

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة الشاذلي بن جديد - الطارف

قسم: علم الاجتماع

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

الرقم التسلسلي:

رقم التسجيل:



مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم الاجتماع

تخصص: اتصال

بعنوان:

أثر السالفي والفيلتر على معايير الجمال ونفسية المستخدمين لمنصات التواصل الاجتماعية

دراسة ميدانية على عينة من طلبة العلوم الاجتماعية والإنسانية بجامعة الشاذلي بن جديد - الطارف

إعداد الطالب(ة):

بوملتوخطة ريم

تواتي أمال

لجنة المناقشة:

الصفة	مؤسسة الانتساب	الرتبة	اسم ولقب الأستاذ
رئيسا	جامعة الشاذلي بن جديد	محاضر أ	زويطي سارة
مشرفا ومقررا	جامعة الشاذلي بن جديد	محاضر أ	بليل عبد الكريم
عضوا ممتحنا	جامعة الشاذلي بن جديد	محاضر أ	عثمان مريم

السنة الجامعية: 2021 / 2022م

بوملتوخة ريم - تواجيه أماله



كلية العلوم الاجتماعية - جامعة الشاذلي بن جديد - الجزائر



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية.
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي.
جامعة الشاذلي بن جديد.
كلية العلوم الاجتماعية والإسانية.
قسم علم الاجتماع.



مذكرة لنيل شهادة ماستر في علم اجتماع الاكهار.

عنوان:

أثر السانفي والفيلتر على معايير الجمال ونفسية المستخدم من منصات

التواصل الاجتماعية

دراسة ميدانية على عينة من طلبة العلوم الاجتماعية والإسانية بجامعة الشاذلي

بن جديد - الطارف

إشراف: بليل عبد الكريم.

إعداد: بوملتوخة ريم / تواجيه أماله



السنة الجامعية: 2021. 2022

كلية العلوم الاجتماعية والإسانية - جامعة الشاذلي بن جديد - الطارف







إهداء

الحمد لله الذي أنار لي طريقه وكنه لي غير عونه
إله مورد الحب الصادق والحنان الدافئ إله من ربح العطاء أمام قدميها إله معنوني
ابتسامتي وسر نجاحي أمي "صيرة" حفظها الله
إله من كلفه الله بالوقار إله من هدي الصغر من أجله أنعم بالراحة إله
من علمني العطاء دون انظار إله قدوتي في الحياة إله من علمني سلوكه خصال
أعتز بها تاج عزتي وكرامتي أبي "لزهر" أطال الله في عمره
إله سدي في الحياة خطيب "داود" إله أعز ما أملته في الوجود أخي "عبد
الرحيم" وأخوتي فرحة حياتي "أسماء" و"هاجر" الذين تقاسموا معي عبء الحياة
إله كل من علمني عرفه في هذه الدنيا إله كل من وقف معي في
مشوارتي .

إله من نسيه قلبي ولم ينسه قلبي
إليكم جميعاً أهدي عملي المتواضع ببارك الله فيكم

بوملتوغخت ريمت

- * الحمد لله والحمد عقبه كما يستحق حمداً كثيراً الحمد لله الذي أخذ بيدي كلما إليه عدت *
والصلاة والسلام على أشرف المرسلين
- * إله من لا أجد كلماته يمكن أن تمنحها عقبا فهي ملحة الحب وفرحة العمر *
" ومثاله العطاء والحنان إله من منحتني حياتها أمي الفاليت "شرفه
إله علي التالي وقدوتي في الحياة إله مثالي النضال والاخلاص إله من *
"أمسك بيدي وصعد ساه النجاح أبي العطوف "رشيد
- * إهداء خاص إله رقيقة الكفاح التي لم تبخل بشيء عني إله التي منحتني *
"حنان الأم وكانت سنداً لي وإله نوحها ولدتها عفظهما الله الأخت المنون "لياء
إهداء خاص إله سدي وعضدي أخي الطيب وزوجته التي كانت الأخت *
"والصديقة وابنتيه عفظهما الله "عادل
- * إله من علمني أن الحياة من دون تباط وحب وأخوة لا تساوي شيئاً إله *
" الأخت الأنيقة والجميل "عمرة
والله روح "جديتي" و"جديتي" الطاهرة رحمهم الله وأسكنهم فسيح جنات *
...وأخي *

أسالو توائيه



الشكر والعرفانه

منه لم يشكر الناس لم يشكر الله

شكرا الله على اعمانه وشكر له على توفيقه وامتنانه أولا أقدم
بالشكر للوالدين العزيزين اللذين أعانني وشجعاني على الاستمرار في
المسيرة العلمية، كما أقدم بمجزيل الشكر والعرفانه الى الأستاذ المشرف
"الدكتور بليل عبد الكريم" لتوجيهاته العلمية التي لا تقدر بثمن وصبره
الطويل علينا.

كما أشكر كل من ساعدنا ولو بكلمة طيبة متى فرج هذا العمل
منه شرفقة الفكر ليحلقه في سماء العيون.



فهرس



6.....	فهرس.....
أ.....	المقدمة.....
2.....	الفصل الأول: الإطار النظري والمفاهيمي للدراسة.....
3.....	1. الإشكالية.....
4.....	2. المفاهيم.....
8.....	3. المقاربة النظرية.....
8.....	التفاعلية الرمزية:.....
9.....	2.3. نظرية التبادل الاجتماعي:.....
10.....	3.3. نظرية الاستخدامات والإشباع:.....
11.....	4. الدراسات السابقة.....
11.....	1.4. ملخص الدراسات:.....
13.....	2.4. تعقيب على الدراسات السابقة:.....
14.....	الفصل الثاني: السالفي والفيلتر في منصات التواصل الاجتماعي.....
15.....	1. منصات التواصل الاجتماعي:.....
15.....	1.1. نشأة منصات التواصل الاجتماعي:.....
16.....	2.1. أنواع مواقع التواصل الاجتماعي:.....
19.....	3.1. خصائص مواقع التواصل الاجتماعي:.....
	2. الانعكاسات الايجابية والسلبية لمواقع
20	التواصل الاجتماعي:
20.....	1.2. ايجابيات مواقع التواصل الاجتماعي:.....
21.....	2.2. سلبيات مواقع التواصل الاجتماعي:.....
22.....	3. ظاهرة السالفي:.....
22.....	1.3. نشأة السالفي:.....
23.....	2.3. أنواع السالفي:.....



- 25..... 3.3. تطبيقات السالفى:
- 27..... 4.3. الانعكاسات الايجابية والسلبية للسالفى:
- 28..... 4. ظاهرة الفيلتر:
- 28..... 1.4. فلاتر الصور على شبكات الاجتماعية:
- 30..... 2.4. أنواع الفلاتر:
- 32..... 3.4. تطبيقات الفلاتر:
- 33..... 4.4. إيجابيات وسلبيات فلاتر:
- 35..... الفصل الثالث: تأثير السالفى والفيلتر على معايير الجمال والصحة النفسية.
- 36..... 1. معايير الجمال المختلفة حول العالم:
- 40..... 2. مقاييس الجمال عند العرب والغرب:
- 41..... 3. علامات جمال عالمية:
- 42..... 4. معايير الصحة النفسية:
- 43..... 5. مؤشرات الصحة النفسية:
- 44..... 6. خصائص الفرد المتمتع بالصحة النفسية:
7. العلاقة بين السالفى والفيلتر ومعايير الجمال والصحة النفسية لمستخدمين منصات التواصل الاجتماعية:
- 46.....
- 51..... الفصل الرابع: الإطار المنهجي والمعالجة الميدانية للدراسة.
- 52..... 1. المنهج المستخدم:
- 52..... 2. أدوات جمع البيانات:
- 53..... 3. مجالات الدراسة:
- 54..... 4. عرض وتحليل ومناقشة بيانات الدراسة:
- 71..... خاتمة
- 72..... قائمة المراجع:
- 78..... الملاحق





ملخص الدراسة:

جاءت هذه الدراسة في إطار دراسة أكاديمية بحثية للكشف عن أثر السالفي والفيلتر على معايير الجمال ونفسية المستخدمين لمنصات التواصل الاجتماعي؛ من خلال التعرف على أبرز أنواعه وخصائصه وتأثيراته الايجابية والسلبية والعلاقة بينهما وقد أجريت هذه الدراسة بجامعة الشاذلي بن جديد ولاية الطارف على طلبة كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية بالاستعانة بأدوات: الملاحظة، الاستمارة، بالإضافة إلى الوثائق، وتحليل المحتوى.

وقد توصلنا إلى أن استخدام السالفي والفيلتر على مواقع التواصل الاجتماعي يعد من أبرز المظاهر الشائعة بين الشباب الجامعي، والواضح أن لهذا أثره على مستخدميه. كما أثبتت هذه الدراسة أن للسالفي والفيلتر تأثير على معايير الجمال والصحة النفسية لمستخدميه وظهر ذلك في التباين الواضح لمعاييرهم ومقاييسه الصحية وغيرها حول تأثيراته. أن محاولة تناول موضوع أثر السالفي والفيلتر على معايير الجمال ونفسية المستخدمين لمنصات التواصل الاجتماعي، يمثل لنا أهمية للاهتمام بهذه الظاهرة بشكل عملي، لأنها تنعكس مباشرة على مستخدميها بالإيجابية والسلبية.

الكلمات المفتاحية: السالفي، الفيلتر، منصات التواصل الاجتماعي، معايير الجمال، الصحة النفسية.



المقدمة



المقدمة

يعد الإنسان كائنًا اجتماعيًا، ولا يستطيع أن يعيش بمفرده، ولهذا كان نجاح مواقع التواصل الاجتماعي كبيرًا؛ نتيجة لرغبة الإنسان في التواصل مع غيره.

تعتبر شبكات التواصل الاجتماعي الأكثر انتشارًا على شبكة الإنترنت لما تملكه من خصائص تميزها عن المواقع الإلكترونية الأخرى مما شجع متصفح الإنترنت على الإقبال المتزايدة عليها. وهي من أهم المواضيع التي اقتحمت الحياة اليومية، حتى أصبحت جزءًا من احتياجات الإنسان الضرورية، بسبب ما لها من مردود فعال في تسهيل حياة الفرد الخاصة والمجتمع بشكل عام.

نعيش جميعًا في عصر الصور الشخصية المعدلة، والمعايير المتطورة للجمال، إذ أدى ظهور منصات التواصل الاجتماعي التي تعتمد بأغلبها على الاستناد إلى الصور وشعبيتها، من "سناشات" إلى "انستغرام"، إلى وضع تقنيات الفوتوشوب والفلاتر في جيب كل فرد منا. فأصبحت هذه الفلاتر والتعديلات هي القاعدة، وتغيّر إدراك الناس للجمال في جميع أنحاء العالم. حتى إنها ساهمت في خلق معايير جمال جديدة، غير قابلة للتحقيق!

وتأكيدًا على ذلك، ازدادت عمليات التجميل عند صغيرات السنّ ومدمني "السالفي" أو "الفاشونيستاز"، ذكورًا وإناثًا على حد سواء.

ازدادت فكرة الشعور بعدم الأمان بين المراهقين والمراهقات. فأصبح جيل الألفية (GEN. Y) يحاول تكرار الكمال الموجود في تعديلات التطبيقات في الحياة الحقيقية، من خلال البحث عن العلاجات التي تحدد عظام الوجنة، أو تقوم بتقويم أو تصغير حجم الأنف بشكل غير متناسق.

ومع كثافة الحياة التي نعيشها جميعًا اليوم على الإنترنت، من المواعدة إلى البحث عن عمل، تُعتبر الصور الحديثة ذات الجودة العالية ضرورة أيضًا. فلا عجب أن تكون التطبيقات التجميلية التي تغطي العيوب الطبيعية في ثوانٍ أو كبسة زر، هي الأكثر رواجًا.

هذا وقد بدأ جراحو التجميل وأطباء الجلد في الآونة الأخيرة يلاحظون توجهًا مربكًا، حيث يقصدتهم المرضى جالبنين صورًا ذاتية، غالبًا ما تم تصفيتها وتحريرها بشكل كبير، مطالبينهم بإجراءات تجعلهم يبدوون مثل إصداراتهم المفلترة المثالية من أنفسهم.

وعليه جاءت دراستنا لهذا الموضوع الذي قمنا بتقسيمه إلى أربعة فصول:

شمل الفصل الأول: الأسس المفاهيمية.



حيث تعرضنا في الإطار المفهومي إلى صياغة الإشكالية بما فيها أسباب اختيار الموضوع، الأهمية والهدف منه.

كما أشرنا إلى مفاهيم تمس الموضوع، والتي تعتبر ضرورية لإعطاء صورة واضحة عن موضوع الدراسة، وتعرضنا لنظريات حول الموضوع، ثم تطرقنا إلى الدراسات السابقة التي كانت منطلق الأساسي لموضوع بحثنا. أما الفصل الثاني: تطرقنا إلى منصات التواصل الاجتماعي وظاهرة السالفي وظاهرة الفيلتر، وذلك بالتعرض إلى:

أولاً: منصات التواصل الاجتماعي، بما فيه المصطلحات المقاربة للمواقع التواصل الاجتماعي نشأته، أنواعه، خصائصه، تأثيراته ايجابية والسلبية.

ثانياً: ظاهرة السالفي؛ تناولنا فيها نشأة السالفي، أنواعها، تطبيقاتها، تأثيراتها الايجابية والسلبية. **ثالثاً:** تطرقنا إلى ظاهرة الفيلتر؛ بحيث تناولنا فلتر الصور على شبكات الاجتماعي ة، أنواع الفلاتر، تطبيقاتها، تأثيراتها الايجابية والسلبية.

أما الفصل الثالث: تطرقنا إلى معايير الجمال والصحة النفسية؛ وذلك بالتعرض إلى:

أولاً: تناولنا معايير الجمال اختلافاتها حول العالم، مقاييسها، علامات الجمال العالمية.

ثانياً: تطرقنا إلى معايير الصحة النفسية ومؤشراتها وخصائصها.

ثالثاً: أثرنا إلى العلاقة بين السالفي والفيلتر ومعايير الجمال والصحة النفسية لمستخدمين منصات التواصل الاجتماعي.

أما الفصل الرابع: قمنا بتحديد منهج الدراسة وأدوات جمع البيانات، وكذا مجالات الدراسة؛ المتمثلة في: المجال البشري، المجال المكاني، المجال الزمني.

كما قمنا بتحليل وتفسير البيانات الميدانية. فتناولنا كل العناصر التي تمت معالجتها في جانب النظري من الموضوع.

فكانت هذه الدراسة بمثابة إجابة لما تم طرح من تساؤلات في الإشكالية، وفي الأخير ختمت الدراسة بنتائج عامة للتساؤلات المطروحة في إشكالية البحث.



الفصل الأول: الإطار النظري والمفاهيمي للدراسة



تعتبر مواقع التواصل الاجتماعي من أهم الوسائل للاتصال بين الشباب التي تساهم في استخدام السالفي والفيلتر ولكن للأسف قد تعرض بمستخدميها بالاضطرابات نفسية وبتغيير نظرهم حول معايير الجمال ومحاولة فقد عمدنا إلى الدراسة هذا الموضوع ولتحديد أبعاده بشكل علمي ومنهجي دقيق فإننا حولنا طرح إشكالية الدراسة مع تحديد مجموعة من المفاهيم للدراسة ونظريات والدراسات السابقة لإزالة اللبس والغموض.

1. الإشكالية.

يؤثر التقدم التكنولوجي بشكل كبير على جوانب كثيرة من حياتنا وكلما ازداد هذا التقدم؛ كلما أثر في تغيير نمط حياة الأشخاص، ومع الاعتماد المتزايد على الانترنت، أصبح استخدام منصات التواصل الاجتماعي جزءاً أساسياً للتواصل اليومي واستقبال المعلومات لكثير من الأشخاص في العالم. أصبحت منصات التواصل الاجتماعي وسيلة عامة في العصر الحالي للتعامل مع الآخرين، في محيط اجتماعي، لمشاركة المعلومات والآراء والأفكار والرسائل، وغيرها من المحتوى المكتوب والمرئي والصوتي والملفات. وبظهور منصات رقمية جديدة وجذابة من قبيل فيس بوك وأنستغرام وسناب شات وتيك توك؛ أصبحت الأكثر حيوية، لأنها شبكة يتشارك مستخدميها الصور والفيديوهات مع أصدقائهم، ولا يختفي المحتوى بعد عرضه، وإذا تمت إضافته كقصة تختفي بعد 24 ساعة كما يستخدم هذه المواقع عند الدول الأوروبية وأمريكا وآسيا بشكل أكبر من الدول العربية.

مما شجع متصفح الانترنت من كافة أنحاء العالم على الإقبال المتزايد عليها، رغم الانعكاسات التي تصيب مستخدميها، خاصة المواقع التي تستخدم تغيير المظهر الخارجي عبر الفلاتر مثل: الأنستغرام والسناپ شات وتيك توك. والتي أصبحت من أهم وسائل التعبير عن الذات في العصر الحالي.

لكن التعديلات التي نجريها على صورنا بدءاً من تغيير لون بشرة وصولاً إلى تغيير لون العينين باتت تشكل إغراء لكثيرين بهدف إخفاء المظهر الحقيقي.

أصبحت ظاهرة السالفي جزءاً لا يتجزأ من الحياة الاجتماعية لدى الشباب، حيث يلجأ مشاهير وسائل التواصل الاجتماعي في الغالب إلى استخدام السالفي بشكل واسع ومستمر. قد يشير إلى الإصابة باضطراب نفسي لدى مدمنيه، عندما يتجاوز الأمر لحالة مزمنة والتي عادة ما تعكس الواقع.

حذرت دراسات مختلفة من أثر السالفي والفلاتر، وارتباطها برفع خطر الإصابة بـ "اضطراب تشوه الجسد"، وانعكاسه على الصحة النفسية والبدنية للمراهقين وحتى الكبار. إذ حذرت الرابطة الألمانية لأطباء



الأطفال والمراهقين من هذا. وبينت أن الاضطراب يندرج ضمن اضطرابات الوسواس القهري على معايير محددة من جمال، وفيه يشعر الشخص المصاب بقلق مفرط بسبب عيب في شكل أو معالم جسمه، ما يرفع خطر الإصابة بالاكتئاب أو محاولة الانتحار.¹

1. أسباب دراسة:

السبب الذي جعلنا نختار هذا الموضوع هو الاهتمام الكبير بالسالفي والفيلتر من قبل مستخدمين منصات التواصل الاجتماعية.

والرغبة في معرفة مدى تأثير الفلاتر على مستخدميها من خلال التطرق لأنواع ومظاهر وتطبيقات وإيجابيات وسلبيات، أضف إلى ذلك المشكلات التي أحدثتها مواقع التواصل الاجتماعي.

2. أهمية دراسة:

تظهر أهمية الدراسة وفعاليتها من خلال الإشكالية التي نسعى للإجابة عليها؛ بالتقصي العلمي وتبسيط الضوء على السالفي والفيلتر وأثره على مستخدمي منصات التواصل الاجتماعي.

3. أهداف دراسة:

نسعى للكشف عن علاقة التأثير والتأثر بين السالفي وفيلتر ومنصات التواصل الاجتماعي، ومحاولة الكشف عن انعكاسات الفلاتر على مستخدمي وسائل التواصل الاجتماعي ومن ثم وضع حلول لها. كذلك؛ تحديد الآليات التي تضبط آثار السالفي والفلاتر، وتحد من آثاره الجانبية على مستخدمي منصات التواصل الاجتماعي.

