكون المقياس من عشر مفردات وضعها Rosenberg (1965) وفقاً لمقياس ليكرت الرباعي أوافق بشدة (٣) وغير موافق بشدة (٠). ولكن الباحث الحالي اعتمد مقياس ليكرت

الخماسي دائماً (٥)، غالباً (٤)، أحياناً (٣)، نادراً (٢)، أبداً (١). والدرجة العالية مفادها مرتفعي تقدير الذات والدرجة المنخفضة تعبر عن تقدير ذات منخفض. وقد تم إعادة تكويد العبارات السلبية بالمقياس وهي أرقام ٢ و٥ و٦ و ٩.

صدق مقياس تقدير الذات:

قامت الباحثة بالتحقق من صدق المفهوم من خلال التحليل العاملي التوكيدي باستخدام طريقة الاحتمال الأقصى (ML) Maximum likelihood للمفردة العشر للمقياس. وقد أسفرت النتائج عن مطابقة حسنة في ضوء مؤشرات النموذج التي كانت على النحو التالي:

جدول(١): مؤشرات المطابقة لمقياس روسنبرج.

المؤشر	RMSEA	NNFI	GFI	SRMR	AGFI
القيمة	٠.٠٧٨	٠.٨٩	٠.٩٤	٠.٠٦٨	٠.٩٠

يلاحظ من مؤشرات المطابقة أن نموذج العامل العام جيد المطابقة مع البيانات ماعدا مؤشر NNFI مطابقة مقبولة. وهذا يعني صلاحية المقياس لقياس تقدير الذات لدى طلاب الجامعة. وفيما يلي قيم تشبعات المفردات على العامل العام لمقياس روسنبرج لتقدير الذات على النحو التالي:

جدول (٢): تشبعات مفردات مقياس روسنبرج لتقدير الذات.

م	التشبع	الخطأ المعياري	قيمة ت
١	٠.٦٦	٠.٠٦١	١٠.٧٣
٢	-٠.٢٧	٠.٠٦٩	-٣.٨٧
٣	٠.٥٦	٠.٠٦٤	٨.٨٣
٤	٠.٥٥	٠.٠٦٣	٨.٦٦
٥	٠.٥٢	٠.٠٦٥	٨.٠٠
٦	٠.٦٢	٠.٠٦٢	٩.٩٠
٧	٠.٦٢	٠.٠٦٢	١٠.٠٢
٨	٠.٠٣٨	٠.٠٦٩	٠.٥٦
٩	٠.١٤	٠.٠٦٩	٢.٠٧
١٠	٠.٧٥	٩.٠٥٩	١٢.٦٨

ويلاحظ من النتائج استبعاد المفردة الثانية وهي ""دائماً أنا غير مبسوط" حيث كانت تشبع المفردة سالبة. وهذا تبرره الباحثة بأنه تمت إجراءات وفعاليات التطبيق على الطلاب في

ظل جائحة كورونا من ناحية بالإضافة إلى الظروف التي كانت لدى الطلاب في ظل اعداد بحوث المواد الدراسية لهم. كما استبعدت المفردة رقم ٨ والتي تنص على " أتمنى الحصول على احترام أكثر من الآخرين " وذلك لعدم دلالة التشبع لها.

ثبات مقياس روسنبرج لتقدير الذات:

حسبت الباحثة ثبات المقياس للمفردات المتبقية بالمقياس بعد استبعاد المفردة الثانية وذلك باستخدام معامل ألفا كرونباخ لمفردات مقياس روسنبرج لتقدير الذات وقد بلغ معامل ألفا له القيمة ٠.٧٠، وتراوحت قيم معاملات ألفا عند استبعاد كل مفردة بين ٠.٥٩ إلى ٠.٧٥. بينما تراوحت معاملات الارتباط المصحح للمفردات بين -٠.٠٠٤ إلى ٠.٥٧ واستبعدت المفردات ٨ و ٩ من التحليل فارتفع ٠.٧٠ حتى ٠.٨١.

وعليه يكون عدد المفردات النهائية بالمقياس والداخلة في تحليل نتائج الدراسة سبعة مفردات وهي ١، ٣، ٤، ٥، ٦، ٧، ١٠.