4. بناء على هذا الطرح الإشكالي فإن الدراسة تتحدد في السؤال المركزي التالي:

- هل أثر السالفي والفيلتر على نفسية مستخدمي منصات التواصل الاجتماعي؟
من خلال هذا التساؤل اشتققنا سؤالين فرعيين هما:

- ما مدى إدمان مستخدمي منصات التواصل الاجتماعي على السالفي والفيلتر؟

- هل أدى السالفي والفيلتر لتغيير نفسية المستخدمين نحو هوس جمالي؟

2. المفاهيم.

تستوجب الدراسة السوسولوجية تحديد المفاهيم بدقة التي لها علاقة بالظاهرة المراد دراستها وذلك حتى لا تترك مجالاً للتأويل، وفي دراستنا هذه سنقوم بتحديد المفاهيم الرئيسية والثانوية التي سنوظفها في البحث ونذكر منها:

¹ الفلاتر.. ادمان لجمال افتراضي ورفض للملامح الحقيقة، <https://alghad.com>، يوم الزيارة 22-03-2022



1. السالفي:

السالفي مصطلح حديث يعني الصورة التي يلتقطها المرء بنفسه معتمدا على كاميرا جهاز محمول كالهاتف، وقد شاع التقاط هذا النوع من الصور مع انتشار الهواتف الذكية بكاميرات جيدة والاعتماد على شبكات التواصل الاجتماعي بشكل متزايد.²

- السالفي أو الصورة الملتقطة ذاتيا وهي عبارة عن صورة شخصية يقوم صاحبها بالتقاطها لنفسه باستخدام آلة التصوير أو باستخدام هاتف ذكي مجهزة بكاميرا رقمية، ومن ثم يقوم بنشرها على الشبكات الاجتماعية (فيسبوك، أنستغرام، وغيرها).

ويقوم صاحبها بالتقاطها عبر الإمساك بآلة التصوير بيده وتوجيه الكاميرا إليه أو عبر توجيهها إلى مرآة عاكسة في حال ما إذا لم يتوفر الهاتف الذكي على كاميرا أمامية ويمكن الاستعانة بعصا السالفي للحصول على زاوية أوسع، لالتقاط الصورة الجماعية مثلا.³

*من خلال التعريفات السابقة يمكن الخروج بالتعريف الإجرائي التالي:

-السالفي هو عملية التقاط الصورة الشخصية ذاتيا أي التقاط الشخص الصورة بنفسه عن طريق كاميرا أمامية للهاتف الذكي عموما.

2. الفيلتر :

يعرف الفيلتر على أنه يستخدم لتزويد مؤثر الصورة التي سيتم عليها هذا الفيلتر أو تنقية صورة من شيء وهذا الشيء الذي ينقى لا يكون كثيرا.⁴

-والفلاتر كثيرة الاستخدام لأهميتها الكبيرة حيث أن هناك الكثير من التصاميم عبارة عن تداخل مجموعة من الفلاتر المميزة، كما أنها سهلة الاستخدام.

ومن هنا يمكن الخروج بالتعريف الإجرائي التالي:

الفيلتر هو أداة يستخدمها مستخدمي السالفي عبر مواقع التواصل الاجتماعي لتعديل الصورة وتحويلها وتغييرها من حيث تحسين الإضاءة والألوان وشكل الوجه.

3. مواقع التواصل الاجتماعي:

²موقع إلكتروني، السيلفي www.dw.com يوم الزيارة 2022_02_28 على الساعة 13:17

³موقع إلكتروني، السيلفي ar.m.wikipedia.org يوم 2022_02_28 على الساعة 13:40

⁴موقع إلكتروني https://romansiclake.ahlamontada.com التعريف بمعنى الفلاتر، الفرشة، يوم الزيارة 21.03.2022

على الساعة 22:04



- تعرف وسائل التواصل الاجتماعي على أنها عبارة عن منظومة من الشبكات الإلكترونية التي تسمح للمشارك فيها بإنشاء موقع خاص به ومن ثم ربطه من خلال نظام اجتماعي إلكتروني مع أعضاء آخرين لديهم الاهتمامات والهوايات نفسها.

- كما أنها شبكات اجتماعية تفاعلية تتيح التواصل لمستخدميها في أي وقت يشاؤون وفي أي مكان من العالم، وقد ظهرت على شبكة الانترنت منذ سنوات وتمكنهم أيضا من التواصل المرئي والصوتي وتبادل الصور وغيرها من الإمكانيات التي توحد العلاقة بينهم.⁵

* ومن هنا نرى بأن وسائل التواصل تساهم في عملية الاتصال بين الأشخاص حيث تساعد هذي الوسائل على تقريب المسافات من خلال سرعتها وسهولتها.

- كما تعرف مواقع التواصل الاجتماعي على أنها وسائل تواصل والتي من خلالها ينشئ المستخدم حساب يمكنه من التواصل عبر شبكة الانترنت مع غيره من الأشخاص إلكترونيا لمشاركة المعلومات والأفكار والآراء والرسائل وغيرها من المحتويات.⁶

- يتضح لنا أن مواقع التواصل الاجتماعي متعددة ومتنوعة من شكل لآخر أهمها الفيسبوك وأنستغرام حيث تساهم هذه المواقع في تبادل للأفكار والمعايير بين الأفراد. ومن خلال هذه التعريفات يمكن الخروج بالتعريف الإجرائي التالي: وسائل التواصل الاجتماعي هي مواقع تمكن مستخدميها من نشر أي محتوى نصي أو صوتي أو مرئي أو بيانات، لكي يستفيد منها كل شخص يرغب في ذلك بسهولة.

4. الصحة النفسية:

تعرف الصحة النفسية بأنها حالة دائمة نسبيا يكون فيها الفرد متوافقا نفسيا (شخصيا وانفعاليا مع نفسه وبيئته) ويشعر بالسعادة مع نفسه ومع الآخرين، ويكون قادرا على تحقيق ذاته واستغلال قدراته إلى أقصى حد ممكن، ويكون قادرا على مواجهة مطالب الحياة وتكون شخصية متكاملة سوية ويكون سلوكه عاديا ويكون حسن الخلق بحيث يعيش في سلامة وسلام.⁷

يتضح لنا هنا بأن الصحة النفسية عبارة الصحة النفسية عبارة عن حالة من العافية، يمكن فيها الفرد التكيف مع أنواع الإجهاد العادية والإسهام في المجتمع.

⁵-شتوان صافية، بومدين يوسف. أثر وسائل التواصل الاجتماعي على سلوك المستهلك تجاه الأزياء الانسانية، دراسة على عينة من الطالبات المحجبات في جامعة جيجل، الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية ص 30

⁶-مواقع التواصل الاجتماعي بين السلبيات واليجابيات، موقع إلكتروني Subal.sa يوم الدخول 2022_03_21 على الساعة 20:49

⁷ حامد عبد السلام زهران -الصحة النفسية والعلاج النفسي - دار النشر 16 جواد حسني -القاهرة-الطبعة الرابعة -2005-صفحة 10



- كما أنها حالة عقلية انفعالية سلوكية ايجابية (وليست مجرد الخلو من الاضطراب النفسي) دائمة نسبيا) تبدو في أعلى مستوى من التكيف النفسي والاجتماعي و البيولوجي حيث تفاعل الفرد مع محيطه (ذاته) ومحيطه الخارجي (الاجتماعي والفيزيقي الطبيعي) وحيث تقوم وظائفه النفسية بمهامها بشكل متناسق ومتكامل ضمن وحدة الشخصية .⁸

ومن خلال التعاريف السابقة يمكن الخروج بالتعريف الإجرائي التالي:

الصحة النفسية هي التوافق بين الوظائف النفسية والقدرة على مواجهة الأزمات النفسية التي يتعرض الفرد لها ثم الإحساس الإيجابي والتقبل الذاتي وتحقيق التوافق الشخصي والبيئي.

5. الجمال:

ذهب "ديفيد هيوم" إلى أن الجمال ليس سمة أو صفة في الأشياء بل في العقل الذي يتأملها وعلى هذا الأساس يمكن فهم قوله بأن الجمال هو انتظام الأجزاء وتفاعلها على نحو يجعل الجميل يبعث الفرح والسرور في النفس وأضاف من ناحية أخرى أن اللذة والألم يؤلفان ذات الجمال و القبح.⁹

* يقصد "ديفيد هيوم" «بأن الجمال لا يعد ميزة في الأشياء في حد ذاتها بل هو موجود في العقل الذي يتأمله وكل عقل يتأمل جمالا مختلفا.

- أما "ألكسندر باومجارتن" فقد رأى بأن الجمال هو الكمال الواضح للذوق والنقص المقابل هو القبح والكمال إذا أصبح موضوعا لمعرفة متميزة اتصف بالحق أما إذا طبق على السلوك يعرف بالخير أما إذا كان موضوعا لشعورنا واحساساتنا فإنه يصير جمالا.¹⁰

* يقصد "ألكسندر باومجارتن" أن الجمال هو علم تجارب الشعور والإحساس، (وهي الشقيقة) والجمال هو أكثر المعارف مثالية.

ومن هذه التعريفات يمكن الخروج بالتعريف الإجرائي التالي:

الجمال هو نوع من الفن يوقظ الدهشة والأحاسيس والمشاعر الإنسانية داخلنا، كما أن الجمال يكمن في كل شيء حولنا.

⁸ موقع إلكتروني www.specialegypt.com الصحة النفسية مفهومها وأهدافها وأسبابها ومعاييرها يوم 21_03_2022 على

الساعة 23:01

⁹ عزت السيد أحمد. الجمال و علم الجمال. حدوس و إشرقات. الطبعة الثانية. عمان. 2013، ص23

¹⁰ -مرجع نفسه، ص24



3. المقاربة النظرية.

التفاعلية الرمزية:

تعتقد النظرية التفاعلية الرمزية أن "الحياة الاجتماعية التي نعيشها ما هي حصيلة التفاعلات التي تقوم بين البشر والمؤسسات والنظم وبقية الكائنات الحية والميتة وهذه التفاعلات تكون ناجمة عن الرموز التي كونها الأفراد نحو الآخرين بعد التفاعل معهم".¹¹

يعرف هربرت بلومر التفاعل الرمزي بأنه: خاصية مميزة وفريدة للتفاعل الذي يقع بين الناس، وتتمثل في أن البشر يتصرفون حيال الأشياء على أساس ما تعنيه بالنسبة لهم، أي من خلال المعاني المتصلة بها وهذه المعاني هي نتاج للتفاعل الاجتماعي في المجتمع الإنساني، وهي تحول وتعديل ويتم تداولها عبر عملية تأويل يستخدمها كل فرد في تعامله مع الإشارات التي يوجهها.¹²

إن عملية التفاعل بين الأفراد يمكنهم القدرة على اعتبار كل واحد منهم رمز ذو قيمة محددة و لهذا الرمز قيمة محددة، وعندما يصل تقييم الجماعات للفرد ويشكل رمز فإن الفرد يبدأ بتقييم نفسه وفقاً لتقييم الآخرين له وهو يتفق مع جورج هربرت ميد في أن التفاعل الرمزي هو السمة المميزة للتفاعل البشري و أن تلك السمة الخاصة تنطوي على ترجمة رموز و أحداث للأفراد و أفعالهم المتبادلة من خلال شبكات التواصل الاجتماعي.¹³

من هنا نرى أن منظور التفاعلية الرمزية يعد الإطار المناسب لدراسة أثر السالفي والفيلتر على معايير الجمال ونفسية المستخدمين لمنصات التواصل الاجتماعي.

فالأفراد يتفاعلون من خلال مشاركات ولتسهيل عملية تواصل بين البشر استخدام شبكات التواصل الاجتماعي وذلك عبر التفاعل من خلال منشورات أو محادثات أو المكالمات الصوتية والمرئية. كما تهدف لبناء وتسهيل التواصل بين المجتمعات في جميع أنحاء العالم، وذلك عبر مشاركة الأشخاص اهتماماتهم ونشاطاتهم وآراءهم عبر تلك التطبيقات.

كما أدت القدرة على مشاركة المحتوى من صور و منشورات و أحداث إلى تغيير الطريقة التي نعيش بها وأضافت إلى التطورات التقنية التي أصبحت في حياتنا اليومية التي صارت العيش صعباً بدونها كما زودت

¹¹-مرجع نفسه ص 74

¹²-محمد عبد الكريم الحوراني، النظرية المعاصرة في علم الاجتماع، الطبعة الأولى، دار نشر مجدلاوي، عمان، 2007، ص28

¹³-إحسان محمد الحسن: النظريات الاجتماعية المتقدمة، مرجع سابق ص82



معظم الهواتف الذكية بعدسات تصوير السالفي، ورغم ولع البشر لعقود طويلة بتصوير أنفسهم و غيرهم، إلا أن عدسات تصوير السالفي طورت الموضوع و بالغت فيه حتى صار يتبعها نشر صور السالفي في الوقت الذي صُممت فيه الفلاتر عبر تطبيقات منصات التواصل الاجتماعي لتعزيز الصور وجعلها أكثر جمالا وجاذبية؛ تحولت بعد ذلك لأداة تلغي الهوية الحقيقية للفرد، بل تغير بشكل كبير في شكله في سعي منه لاكتساب أكبر قدر من التفاعل والإعجاب من المحيطين.

2.3. نظرية التبادل الاجتماعي:

نظرية التبادل الاجتماعي عند بيتر بلاو: لقد مثل مقصود القوة عند بيتر بلاو جزءاً مركزياً في أطروحته التبادلية، لقد أراد بلاو توظيف مقصود القوة في التبادل الاجتماعي في عمله الرئيسي، التبادل والقوة في الحياة الاجتماعيّة. مركز رفع و تحميل صور وملفات صوتية ومرئية بروابط مباشرة وأحجام ضخمة للأبد مع إمكانية إدارة ملفاتك.¹⁴

يبدأ التبادل الاجتماعي عند هومنز من تفاعل الأفراد التقابلي (وجهًا لوجه) عاكسًا الأوجه النفسية و الاقتصادية و الاجتماعيّة لتكون قاعدة لعملية التبادل فيما بعد بين المتفاعلين قوامها (أي قاعدة) أهداف و غايات اجتماعية كالسمعة و الاعتبار و الاحترام والتقدير و النفوذ الاجتماعي، وليس المنفعة المادية الصرفة لأنها ليست دائماً هدف التبادل الاجتماعي، ولأن الفرد داخل جماعته يشترك في عدة عمليات تبادلية مستمرة تستهدف القبول الاجتماعي من قبل أعضاء جماعته و احترامهم له الذي يزيد من اعتباره الاجتماعي و مكانته الاجتماعيّة و بدوره يكتف من تماثله الاجتماعي لقواعد جماعته.¹⁵

في ضوء هذه النظرية تم تحديد مشكلة البحث في التعرف على أثر السالفي والفيلتر على معايير الجمال ونفسية المستخدمين لمنصات التواصل الاجتماعي حيث قدمت تفسير على تبادلات اجتماعية التي تحدث داخل مجتمع لغايات محددة من خلال النشر الصور وفيديوهات لتعبير عن حالة ومشاركتها واستقبال آراء وتبادل الفكري على منصات التواصل الاجتماعي.

¹⁴ موقع إلكتروني، مبادئ نظرية التبادل الاجتماعي-ووردز، <https://arwordshub.com> على ساعة 19:00/01/05/2022

¹⁵ د. معن خليل عمر نظريات معاصرة في علم لاجتماع، دار للنشر الشروق، الأردن، طبعة الاولى 2005 ص172



3.3. نظرية الاستخدامات والإشباع:

"تتم هذه النظرية بدراسة الاتصال الجماهيري دراسة وظيفية منظمة، حيث تحولت النظرة إلى الجماهير في هذه النظرية من كونها عنصراً سلبياً غير فعال إلى كونها عنصراً فعالاً و نشطاً في انتقائها للرسائل والمضامين التي تفضلها من وسائل الإعلام المختلفة، وأن الجمهور يتعرض لهذه الرسائل والمضامين لإشباع رغبات كامنة، استجابة لدوافع الحاجات الفردية لديه.¹⁶

وتركز نظرية الاستخدامات والإشباع على الأهداف التالية:

(1) "تفسير وتحليل كيفية استخدامات الجمهور لوسائل الإعلام المختلفة لإتباع حاجاتهم وتوقعاتهم".

(2) التعرف على دوافع وأنماط وخصائص تعرض الجمهور لوسائل الإعلام.

(3) "معرفة حقيقة لوظائف التي تقوم بها وسائل الإعلام المختلفة من خلال قياس النتائج المرتبة على التعرض لتلك الوسائل".¹⁷

وتقوم نظرية الاستخدامات والإشباع على مجموعة من الفروض:

(1) الجمهور المستخدم للوسائل الإعلامية هو جمهور نشط واستخدامه لوسائل الإعلام هو استخدام موجه لتحقيق أهداف معينة.

(2) يختار الفرد الوسيلة الإعلامية التي تلي احتياجاته، وذلك يؤكد وجود علاقة بين إشباع حاجة معينة واختيار الفرد وسائل إعلامية معينة.

3. تتنافس الوسائل الإعلامية مع المصادر الأخرى لإشباع حاجات الأفراد، وهذا ما عبر عنه كلاري بتأثيرات العوامل الوسيطة.¹⁸

ومن هنا نرى أن هذه نظرية تؤكد على تحديد استخدامات لمنصات التواصل الاجتماعي وأدوات الربط لكيفية إشباع منها وكشف عن دوافع استعمال صور مصورة عن طريق سيلفي بالفلاتر متنوعة لتلبية حاجات الفرد.

¹⁶د. علي باقطين مجلة الإعلام و الفنون دور مواقع التواصل الاجتماعي في نشر الشائعات من وجهة نظر أعضاء الهيئة التدريسية في جامعة لندن، السنة الأولى، العدد الرابع (مارس 2021) ص 667

¹⁷الطرايشي، ميرفت و السيد عبد العزيز. نظريات الإتصال، القاهرة، دار النهضة العربية 2006 صفحة 246

¹⁸الطرايشي، مرجع نفسه ص 112



4. الدراسات السابقة.

تعتبر الدراسات السابقة من أهم وأبرز القواعد الأساسية التي يعتمد عليها الباحث لبناء بحث علمي له مرجعية علمية، فالدراسات السابقة تعطي للباحث تراكماً معرفياً تساعده على التعرف أكثر بموضوعه. وفيما يخص موضوعنا وجدنا دراسات مشابهة له مكنتنا من فهم واستيعاب موضوعنا بمختلف أنواعه فوجدنا أن هناك دراسات تشابهت مع موضوع: أثر السالفي على معايير الجمال والصحة النفسية لمستخدمي منصات التواصل الاجتماعي.

1.4. ملخص الدراسات:

الدراسة الأولى:

-بودريالة عبد القادر بعنوان: التصوير الذاتي (سيلفي) تواصل اجتماعي أو اضطراب نفسي؟ طبقت على 50 مستخدماً في ولاية البليدة حيث هدفت للتعرف على السالفي، وإبراز المناسبات التي يفضل أفراد العينة التقاط صور السالفي فيها، ومعدل الالتقاط لدى المستخدمين، وقد اعتمد الباحث على منهج المسح بشقيه الوصفي والتحليلي واختياره للاستبيان كأداة لجمع البيانات، وتوصل من خلال هذه الدراسة إلى:

*يفضل المستخدمون التقاط صور السالفي في المناسبات العائلية أو خلال الخرجات والرحلات وكذا المناسبات الخاصة.