ب.مقياس جودة الحياة الأكاديمية:

يهدف هذا المقياس إلى تقدير جودة الحياة الأكاديمية. وتعرف جودة الحياة على أنها: "إدراك الفرد لوضعه في الحياة في سياق الثقافة وأنساق القيم التي يعيش فيها ومدى تطابق أو عدم تطابق ذلك مع: أهدافه، توقعاته، قيمه، واهتماماته المتعلقة بصحته البدنية، حالته النفسية، تحصيله الدراسي، مستوى استقلاليته، علاقاته الاجتماعية، اعتقاداته الشخصية، وعلاقته بالبيئة بصفة عامة، وبالتالي فإن جودة الحياة الأكاديمية بهذا المعنى تشير إلى تقييمات الفرد الذاتية لظروف حياته. وأعدت الباحثة مفردات المقياس في ضوء دراسات (Shah, 2015).

الصدق البنائي لمقياس جودة الحياة الأكاديمية:

اعتمدت الباحثة على برنامج Mplus للتحليل الاحصائي للتعرف على لبنية العاملية للمقياس. وحاولت الباحثة اختبار العديد من البنيات للوصول إلى أفضل بنية عاملية تفسر ظاهرة جودة الحياة الاكاديمية. قارنت الباحثة بين البنية العاملية الاستكشافية أحادية العامل، ثنائية العوامل، ثلاثية العوامل؛ والتحقق من أفضل بنية استكشافية بالتحليل العاملي التوكيدي. واستخدمت طريقة التحليل MLR كطريقة للتحليل. وكانت النتائج على النحو التالي:

جدول(٤): مؤشرات المطابقة للنماذج التنافسية لمقياس جودة الحياة الاكاديمية

البنية	RMSEA	CFI	TLI	Chi-square	SRMR
عامل عام	٠.٠٦٤	٠.٩٧٢	٠.٩٢١	١٥٨.٥ P=1.022	٠.٠٤٤
عاملين	٠.٠٧٠	٠.٨٤٧	٠.٧٩٤	٠.٨٤٦.٦ P=0.000	٠.٠٥٣
ثلاثي العوامل	٠.٠٩٥	٠.٨٨٥	٠.٨١٦	٠.٨٤٦.٦ P=0.000	٠.٠٨٥

لوحظ تفوق مؤشرات المطابقة لنموذج العامل العام فقد كانت جميع مؤشراته تقع في المدى المقبول للمؤشرات. بينما كان نموذج العاملين سيء المطابقة فيما عدا مؤشري RMSEA و SRMR. وكان النموذج ثلاثي العوامل الاستكشافي سيء المطابقة فيما عدا مؤشر SRMR. وفيما يلي عرض تشبع مفردات نموذج العامل العام الاستكشافي الذي طرحه برنامج MPlus على النحو التالي

جدول(٥): تشبعات مفردات مقياس جودة الحياة الاكاديمية.

م	التشبع	الخطأ المعياري	قيمة ت
١	٠.٥١٢	٠.٠٦٠	٨.٥٩
٢	٠.٣٨٩	٠.٠٦٨	٥.٧٠
٣	٠.٦٢٣	٠.٠٤٨	١٣.٠٦
٤	٠.٥٥٥	٠.٠٥٣	١٠.٤٩
٥	٠.٣٣١	٠.٠٦٨	٤.٩٠
٦	٠.٣٢٠	٠.٠٦٧	٤.٧٩
٧	٠.٦٥٦	٠.٠٤٧	١٤.٠٦
٨	٠.٠٦٨	٠.٠٩٠	٠.٧٥
٩	٠.٥٦٩	٠.٠٥٨	٩.٨٤
١٠	٠.٥٤٢	٠.٠٧٢	٧.٤٩
١١	٠.٤٤٥	٠.٠٦٣	٧.٠٥
١٢	٠.٣٠٥	٠.٠٦٧	٤.٥٧
١٣	٠.٤٢٢	٠.٠٦٩	٦.١٠
١٤	٠.٣٩٨	٠.٠٧٣	٥.٤٩
١٥	٠.٥٥٩	٠.٠٦٤	٨.٧٥
١٦	٠.٣٥٩	٠.٠٨١	٤.٤٥

أسفرت النتائج عن تشبع جميع المفردات على العامل العام، فيما عدا المفردة ٨ والتي تنص على "" فقد كانت غير دالة احصائياً عند مستوى دلالة ٠.٠٠٥. وعليه قامت الباحثة بالتحقق من البنية العاملية للعامل العام الناتج من التحليل العاملي الاستكشافي باستخدام التحليل العاملي التوكيدي. وكانت مؤشرات المطابقة على النحو التالي:

جدول(٦): مؤشرات المطابقة لمقياس ادمان السيلفي.