*الأشخاص الذين يرتبطون بتصوير السالفي وقضاء وقت طويل في تعديل الصور ونشرها على مواقع التواصل الاجتماعي و يركز اهتمامهم على ذاتهم بشكل أكبر و يعتقدون أنهم أكثر ذكاء وجاذبية وأفضل من الآخرين بالإضافة إلى وجود مشاكل في الشعور بالأمان والسلوك المتهور وعدم التعاطف ومراعاة الآخرين بالإضافة إلى عدد سمات معاداة المجتمع والميل إلى تضخيم الذات.¹⁹

الدراسة الثانية:

عبد الكريم على الدبسي وزهير ياسين الطاهات: دور شبكات التواصل الاجتماعي في تشكيل الرأي العام لدى طلبة الجامعات الأردنية:

¹⁹بودريالة عبد القادر-التصوير الذاتي تواصل اجتماعي أو اضطراب نفسي-دراسة ميدانية -مجلة الباحث في العلوم الانسانية و الاجتماعية-



استخدمت هذه الدراسة للتعرف على مدى انتشار شبكات التواصل الاجتماعي الرقمية بين طلبة الجامعات الأردنية، ومعدلات استخدامها ومعرفة مدى الحرية المتاحة للطلبة في استخدام هذه الشبكات كأدوات للتعبير عن الرأي وطبقة هذه الدراسة على 127 طالباً و173 طالبة، الدارسين بالجامعات الأردنية ويتمثل الجنس من حيث العمر.

- وبالنسبة لمتغير استخدام الأنترنت فقد بلغ عدد اللذين يستخدمون الأنترنت 291 وبنسبة 97% من مجموع العينة واحتلوا المرتبة الأولى، بلغ عدد الذين لا يستخدمون الأنترنت 9 واحتلوا المرتبة الثانية وبنسبة 3%، وقد توصلت هذه الدراسة إلى:

- كشف نتائج الدراسة أن النسبة الكبرى من طلبة الجامعات الأردنية يتمتعون بحرية استخدام شبكات التواصل الاجتماعي.

أن استخدام طلبة الجامعات الأردنية لشبكات التواصل له عدة إيجابيات و سلبيات، ومن أبرز السلبيات هدر الوقت والجهد وتشويه وتحريف الحقائق، وترويج الشائعات، ويعد ذلك من بين أهم العوامل المؤثرة في تشكيل اتجاهات الرأي العام لدى طلبة الجامعات الأردنية.²⁰

الدراسة الثالثة:

سامية متاجر - حنان قندوز: تأثير استخدام وسائل الاتصال الحديثة على العلاقات الاجتماعية

ة لدى الشباب الجامعي - الصورة الذاتية "سيلفي" نموذجاً.

طبقت هذه الدراسة على 100 فرد من شباب جامعة الجليلي بونعامة خميس مليانة، وقد اعتمد الباحثين على استخدام المنهج المسحي الذي يسمح بدراسة عدد كبير من المتغيرات في وقت واحد، كما استخدمنا الاستبيان كأداة لجمع البيانات.

وقد أظهرت النتائج أن أغلبية الطلبة الجامعيين يستخدمون السالفي بشكل وهو تقنية تصوير جديدة يفضلونها الشباب كما أن أغلب الذكور من الطلبة الجامعيين يجذبون وضع صور السالفي في مواقع التواصل الاجتماعي ومشاركتها مع الأصدقاء على عكس فئة الإناث حيث أن النسبة الغالبة كانت رافضة لمشاركة الصور على مواقع التواصل الاجتماعي ويرجع سبب الرفض إلى عامل الخصوصية.²¹

²⁰عبد الكريم علي الدبسي وزهير ياسين الطاهات- دور شبكات التواصل الاجتماعي في تشكيل الرأي العام لدى طلبة الجامعات الأردنية- دراسات العلوم الانسانية و الاجتماعية-المجلد 40-2013

²¹سامية متاجر - حنان قندوز- تأثير وسائل الاتصال الحديثة على العلاقات الاجتماعية لدى الشباب الجامعي - الصورة الذاتية "سيلفي" نموذجاً - دراسة مسحية على عينة من طلبة جامعة خميس مليانة - مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر في علوم الإعلام والاتصال تخصص وسائل الإعلام والتنمية المستدامة جامعة الجليلي بونعامة خميس مليانة -2016_2017



2.4. تعقيب على الدراسات السابقة:

تعد هذه الجزئية من ضمن الخطوات المنهجية التي تساعدنا على تحديد الكثير من الإجراءات المنهجية الخاصة بالجانب الميداني لهذه الدراسة فهذا هو الهدف الأساسي من استعراض الدراسات السابقة التي لها علاقة مباشرة وغير مباشرة بموضوعنا مما أفادتنا هذه الدراسات في بناء إشكالية الدراسة و صياغة تساؤلاتها المنبثقة عنها، كما ساعدتنا النتائج التي توصلنا إليها هذه الدراسات في الانطلاق منها في دراستنا الراهنة من خلال التطلع على مجموعة من المعلومات والمعارف العلمية التي نخدم بحثنا وتخطي الصعوبات التي تواجهنا في المجتمع وهو قطاع التعليم العالي كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية وفي المنهج المستخدم للدراسة.

خلاصة الفصل:

هذا الاخير فمن خلال معالجة بأسلوب علمي ومنهجي المتمركز على مفاهيم دقيقة في الدراسة وعلاقتها مع المفاهيم على أساس تحديد اشكالية واضحة مع ابراز المشاهدة لها والنظريات المقاربة لدراستنا والدراسات السابقة التي تناولت لموضوعنا والاكمال هذه الدراسة كل ما يتعلق بمنصات التواصل الاجتماعي والسالفي والفيلتر وهذا ما سنتناوله في الفصل الموالي.



الفصل الثاني: السالفه
والفيلتر في منصات التواصل
الاجتماعي.



الإنسان بطبعه خلق للتواصل مع غيره وتكوين علاقات اجتماعية، حيث أصبح هذا التواصل يتطلب وجود وسائل لتسهيل هذه العملية وخاصة مع انتشار الكثير من مواقع التواصل الاجتماعي والتطبيقات المتنوعة عبر العالم، واعتماد الأفراد عليها بشكل كبير، وبالتالي فقد أصبح الأفراد يشاركون صورهم لوصف يومياتهم في هذه المواقع ومن خلال تطبيقات السالفين والفلاتر التي لاقت شعبية من طرف الشباب.

1. منصات التواصل الاجتماعي:

1.1. نشأة منصات التواصل الاجتماعي:

يعتبر موقع Gegocilie هو أول شبكة اجتماعية ظهرت في الولايات المتحدة الأمريكية على أنترنت عام 1994، وتلاه بعام موقع theglobe.com ثم موقع clossmates.com عام 1995 م، لربط بين زملاء الدراسة، وموقع Sixdehrees.com عام 1997، الذي ركز على الروابط المباشر بين الأشخاص، وظهرت في هذا الموقع الملفات الشخصية للمستخدمين وخدمة إرسال الرسالة الخاصة لمجموعة من أصدقاء.

وخلال هذه الفترة ما بين 2002م و2004م بلغت شعبية شركات التواصل الاجتماعي الرقمية عبر العالم ذروتها من خلال ظهور ثلاثة مواقع كل أولها Myspace ثم تلاه موقع Friends ter ثم موقع Facebook الذي ظهر عام 2003م الذي أصبح بسرعة من أهم المواقع الاجتماعية وأكثرها شعبية وفي منتصف 2005م كان موقع ماي سبيس Myspace مقصدا مشهورا لطلبة المدارس الثانوية في شتى أرجاء ولايتي المتحدة الأمريكية، لكن المراهقين من بلدان الأخرى كانوا موزعين على مواقع الشبكات الاجتماعية الأخرى وظهرت أنواع أخرى من الشبكات الاجتماعية التي نتمم بالصور مثل موقع "فلوكر" الذي ظهر عام 2004م وموقع يوتيوب YouTube الذي ظهر عام 2005م ويهتم بنشر مواقع الفيديو.

- والواقع ان الشبكات الاجتماعية على الويب هي مواقع اسستها أفراد وتتبعها شركات كبرى فيما بعد وتهدف هذه الشبكات الاجتماعية الى جمع الاصدقاء والمعارف والاقارب وزملاء الدراسة والعمل في مكان واحد على الويب، والتشارك في الآراء والاهتمامات والتعليقات والاحبار، وتكوين صدقات جديدة وبرؤية اجتماعية فان الشبكات الاجتماعية هي بديل افتراضي للجماعات الاجتماعية الحقيقية التي تراجعت بسبب تغير اساليب الحياة وسرعة ايقاعها، وتباعد المسافات العاطفية والنفسية بين البشر بحكم تطور تكنولوجيا الاتصال الحديثة.



- نرى من خلال هذا ان مواقع التواصل الاجتماعي لاقت شعبية كبيرة من طرف الأشخاص في جميع أنحاء العالم، الأمر الذي يساهم بشكل فعال في تطوير هذه المواقع من خلال جعلها مقصدا للتواصل بين مستخدميها ومشاركة الآراء والاهتمامات وتقريب المسافات.¹

2.1. أنواع مواقع التواصل الاجتماعي:

ان مواقع التواصل الاجتماعي متنوعة ومتعددة من شكل لآخر، حيث تساهم هذه المواقع في تبادل الافكار بين المستخدمين وبالتالي فان لمواقع التواصل الاجتماعي انواع كبيرة نذكر منها:

1.2.1. الفيس بوك:

يعرف الفيس بوك على أنه: موقع الكتروني للتواصل الاجتماعي، أي أنه يتيح عبره الأشخاص العاديين والاعتباريين (كالشركات) ان يبرز نفسه وان يعزز مكانته عبر ادوات المواقع للتواصل مع اشخاص اخرين ضمن نطاق ذلك الموقع او عبر التواصل مع مواقع تواصل اخرى، وانشاء روابط تواصل مع الآخرين يحتوي الفيس بوك على عدة مميزات نذكر منها:

- (1) **الملف الشخصي:** فعندما تشترك بالموقع عليك أن تنشئ ملفا شخصيا يحتوي على معلوماتك الشخصية، من اجل التواصل مع الآخرين
- (2) **اضافة صديق:** وبها يستطيع المستخدم إضافة أي صديق وان يبحث عن اي فرد موجود على شبكة الفيس بوك بواسطة بريده الالكتروني.
- (3) **التعليقات:** وهي سمة متعلقة بالتدوين تسمح بإضافة العلامات والصور التي يمكنها تصنيفها ويمكن المستخدمين من جلب المدونات من المواقع الأخرى التي تقدم خدمات الادوين.
- (4) **انشاء مجموعة:** نستطيع من خلالها انشاء مجموعة الكترونية على الانترنت ان تنشئ مجتمعا الكترونيا يجتمع حول قضية معينة سياسية كانت ام اجتماعية.
- (5) **لوحة الحائط:** وهي عبارة عن مساحة مخصصة لصفحة الملف الشخصي لأي مستخدم، بحيث تتيح للأصدقاء إرسال الرسائل المختلفة لهذا المستخدم.
- (6) **النكزة:** يرتاح للمستخدمين إرسال نكزة افتراضية لإثارة انتباه بعضهم إلى بعض وهي عبارة عن أشعار ويظهر للمستخدم بان أحد الأصدقاء يقوم بترحيب به.

¹ميمي محمد عبد المنعم توفيق _ شبكات التواصل الاجتماعي (النشأة والتأثير). مجلة كلية التربية جامعة عين شمس 193_ العدد 24، الجزء الثاني 2018 ص 21، 22



- (7) الصور: تمكن هذه الخاصية المستخدمين من تحميل الألبومات والصور من الأجهزة الشخصية إلى المواقع وعرضها.
- (8) الحالة: تتيح للمستخدمين إمكانية ابلاغ اصداقائهم بأماكنهم وما يقومون به من اعمال في الوقت الحالي
- (9) التغذية الإخبارية: تقوم بتمييز بعض البيانات مثل التغيرات التي تحدث في الملف الشخصي، وكذلك الأحداث المرتقبة وأعياد الميلاد الخاصة بأصدقاء المستخدم.
- (10) الهدايا: تتيح للمستخدمين إرسال هدايا افتراضية الى اصداقائهم تظهر على الملف الشخصي للمستخدم الذي يقوم باستقبال الهدية.¹

2.2.1. الواتساب:

يعرف الواتساب بأنه تطبيق مراسلة فورية يمكن استخدام ه عبر أنواع مختلفة من الاجهزة. كأجهزة الهواتف الذكية التي تشكل الأجهزة التي تعمل بنظام الأيقونة والأجهزة التي تعمل بنظام الأندرويد. بالإضافة إلى اجهزة الكمبيوتر. ويعتبر الواتساب أحد أكثر تطبيقات المراسلة الفورية انتشارا وشيوعا في العالم، نظرا إلى كونه مجاني، ويمكن استخدام ه للتواصل مع المستخدمين الآخرين من خلال شبكة الانترنت. يوجد العديد من الخدمات التي يوفرها تطبيق الواتساب لمستخدميه ومن هذه الخدمات نذكر ما يلي:

- (1) المكالمات الصوتية والمرئية: توفر للمستخدمين إمكانية اجراء مكالمات صوتية او مكالمات فيديو مع المستخدمين الآخرين سواء بشكل منفرد او من خلال اجراء اتصال مع مجموعة من المستخدمين
- (2) الدراسة النصية: يمكن انشاء الرسائل النصية وارسالها عبر الواتساب بشكل امن.
- (3) الدراسة الصوتية: يوفر إمكانية انشاء رسائل صوتية وارسالها الى اي مستخدم او مجموعة عبر التطبيق.
- (4) مشاركة الوسائط المتعددة: مشاركة الصور ومقاطع الفيديو وارسالها للمستخدمين الآخرين عبر الرسائل كما يمكن إرسال المستندات المختلفة كملفات (PDF) مثلا.
- (5) الوصول الى سطح المكتب: يوفر الواتساب لمستخدمي اجهزة الكمبيوتر نسخة وإصدار خاصا وهو ما يعرف ب (Watts pveb)²

¹ لحبيب بن عربية. صلاح الدين صوالحي. دور الفيس بوك في نشر الوعي البيئي-مجلة الميدان للعلوم الانسانية و الاجتماعية. المجلد 03/العديد 03.2021. ص 143.152. صفحة

²- ما هو واتساب: mawdoo3.com



3.2.1. أنستغرام:

يعد الأنستغرام أحد شبكات التواصل الاجتماعي، أطلق في أكتوبر عام 2010 ويستخدم لالتقاط الصور الفوتوغرافية والفيديو وتعديلها ثم مشاركتها، كما انه يعتبر من تطبيقات التواصل الاجتماعي، حيث أنه مخصص لمشاركة الصور ومقاطع الفيديو من الهواتف الذكية كغيره من مواقع التواصل، وعندما ينشئ الشخص حسابا عليه فانه يظهر له الملف الشخصي الخاص به، كما يستمكن من نشر صورة او مقطع فيديو. ثم يتم عرضها على ذلك الملف. ويستطيع المتابعون لهذا الشخص رؤية المنشور وكذلك سيرى الشخص مشاركات الآخرين الذين يتابعهم، ومن الجديد بالذكر أنه يمكن التفاعل مع مستخدمي الأنستغرام عن طريق متابعتهم والتعليق لهم، والاعجاب بمشاركاتهم ويوجد ايضا ميزة الرسالة الخاصة وحفظ الصور الموجودة عليه.¹

4.2.1. اليوتيوب:

يلقب بعملاق الفيديو. تم انشاؤه سنة 2005 بواسطة ثلاثة موظفين يعملون في شركة PayPal المتخصصة في التجارة الالكترونية، وصنف الموقع كأكبر تجمع للفيديوهات التي يضعها المستخدمون بأنفسهم عن طريق التسجيل في الموقع ويعلقون عليها حق الى بعض المتخصصين في مجال التقنية أطلقوا عليه لفظ "عملاق الفيديو" لاحتوائه على ملايين الفيديوهات من كافة أنحاء العالم. من فوائن اليوتيوب أنه لا يسمح بمشاركة افلام معا حقوق نشر محفوظة دون موافقة صاحبها كما لا يسمح بمشاركة الافلام الاباحية او التي تسيئ لشخصيات معينها الاعلانات التجارية او الافلام التي تشجع الناس على الإجرام، لكن رغم هذا لم يفلت من تجاوزات المستخدمين في بث مضامين تحل بقوانين الموقع من خلال عناوين ملغمة والتستر خلف حسابات وجنسيات توهيميه.²

5.2.1. تويتير:

يعرف على أنه احد الشبكات الاجتماعية وهو يسمح لمستخدميه بنشر رسائل قصيرة التي يمكن لمستخدمي التويتير الآخرين رؤيتها، وتعرف هذه الرسائل التغريدات (Tweet) ويمكن لهذه الرسائل ان تشمل حوالي 140 حرف أو أقل وتأسس موقع تويتير عام 2006 وكان عدد المشتركين بين مستخدمي تويتير

تاريخ الزيادة يوم 02 مارس 2022. على الساعة 19.51

¹د. فوزية عبو. مواقع التواصل الاجتماعي واثرها على العلاقات الزوجية دراسة اتنوغرافين على عينة من الاسس بولاية مستغانم المجلة الجزائرية لبحوث الاعلام والرأي العام. المجلد 03 العدد 02 ديسمبر 2020م ص 280_ 292 صفحة 07

²أ. عنيفة عز الدين _أ. ايمان عبادي _موقع التواصل الاجتماعي "يوتيوب" ودوره في تفعيل العملية التعليمية. دراسة تحليلية لقناة بدون اطالة التعليمية. مجلة الباحث للعلوم الرياضية والاجتماعية العدد 04. صفحة 05.



اعتباراً من عام 2008 من 04 إلى 05 ملايين مستخدماً، وكان ثالث أكثر مواقع الشبكات الاجتماعية انتشاراً بعد موقع الفيس بوك. ونتي سيبس (Myspace)، وقد استخدم مستخدمي التويتر التطبيق في التواصل الأساسي بين الأصدقاء والعائلة أو كطريقة للتعريف بحدث معين.¹

البحث إلى 1.6 مليار في اليوم الواحد. في عام 2013. كان تويتر واحد ضمن قائمة أكثر 10 مواقع زيارة في العالم.

اعتباراً من 2016 صار لدى تويتر أكثر من 319 مليون مستخدم نشط شهرياً، وزادت شهرته بشكل كبير للغاية خلال انتخابات الرئاسة الأمريكية 2016 حيث اثبت الموقع فعلياً أنه مصدر الأخبار العاجلة حيث نشرت أكثر من 40 مليون تغريدة متعلقة بالانتخابات.²

في الأخير:

ويعني ذلك أن مواقع التواصل الاجتماعي لها عدة أنواع مختلفة ولكن موقع مميزات وخصائص تميزه عن الآخر واختلاف هذه الأنواع هو ما زادها أهميته ومقصداً كبيراً لدى المستخدمين.