RMSEA	CFI	TLI	Chi-square	SRMR
٠.٠٨١	٠.٩٧٣	٠.٩٣٠	٢٩٥ P=0.000	٠.٠٧٤

جاءت مؤشرات المطابقة مقبولة إلا في ضوء مؤشري الجذر التربيعي لمتوسط مربعات الخطأ RMSEA ومؤشر مربع كاي بينما كانت في ضوء المؤشرات الباقية مقبولة. وكانت تشبعات المفردات على النحو التالي:

جدول(٧): تشبعات مفردات مقياس ادمان السيلفي.

م	التشبع	الخطأ المعياري	قيمة ت	الدلالة
١	١	٠.٠٠٠	٩٩٩	٩٩٩
٢	٠.٧٥٣	٠.١٥٦	٤.٨١	٠.٠٠٠
٣	١.٣٤٩	٠.٢٠٠	٦.٧٤	٠.٠٠٠
٤	١.١١٤	٠.١٧٦	٦.٣٢	٠.٠٠٠
٥	٠.٨٦٠	٠.١٩٨	٤.٣١	٠.٠٠٠
٦	٠.٩١٦	٠.٢١٥	٤.٣٥	٠.٠٠٠
٧	١.٤٥٢	٠.٢٠٨	٦.٩٩	٠.٠٠٠
٩	١.١٤٥	٠.١٧٩	٦.٣٧	٠.٠٠٠
١٠	١.٢٢٩	٠.١٨٦	٦.٦١	٠.٠٠٠
١١	٠.٩٩٢	٠.١٨٣	٥.٤١	٠.٠٠٠
١٢	٠.٦٦٩	٠.١٦٦	٤.٠٣	٠.٠٠٠
١٣	٠.٩٧٨	٠.١٨٧	٥.٢٣	٠.٠٠٠
١٤	٠.٩٦٨	٠.١٨٦	٥.٢٠	٠.٠٠٠
١٥	١.١٦٢	٠.١٨٧	٦.٢٢	٠.٠٠٠
١٦	٠.٨٤٥	٠.١٨٥	٤.٦٢	٠.٠٠٠

جاءت تشبعات المفردات دالة احصائياً على العامل العام في التحليل العاملي التوكيدي. واستبعادت المفردة الأولى من التحليل لعدم دلالة تشبعها عند مستوى دلالة ٠.٠٠٥.

الثبات:

حسب الثبات باستخدام معامل ألفا كرونباخ لمفردات المقياس ككل وبلغت قيمة المعامل ألفا للمفردات ٠.٧٨٧ وتراوحت قيم معاملات ألفا عند استبعاد كل مفردة بين ٠.٧٦٣ إلى ٠.٧٨٦ بينما تراوحت قيم معاملات الارتباط المصحح لكل مفردة بين ٠.٢٩٦ إلى ٠.٥٣٩ ولم تستبعد أي من مفردات المقياس. وعليه فإن عدد المفردات الكلي في ضوء معاملات الثبات هي ١٤ مفردة في الصورة النهائية.

جـ- مقياس إدمان التصوير السيلفي:

أعدت الباحثة المقياس بهدف تقدير الإسهاب في تصوير الذات الكترونياً عبر مواقع التواصل الاجتماعي. وتكون المقياس من ٣١ مفردة إيجابية، في ضوء دراسات Eckel, Ruchatz & Wirth (2018).

الصدق البنائي لمقياس ادمان السيلفي:

تم حساب الصدق العاملي التوكيدي لمقياس ادمان التصوير السيلفي باستخدام طريقة المكونات الاساسية PCA وقد توصلت النتائج إلى بلوغ محك كايزر وماير واولكين ٠.٩٣١ وهذا يعني امكانية ومناسبة حجم العينة للتحليل. وقد توصلت الدراسة إلى تشبع المفردات على العامل العام الذي بلغ الجذر الكامن له ١٢.٨٤ وفسر ٤١.٤٢٪ من التباين الكلي لمصفوفة الارتباط بدون تدوير، بينما تراوحت الجذور الكامنة لبقية العوامل بين ٢.٣٥ إلى ١.٠٨ أي أن العامل الأول مستقطب للمفردات. وقد حاولت الباحثة استخدام التدوير العمودي مرة والمائل مرة، لكن معظم المفردات تشبعت على العامل العام بالاضافة إلى عوامل أخرى. وفيما يلي تشبع المفردات على العامل العام.