3.1. خصائص مواقع التواصل الاجتماعي:

لدى مواقع التواصل الاجتماعي أهمية كبيرة في الحياة الاجتماعية من خلال تنوعها وتعددتها حيث أنها تسمح للأفراد بتكوين علاقات اجتماعية والتعريف عن أنفسهم من خلال الحسابات المنشأة على هذه المواقع والمشاركة في الشبكات الاجتماعية، وتتميز مواقع التواصل الاجتماعي بعدة خصائص متنوعة، وهذا ما ساهم في انتشارها وتسارع الأفراد لاستخدامها، ومن هذه الخصائص نذكر ما يلي:

- (1) الشمولية: حيث تلقى الحواجز الجغرافية والمكانية تلقى من خلالها الحدود الدولية، حيث يستطيع الفرد في الشرق التواصل مع فرد في الغرب من خلال الشبكة بكل سهولة.
- (2) التفاعلية: فالفرد منها كأنه مستقل وقارئ فهو مرسل وكاتب ومشارك فهي تلقي السلبية في الإعلان القديم، والصحف الورقية تعطي حيزاً للمشاركة الفاعلة من المشاهد والقارئ.
- (3) تعدد الاستعلامات: مواقع التواصل سهلة ومرئية ويمكن استخدامها من قبل الطلاب في التعليم، والعالم لبت علمه وتعليم الناس والكاتب للتواصل مع القراء، وأفراد المجتمع للتواصل هكذا.

¹ فوزية عيو - مربع سابق صفحة 6

² تويتر . https://atm_wikipedia.org تاريخ الزيارة 02 مارس 2022_ الساعة 15.20



(4) سهولة الاستخدام: الشبكات الاجتماعية تستخدم بالإضافة للحروف وبساطة اللغة

تستخدم الرموز والصور التي تسهل للمستخدم نقل فكرته والتفاعل مع الآخرين

(5) اقتصادية في الجهد والوقف والمال: في ظل مجانية الاشتراك والتسجيل فالكمل يستطيع امتلاك

حيز على الشبكة للتواصل الاجتماعي وليس ذلك حكرا على اصحاب الأموال، أو حكرا

على جماعة دون اخرى.

(6) التنوع: يستخدمها الطالب بالتعلم والعالم ينشر علمه وتعليم الناس والكاتب للتواصل مع

القارئ.

(7) التلقائية: يتم التواصل عبر شبكات التواصل الاجتماعي بتلقائية، وغير رسمي. فليس هناك

تخطيط أو تنسيق للتواصل بين الاعضاء وكذلك وعدم وجود لوائح وقيود وتنظيمه تحكم على

ذلك التواصل فهو يتسم بالتلقائية.¹

2. الانعكاسات الايجابية والسلبية لمواقع التواصل الاجتماعي:

تعتبر مواقع التواصل الاجتماعي مظهر من مظاهر العولمة لأنها تجعل العالم كمدينة القرية صغيرة،

وهذه المواقع الاجتماعية تتميز بالعديد من الايجابيات التي لا يمكن تجاهلها ولكن برغم من هذا فأنها تؤثر

في حياة البشر بالسلب كذلك.

1.2. ايجابيات مواقع التواصل الاجتماعي:

(1) نافذة مطلة على العالم: حيث وجد الملايين من ابناء الشعوب الاجنبية والعربية بشكل

خاص في الشبكات الاجتماعية نافذة حرة لهم الاطلاع على افكار وثقافات العالم

باسره.

(2) فرصة لتعزيز الذات: يمكن فرصة لخلف كيان مستقل في المجتمع يعبر به عن ذاته، فانه

عند التسجيل بمواقع التواصل الاجتماعي وتعبئة البيانات الشخصية يصبح لك كيان

مستقل وعلى الصعيد العالمي.

(3) منير للرأي والرأي الآخر: من خصائص مواقع التواصل الاجتماعي سهولة التعديل على

صفحاتها، وكذلك حرية إضافة المحتوى الذي يعبر عن فكره ومعتقداته والتي قد تتعارض

¹عنون أسيا، انعكاسات استخدام شبكات التواصل الاجتماعي على القيم الاخلاقية لدى الطالبات الجامعية. دراسة على عينة من مستخدمي الفيس بوك، بجامعة الطارف-مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر أكاديمي تخصص. علم اجتماع الاعلام و الاتصال_كلية العلوم الاجتماعية و الانسانية_جامعة الشاذلي بن جديد.الطارف.2017_2018 صفحة 42_43.



مع الغير، فالمجال مفتوح امام حرية التعبير مما جعل مواقع التواصل الاجتماعي أداة قوية للتعبير عن الميول والاتجاهات والتوجهات الشخصية اتجاه قضايا الامم المتحدة.¹

(4) صدر جديد الاخبار العاجلة والآتية: حيث اصبحت مواقع التواصل الاجتماعي عامة، والفيس بوك خاصة من أهم مصادر الاخبار العاجلة. مما اجبر اكبر الوكالات الاخبارية بالعالم استخدام هذه الشبكات للبقاء على تواصل مع جمهورها.²

(5) تقديم فرصة رائعة الاعداد روابط الصداقة القديمة: حيث بإمكانك من خلال هذه المواقع ان تبحث عن اصدقاء دراسة او العمل ممن اختفت اخبارهم بسبب تساعد المسافات او مشاكل الحياة وقد ساعدت هذه المواقع في بعض الحالات عائلات فقدت ابنائها اما بسبب التبنّي الاختطاف او الهجرة السرية في إيجاد ابنائهم.³

* ويعني ذلك ان مواقع التواصل الاجتماعي لها عدة ايجابيات، وهذه الايجابيات تجعل لها أهمية كبيرة في حياة العديد من الأفراد.

2.2. سلبات مواقع التواصل الاجتماعي:

- (1) النرجسية وحب الظهور: تبعا لنتائج الأبحاث التي اجريت على شريحة لمستخدمي المواقع الاجتماعيّة.⁴
- (2) اضاءة الوقت: حيث انها مع خدماتها الترفيهية التي توفرها للمستخدمين وقد تكون جذابة لدرجة ننسى معها الوقت.
- (3) الإدمان: ان استخدام ها خاصة من قبل الشباب بسبب أوقات الفراغ يجعلها أحد النشاطات الرئيسية في حياة الفرد اليومية، وهو ما جعل ترك هذا النشاط او استبداله امرا صعبا للغاية، خاصة وأنها تعد مثالية من ناحية الترفيه لملا وقت الفراغ الطويل.

¹ ناجح فاطمة الزهراء، استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وتأثيرها في إنحراف الطالبات الجامعيات. الفيس بوك نموذجاً-دراسة حالة بالإقامة الجامعية 2000 سرير للإناث بالطارف مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر أكاديمي_كلية العلوم الاجتماعية و الانسانية_جامعة الشاذلي بن جديد.الطارف_2016_2017 صفحة 58، 57.

² عنون أسيا، انعكاسات استخدام شبكات التواصل الاجتماعي على القيم الاخلاقية لدى الطالبات الجامعية. صفحة 47 مرجع سابق

³ ناجح فاطمة الزهراء، مرجع نفسه

⁴ عنون أسيا_مرجع سابق ذكره صفحة 48/49



(4) **انتحال الشخصيات:** تبقى مجهولة المصدر الحقيقي خلف مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي دافعا أحيانا إلى مستخدميها في الابتزاز وانتحال الشخصيات ونشر المعلومات المضللة وتسوية السمعة أو في الجريمة كالدعارة أو السرقة أو الاختطاف.¹

(5) **العزلة الاجتماعية:** وصفت استاذة علم الاجتماع "كيري تريكل" الطريقة لمجموعة الناس للتواصل عبر الانترنت من خلال شبكات التواصل الاجتماعي "تويتر" "فيسبوك" بشكل من اشكال الجنون الحديثة، ذكرت دراسة اعدتها "يتركل" أن هذا السلوك الذي بات مقبولا ونموذجا يعتبر مشكلة نفسية اجتماعية وتقوم اطروحة "يتركل" على فكرة ان التكنولوجيا تهدد بانها تهيمن على حياتنا وتجعلها أقل إنسانية وأنه تحت شعار التواصل بشكل افضل بحيث انها تزيد من عزلة الناس عبر ادماجهم في عالم افتراضي متخيل.²

مواقع التواصل الاجتماعي رغم كل تحويه من إيجابيات الا أنه له سلبيات قد تؤثر على استعمالها عند الكثير من الأفراد من خلال المساوئ التي تسببها.

3. ظاهرة السالفي:

1.3. نشأة السالفي:

رغم ان السالفي لم تصبح ظاهرة الا في القرن الواحد والعشرون الا ان تداول الصور الشخصية بين الاصدقاء قد سبقت الانترنت. اذا يعود توزيع الصور ذات الاحجام الصغيرة لستينيات القرن التاسع عشر حيث صنع المصور الأمريكي روبرت كورنيليوس داجيرية لنفسه عام 1839م، والتي كانت اول الصور الشخصية، ولأن عملية التصوير كانت بطيئة تمكن روبرت من كشف غطاء العدسة والجري لمجال الالتقاط و البقاء لدقيقة فأكثر ثم استبدال غطاء العدسة وقد دون خلفها "اول صورة ضوئية على الإطلاق" وفي عام 1880م استحدثت كبائن التصوير التي ابهرت الناس، واستحدثتهم على تصوير أنفسهم كما استمروا بذلك حتى اليوم، اما توقيت الالتقاط الذي اكتشف في أواخر ثمانينات القرن التاسع عشر، فقد اتاح لكل فرد تصوير نفسه بضبط المؤقت 5.10 ثوان، ليتسنى لهم التوجيه لمجال الالتقاط، وهذا ما يعتقد أنه بداية ما يعرف الان السالفي، او الصورة الذاتية، وفي عام 1948م يبعث اولى آلات التصوير الفورية، والتي كانت تحمل باليد مع مد الذراع ما تشجع الأفراد والالتقاط صور شخصية خاصة.

¹ ناجح فاطمة الزهراء_مرجع سابق ذكره صفحة 60، 59

² عنون أسيا_مرجع سابق ذكره صفحة 48/49



- ويعود اول استخدام لكلمة سيلفي لعام 2002، حيث استخدمت في منتدى كارل كرزنيكي الاسترالي في الثالث عشر من سبتمبر سنة 2002م¹

1- كما أنه بالرغم من مساهمة الشبكات الاجتماعية في انتشارها الا ان نشأة هذا النمط من الصور يعود الى نهايات القرن التاسع عشر وبدايات القرن العشرين وذلك بفضل كاميرات "براوي" حيث كالمصورون الذين يلتقطون تلك الصور الشخصية يستعينون بمراة لالتقاط تلك الصور اما عن تسمية السالفي فتعود الى سنة 2002 على هامش المنتدى الالكتروني الاسترالي ايه بي سي اونلاين قبل أن يتم اعتمادها على نطاق واسع سنة 2012م.

- وازهرت نتائج استطلاع الرأي اجرته الاكاديمية الامريكية لتجميل الوجه وجراحات اعادة بناء الانسجة تشمل 2700 من اعضاء الاكاديمية ان واحدا من بين كل ثلاثة شهد زيارة وعي المرضى بأهمية عرض صورهم على وسائل التواصل الاجتماعي، وأشارت نتائج الاستطلاع الى زيادة نسبتها عشرة بالمئة في عمليات تجميل الافق بين عامي 2012 و2013 وزيادة بلغت سبعة بالمئة في عمليات زرع الشعر وستة بالمئة في عمليات ازالة تجاعيد الجفون.²

2.3. أنواع السالفي:

اعطت ثقافة الصورة الشخصية "سيلفي" بعدا جديدا لطريقة عوض نفسك على الانترنت فمن مجموعة اصدقاء في لقطة سيلفي واحدة الى لقطة سيلفي واحدة الى لقطة سيلفي مع صديق او حبيب وبالطبع هناك سيلفي مع المرأة وسيلفي مع الهر، كل هذه الصور اليوم اصبحت تعرف باسم "سيلفي" وأصبح من المقبول جدا ان يتبادل الاصدقاء والمعارف صورة السالفي الخاصة بهم عبر وسائل التواصل الاجتماعي وتستعرض فيما يلي البعض من انواع السالفي المتعددة:

1) سيلفي Couple

الشخص الذي يجب التقاط صور سيلفي مع شريك حياته هو اعلان صريح عن الحب وبالمناسبة هناك صورة ريلفي Relationship selfie، وهي كلمة تستخدم لوصف علاقة غرامية لم تتطور بعد الى علاقة متينة

2) سيلفي: Friend

الشخص الذي يجب أحد صورة سيلفي مع صديقه العزيز في مواقع وأحداث أماكن متنوعة وغريبة هو شخص اجتماعي ويجب مشاركة اللحظات الهامة في حياته مع شخص يثق به ويحترمه

¹موقع إلكتروني: متلازمة السيلفي: داء العصر atharah.com تاريخ الزيارة 30 مارس 2022 على الساعة 13:36

²موقع إلكتروني: السيلفي دافع التمييز على الشبكات الاجتماعية تاريخ الزيارة 07/04/2022 على الساعة 20:19



(3) سيلفي Makeup :

هذا سيلفي خاص بالبنات فقط - الا إذا كنت تتمتع بالظهور كفتاة سيلفي مكياج يعني فتاة تحب شكلها الخارجي وواثقة من نفسها.

(4) سيلفي Badass

إذا كنت تميل لأخذ صور شخصية مع سلاسل ذهبية، وقبعات بيسبول، وملابس سوداء كالمطربين السود فانت اما مغني او تحاول ان تظهر بشكل الفتى الشقي اللعوب والمحبوب.

(5) سيلفي Braggie

إذا كنت تحب التقاط آخر صورك أثناء اجازة على يخت فخم او في فندق فاخر لا تارة حسد وغيره أصدفائك، فانت شخص يحب التباهي والتفاخر وتحب الحياة الراغدة وتحب ان تعمل ضجة حول اي نشاط تقوم به.

(6) سيلفي No Makeup

أصبح سيلفي بلا مكياج موضحة هذه السنة حيث قامت به العديد من الفنانات المشهورات. لإثبات انهن يتمتعن بجمال طبيعي وهو سيلفي يعكس شخصية واثقة من نفسها وإيمانا عميق بالجمال الداخلي.

(7) سيلفي Goufy

إذا كنت تلتقط صور شخصية وانت تقوم بأمر مضحكة او تقع في مشاكل مضحكة فانت لديك احساس دعاية ساخر تحب ان تضحك الآخرين

(8) سيلفي Filtered

إذا كنت تستعمل الكثير من الفلاتر اثناء التقاط السالفي لتبدو أجمل او أصغر سنا او أكثر جاذبية فانت تعيش كذبة حقيقية ولا تشعر بالأمان ولا الثقة بالنفس.

(9) سيلفي Usie

إذا كنت تحب التقاط صور مع مجموعة من الناس، فانت تحب التواجد مع الأصدقاء والزملاء والاستمتاع معهم.

(10) سيلفي Gym

محبو الرياضة الذين يأخذون صور شخصية في الصالات الرياضية لتحديث الاصدقاء عن مدى تقدمهم في بناء العضلات والهدف منها جعل الفتيات يشعرون بالانجذاب.

(11) سيلفي Tongve

سيلفي اللسان هو باختصار استنساخ لحالة غباء ومدح ووقاحة المغنية المشاكسة "ما يلي سايروس".



ومن هنا نجد ان للسالفي عدة أنواع مختلفة جعلت من الفرد محبا لصوره التي باتت لها اشكال جديدة سيادها مع اصدقائه عبر منصات مواقع التواصل الاجتماعي¹.

3.3. تطبيقات السالفي:

مع الوقت ازداد هوس الناس بالسالفي وانتشرت العديد من التطبيقات التي تعمل على تحسين صورة السالفي. والتي زادت شعبيتها بصورة غير مسبوقه خاصة بين محبي التقاط الصور كما انه ما جعلها اكثر محبة هو أنه ليس شرط ان يكون الفرد محترفا في التصوير. استخدام ها بسيطا جدا لا يتطلب المهارة والان سنذكر البعض من هذه التطبيقات التي تستخدم بشكل يومي:

1) تطبيق Yovcam- fun

*يعتبر تطبيق من أفضل التطبيقات التي تأتي بـ live selfFilters ويتميز التطبيق بمجموعة المتنوعة من الـ Live filters التي تختلف عن التطبيقات الأخرى فهي لا تقوم فقط بتغيير شكلك بل تضيف ايضا أشكال وتأثيرات مختلفة مع كل صورة تظهر عند فتح فمك ويوفر لك التطبيق إمكانية التقاط صور او فيديوهات.

2) تطبيق Snapchat:

بالطبع لا نستطيع ان ننسى تطبيق سناب شات الذي يعتبر اول من اخترع Filters والتي يأتي بمجموعة حصريه منها وإذا كنت ترغب فقط في استخدام Filters كل ما عليك فعله هو الضغط فتح كاميرا التطبيق والضغط على جزء الوجه على الشاشة وسوف تبدأ الـ Live filters في الظهور. اختار ما تريد استخدام هـ ثم التقط صورة او فيديو وتستطيع حفظهم من التطبيق على هاتفك ومشاركتهم على التطبيقات الأخرى دون الحاجة لنشرهم على سناب شات.

3) تطبيق Selfiestudio

- تطبيق Selfie studio هو تطبيق مخصص لمحبي صور السالفي ويستخدم الكاميرا الامامية فقط لذا يجب ان توجد في الهاتف كاميرا امامية وهذا التطبيق يتيح للمستخدم تغيير درجة سطوع الوجه

¹ما هي أنواع السيلفي وماذا تقول صورتك عنك؟ البوابة www.albawaba.com تاريخ الزيارة 30/03/2022 على الساعة



بألوان يقوم باختيارها بنفسكما يحتوي على ميزات رائعة مثل اللقطة الصامتة وقلب الصورة والتقاط عدة صور متتالية وأكثر وهو تطبيق مجاني تماما مع Android 2.3 وأحداث.¹

(4) تطبيق Sweetslfie:

او كاميرا لطبقة من التطبيقات الرائعة والمميزة في عالم التصوير على الأندرويد حيث أنه من خلال هذا التطبيق يمكن تصوير صور سيلفي جذابة بالكاميرا الامامية والخلفية ايضا في نفس الوقت ويمكن مشاركة الصور الخاصة بك ايضا مع الأصدقاء بسهولة من خلال التطبيق. ولاحظ ان امكانية التصوير من خلال كامرتين في نفس الوقت هي امكانية مميزة جدا ويمكن الاستفادة بها في تصوير أفضل لحظاتك وجعلك جزء من الصورة وايضا تصوير صور إبداعية بأفكار غريبة ومختلفة.

(5) تطبيق You camperfect:

هو تطبيق كاميرا رائع لعشاق صور السالفي فهو يأتي حاملا ميزات رائعة يمكن استخدامها عند التقاط الصور بالإضافة إلى إمكانية تعديل الصور بعد التقاطها للحصول على صور سيلفي احترافية كميزة التجميل Beatifyingeffect التي تضيف لمسات جمالية الى الصورة وفق اختيار المستخدم وميزة اعادة تشكيل الوجه التي يمكنك من خلالها حذف الاعراض الغير مرغوبة في الصورة للحصول على صورة أفضل وميزة تجميل ملامح الوجه وهو تطبيق مجاني ويتوافق مع جميع هواتف الأندرويد ابتداء من Android 4.0 وأحدث

(6) تطبيق Candycamera:

هو من أعلى التطبيقات تصنيفا على جوجل بلاي فهو يسمح لك بالتقاط صور السالفي ورؤية تأثيرات الوقت عليها كما يحتوي على مئات الفلاتر والكثير من الميزات الرائعة وهو تطبيق مجاني مع امكانية شراء بعض الميزات للأحداث ويتوافق مع Android 2.3.3 وأحداث.

(7) تطبيق Retrica:

هو تطبيق متكامل لعشاق صور السالفي ولحبي تعديل وتحرير الصور فهو يحوي أكثر من 100 فلتر بالإضافة إلى صانع مجموعات الصور والعلامات المائية وتوقيت التصوير وازدادة الالوان الى الصورة والمزيد من الخصائص القادرة على صنع صور السالفي الاحترافية وهو تطبيق مجاني تماما متوافق مع Android 2.3.3 وأحداث.²

¹أفضل تطبيقات تصوير السيلفي.افضل برنامج سيلفي الاندرويد.تاريخ الزيارة 30/03/2022 على الساعة 13.54
www.aljawalat.com

²أفضل برامج المكياج و تطبيقات السيلفي على الاندرويد.تاريخ الزيارة 30/03/2022 على الساعة 13.56
www.arabphones.com



4.3. الانعكاسات الايجابية والسلبية للسالفي:

عند التحدث عن ايجابيات السالفي وسلبياته نرى ان التقاط الصور الذاتية لا يندرج ضمن السلوكيات الخاطئة فهي موضة كغيرها لكن لديها جانب سلبي وآخر ايجابي:

- ومن ايجابيات السالفي انها موضة تواكب التطور التكنولوجي وكذا تمكن من مشاركة الكثير من المنعزلين والذين يشعرون بالوحدة بمشاعرهم وصورهم مع الآخرين. وقد يساهم السالفي بتحسين فكرة الشخص عن شكله ومظاهرهم ويشعر بمزيد من الرضى النفسي وحب الذات بشرط لا يتحول الى ادمان.

- كما نجد ان السالفي رغم احتوائه على مميزات جعلته موضة جديدة الا أنه يملك سلبيات أخطر من جانبه الايجابي والتي قد تؤثر على نفسية مستخدميه ومن هنا نذكر اهم 05 مخاطر السالفي:

(1) تخترق خصوصية الأفراد:

حيث ان تكنولوجيا بصمة الوجه المستحدثة مؤخرا على الفيس بوك، تسمح للمستخدمين بالدخول واستخدام كاميرا جهاز الكمبيوتر وتصويره ما يزيد عن 350 صورة يوميا، وذلك لتعرف على قسماات الوجه وملاحظه، حيث يتم استخدام ها فيما بعد لأغراض تجارية ودعائية للترويج لبعض المنتجات وهو نفس الغرض الذي تؤديه صور السالفي.

(2) تسبب ادمانا:

يلجأ الكثيرون لالتقاط صور "سيلفي" لأنفسهم أكثر من مرة وبأكثر من وضعية محاولين بذلك ان يحصلوا على اجمل "سيلفي" «لاستقطاب الانتباه واستحسان الآخرين فتتحول بذلك الرغبة لديهم مع الوقت الى شعور اشبه بالإدمان.¹

(3) تدمير الصداقات والعلاقات الانسانية:

قد تذهل إذا علمت ان تلك صور "السالفي" والتي عادة ما يلتقطها اصحابها بهدف جذب انتباه الآخرين وكسب العلاقات الاجتماعية هي السبب الاول في تشتيت انتباههم لك، بل وستفقدك ايضا أصدقاؤك ومعارفك، الذين سيسأمون تلك "السالفي" المتكررة فهي تحطم اوامر العلاقات الحميمة بحسب ما أكد باحثون علميون.

(4) قد تصبح احدى الاضطرابات النفسية:

¹ سامية متاجر_حنان قندوز_تأثير استخدام وسائل الاتصال الحديثة على العلاقات الاجتماعية لدى الشباب الجامعي_الصورة الذاتية سيلفي نمودجيا صفحة 73 مرجع سابق



اختراع الاطباء والعاملون في جمعية الاطباء النفسيين ما يعرف باسم "المقلب او المزحة «ذو مغزى وعبرة وكانت تلك المزحة عبارة عن لافتة كتب عليها ما يوحي أن هناك اضطرابا نفسيا يدعى "سيلفتي" أي ملتقطون السالفي وان هناك مراحل للمرض. المرحلة الاولى وتدعى بوردلاين ويلتقط صاحبها ما يعادل 03 صور سيلفي يوميا والمراحل المتطورة والمزمنة والتي يلتقط اصحابها سيلفي طوال اليوم ونشرها أكثر من 6مرات على شبكات التواصل الاجتماعي وما ان وصل المغزى للمرضى حتى تم الكشف عن المزحة. ليعلم الجميع ان "السالفي" قد تتطور لتصبح مرضا فيما بعد.

5) تفقد اصحابها التركيز وتعزله اجتماعيا عن الآخرين:

عادة ما تشير "السالفي" الى نرجسية صاحبها وحبه الجنوني لنفسه وما ان يبدأ بالتعود على التقاطها بكثرة يوميا حتى تبدأ عليه اعراض العزلة الاجتماعيّة وينعزل عن الآخرين ومشاعرهم تدريجيا حيث يصبح حبه وولائه الاول لنفسه بالدرجة الاولى.¹

4. ظاهرة الفيلتر:

1.4. فلاتر الصور على شبكات الاجتماعية:

مع ازدياد الهوس بالإنترنت والمواقع الاجتماعيّة الشهيرة، التي باتت تعج بها حياة الأفراد، بدأت بعض الأخطار تتشكل شيئا فشيئا لتهدّد توازن البعض النفسي، وعلاقتهم بأنفسهم وبالآخرين، ومن أهم هذه الأخطار، التي قد لا تبدو مرئية لكثيرين، هوس «الفلاتر»، التي بيّنت دراسة حديثة نشرت في مجلة «لوبسيرفاتوار» ومجلة «لاكروا»، تأثيرها الضار في صورة الجسد واحترام الذات، خصوصا لدى الفئات الأقل وعياً بمخلفاتها المدمرة على الحياة النفسية.

1.1.4. خدعة جاذبة:

وغالبا ما يشير الأشخاص إلى «محسّنات» الصورة الشهيرة التي أحدثتها تطبيقات، مثل «فوتوشوب» أو «فايستون»، إلا أن موجة «الفلاتر» التي تغير «صورتنا» اليوم وتحتاج كل مكان على وسائل التواصل الاجتماعي، باتت مثيرة للاستفهام ومحرضة على «الخدع الجميلة» والجاذبة التي تبدو فيها، أمام أنفسنا وأمام الآخرين معظم الوقت، أحسن وأجمل وأفضل من ذي قبل من خلال وجوه نحيفة، وأسنان ناصعة البياض وبشرة ناعمة وخالية من الشوائب وواقع جمالي «معزز» بعيداً عن الواقعية.

¹ احذر 05 أضرار السيلفي www.akhbaralaah.net تاريخ الزيارة 30/03/2022 على الساعة 14:02



هنا يطرح السؤال الأهم، هل يجب أن نشكك في استخدام ها؟ هل يشعر كل منا حقاً بالرضا عن استخدام فلاتر «انستغرام» و«التيك توك» مثلاً، وما مدى حاجتنا اليوم إلى مزيد من النماذج الطبيعية لأنفسنا؟

2.1.4. عقدة السالفي:

من بعض المحاولات التي تناولت هذا الخطر بالدرس محاولة المصور البريطاني رانكين لإثبات تأثير تطبيقات، مثل فلاتر «انستغرام» و«سناب شات»، في الصحة العقلية للمراهقين. وفي هذا الغرض، رسم الفنان سلسلة من الصور لـ 15 شاباً تراوح أعمارهم بين 10 و18 عاماً، وطلب منهم بعد ذلك تعديل صورهم، للوصول إلى النتيجة التي كانوا سينشرونها على شبكات التواصل الاجتماعي الخاصة بهم. والمثير للغربة، أنه لم يحتفظ أي منهم بصورة رانكين الأصلية. فقد عمد كلهم دون استثناء إلى تنعيم بشرتهم، في الوقت الذي بادر آخرون إما لتكبير عيونهم، أو تضيق أنوفهم، وبهذا الأمر ما قبل وما بعد، وبمقارنة النتائج، تبرز «عقدة السالفي» بين الشباب، بحسب عنوان مشروع المصور، الذي يستنكر بالتالي «الآثار الضارة لوسائل التواصل الاجتماعي في الصورة الذاتية للأشخاص». وتبرز معه ظاهرة «الديسمورفوفوبيا»، التي لطالما انكب على درسها الطب المعاصر، وهو اضطراب وسواسي ونفسي يشعر فيه الشخص المصاب بالقلق بسبب عيب في شكل أو معالم جسمه، إذ يمكن مقارنة استخدام تطبيقات التنقيح، أو فلاتر «انستغرام» بنوع من «الجراحة التجميلية الافتراضية» لإخفاء المظهر الحقيقي المعيب، (أو حتى الدفع إلى جراحة حقيقية أحياناً كثيرة).

وانطلاقاً من هنا، يمكن تفهم إشكالية الإدمان على «تعديل الواقع» الشخصي للناس، فعندما نقف أمام شاشتنا، يرسل لنا «انستغرام» مثلاً، نسخة «مصححة» من أنفسنا، فهل هذا مرادف لفكرة أن وجهنا لم يكن جميلاً بما يكفي مثلاً، أو متوافقاً مع رموز ومعايير الجمال الخاصة به؟ وإذا بادر التطبيق بإصلاح وجوهنا، فهناك أشياء يجب بالفعل إصلاحها.

هنا بالذات تندلع دوامة الوسواس والتوتر، لأن هذه الفلاتر تواجهنا بنقائصنا، وتبرزها من خلال استثارة الرغبة في إخفائها، وبمحاولة إخفائها، فإنها تقوم أكثر بإبرازها وجعلها مرئية وصارخة وغير متناسبة في نظر مستخدميها. وفي دراسات أخرى، حذّر فيها باحثون من جامعة بوسطن بالولايات المتحدة، من تأثير استخدام فلاتر التطبيقات الاجتماعيّة في التوازن النفسي والاجتماعي للمراهقين الأميركيين، الذين نزع بعضهم إلى تمني إجراء جراحة تجميلية فعلية للظهور، مثل الصور الفوتوغرافية التي يلتقطونها لأنفسهم بالاعتماد على الفلاتر.



وفي هذا الصدد، تعهد مايكل ستورا، المحلل النفسي المتخصص في التكنولوجيا الرقمية، بفك شفرات المخاطر الحقيقية المرتبطة باستخدام هذه «المحسنات»، والفلاتر على الشبكات الاجتماعية، ملاحظاً أن الصور «المعدلة» كانت في الماضي محصورة في المجلات النسائية، أما اليوم فقد أسهمت الشبكات الاجتماعية في إشاعة الظاهرة وزيادة استعمالها بشكل موسع بين كل الناس، فالكل يشاهد اليوم حجم المراهقات المدمنات على «فلاتر الفاشينيسنتات» و«مؤثرات السوشيل ميديا (اللواتي أصبحن نجمات حقيقيات على هذه الشبكات) ليصبحن نجمات مثلهن، إذ من المرجح أن تولد هذه الظاهرة الجديدة «مراهقين نرجسين» في المستقبل. من جهة أخرى، أثبتت الدراسات نفسها، التي أجرتها جامعة بوستن، بأن فكرة نشر مراهقين صوراً معدلة لأنفسهم بشكل منهج، يكشف في معظم الأحيان عن هشاشة حقيقية إذ تبرز «التعديلات» التي يجربها على مظهره، انزعاجاً دفيناً منها وخوفاً يقترب من درجة الهوس من «القبح». في الوقت الذي يكرس تطبيق «انستغرام» وغيره من التطبيقات، فكرة التشابه والتماثل في «الجمال»، من خلال لعبة الإخراج المسلية التي تلعبها فلاتره مع المستعملين الذين يبدون بشكل تام وباستمرار، سجين فكرة «المثالية» و«الجمال الدائم» في الظهور بأحسن صورهم وأفضلها على الإطلاق. وهذا أمر مناهض للواقع وفيه من التعسف والعنف ضد النفس الكثير، لأن كل فرد يمر بأوقات عصبية ويحتاج إلى مساحة للتعبير عن ضيقه، وهذا أمر منعدم في «انستغرام» تحديداً، الذي يضعف التطور الطبيعي للمراهق ليكون بالغاً¹.

أصبحت الفلاتر هوس مواقع التواصل الاجتماعي التي أصبحت جزء لا يتجزأ من حياتنا التي أثرت علينا بخدع جاذبة مثل فوتوشوب الذي يمثل لنا جمال غير واقعي عن شكل حقيقي الذي أثر بعدت عقد نفسية مثل عقدت السالفي التي أصبح إدمان مراهقين لا يستغنون عنه وباستخدام هم للفلاتر بشكل مفرط للوصول إلى شكل مؤثرات على انستغرام وتطبيقات أخرى مما أدى ذلك للخطر.

2.4. أنواع الفلاتر:

فلاتر Natural Density: هي مثل النظارة الشمسية تقوم بتقليل درجة الإضاءة الداخلة على العدسة، فإذا كنت ترغب بالتصوير نهاراً بغالق بطيء فسوف يدخل على الصورة كثيراً من الضوء مما سيفسدها، لذلك يحتم عليك استخدام هذا الفيلتر، وهو أيضاً رائع لتصوير الشلالات إذ إن مع هذا الفيلتر تستطيع أن تجعل الغالق يصور لمدة كافية تجعل منظر الماء متساقط كالقطن، وهذه الفلاتر تأتي على درجات يمكن أن تكون غامقة جداً جداً لتصوير الشمس عند الكسوف مثلاً أو افتح على حسب الاستخدام.

¹موقع إلكتروني، فلاتر الصور على الشبكات الاجتماعية.. هوس (الجمال الدائم) <https://www.emaratalyoun.com> يوم



فلتر polarizer (بولارايزر): يستخدم هذا الفيلتر في عدة أمور والغرض الأساسي من هذا الفيلتر هو إخفاء الانعكاسات من النوافذ وتعميق السماء دون التأثير على الألوان المحيطة ويستخدم غالبا في تصوير المناظر الطبيعية لأنه يزيل الانعكاسات الضوئية المزعجة المنبعثة من الأشجار والجبال والمسطحات المائية، وأيضا هو أساسي في تصوير السيارات حيث يزيل الانعكاسات من جسم السيارة بنسبة كبيرة لتظهر ألوان السيارة بارزة.

فلتر soft focus (سوفت فوكس): يأتي هذا الفيلتر بدرجتين (1 و 2) والدرجة 1 رائع لتصوير البورتريهات حيث يعطيها المنظر الرومانسي والدرجة 2 جيد لتصوير الطبيعة حيث يعطي المنظر الضباب لها. فلتر ultraviolet-uv: يستخدم هذا الفيلتر لامتصاص الأشعة فوق بنفسجية والتي تعطي الصور الملتقطة خارجا خفوتا بالألوان. فلتر متعدد الاستخدامات للاستخدام مع الأفلام الملونة والأحادية اللون. يفضل تركه بشكل دائم على العدسة ليس لحماية العدسة من الخدوش فقط وأيضا لحماية مسننات العدسة الأمامية عند إضافة أية فلاتر أخرى.

فلتر sky: يخدم عادة لتخفيض اللون الأزرق الزائد في التصوير الخارجي. خاصة عند التصوير في الظل تحت سماء زرقاء مما يعطينا صور رائعة الألوان ووضوح عالي تحت أي ظروف وتبقي درجة لون الجلد خالية من أية انعكاسات ملونة تحدث عند التصوير في ظل شجرة مثلا.

فلتر circular polarizer: ضروري جدا للتصوير الخارجي لإعطاء اللون الأزرق الداكن للسماء، تخفيض أو إزالة الوهج أن الأشعة الخفيفة المنعكسة عن أي سطح سوف تصبح مستقطبة وهذه الفلاتر تستخدم لاختيار كمية الأشعة الداخلة إلى عدستك عند التصوير حيث تسمح لك هذه الفلاتر بإزالة الانعكاسات الغير مرغوب بها من السطوح العاكسة للضوء كالماء والزجاج وإعطاء إشباع ووضوح أكثر للألوان، كما يستخدم أيضا لزيادة التباين والإشباع كتصوير غيوم بيضاء مع سماء زرقاء.

فلتر neutral density-nd: تستخدم في شروط الكثافة الضوئية مثل شروق الشمس على الجبال المكلفة بالثلوج أو على الشاطئ. تستخدم هذه الفلاتر مع كل كاميرات الفيديو والكاميرات الرقمية والفلمية.

هذه الفلاتر تحمل عادة من قبل المصورين لكن يمكن استعمالها في عدة استعمالات و تساعد عادة على بلوغ نتائج غير قابلة للتحقق بالوسائل العادية يكون لون هذه الفلاتر عادة رمادية و هي تخفض كمية الضوء الواصل إلى الفيلم أو الحساس بدون أي تأثير على الألوان.¹

¹موقع إلكتروني، تعريف فلاتر الكاميرا و أنواعها-عالم التصوير والمعرفة، <https://world-photographic.blogspot.com> يوم



تتميز فلاتر بأنواع مختلفة لكل نوع خاصية خاصة به تساعد المصور في تصوير وتأثير على صورة من أضواء وألوان وانعكاسات... الخ.

3.4. تطبيقات الفلاتر:

قد نعيد التقاط الصورة لعدة مرات حتى نحصل على الألوان التي نريدها لجعلها تبدو جذابة، وهذا الأمر يحصل مع جميع مستخدمي الهواتف.

تنتشر على المتاجر الإلكترونية مجموعة كبيرة من تطبيقات الفلاتر المجانية التي توفر الكثير من الخيارات لإظهار الصور بمظهر أفضل. ومن أبرز هذه التطبيقات:

• **Photoshop Express**: يعتبر من أفضل برامج تعديل الصور على الإطلاق، ومن أفضل برامج الفلاتر للأندرويد بسبب واجهته البسيطة، واحتوائه أكثر من 80 فلترًا، وعلى عوامل تصفية للصورة بلمسة واحدة، ومجموعة متنوعة من التأثيرات والألوان، والإصلاح التلقائي، والإطارات. وأيضاً يوفر مجموعة من الأدوات المتقدمة للتعامل مع الملفات الكبيرة.

• **YouCamPerfect**: يعتبر من أفضل تطبيقات تحميل الصور الشخصية في غضون ثوان، مع إضافة تأثيرات وعوامل التصفية بلمسة واحدة، وتقسيم الصور وتدويرها، وتحويل الخلفية، وإضافة تأثيرات التصوير بالمدى الديناميكي العالي. بالإضافة إلى ذلك، يوفر خيارات مثل تنحيف الوجه، وإزالة انتفاخ العيون، وإضافة ابتسامة إلى أي وجه، وتنحيف الجسم، وإمكان المستخدم التقاط الصور والفيديو منه مباشرة.

• **Pixlr**: إضافة إلى أن الآلاف من الفلاتر موجودة في هذا التطبيق، فإنه يمكن إنشاء صور مجمعة من أكثر من صورة تصل إلى 25، وإضافة خيارات التباعد والخلفية، ويمكنه تحويل الصورة إلى رسومات مبتكرة بقلم الرصاص والحبر، ويتيح أيضاً ميزة الإصلاح التلقائي لموازنة اللون تلقائياً لجميع الصور.