جدول(٩):التشبعات وقيم الشيوع لمفردات مقياس ادمان السيلفي

م	المفردات	التشبع	الشيوع
١	يجعلني التصوير السيلفي ملماً بما يدور حولي من تفاصيل	٠.٦٢	٠.٦٦
٢	اشعر بقدرتي على التعبير عن نفسي بوضوح بصوري السيلفي	٠.٦٩	٠.٦٥
٣	يجسد السيلفي ذكرياتي الجميلة في المستقبل	٠.٥٧	٠.٦٩
٤	يشعرني النظر في صوري السيلفي أنني متابعاً لتطوراتي الشخصية	٠.٦٦	٠.٦٤
٥	أصور الأحداث الاجتماعية التي أشعر فيها بالدفء الاجتماعي	٠.٤٨	٠.٧٣
٦	يجعلني السيلفي مختلفا مزاجيا عما كنت في السابق	٠.٥٧	٠.٤١
٧	أحاول تجديد مشاهد السيلفي التي ألتقطها بإستمرار	٠.٦٢	٠.٥٣

م	المفردات	التشبع	الشيوع
٨	أشعر أنني شخص مشهور من تعليقات الآخرين على صوري السيلفي	٠.٧٣	٠.٦٠
٩	تشعرني صوري بأنني ذي كاريزما عالية	٠.٥٩	٠.٤٨
١٠	أصور نفسي بالطريقة التي يراها الآخرون جذابة	٠.٤٦	٠.٩٣
١١	تسهم صوري في تحسين صورتي الذاتية أمام الآخرين	٠.٤٧	٠.٩٤
١٢	يخلق السيلفي جوا من المنافسة الممتعة مع اصدقائي	٠.٥٨	٠.٦٠
١٣	اصور نفسي في المشاهد التي لا يستطيع أصدقائي تصويرها	٠.٦١	٠.٧٢
١٤	يزيد التصوير السيلفي من شعبيتي	٠.٦٨	٠.٧١
١٥	تشعرني صوري بأنني مشابهاً لنجوم السينما	٠.٧٤	٠.٦٥
١٦	أعدل صوري لتعديل ذاتي امام الاخرين	٠.٥٨	٠.٤٨
١٧	يساعدني السيلفي على تهدئة مستويات الضغط النفسي	٠.٧٠	٠.٦٩
١٨	يعدل السيلفي مزاجي تلقائيا في أوقات الشدة	٠.٦٤	٠.٦٧
١٩	تعليق الاخرين على صوري يرفع من روحي المعنوية	٠.٧٣	٠.٧٥
٢٠	يزيد نشري لصوري السيلفي من رفع حالتي المعنوية	٠.٨١	٠.٧٤
٢١	زيادة تعليقات الاخرين على صوري يصحح من حالتي المزاجية	٠.٧٨	٠.٧٥
٢٢	يعزز التصوير السيلفي ثقتي بنفسي امام الاخرين	٠.٧٨	٠.٧١
٢٣	أشعر بإيجابية سلوكي عند نشر صوري السيلفي	٠.٧٩	٠.٦٧
٢٤	اعجاب الاخرين بصوري السيلفي يزيد من طاقاتي الإيجابية	٠.٨١	٠.٨٠
٢٥	اهتمام زملائي بالتصوير معي يشعرني بأني شخص مرغوبا به	٠.٦٦	٠.٦٦
٢٦	تكون صوري السيلفي انطباعات ايجابية عن ذاتي لدى الآخرين	٠.٧٠	٠.٥٤
٢٧	إعجاب اصدقائي بصوري السيلفي يشعرني بمقبوليتي بينهم	٠.٧٣	٠.٧٢
٢٨	صوري السيلفي مع أصدقائي يشعرني بالدفء والامان	٠.٥٩	٠.٦١
٢٩	أشعر بالغربة بمرور يوم بدون سيلفي	٠.٣٩	٠.٦٤
٣٠	زيادة عدد الأشخاص في صورنا الشخصية يزيد من سعادتي	٠.٤٩	٠.٦٩
٣١	أحرص على تصوير المشاهد الاجتماعية السارة	٠.٤١	٠.٧١

تراوحت قيم الشيوع بين ٠.٤١ إلى ٠.٩٤ بينما تراوحت قيم التشبعات للمفردات بين ٠.٣٩ إلى ٠.٨١.

إجراءات البحث:

– إعداد مقاييس الدراسة وهي جودة الحياة الأكاديمية، ومقياس إدمان التصوير السيلفي. وتم عرضه على المحكمين لإجراء تحكيم حول مدى صلاحية المفردات لطبيعة المستجيب، ومدى مناسبتها لطبيعة الظاهرة.

- إعداد المقاييس في صورتها النهائية وصياغتها في صيغة الكترونية وطرحها لطلاب كلية التربية بجامعة قناة السويس للاستجابة عليها من خلال منصة Google form خلال الموقع https://forms.gle/4bBEDJDgriz9rpiV9 .

- تم تحديد جميع المفردات إلزامية لقبول استجابة الطالب على جميع المفردات حتى لا يوجد استجابات او بيانات غائبة على المقاييس.

- تم تحميل استجابات الطلاب من المنصة الالكترونية في صيغة XLSX وتحويلها إلى صياغة ملف بيانات لبرنامج SPSS بامتداد SAV.

- حسب صدق أدوات الدراسة باستخدام التحليل العاملي التوكيدي لتحديد البنية العاملية ومدى مناسبتها مع الأطر السيكولوجية في الدراسات السابقة.

- حسبت معاملات الثبات لمقاييس الدراسة وكذا معاملات الثبات عند استبعاد مفردات المقياس ومعاملات الارتباط المصحح واستبعاد المفردات التي تمثل عبء على الثبات.

- حسبت مصفوفة معاملات ارتباط بيرسون بين متغيرات الدراسة.

- تقدير تحليل الانحدار بين المتغيرات المنبئة وهي تقدير الذات وجودة الحياة الأكاديمية، والمتغير التابع وهو إدمان التصوير السيلفي.

٥- الأساليب الإحصائية:

- تم إجراء الإحصاء الوصفي من حساب مقاييس النزعة المركزية (المتوسط – الوسيط) ومقاييس التشتت (الانحراف المعياري، والالتواء) لنتائج العينة الأساسية للدراسة للتحقق من شروط اعتدالية التوزيع التكراري لمتغيرات الدراسة وذلك باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS.

- مصفوفة ارتباط بيرسون لدراسة العلاقات بين متغيرات الدراسة وهي تقدير الذات، جودة الحياة الأكاديمية، وإدمان التصوير السيلفي.

- أسلوب تحليل الانحدار المتعدد لدراسة الإسهام النسبي لمتغيرات تقدير الذات، وجودة الحياة المدرسية في التنبؤ بإدمان التصوير السيلفي.

المحور الرابع: نتائج البحث وتفسيرها ومناقشتها

نتائج الفرض الأول ومناقشته:

ينص الفرض الأول على وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين تقدير الذات وجودة الحياة الأكاديمية وإدمان التصوير السيلفي لدى طلاب الجامعة. ولإختبار صحة الفرض إحصائياً استخدمت الباحثة مصفوفة إرتباط بيرسون لحساب العلاقات بين المتغيرات على النحو المبين:

جدول (١): مصفوفة ارتباط بيرسون للعلاقات بين متغيرات الدراسة.

	(١)	(٢)	(٣)
تقدير الذات (١)	١		
جودة الحياة الأكاديمية (٢)	**٠.٢٣٧	١	
إدمان السيلفي (٣)	- **٠.٧٢٣	-** ٠.٣٦٣	١

** دالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.01 * دالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05

ويتضح من الجدول السابق وجود علاقه سالبة دالة احصائياً عند مستوى دلاله ٠.٠١ بين تقدير الذات وادمان السيلفي، وبين وجودة الحياة الأكاديمية وإدمان السيلفي وتتفق هذه النتيجة مع دراسة فاتن عمر(٢٠١٣)، وعبدالهادي علي (٢٠١٤)، Barry, Doucette, Loflin, Rivera-hudsom, & Herrington, (2015) ودراسة Wang, Yong, & haigh. (2017) ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء أن الشباب والإناث الذين يلتقطون الصور لذاتهم من زاوية أو وجهة معينه بمعالم للوجه غير منطقية لإخفاء جوانب من شخصيتهم، وظهورهم بصورة أفضل للحصول على إعجاب الآخرين، وأن الأفراد ذوو تقدير الذات المنخفض نسبة كبيرة من صورهم السيلفي تبرز المظهر البدني، أيضا هؤلاء الأفراد ذوو تقدير الذات المنخفض يميلون أكثر لنشر صورهم السيلفي لتعزيز تقديراتهم الذاتية لأنفسهم، أي أن كلما زاد تقدير الذات قل إدمان السيلفي والعكس صحيح.

نتائج الفرض الثاني ومناقشتها:

وينص الفرض الثاني على: يسهم تقدير الذات وجودة الحياة الأكاديمية في التنبؤ بإدمان التصوير السيلفي. وقد استخدمت الباحثة اختبار تحليل الانحدار المتعدد وكانت النتائج على النحو المبين:

جدول (٢): تحليل التباين المحسوب بأسلوب تحليل الانحدار المتعدد.