• **Snapseed**: من أفضل تطبيقات الفلاتر للآيفون التي يمكنها تحرير الصور لجميع الأغراض، إضافة إلى أنه يتيح تحكماً دقيقاً في اللون، ويوفر مجموعة كبيرة من أدوات التحرير. وإمكانه قص الصور وتدويرها وتصويب انحرافها، إضافة إلى أنه يقدم تعديلات انتقائية وفلاتر متنوعة تتحكم بلون الصورة.

• **VSCO**: يمكن لهذا التطبيق إنشاء تعديلات جميلة باستخدام الفلاتر الأنيقة التي تشبه الأفلام، إضافة إلى إعدادات تصفية الصورة بنقرة واحدة. ويحتوي على أكثر من 130 فلترًا، مع أدوات التعديل على الصور وألوانها.



• A Color Story: يمتلك أكثر من 100 فلتر قابل للتعديل، وأكثر من 40 تأثير لتعديل

لون الصور وإضاءتها، مع إمكانية تعديل العديد من الصور في وقت واحد. وتركز تأثيرات الألوان فيه على جعل الصورة حية، وألوانها بارزة، وسطوع اللون الأبيض واضح. أمّا فلتر التطبيق فتضيف لمسة حديثة وعصرية للصور، مع خيار تطبيق الفلاتر على أجزاء محددة من الصورة، إضافة إلى إمكانية تطبيق الفلاتر والتعديلات على عدة صور مرة واحدة. وهذه ميزة رائعة لتوفير الوقت.¹

أي أن فلتر لديها عدت تطبيقات متنوعة ومختلفة كل تطبيق يرمز إلى أدوات معينة التي تساعد على تحسين جودة وتجميع ازدياد الهوس بالإنترنت والمواقع الاجتماعية الشهيرة، التي باتت تعج بها حياة الأفراد، بدأت بعض الأخطار تتشكل شيئاً فشيئاً لتهدد توازن البعض النفسي، وعلاقتهم بأنفسهم وبالآخرين، ومن أهم هذه الأخطار، التي قد لا تبدو مرئية لكثيرين، هوس «الفلاتر»، التي بيّنت دراسة حديثة نشرت فل وتعديل الصورة.

4.4. إيجابيات وسلبيات فلاتر:

هناك عدد من الميزات والعيوب لاستخدام فلاتر التصوير الفوتوغرافي، والتي يمكنك التعرف عليها بالنحو الآتي:

1.4.4. إيجابيات فلاتر للتصوير الفوتوغرافي:

ترسل الفلاتر رسالة صحيحة وطبيعية ومفهومة للمستهلكين، إن كنت تود الترويج لمنتج ما. تحسين الصورة خاصة في التصوير الفوتوغرافي الإبداعي أو لإنشاء التأثيرات. الفلاتر مهمة جداً عند التصوير في الخارج، فهي تقلل الوهج أو أشعة الشمس الساطعة التي تفسد الصورة، وتجنبك الفلاتر تأثير المناطق المحترقة أو المظلمة بالصورة. تقليل الانعكاسات الضوئية خاصة في الأسطح الزجاجية والمائية، فإذا كنت ترغب في التخلص من الانعكاسات التي تشكّل عيباً كبيراً في الصورة استخدم فلتر الاستقطاب. يوفر استخدام الفلاتر الوقت المطلوب لمعالجة الصورة فيما بعد. إبراز حركية الصور، فإذا كنت ترغب بزيادة الطبيعة الحركية لمشهد ثابت أو خلفية يمكنك استخدام الفلاتر. تحمي فلاتر الأشعة فوق البنفسجية العدسة من الخدوش والتآكل خاصة في لقطات الحركة ومقاطع الفيديو.

¹موقع إلكتروني، تطبيقات الفلاتر... صورة أفضل بوقت أقل <https://www.imlebanon.org> يوم دخول 28/04/2022 الساعة: 14:41.



الحصول على ألوان أكثر واقعية وتحسين التباين فيها، وهو أمر ضروري عند تصوير بيئات طبيعية مثل الغابات، والشلالات.. المساحات الخضراء.

قد يوفر استخدام الفلاتر من إنفاك للمال، فإذا كنت تريد تصوير صور مفصلة للطعام أو المجوهرات ستحتاج إلى عدسات ماكرو باهظة الثمن، لكن إذا لجأت إلى الفلاتر ستؤدي نفس الغرض بتكلفة أقل.

2.4.4. سلبيات فلاتر التصوير الفوتوغرافي:

يشكل استخدام الفلاتر عائقًا أمام عملية التصوير في الحالات التي تتطلب ضبطًا ثابتًا لإعدادات الكاميرا مثل التصوير داخل الاستوديو.

قد يؤثر استخدام بعض أنواع الفلاتر على مناطق الظل وإضافة ألوان غير حقيقية للصورة مما يؤثر على جودتها إذا كنت تصوّر في الهواء الطلق حيث الإضاءة عالية جدًا.

الصور في الفلاتر لن تكون حادة ومفصلة كما لو التقطتها بعدسة الماكرو.

استخدام فلتر الأشعة فوق البنفسجية لا فائدة منه عند استخدام ه داخل أستوديو التصوير، إلا لهدف حماية العدسة الأمامية للكاميرا.

لا تستخدم الفلاتر عند تصوير المنتجات داخل الأستوديو من أجل الحصول على بيئة طبيعية للمنتجات، لكن يمكن الاعتماد عليها عند تصوير المنتجات في الخارج¹.

أي أن فلاتر بالرغم من إيجابياتها وشهرتها واستعمالها المفرط إلا أنها لديها سلبيات عديدة التي تؤثر على جودة صورة.

خلاصة:

ومنه يمكننا إن نستنتج أن مواقع التواصل الاجتماعي وبجل أنواعها وتطبيقاتها ساهمت في انتشار ظاهري لسالفي والفيلتر والذان يعتبران من ظواهر العصر، كون الصورة الذاتية في عصرنا هذا أصبحت شكلا من أشكال التعبير عن الذات، وبالرغم من السلبيات التي يخلفها كل من السالفي والفيلتر في منصات التواصل الاجتماعي إلا أنها تبقى من مستلزمات الشباب في حياته وهو دائما يسعى إلى تطويرها.

¹موقع إلكتروني، لحيي التصوير أفضل الفلاتر للتصوير الفوتوغرافي، <https://hyatok.com>، يوم دخول 01/05/2022 الساعة: 21:06.



الفصل الثالث: تأثير السالفين
والفيلتر على معايير الجمال
والصحة النفسية.



في عصرنا الحالي خلق انتشار مواقع التواصل الاجتماعي استخدام خاصية السالفي والفلاتر هوسا في المجتمع وخاصة المراهقين والشباب التي تتسبب بانعكاسات سلبية عليهم. يحاولون تغيير وجههم وشكلهم خارجي من تغيير عيونهم وتبييض بشرتهم للوصول إلى أقصى درجات معايير الجمال الجسدي مما قد يؤدي ذلك لتدهور صحتهم النفسية وعدم ثباتها.

1. معايير الجمال المختلفة حول العالم:

معايير الجمال تختلف بلا شك من شخص لآخر، ومن مجتمع لآخر، فما يُعتبر واحداً من معايير الجمال الرئيسية في الولايات المتحدة على سبيل المثال قد يكون منقراً في جنوب إفريقيا، وما يجده المكسيكيون جذاباً قد يلقي استهجاناً في بعض الدول الأوروبية. إليك كيف تختلف معايير الجمال من دولة لأخرى، بحسب ما ورد في مجلة The List البريطانية. الماكياج المبالغ فيه:

يقدّس الفرنسيون الجمال الطبيعي بصورة كبيرة، لذا غالباً ما تخرج الفرنسيات دون وضع الماكياج على الإطلاق أو مع وضع القليل منه فقط. وعلى النقيض، تضع المشهورات في الولايات طبقات متعددة من الماكياج، الذي يُعتبر أداة أساسية لتجميل الوجه. في حوارٍ مع مجلة Vogue، توضّح فنانة الماكياج المحترفة المقيمة في باريس، فيوليت، كيف يستخدم الفرنسيون الماكياج مقارنةً بما تفعله ثقافات أخرى. ذ تقول فيوليت: "ما نريده أن نكون على سجيّتنا، لا نسخة أفضل من أنفسنا، نشعر بأنه من الأحسن أن تعتاد شيئاً ما عن أن ترغب في تغييره". لذا إن كنتِ تخصصين وقتاً طويلاً لوضع الماكياج فلن تُعتبري جميلة وفقاً للمعايير الفرنسية.¹

1.1. النحافة:

في حين أن الجسد النحيل يعتبر واحداً من مقومات الجمال الأساسية في الغرب، إلا أن الأمر مختلف كليفي جنوب إفريقيا. إذ تصرّح أستاذة التغذية بجامعة North West الجنوب إفريقية لموقع How Ghana: "يجد بعض الرجال الأفارقة النساء البدينات أكثر جاذبيةً، ويودّون أن تكون زوجاتهم بدينات، لإظهار أنه يعتني بها جيداً، وأنها ليست مريضةً، وأنها قادرةٌ على إنجاب أطفال". والوضع مماثل في جامايكا، حيث يبحث الرجال عن المرأة البدينة، التي يُنظر إليها على أنها الأكثر جاذبيةً وجمالاً. حتى إن بعض

¹موقع إلكتروني arabicpost.net من النحافة إلى الوجه المليء بالحبوب.. هكذا تختلف معايير الجمال من دولة لأخرى

يوم دخول 2022-04-22 على ساعة 17:00



الجامايكيّات يمكن أن يتعاطين "حبوب الدجاج" لتسمين مؤخراتهن، وهو أمرٌ خطيرٌ بسبب الزرنيخ الذي تحتوي عليه هذه الحبوب.¹

2.1. الأعناق غير المزينة:

رأى كثيرٌ منا صوراً لنساء يضعن على رقابهن الطويلة عدة حلقاتٍ بعضها فوق بعضٍ. يحدث هذا النوع من التعديل الجسدي في مناطق من تاييلاند وبورما (أو ميانمار)، وهو العلامة المميزة لنساء قبيلة باداونغ. ولكن هؤلاء النساء لا يتبعن هذا التقليد بغية الوصول إلى العنق الطويل العاري. بل الحقيقة أن المرأة تشعر بعدم ارتياحٍ إذا كشفت عنقها في هذه القبيلة، رغم الذهول الأوّلي عند رؤية مظهر عنقها أخيراً بعد فترةٍ من ارتداء الحلقات، إذ يُعد العنق الطويل الحامل للفائف علامةً للانتماء وللجمال على حد سواء.²

3.1. الوجه الخالي من الوشوم:

في الولايات المتحدة تفتن وشوم الأوجه بأفراد العصابات، أو بكون صاحبها ببساطةٍ شخصاً منبوذاً غير مرغوب فيه. إلا أن الوضع مناقضٌ تماماً لدى شعب ماوري في نيوزيلندا، التي تميّز تاريخها الثقافي حريفاً ومجازياً بوشوم الأوجه البارزة. يُعرف تقليد رسم الوشوم على الوجه في هذه الثقافة باسم "تا موكو". وتتلقى النساء المشاركات بهذا التقليد وشوماً على الذقن، ما يشير إلى اجتيازهن مرحلةً بالغة الأهمية في حياتهن. ووفقاً لموقع Broadly، فإن "وشم الذقن التقليدي لدى الإناث يُعتبر دليلاً جسدياً على هويتهم الحقيقية، إذ يُعتقد أن كل امرأة من ماوري تحمل (موكو) بداخلها، على مقربةٍ من قلبها، وحين تكون جاهزةً يستخرجها رسام الوشوم ببساطةٍ إلى السطح".

ويكون كل وشم ذقنٍ شخصياً وفريداً لكل امرأة، وعادةً ما يتشبه برموز أسلافها، إلى جانب هويتها الخاصة. إنها ممارسةٌ تُشعر نساء الماوري بالاكتمال والجمال وتحقيق الذات.³

4.1. السمرة:

نحن نعرف أن السمرة علامةٌ على الجمال في أمريكا، لكنها أيضاً علامةٌ على المركز الاجتماعي لأنها تشير إلى امتلاكك رفاهية السفر إلى مناطق استوائية أو الاستمتاع بوقتك على الشاطئ.

¹ موقع إلكتروني arabicpost.net من النحافة إلى الوجه المليء بالحبوب.. هكذا تختلف معايير الجمال من دولة الأخرى

يوم دخول 2022-04-22 على ساعة 17:00

² موقع إلكتروني arabicpost.net من النحافة إلى الوجه المليء بالحبوب.. هكذا تختلف معايير الجمال من دولة الأخرى

يوم دخول 2022-04-22 على ساعة 17:00

³ موقع إلكتروني arabicpost.net من النحافة إلى الوجه المليء بالحبوب.. هكذا تختلف معايير الجمال من دولة الأخرى

يوم دخول 2022-04-22 على ساعة 17:00



وبينما هناك كثير من الأمريكيين المستعدين لبذل أي تضحياتٍ من أجل امتلاك السمرة البرونزية المثالية، فهذا لا ينطبق على عديدٍ من الدول الآسيوية. في أماكن كالصين وكوريا، على سبيل المثال، تُعتبر السمرة علامةً على المكانة الاجتماعية المتدنية. ففي هذه الثقافات، كلما كانت بشرة الشخص داكنةً انحدرت طبقته الاجتماعية، إذ تعني أن الشخص يقوم بكثيرٍ من الأعمال اليدوية في الخارج. وعلى النقيض، كلما كانت بشرة الشخص الآسيوي فاتحةً ارتقت مكانته الاجتماعية وازداد جماله. لذا تخرج النساء بشمسيّاتٍ للحفاظ على شحوب بشارتهن، بل يبلغ بهن الأمر أن يفكرن في تبييض البشرة بمنتجات صناعية.¹

5.1. الأنف الطبيعي:

يخضع كثيرٌ من الأثرياء في الولايات المتحدة لجراحات تجميلية على وجوههم، كعمليات تجميل الأنف والبوتوكس، لكن الجراحة التجميلية لها معنىٌ مختلفٌ قليلاً في إيران. فبالنسبة إلى كثيرٍ من النساء الإيرانيات لا تقتصر عمليات تجميل الأنف على الأثرياء فقط أو أصحاب الأنوف القبيحة، بل إنه شيءٌ ترغب فيه أي امرأة من أي طبقة اجتماعية. وفقاً لمجلة Vice، فإن إيران تملك أكبر معدّلٍ من جراحات الأنوف للفرد في العالم. فلماذا يُهرع الجميع إلى الجراحين؟ هذا لأن هذه الجراحات لا ترمز للمكانة فقط، بل إنها سبيلٌ لمحاولة البحث عن زوجٍ مناسبٍ.

إذ ورد في تقريرٍ منشورٍ بـ Vice: "تشير الضمادة إلى أنك سليلة عائلةٍ تعتنى بك مادياً، حتى إن لم تكوني بحاجةٍ إلى عملية تجميل أنفٍ، فمن المفضّل أن تحظي بعائلةٍ قادرةٍ على التكفل بمصاريفها". وغالباً ما تواصل الإيرانيات ارتداء الضمادة على أنوفهن بعد الجراحة بوقتٍ طويلٍ ليُظهرن للآخرين -لاسيما الرجال- أنهن قد خضعن لهذه الجراحة المبتغاة. أما إذا كان أنفك طبيعياً، فأنت غالباً في ذيل قائمة المرغوب فيهن للزواج.²

6.1. البشرة الناعمة:

في عديدٍ من الدول إذا كانت لديك ندبٌ (أو عدة ندوبٍ) يندهش الناس ويسألونك عما أصابك. لكن في إثيوبيا، تُعتبر الندوب وسيلةً لإبراز جمال النساء، وكذلك القوة الجسدية للرجال.

¹ موقع إلكتروني arabicpost.net من النحافة إلى الوجه المليء بالحبوب.. هكذا تختلف معايير الجمال من دولة الأخرى يوم دخول 2022-04-22 على ساعة 17:00

² موقع إلكتروني arabicpost.net من النحافة إلى الوجه المليء بالحبوب.. هكذا تختلف معايير الجمال من دولة الأخرى يوم دخول 2022-04-22 على ساعة 17:00



نقلاً عن National Geographic، "في قبيلة كارو الإثيوبية، يجرح الرجال صدورهم رمزاً لقتل الأعداء من القبائل الأخرى. فيما تُعتبر النساء ذوات الجذوع والصور المكتسية بالندوب مثيرات وجذاباتٍ على وجه الخصوص".

لذا فحين تنظرين إلى المرأة وترين تجعداتٍ على جلدك فكّري في أنه في جانبٍ آخر من العالم سيحتفون بجمالك.¹

7.1. الجفن الأحادي:

في كوريا الجنوبية، أعلى الجراحات التجميلية رواجاً هي جراحة جفن العين المزدوج. وهذه عمليةٌ ربما لم يسمع بها كثير من الناس قط، لكنها أمر اعتيادي لدى نساء كوريا الجنوبية. فليس من الغريب أن يُهدي الآباء بناتهم جراحة جفن مزدوج. فما هي؟ وماذا يجعلها مرغوباً فيها بهذا الشكل؟

يملك الكثير من الآسيويين ما يُعرف باسم "الجفن الأحادي". وما يريدونها هي تلك الثنية على الجفن العلوي للعين. إذ ترى كثير من نساء كوريا الجنوبية أن الجفن المزدوج أكثر جاذبيةً.

ومع أن الجفن المزدوج أكثر شيوعاً لدى نساء الغرب، يرى كثير من جرّاحي التجميل أن نساء كوريا الجنوبية لا يخضعن للجراحة رغبةً في "تغريب" أنفسهن أو التملص من تراثهن، بل لإبراز ملامح وجوههن ومحاكاة نجومات الـ K-Pop المفضّلات لديهن.

وكما أوردت مجلة The Atlantic الأمريكية، فمن المعروف أن غالبية نجومات البوب والمشاهير بكوريا الجنوبية يفضّلون هذا النوع من الجراحات، وكما في معظم الثقافات، يجب الناس محاكاة ما يرون المشاهير يفعلونه.²

8.1. الحواجب الرفيعة:

لاقت الحواجب السميكة رواجاً في الولايات المتحدة على فترات متقطعة منذ الأربعينيات، فيما راجت الحواجب الرفيعة بين الحين والآخر على مدار القرن الماضي، لكن الحواجب الكثيفة من معايير الجمال الثابتة في الثقافة المكسيكية.

طوال النسبة العظمى من القرن الفائت كانت الصورة المثلى للجمال في المكسيك تشمل الشعر المجعد الأسود، وطلاء الشفاه الأحمر، والحواجب الكثيفة.