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة
الانحدار	٢٠٠٩٨.٢٤	٣	١٠٠٤٩.١٢	٢٠.٠٢	٠.٠٠٠ دالة
البواقي	١٢٧٤٨٤.٣٨	٢٥٣	٥٠١.٩١		
الكلي	١٤٧٥٨٢.٦٢	٢٥٦			

وأسفرت النتائج عن إمكانية إسهام تقدير الذات وجودة الحياة الأكاديمية في التنبوء بإدمان التصوير السيلفي. وفيما يلي معاملات الانحدار على النحو المبين:

جدول (٣): معاملات الانحدار المعياري للمتغيرات المنبئة في التنبؤ بادمان السلفي.

متغيرات النموذج	معامل الانحدار	الخطأ المعياري	بيتا	قيمة ت	الدلالة
ثابت	٢٦.٩٥	١١.٠٤	--	٢.٤٤	٠.٠١٥
تقدير الذات	-٠.٤٠	٠.٣٦	-٠.٠٧	-١.١٣	٠.٢٦٠
جودة الحياة الاكاديمية	١.١٦	٠.١٨	٠.٣٨	٦.٣٢	٠.٠٠٠

ومن النتائج يتضح إسهام جودة الحياة الاكاديمية في التنبؤ بادمان السيلفي. وعليه فإن معادلة التنبؤ على النحو التالي:

ادمان السيلفي= ٠.٣٨ × جودة الجياة الاكاديمية

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (بودربالة عبد القادر، ٢٠١٨) ويمكن تفسير هذه النتيجة حيث أن الأشخاص الذين يلتقطون لأنفسهم الكثير من الصور يميلون إلى أن تكون علاقاتهم الإجتماعية والشخصية أكثر ضحالة وينفر أصدقائهم المقربون منهم، وأن السيلفي يثير المقربون منهم كثيرا بالإضافة إلى تراجع مستواهم الدراسي. أي أن كلما قلت جودة الحياة الأكاديمية لدى الفرد كلما ارتفع لديه ادمان السيلفي والعكس صحيح.

كما يتضح إسهام تقدير الذات في التنبوء بإدمان السيلفي وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة Marcial (2015)، و Shin et al. (2017)، ودراسة إلهام يونس (٢٠٢٠)، فكلما كان الفرد لديه تدني في تقدير الذات كلما زاد لديه إدمان السيلفي والعكس صحيح.

توصيات الدراسة:

في ضوء النتائج التي توصل إليها البحث توصي الباحثة بضرورة ما يأتي:

١- تصميم برامج تربوية هدفها توجيه الطلاب إلى إدراك كيفية التعامل مع مواقع التواصل الاجتماعي والاستخدام الصحيح لها حتى تصبح مصدر استفادة وليس العكس.

٢- الاهتمام بتعليم الطالب الجامعي كيفية التعامل مع ظاهرة التصوير السيلفي، وطرق.

٣- عرضها عبر وسائل التواصل الاجتماعي بشكل جيد وفقا لخصائصهم ومتطلباتهم وأهدافهم.

٤- عمل برامج تهدف إلى رفع تقدير الذات لدى الطلاب وتوفير المساندة والدعم المعنوي والأكاديمي وذلك لرفع كفاءتهم الذاتية والأكاديمية مما يؤدي إلى الحد من إدمان السيلفي الذي يلحق بهم الكثير من الأضرار.

دراسات مستقبلية مقترحة:

في ضوءِ نتائج البحث وتوصياته، وبناءً على أهمية الموضوع، فإن الباحثة تقترح دارسة بعض الموضوعات البحثية ذات العلاقة بهذا البحث، والتي يمكن أن تكون محلَّ دراسةٍ مستقبلية، وهي كما يأتي:

١- النموذج السببي للعلاقات بين العمر والمساندة الأكاديمية وتقدير الذات وإدمان التصوير السيلفي لدى عينة من الراشدين.

٢- دراسة العلاقات بين هذه المتغيرات في ظل جائحة كورونا.

٣- دراسة العلاقات بين هذه المتغيرات لدى طلاب المراحل الدراسية الإعدادية والثانوية

المراجع

أولا: المراجع العربية:

إبراهيم أحمد أبوزيد (١٩٨٧). *سيكولوجية الذات والتوافق*. الإسكندرية: دار المعرفة.