¹ موقع إلكتروني arabicpost.net من النحافة إلى الوجه المليء بالحبوب.. هكذا تختلف معايير الجمال من دولة الأخرى يوم دخول 2022-04-22 على ساعة 17:00

² موقع إلكتروني arabicpost.net من النحافة إلى الوجه المليء بالحبوب.. هكذا تختلف معايير الجمال من دولة الأخرى يوم دخول 2022-04-22 على ساعة 17:00



وتُعد الحواجب الدرامية الجميلة من ملامح الوجه الأساسية الفريدة في التاريخ الثقافي المكسيكي. وبينما لا يبلغ الأمر بنساء اليوم أن يرسمن حواجب صناعيةً مثلما كانت تفعل الفنانة الشهيرة فريدا كاهلو، فما زالت النساء المكسيكيات يفضّلن الحواجب السوداء البارزة على الحواجب الرفيعة. فإذا كنت تحاولين ضبط حاجبيك على أفضل ما ينبغي، ففي الغالب عليك أن تستمدي إلهامك من معايير الجمال المكسيكية.¹

9.1. الشخصية السيئة:

في تايلاند، لا يُقدّر مدى جمال الشخص بناءً على مظهره الجسدي فقط، بل على شخصيته أيضاً. إذ تؤثر حسناته والقيم التي يتبعها في آراء الناس على مقدار جماله الحقيقي. وبحسب مقالة نُشرت في دورية "Ethics In Science And Environmental Politics"، فإن صفاتٍ مثل الكياسة والطبيعة الحسنة والتفاني في الواجبات والتواضع كلها مميزات إيجابية تُكسب المرأة جمالاً. أما إذا افتقرت امرأة ما لهذه الصفات، فسيرها الناس قبيحةً أو غير مرغوبٍ فيها، مهما كان مدى جاذبيتها الجسدية. ونظراً لتقييم الجمال التايلاندي على هذا الأساس، فهناك تركيزٌ على جودة تأقلم المرء مع مجتمعه. فالتداخل الإيجابي بين الجمال الظاهري والجمال الباطني يمنح الشخص مركزاً اجتماعياً طيباً، ما يحسّن كذلك من فرص زواجه زواجاً نافعاً. فعلى جانبٍ، قد يُقال إن التايلانديين يركزون انتباههم على الجمال الداخلي، لكن على الجانب الآخر قد يُقال إن هذا ببساطة هدفه قبول المجتمع.²

هناك معايير مختلفة ومحددة في كل مكان، توضع للحكم على المرأة بالجمال أو عدمه إلا أن هناك بعض معايير مختلفة عبر العالم التي ترمز وتعبّر عن جمال كل دولة من دول.

2. مقاييس الجمال عند العرب والغرب:

مقاييس الجمال عند العرب تختلف مقاييس الجمال عند العرب بمقارنتها مع الغرب، وبعد دراسات أُجريت عند العرب لمعرفة مقاييس الجمال. تبين أنّ أهم مقاييس الجمال للمرأة: الشعر الأسود الطويل. العيون الواسعة، والرموش الكثيفة والطويلة، التي تغني بها الشعراء العرب في قصائدهم الغزلية، ووصفوها بعيون الريم. البشرة البيضاء، والجسم المليء، بحيث يكون الجسم غير بدين وغير

¹ موقع إلكتروني arabicpost.net من النحافة إلى الوجه المليء بالحبوب.. هكذا تختلف معايير الجمال من دولة الأخرى يوم دخول 2022-04-22 على ساعة 17:00

² موقع إلكتروني arabicpost.net من النحافة إلى الوجه المليء بالحبوب.. هكذا تختلف معايير الجمال من دولة الأخرى يوم دخول 2022-04-22 على ساعة 17:00



نحيل. الغمازات، التي توجد على الحدود وتظهر عند التبسم. حبة الخال، أو ما يعرف بالشامة، ويكون لونها أسود، وتظهر إما فوق الشفة العليا أو على الحد. الأنف المرسوم بشكل دقيق. الأذن الصغيرة. الفم الصغير. الأصابع الطويلة وغير الممتلئة. الخطوط التي تظهر بين الحاجبين، عند الغضب. ظهور العظمتين، الموجودتين من الأمام تحت الرقبة وفوق الصدر، بشكل واضح وملفت. طول العنق وشفاهه.

مقاييس الجمال عند الغرب بالنسبة للغرب فالمقاييس مختلفة، وذلك لاختلاف ثقافتهم، فالجمال

عندهم يتمثل في:

- (1) طول المرأة، حيث تبين أنه كلما كانت المرأة طويلة القامة كانت أجمل.
- (2) الشعر ذو اللون الأشقر، أيًا كان طوله.
- (3) الأجسام الرياضية، التي تمتاز بالنحافة، والأكتاف العريضة.
- (4) الشفاه الممتلئة، والغليظة. في الآونة الأخيرة ظهر اللون البرونزي والبشرة السمراء عند الغرب كمقياس للجمال.¹

تختلف مقاييس الجمال عند العرب والغرب حسب عادات وتقاليد ومعتقدات بيئة المجتمع التي

تفرض عليها.

3. علامات جمال عالمية:

- (1) **النمش:** يعد النمش أشهر علامة من علامات جمال الإنسان، خاصة المرأة، لأنه يمنحها مظهراً طبيعياً ومميزاً عن الأخريات، ففي السابق كانت الفتيات يحاولن إخفاء النمش بمساحيق التجميل أو الليزر، لكن الآن أصبحت النجمات والمشاهير يلجأن إلى إضافة النمش إلى وجوههن.
 - (2) **الغمازات:** من أجمل وأشهر علامات الجمال في وجه الإنسان، سواء المرأة أو الرجل، فهي تظهر جمال الضحكة، وتمنح الوجه شكلاً مبهجاً للغاية، فإن كنت تتمتعين بتلك الغمازات.
 - (3) **الشعر الداكن والعيون الملونة:** لأن المزيج بين الشعر الداكن والعيون الملونة نادر، يعد من أجمل علامات الجمال في الإنسان، حيث يجعله مميزاً ولافتاً للانتباه.
- إذا كنت تتمتعين بعيون ملونة، فننصحك بأن تعطي شعرك اللون الغامق خاصة تلك التدرجات ما بين الرمادي والبني، لأنها ستمنحك جمالاً بلا حدود.

¹ موقع إلكتروني، mawdoo3.com ما هي علامات الجمال عند المرأة، يوم دخول: 14-04-2022 على ساعة 23:00



(4) الفرق بين الأسنان: من علامات الجمال الشهيرة، وتعد واحدة من معايير الجمال العالمية، حيث يتميز الأشخاص الذين لديهم هذه العلامة عن غيرهم، وتمنحهم فرصاً إضافية للدخول في مجال عروض الأزياء أو التمثيل أو مجال مرتبط بالجمال والجاذبية.

(5) الشفاه الممتلئة: هذه العلامة على الجمال حديثة، فكانت الشفاه الغليظة والممتلئة قديماً دليلاً على القبح وليس الجمال، أما اليوم فأصبحت هذه الشفاه من أهم معايير الجمال عن السابق، وأصبح الجميع يتهاافت على امتلاك هذه الشفاه.

(6) الرموش الكثيفة والطويلة: تعد الرموش الكثيفة والطويلة من أبرز علامات الجمال عند الفتيات بشكل خاص، لأنها تبرز جمال العيون وتمنحها إطلالة مثيرة ومميزة.

(7) الرقبة الطويلة: من أحد أهم معايير الجمال لدى المرأة، كما تعتبر تلك واحدة من أكثر الأمور التي يلاحظها ويحبها الرجل في المرأة.¹

تختلف معايير الجمال من شخص إلى آخر. لكن هذه العلامات المشهورة عالمياً أكدت عبر خبراء التجميل في العالم.

4. معايير الصحة النفسية:

تحدد معايير الصحة النفسية بنمط ما يدور في واقع الأفراد وما يوجههم من ضغوطات، وتحدد بمدى غياب عناصر الشعور بالأمن المادي والاقتصادي والاجتماعي، فالصحة النفسية نمط إنساني اجتماعي يرتبط بوجود الإنسان وواقعه، ومن هنا سنتطرق لمعايير الصحة النفسية والتي تتمثل في:

1.4. المعيار الإحصائي:

- أي ظاهرة نفسية عند قياسها إحصائياً تتوزع وفقاً للتوزيع لاعتدالي، بمعنى أن الغالبية من العينة الإحصائية تحصل على درجات متوسطة، في حين تحصل فئتان متناظرتان على درجات مرتفعة (أعلى من المتوسط) ودرجات منخفضة (أقل من المتوسط)، وبهذا المعنى تصبح السوية هي المتوسط الحسابي للظاهرة، في حين يشير الانحراف إلى طرفي المنحنى إلى السوية، فالشخص اللاسوي هو الذي ينحرف عن المتوسط العام للتوزيع لاعتدالي.

- ومن المآخذ على هذا المعيار أنه قد يصلح عند الحديث عن الناس العاديين من حيث الصفات الجسمانية مثل الطول والوزن، بينما لا يصلح هذا المعيار في حالة القياس النفسي، لأن القياس النفسي يقوم على أسس معينة إن لم يتم مراعاتها يصبح الذي نُخرج به رقماً مضللاً لا معنى له، لأن القياس النفسي هو

¹موقع إلكتروني www.alroeya.com، سارة سمير، 12 علامة من علامات الجمال العالمية..فكم تمتلك أنت؟، يوم دخول 04/22/2022 الساعة: 18:54..



قياس نسبي غير مباشر، فمثلا عند قياس الذكاء فنحن نفترض وجود الذكاء ولكنه بشكل واقعي غير ملموس ولكن تستدل عليه من صفات الفرد.

2.4. المعيار الذاتي (الظاهري):

- السوية تحدد من هنا من خلال إدراك الفرد لمعناها، فهي كما يشعر بها الفرد ويراهها من خلال نفسه، فالسوية هنا هي إحساس داخلي وخبرة ذاتية، فإذا كان الفرد يشعر بالقلق وعدم الرضا عن الذات فإنه يعد وفقا لهذا المعيار غير سوي، فمن الصعب الاعتماد على هذا المعيار كليا لأن معظم الأفراد الأسوياء تمر بخبرتهم حالات من الضيق والقلق.

3.4. المعيار الاجتماعي:

تحدد السوية في ضوء العادات والتقاليد الاجتماعية حيث تكون السوية مسيطرة للسلوك المعترف به اجتماعيا، ويعني ذلك أن الحكم على السوية واللاسوية لا يمكن التوصل إليه إلا بعد دراسة ثقافة الفرد، ويخلو هذا المعيار من مخاطر المبالغة فهي الأخذ بمعايير المسايرة، أي اعتبار الأشخاص المسايرين للجماعة هم الأسوياء في حين يعتبر غير المسايرين هم الأبعد عن السوية، فهناك خصائص لاسوية كالانتهازية تكتسب مشروعيتها في إطار من الرغبة الاجتماعية، فالمسايرة الزائدة في حد ذاتها سلوك غير سوي.

4.4. المعيار الباطني:

هو معيار يجمع بين مزايا معظم المعايير السابقة ويعمل على تجاوز مثاليها، فالحكم ليس خارجيا كما هو الحال في المعايير الاجتماعية و أو الإحصائية، كما أنه ليس ذاتيا كما هو الحال في المعيار الذاتي، إنما يعتمد هذا المعيار على أساليب فعالة تمكن الباحث قبل أن يصدر حكمه من أن يصل إلى حقيقة شخصية الإنسان الكامنة في خبراته الشعورية واللاشعورية أيضا.¹

أي فهم الشخص لذاته ومعرفة قدراته ودوافعه واتجاهاته والعمل على تنميتها وتحقيقها.

5. مؤشرات الصحة النفسية:

توجد عدة مؤشرات يمكن من خلالها قياس الصحة النفسية لدى الشخص، بمعنى أنها تدل على أن الفرد صحيح نفسيا ومتوافقا مع نفسه وبيئته، ويفتقر للأعراض المرضية والصفات السلبية، وتتمثل هذه المؤشرات فيما يلي:

(1) الشعور بالكفاءة والثقة بالنفس: ويعني إحساس الفرد بقيمته، وتوفر ما لديه من إمكانيات

تجعله قادرا على العطاء ومواجهة الصعاب والتحديات.

¹ ابتسام أحمد أبو العمرين- مستوى الصحة النفسية للعاملين بمهنة التمريض في المستشفيات الحكومية بمحافظة غزة وعلاقته بمستوى أدائهم _ مذكرة مقدمة للحصول على الماجستير _ قسم علم النفس _ كلية التربية _ الجامعة الإسلامية- غزة_2008_ صفحة 19-20



- (2) القدرة على التفاعل الاجتماعي: مقدرة الشخص على عقد صداقات وتبادل الزيارات وتكوين علاقات إنسانية مشبعة والإسهام بدور إيجابي في المناسبات والأنشطة.
- (3) النضج الانفعالي والمقدرة على ضبط النفس: المقدرة على مواجهة الصراعات النفسية والسيطرة على الانفعالات والتعبير عنها بصورة مناسبة ومقبولة اجتماعياً.
- (4) القدرة على توظيف الطاقات والإمكانات في أعمال مشبعة: ويعني سعي الفرد إلى تحقيق ما لديه من طاقات والاستفادة مما لديه من إمكانيات في أعمال مثمرة لا تتعارض مع مصالح الآخرين وتشعره بالرضا والإشباع.
- (5) البعد الإنساني والقيمي: تبني المرء لإطار قيمي يهتدي به ويوجه سلوكه ويراعي فيه مشاعر الآخرين، ويحترم مصالحهم وحقوقهم.
- (6) التحرر من الأعراض العصبية: ويعني خلو المرء من الأنماط السلوكية الشاذة المصاحبة للاضطرابات والأمراض النفسية والعقلية وانتفاء كل ما يعوق مشاركته في الحياة الاجتماعيّة ويحد من تفاعله مع الآخرين.¹
- 6. خصائص الفرد المتمتع بالصحة النفسية:**

- يتسم الشخص المتمتع بالصحة النفسية بعدة خصائص تميزه عن الشخص المريض، وتتجسد هذه الخصائص فيما يلي:

1.6. التوافق:

*التوافق الشخصي: ويتضمن الرضا عن النفس.

*التوافق الاجتماعي يشمل التوافق الأسرى، والتوافق المدرسي، والتوافق المهني، والتوافق الاجتماعي بمعناه الواسع.

2.6. الشعور بالسعادة مع النفس:

الشعور بالسعادة والراحة النفسية لما للفرد من ماض، وحاضر، ومستقبل، واستقلال، والاستفادة من مسرات الحياة اليومية، وإشباع الدوافع والحاجات النفسية الأساسية، والشعور بالأمن والطمأنينة والثقة، ووجود اتجاه متسامح نحو الذات، واحترام النفس وتقبلها، والثقة فيها، ونمو مفهوم موجب للذات، وتقدير الذات حق قدرها.

¹ محمد فهيد الركبي _ درجة توافر أبعاد الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في دولة الكويت _ مذكرة مقدمة لنيل شهادة ماجستير _ قسم المناهج و التدريس _ كلية العلوم التربوية _ جامعة آل البيت _ 2018-2019 _ صفحة 13، 14



3.6. الشعور بالسعادة مع الآخرين:

حب الآخرين والثقة فيهم واحترامهم وتقبلهم، والاعتماد على ثقتهم المتبادلة، ووجود اتجاه متسامح نحو الآخرين "التكامل الاجتماعي" والقدرة على إقامة علاقات اجتماعية سليمة ومستمرة "الصدقات الاجتماعية" والانتماء للجماعة والقيام بالدور الاجتماعي المناسب، والتفاعل الاجتماعي السليم، والقدرة على التضحية وخدمة الآخرين، والاستقلال الاجتماعي، والسعادة الأسرية، والتعاون وتحمل المسؤولية الاجتماعية.

4.6. تحقيق الذات واستغلال القدرات:

فهم النفس، والتقييم الواقعي الموضوعي للقدرات والإمكانيات والطاقات، وتقبل نواحي القصور، وتقبل الحقائق المتعلقة بالقدرات موضوعياً، وتقبل مبدأ الفروق الفردية، واحترام الفروق بين الأفراد، وتقدير الذات حق قدرها، واستغلال القدرات والطاقات والإمكانيات إلى أقصى حد ممكن، ووضع أهداف ومستويات طموح وفلسفة الحياة يمكن تحقيقها، وإمكان التفكير والتقدير الذاتي، وتنوع النشاط وشموله، وبذل الجهد في العمل، والشعور بالنجاح فيه، والرضا عنه، والكفاية والإنتاج.

5.6. القدرة على مواجهة مطالب الحياة:

النظرة السليمة الموضوعية للحياة ومطالبها ومشكلاتها اليومية، والعيش في الحاضر والواقع والبصيرة المرنة الإيجابية في مواجهة الواقع، والقدرة على مواجهة لإحباطات الحياة اليومية، وبذل الجهود الإيجابية من أجل التغلب على مشكلات الحياة وحلها، والقدرة على مواجهة معظم المواقف التي يقابلها، وتقدير وتحمل المسؤوليات الاجتماعية، وتحمل مسؤولية السلوك الشخصي، والسيطرة على الظروف البيئية، كما أمكن والتوافق معها، والترحيب بالخبرات والأفكار الجديدة.

6.6. التكامل النفسي:

الأداء الوظيفي الكامل المتكامل المتناسق للشخصية ككل (جسماً وعقلياً وانفعالياً واجتماعياً)، والتمتع بالصحة ومظاهر النمو العادي.

7.6. السلوك المعتدل:

السلوك السوي المألوف الغالب على حياة غالبية الناس والعمل على تحسين مستوى التوافق النفسي، والقدرة على التحكم في الذات وضبط النفس والسلم الداخلي والخارجي، والإقبال على الحياة بوجه عام والتمتع بها، والتخطيط للمستقبل بثقة وأمل.¹

¹الدكتورة غادة مراد _ كيف يكون الشخص متمتعاً بالصحة النفسية _ صحة وطب _ مجلة اليوم السابع _ 15 مارس 2011 _



7. العلاقة بين السالفي والفيلتر ومعايير الجمال والصحة النفسية لمستخدمين منصات

التواصل الاجتماعي:

مع تسارع انتشار مواقع التواصل الاجتماعي التي تحظى بشعبية واسعة. التي تضم تطبيقات الأكثر استخداماً من فيس بوك وأنستغرام وتيك توك وسناب شات وتويتير. كان لدخول الهواتف الذكية والألواح الإلكترونية وغيرها من التقنيات الرقمية إلى عالمنا المعاصر، مضاعفاً إلى تطوّر وسائل التواصل الاجتماعي بكل أشكالها، أثراً كبيراً في ظهور مجموعة من الممارسات غير المسبوقة، أبرزها ما صار يُعرف بظاهرة «السالفي» (SELFIE)، أو الصورة الذاتية، أو الصورة الملتقطة ذاتياً.¹

باتت السالفي «selfie» من الظواهر العصرية التي انتشرت مؤخراً وأصبحت تتضخم بصورة كبيرة في السنوات القليلة الماضية، ازدادت شعبية التصوير السالفي على مواقع التواصل الاجتماعي وأصبح أغلب الأشخاص يلتقطون لأنفسهم مشاهد خاصة ونشرها، وهذا شيء عادي في الغالب لكن عندما يتحول إلى هوس وسلوك متكرر على مدار اليوم فالأمر مختلف.

الذي أصبح عبارة عن الترويج الذاتي عبر وسائل التواصل الاجتماعي إلى انتشار فكرة "السالفي" "بجوانبها المختلفة السلبي والإيجابي".²

ولا شك أنّ شبكات التواصل الاجتماعي قد وفّرت منصة عريضة لمزاولة هذا الأمر من خلال (بروفایل) المرء ومدوّناته وصوره الذاتية؛ فالأصدقاء والمتابعون على الفيسبوك أو تويتير أو الأنستغرام مثلاً هم بمثابة الجمهور الذي يعرض المرء أمامه جزءاً من ذاته، إقناعاً بعرضه انطباعهم عنه، أو بغرض إقناع هذا الجمهور، وإقناع نفسه أنّه على الصورة التي يودّ أن يكون عليها بالفعل.