إلهام يونس أحمد (٢٠٢٠). استخدامات المراهقين للفيس بوك وتصوير الذات (السيلفي) وعلاقتها بالسمات الشخصية النفسية لديهم. *مجلة البحوث الإعلامية*، جامعة الأزهر، العدد (٥٤).

بودربالة عبد القادر (٢٠١٨). التصوير الذاتي Selfie تواصل اجتماعي ام اضطراب نفسي. *مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والإجتماعية*، جامعة قاصدي مرباح ورقلة بالجزائر، العدد (٣٣).

جليلة عبدالمنعم مرسي (٢٠١١). جودة الحياة والذكاء الخلقي لدي عينة من طلاب كلية التربية (دراسة تنبؤية). *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ٢١(٧٢)، ١٣٤ – ٢١٦.

حسين محمد أبو رياش، عبد الحكيم الصافي (٢٠٠٧). أثر برنامج إرشادي مبني على التعديل السلوكي المعرفي في خفض السلوك العدواني لدى طلبة المرحلة الأساسية في منطقة إربد في الأردن. *مجلة إتحاد الجامعات العربية*، العدد٤٩.

سامي محمد هاشم (٢٠٠١). جودة الحياة لدي المعوقين جسمياً والمسنين وطلاب الجامعة. *مجلة الارشاد النفسي*، جامعة عين شمس، العدد (١٣)، ص ص ١٢٥ – ١٧٣.

سميرة بالعربي (٢٠١٣). دور شبكات التواصل الإجتماعي في زيادة التفاعل في الوسط الجامعي، الفيس بوك نموذجا. دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة أم البواقي، *مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية* عدد٢٩ ص ص ١٦٤-١٨١.

صالح فؤاد الشعراوي (٢٠١٤). فعالية العلاج بالمعني في تحسين جودة الحياة لدي عينة من الشباب الجامعي. *مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، ٤٩ (٢)، ٥٣ – ٨٧.

عبد الحميد إبراهيم أحمد، أحمد محمد (٢٠١٦). مؤشرات جودة الحياة وجودة أداء أعضاء هيئة التدريس الجامعي (دراسة مقارنة تنبؤية). *مجلة كلية التربية*، جامعة الأزهر، العدد (١٧٠)، الجزء (٤)، ص ص ٢٢٤ – ٣٢٠.

عبد المهدي علي (٢٠١٤). دراسة النتائج الإجتماعية والأكاديمية المترتبة على استخدام طلاب الجامعة مواقع التواصل الإجتماعي فيس بوك، *مجلة التجارة والتمويل*، جامعة طنطا، العدد الثاني ص ص ١٤٩-٢٠٠.

عبد الوهاب كامل (١٩٩٣). *المكونات العاملية لتقدير الذات، بحوث في علم النفس*. القاهرة، مكتبة النهضة المصرية.

عبدالرحمن سليمان (١٩٩٩). بناء مقياس تقدير الذات لدي عينة من أطفال المرحلة الابتدائية في دولة قطر. *مجلة علم النفس*، الهيئة المصرية العامة للكتاب، العدد الرابع والعشرين، القاهرة.

عبدالله إبراهيم، محمد نبيل عبد الحميد (١٩٩٤). العدوانية وعلاقتها بموضوع الضبط وتقدير الذات. *مجلة علم النفس*، العدد(٣٠). القاهرة. الهيئة المصرية العامة للكتاب.

محمد أحمد مشابقة (٢٠١٥). جودة الحياة كمنبئ لقلق المستقبل لدي طلاب كلية التربية والآداب في جامعة الحدود الشمالية. *مجلة جامعة طيبة للعلوم التربوية*، ١ (١٠)، ١ – ٣٠.

محمد السيد عبدالرحمن (١٩٩٨). *دراسات في الصحة النفسية(التوافق الزواجي فعالية الذات، الاضطرابات النفسية والسلوكية)*. دار قباء للنشر، مصر.

محمد الصافي عبد اللاه (٢٠١٧). فاعلية برنامج تدريجي قائم علي مفاهيم نظرية العقل لتحسين جودة الحياة للأطفال التوحديين ذوي الأداء الوظيفي المرتق. *مجلة الارشاد النفسي*، جامعة عين شمس، ٥٠ (٣) ، ٢١٠ – ١٥١.

محمد بيومي حسن (١٩٨٩). تقدير الذات لدي التلاميذ ذوي التحصيل المنخفض في بحوث المؤتمر الخامس لعلم النفس في مصر. *الجمعية المصرية للدراسات النفسية*، ٤١٥-٤٠٢.

محمود أبوالمجد حسن (٢٠٢٠). تصوير الذات (السيلفي) وعلاقته بالعوامل الخمس الكبرى للشخصية لدى طلاب التعليم الأساسي بكلية التربية بقنا. *المجلة التربوية*، جامعة جنوب الوادي، العدد(٧٤).

ثانيا: المراجع الأجنبية

Afzal, k. (2015). Selfie; a mental disorder. *Copyright Business Recorder*, 1.

Alomgir Hossaim (2018). effects of uses and gratification of social media use the Facebook case with multiple mediator analysis. *At www.emeraldinsight. com /23991747-.htm*.

Barry, C.T., Doucette, H., Loflin, D.C., Rivera-hudsom, N., Herrington, L.L. (2015). Let me take a selfie:-association between self-

photography, narcissism and self-esteem . ***journal of psychology of popular media culture*** **vol no 34 pp109121-.**

Diefenbach, S., & Christoforakos, L. (2017). The selfie paradox: Nobody seems to like them yet everyone has reasons to take them. An exploration of psychological functions of selfies in self-presentation. ***Frontiers in Psychology, 8*****, 7.**

Eckel, J., Ruchatz, J., & Wirth, S. (2018). The Selfie as Image (and) Practice: Approaching Digital Self-Photography. In ***Exploring the Selfie*** **(pp. 1-23). Palgrave Macmillan, Cham.**

Gabilliet, J. P. (2010). ***Of comics and men: a cultural history of American comic books*****. Univ. Press of Mississippi.**

Kaur, S., & Vig, D. (2016). Selfie and mental health issues: An overview. ***Indian Journal of Health and Wellbeing, 7*****(12), 1149.**

Lee, R. L. (2016). Diagnosing the Selfie: Pathology or Parody? Networking the Spectacle in Late Capitalism. ***Third Text, 30*****(3-4), 264-273.**

Lee, R. L. (2016). Diagnosing the Selfie: Pathology or Parody? Networking the Spectacle in Late Capitalism. ***Third Text, 30*****(3-4), 264-273.**

Leung, T. W., Leung, W. C., Ng, E. H. Y., & Ho, P. C. (2005). Quality of life of victims of intimate partner violence. ***International journal of gynecology & obstetrics,*** **90(3), 258-262.**

Li, Q., & Vogel, D. (2017, June). Guided Selfies using Models of Portrait Aesthetics. In ***Proceedings of the 2017 Conference on Designing Interactive Systems*** **(pp. 179-190). ACM.**

Mitina, M. A., Popkova, E. G., & Ermolina, L. V. (2015). Social Networks Addiction: Could Social Advertising Help?. ***Mediterranean Journal of Social Sciences, 6*****(3 S6), 177.**

Rosenberg, M. (1965). ***Society and the adolescent self-image.*** **Princeton university press.**

Saroshe, S., Banseria, R., Dixit, S., & Patidar, A. (2016). Assessment of Selfie Syndrome among the Professional Students of a Cosmopolitan City of Central India: A Cross-sectional Study. ***Int J Prevent Public Health Sci, 2*****(2), 1-4.**

Shah, P. B. (2015). Selfie–a new generation addiction disorder–literature review and updates. ***International Journal of Emergency Mental Health and Human Resilience, 17*****(3), 602.**

Sosin, I., Chuev, Y., & Goncharova, O. (2017). Integrated identification of new substantional gadget addiction: With selfie-mania phenomenon model. ***journal of European Psychiatry, 41*****, S705.**

Tiidenberg, K., & Gómez Cruz, E. (2015). Selfies, image and the re-making of the body. ***Body & Society*****,** ***21*****(4), 77-102.**

Wang, R., Yong, F & haigh, M. (2017). Let me take a selfie exploring the psychological effects of posting and viewing selfie and groupie social media, ***journal of telematics and information*** **VOL(34)PP247283-.**

Self-Esteem and Academic Quality of Life as Predictors of Selfie Addiction for University Students

Abstract: The main objective of this paper is to test the contribution of Rosenberg self-esteem, and academic quality of life in prediction of Selfie-addiction among university students. The paper dependent on correlational approach. 257 random sample students (divided by gender 33 (12.8%) males, and 220 (85,6%) females). Paper used Rosenberg self-esteem scale, and prepared quality of life and selfie addiction scales. The results revealed that Academic quality of life and Self-esteem were predicted with selfie addiction dimensions.

Key words: Quality of academic life - University students – Self-Esteem – Selfie Addiction.