وقد ازدادت وتيرة استعمال السالفي في السنوات القليلة الماضية على مواقع التواصل الاجتماعي بشكل كبير، حتى أصبح بعض الشباب مدمناً عليها، بل صار بعضهم يُعرض حياته للخطر، فيذهب إلى مواقع خطيرة لالتقاط صورة ذاتية، ما دفع العلماء إلى تسميته بالهوس أو الاضطراب النفسي، والعمل على تفسير هذه الظاهرة ومعرفة تأثيراتها على المستخدمين.

¹ موقع إلكتروني <https://maaalshabab.iicss.iq>، (د. سعيد عبيدي) عندما يصبح «التصوير السالفي» هوساً؟!، مجلة مع الشباب، يوم دخول 2022-05-01 على الساعة 16:30.

² موقع إلكتروني <https://www.aljazeera.net> سيكولوجية السالفي. ظاهرة بين السلبية والإيجابية/ الجزيرة نت يوم دخول 2022-05-01 على الساعة 16:45.



كشفت كثير من الدراسات ارتباط كثرة صور السالفي بالشخصيات النرجسية؛ حيث أوضحت أنّ الأشخاص الذين يهتمون بصور السالفي ويقضون وقتاً طويلاً في تعديلها ونشرها على مواقع التواصل الاجتماعي يُركزون اهتمامهم على ذاتهم بشكل أكبر، ويعتقدون أنّهم أكثر ذكاءً وجاذبية، فهم يميلون إلى تضخيم الذات وتفضيلها على الآخرين. وهذا يعني أنّهم يعانون من مرض النرجسية الذي يدفع صاحبه إلى التعالي والغرور وعدم الاهتمام بالآخرين.

وذهبت دراسات أخرى إلى أنّ المداومة على التقاط صور السالفي يؤدي أحياناً إلى الإدمان الذي يصعب التخلص منه، خصوصاً مع زيادة التفاعل من قبل الأصدقاء والمقربين على الصور الملتقطة، وقد تدفع صاحبها إلى درجة الهوس، بحي يقوم بتصوير نفسه في كلّ المواقف. لكنّ الخطير أنّ عدم تفاعل الأصدقاء أو قلّة تفاعلهم مع صور الشخص، قد يُشعر الشخص بالاكئاب، وقد يؤدي إلى ظهور سلوكيات مرضية من بينها الانتحار.

والجدير ذكره أنّ منظّمة الصحة العالمية صنّفت الإدمان الإلكترونيّ بكلّ أشكاله، ومنها التقاط صور السالفي، ضمن الأمراض النفسية، ولم يكن هذا التصنيف نابغاً من فراغ، حيث إنّ جميع الدراسات التي أُنجزت في هذا المجال تشير إلى الآثار السلبية المترتبة على ذلك، فقد بات هوس السالفي أشبه بالفيروس الذي يتغلغل في تفاصيل حياة العديد من أطياف المجتمع، ولعلّ فئة الشباب هي الأكثر اندفاعاً إلى التقاط هذه الصور في كلّ المناسبات، وخاصة الإناث، وهو الأمر الذي أكّده الإنجليزي ريتشارد واطسون، حيث ذهب إلى أنّ الإناث مهووسات بالتصوير بشكلٍ عامّ وبالسالفي بشكلٍ خاصّ، وذلك مقارنةً بالذكور، حيث يقضون نحو خمس ساعات أسبوعياً في أخذ صور السالفي، وذلك من أجل إبراز جمالهن.¹

وغالبا ما تكون صور السالفي باستخدام خواص تصفية الصور بتقنية "الفلاتر" - "تطور تقني في جودة التقاط الصور" على مواقع التواصل الاجتماعي أصبح للتوثيق شروط ومعايير.

كما تكتسح ظاهرة "الفيلتر" عالم تطبيق انستغرام وغيره من التطبيقات على هواتف الذين يحرصون على مواكبة معايير الجمال المتغيرة في عالم وسائل التواصل الاجتماعي، أنواع كثيرة من "الفلاتر" وجدت من أجل تنقية الصورة، لا بل ذهب بعضها إلى حدّ تغيير ملامح الوجه، لدرجة أنّ الشخص قد يختلف كلياً عن الصورة الحقيقية له.²

¹ موقع إلكتروني <https://maaalshabab.iicss.iq>، (د. سعيد عبيدي) مرجع سابق.

² موقع إلكتروني <https://www.akhbaralaar.net>، الفلاتر من هوس بالجمال إلى مخاطر نتائجها غير محمودة - أخبار الان ،

يوم دخول 2022-05-01 على الساعة 21:55



وبدأ تطبيق “السنااب شات” لمشاركة الصور والفيديوهات باستقطاب إعداد كبيرة من ناشطي التواصل الاجتماعي في الأردن، حيث قدرت الأرقام عدد حسابات الأردنيين على هذه المنصة بحوالي 2.15 مليون حساب.

وفي ذلك يذهب الاختصاصي النفسي الدكتور يوسف مسلم، إلى أن كل شخص ينظر إلى ذاته بمفهوم ومنظور خاص به، وضمن معايير معينة، والذي ليس ضمن هذه المعايير قد يشعر وكأنه خارج هذا العالم وغير مقبول، فمثلا من يستخدم “فلتر” يصقل وجهه وينحفه يصبح مع الوقت لا يتقبل وجهه الحقيقي، وهو أمر مرتبط بالموضة وتغيرها، فشيوع هذه الأشياء مع المدة بين الناس يجعلها مقبولة بالتالي، ووفق مسلم، فإن هذه الفلاتر تعطي الشخص هذه المعايير، والإشكالية التي تحدث في الأثر النفسي عندما يتتبع الشخص الموضة أكثر من تقبله لشخصيته الخاصة وشكله الطبيعي، ومع الوقت يبحث عن الجديد والمختلف.

وقد يصل لمرحلة من غياب القدرة لتقبل كل ما هو جديد، ويصاب بحالة من الإحباط ورفض الشكل وهو ما ينعكس على مفهوم الذات وتقديرها والثقة بالنفس وعلى الكثير من الأمور التي قد تصل للكآبة والقلق المضاعف، وفق مسلم.¹

فقضاء وقت طويل لتعديل الصورة أو في اختيار الفيلتر الأفضل للوصول إلى الكمال هو أمر لا يرتبط فقط بشكل قوي بالترجسية والاهتمام الزائد بالنفس وإنما يعد مؤشر قوي للإصابة باضطراب تشوه الجسم" أو ما يطلق عليه "ديسمورفوبيا-dysmorphia" عدم رضا الشخص عن نفسه ومظهره.² فوفقا لـ موقع "mayo clinic" الطبي فإن "اضطراب تشوه الجسم" أو "الديسمورفوبيا" هو اضطراب يدخل ضمن أمراض الصحة النفسية والعقلية حيث لا يتمكن الشخص من التوقف عن التفكير في العيوب التي يتصورها عن مظهره حتى وإن كانت هذه العيوب بسيطة أو لا يراها الآخرون وإنما هو دائما ما يشعر بأن هناك نقص ما في مظهره يحاول التغطية عليه ويشعر بالحرج الشديد والحجل والقلق لدرجة تجعله يتجنب الكثير من المواقف الاجتماعيّة.

وغالبا ما تدفع صور السالفي الأشخاص وخاصة الشباب المراهقين في سن 17 و18 عام إلى التركيز بشكل أكبر مع مظهرهم وعلى أجزاء معينة في شكلهم مثل الأنف وعيوب البشرة ومظهر الشعر

¹موقع إلكتروني

¹<https://alghad.com>“الفلاتر”.. إيمان لجمال“ افتراضي” و”رفض” للملامح الحقيقية! يوم دخول 01-05-2022 على الساعة 19:15

²موقع إلكتروني <https://m akhbarelyom.com>. هوس «الفلاتر».. سبب الإصابة باضطراب «ديسمورفوبيا» يوم دخول 01-05-2022 على الساعة 18:00



وحجم العضلات بالنسبة للذكور مما يؤدي إلى وقوع عواقب نفسية خطيرة كالاكتئاب الشديد واضطراب القلق الاجتماعي (الرهاب الاجتماعي) واضطراب الوسواس القهري واضطراب الشهية والذي يصل في أحيان كثيرة إلى محاولة إيذاء النفس بسبب عدم الشعور بالرضا عن المظهر.

وما يزيد من خطورة الأمر هو استخدام «الفلاتر» والتي تشجعهم على اتخاذ خطوة إجراء عمليات جراحية تجميلية لتحقيق الرضا على الرغم من عدم وجود وضع يتطلب إجرائها فمثلاً يتم تغيير لون العيون عن طريق تلك الفلاتر وما أن يشعر الشخص بعدها بالرضا يلجأ إلى طلب عدسات رغم عدم معاناة عيونهم من أي عيب وهو ما يفسر زيادة طلبات إجراء عمليات تجميل من قبل المراهقين بشكل خاص حيث أظهر استطلاع للأكاديمية الأمريكية لجراحي تجميل وترميم الوجه أن 42% من الجراحين استقبلوا مرضى يريدون الخضوع لعمليات لتحسين صورهم السالفية.¹

ومع تطور مستحضرات التجميل والتكنولوجيا ومواقع التواصل الاجتماعي جميع الفتيات اليوم أصبحن جميلات ولكن بالمقابل أصبحن متشابهات، فإذا أُلقيت نظرة على مؤثرات الأنستغرام تجدهن بنفس الملامح تقريباً، نفس الرموش، نفس الشفاه، نفس العيون والشعر والقوام إذ أصبحن يتسابقن على عمليات التجميل لدرجة الهوس، كمية التسابق وراء عمليات الجمال أصبحت مرعبة.

كثيرات حاولن الانتحار أو أصبن بالاكتئاب جراء عملية تجميل فاشلة أو عدم تصالحهن مع شكلهن أو تعرضهن للتنمر.. أعرف شخصياً فتاة تحجل من شكلها ومهووسة بالفيلتر سناب شات ولا تستطيع حتى أن تفتح كاميرا عادية وتواجه شكلها الحقيقي، فتحاول أن تهرب إلى تلك الفلاتر لعلها ترتاح قليلاً من فكرة شكلها القبيح.²

وتوصلت دراسة لجامعة الإمارات حول «السالفية» وبرامج تعديل الصور (الفلاتر) على تطبيق «سناب شات»، إلى أن الإناث اللاتي يستخدمن هذه البرامج أكثر عرضة لتطور اضطراب صورة الجسم لديهن، أي الخلل في الصورة الذهنية لشكله، وأن العلاقة كانت طردية بين كل من وجود الاضطراب وجودة الحياة. وأشار الباحثان د. لينا عباس ود. حمزة دودين، من كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، إلى أن تطبيق «سناب شات» أصبح ظاهرة خاصة عند الفتيات اللاتي يعتبرنه أمراً مهماً في حياتهن لأسباب عدة، منها سهولة استخدام ه خاصة بتعديل صورة الشخص بشكل كامل بما يشمل الأنف والبشرة والعيون.

¹ موقع إلكتروني. <https://m akhbarelyom.com> هوس «الفلاتر».. سبب الإصابة باضطراب «ديسمورفوبيا»، مرجع سابق

² موقع إلكتروني <https://alumniyat.net> هوس الفلاتر و مساحيق التجميل.. هل بناتنا أصبحن مدمنات عليها. يوم دخول 01-



ولفتت الدراسة إلى أن الأشخاص كانوا يتجهون إلى أطباء التجميل لإجراء عمليات ليكونوا شبه أحد المشاهير، أما الآن فهم يطلبون أشكالهم المعدلة على تطبيق «سناب شات»، وأن هذه مشكلة حقيقية تحتاج إلى دراسة التبعات النفسية جراء استخدام برامج تعديل الصور التي باتت غالبية الشباب والمراهقين، خاصة الإناث، يستخدمونها.¹

وتتمثل أعراض هذا الاضطراب في تدني احترام الذات والعدوانية والعزلة الاجتماعيّة، والهوس بشكل الجسد وأنظمة الحمية الغذائية من أجل الوصول إلى الصورة المثالية للمشاهير والنجوم. وفي الحالات الشديدة قد يصل الأمر إلى حد إيذاء النفس ومحاولة الانتحار. فيما دراسة أخرى نشرت في مجلة “بودي ايمج” عن سلوكيات السالفي ونشرها عبر الإنترنت، وجدت أن الفتيات والنساء بين عمر 16-29 اللواتي نشرن صور سيلفي لهن عبر مواقع التواصل الاجتماعي، يشعرن بالقلق بشكل كبير وكانت ثقتن بأنفسهن أقل، وكأنهن لا يملكن الجاذبية، وذلك بعد أن تمت المقارنة بالمجموعة التي استخدمت صوراً سيطر عليها “الفيلتر”، وجدوا أن الآثار السلبية أقل لمن تحكمن بظروف صورهن وقمن بتعديلها ليبدون أجمل.²

صارت وسائل التواصل الاجتماعي منصات لحياة اجتماعية فهي مواقع وبرامج التي تعتمد على شبكة الإنترنت لتسهيل التواصل بين المستخدمين وتبادل صور وفيديوهات وغالباً ما تنشر صور على شكل سيلفي عبر تطبيقات مختلفة منها فيس بوك وأنستغرام وتويتتر، وغيرها التي تزيد الثقة بالنفس مع استخدام تقنية فلاتر من خلال إخفاء العيوب في الوجه وتنعيم البشرة وتصفية الصورة وتبييض الأسنان وتغيير لون الشعر وتكبير أو تصغير الوجه، وغيرها من التعديلات وبطريقة سهلة. كما إن استخدام السالفي والفيلتر بشكل إما لإخفاء مظاهر الإنسان الحقيقية وإضافة جماليات على شكله يعد سلوكيات خطيرة قد يؤدي إلى الإصابة بالاضطرابات النفسية والمعاناة من اكتئاب والقلق كل تلك الأمور تلحق الأذى والضرر في نفسية وصحة الممارسين لهذا السلوك وينسيهم جماهم ومظهرهم الحقيقي.

خلاصة الفصل

كخلاصة لهذا الفصل فقد تعرفن على معايير الجمال وعلاماته المختلفة وكذلك على مفهوم صحة النفسية ومؤشراتها التي تؤثر على مستخدمي السالفي والفيلتر عبر منصات التواصل الاجتماعي.

¹-موقع إلكتروني

<https://www.alkhaleej.ae> هوس «السيلفي» و الفلاتر. اضطراب يفسد الحياة/صحيفة الخليج يوم دخول 2022_05_01 على

الساعة 17:00

²موقع إلكتروني

<https://alghad.com>

“الفلاتر”.. إدمان لجمال “افتراضي” و “رفض” للملامح الحقيقية!، مرجع سابق



الفصل الرابع: الإطار المنهجي والمعالجة الميدانية للدراسة.



في هذا الفصل إلى معالجة المنهجية من خلال عرض المنهج المعتمد في الدراسة وأدوات جمع البيانات الميدانية الملاحظة والاستمارة مجالات الدراسة لنتمكن من خلالها من عرض وتحليل بيانات الدراسة ومناقشة نتائج المتوصل إليها.

1. المنهج المستخدم:

المنهج المستخدم "هو الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسته للمشكلة من اجل اكتشاف وبلوغ الحقيقة"⁷² وأنا في بحثنا هذا وبحسب طبيعة الدراسة فقد اعتمدنا في دراستنا هذه على المنهج الوصفي. ومن خلال دراستنا للسالفي والفيلتر وأثرهما على مستخدم مواقع التواصل الاجتماعي اعتمدنا على المنهج الوصفي كوسيلة لتحليل وتفسير الجداول الإحصائية ووصف الظاهرة أو الموضوع المدروس المتمثل في إثر السالفي والفيلتر على معايير الجمال ونفسية المستخدمين لمنصات مواقع التواصل الاجتماعي.

2. أدوات جمع البيانات:

1.2. الملاحظة:

"تعني الملاحظة الاهتمام والانتباه إلى الشيء أو الظاهرة بشكل منظم عن طريق الحواس حيث نجتمع خبراتنا من خلال ما نشاهد وما نسمع عنه"⁷³، كما تعرف أيضا "هي رؤية منظمة موزجة بالاهتمام بالظواهر الخاضعة لها وقد تستعين بآلات وأدوات علمية دقيقة"⁷⁴ ومنه فهي على العموم تعني مشاهدته موضوع البحث بقصد جامع بيانات ترتبط به .

-وقد ساعدت الملاحظة من بداية العمل الميداني من أجل الاستطلاع على ميدان الدراسة أي المجتمع من أجل متابعة ورصد التغيرات ومدى أثر السالفي والفيلتر على معايير الجمال ونفسية المستخدمين لمنصات التواصل الاجتماعي.

-وما لحضناه أن السالفي والفيلتر يؤثران على مستخدمي منصات التواصل الاجتماعي وذلك من حيث الصحة النفسية والجمال التي تعتبر أهم المفاهيم المرتبطة بالآثار الناجمة عن هذه التقنيات والمواقع.

2.2. الاستمارة:

⁷²قباري محمد اسماعيل_ مناهج البحث في علم الاجتماع الاداري ومشكلة التنظيم في المؤسسة البيروقراطية_ منشأة المعارف_ الاسكندرية_2000_ص 340

⁷³ حسين عبد الحميد رشوان، أصول البحث العلمي، مؤسسة شباب الجامعة، الاسكندرية، 2006، ص 52.

⁷⁴ مروان عبد المجيد ابراهيم، أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية، الطلعة 01، مؤسسة الوراق، عمان، 2000، ص 174.



تعد الاستمارة وسيلة أساسية للاتصال بين الباحث والمبحوث وذلك بهدف الحصول على معلومات تخدم الهدف العلمي من الدراسة، "هي وسيلة علمية تساعد الباحث على جمع الحقائق والمعلومات من المبحثن خلال عمليه المقابلة حيث تشمل مجموعة من الأسئلة يوجهها الباحث للأشخاص يطلب منهم الإجابة عليها".⁷⁵

وعليه فقد اعتمدنا على استمارة الاستبيان لطرح أسئلة على المبحثن من اجل الإدلاء بأرائهم وتقديم إجابات وتفريغها في جداول وتحليلها وتفسيرها وقد تضمنت استمارة بحثنا 24 سؤالاً موزعين على ثلاثة محاور أساسية وجاءت على الشكل التالي:

المحور الأول: البيانات الشخصية ويحتوي على 04 أسئلة (الجنس السن المستوى الجامعي والحالة المدنية).

المحور الثاني: مدى إدمان الشباب على السالفي والفيلتر ويضم 06 أسئلة مغلقة و03 شبه مفتوحة وسؤال مفتوح.

المحور الثالث: تأثير السالفي والفيلتر نحو الهوس الجمالي ويحتوي على 09 أسئلة مغلقة وسؤال مفتوح

3. مجالات الدراسة:

1.3. المجال الزمني:

بدأنا تريضنا بجامعة الطرف ابتداء من 10 فيفري الى غاية 30 ماي بالنسبة للجانب الميدان فقد تم إعداد الاستمارة وتعديلها في 01 ماي إلى غاية 15 ماي نظرا لظروف اجتماعية مما ألزمتنا على تأجيل العمل الميداني.

ما جعلنا نتوجه مباشرة إلى الطلبة سنة ثانية ماستر اتصال في 24 ماي حيث قمنا بتوزيع الاستمارات (ملاها) ، تم استقبالنا من طرف 30 طالب ودامت فترة ملء الاستمارات من 19 ماي إلى غاية 30 ماي.

2.3. المجال المكاني:

ويقصد به المكان الجغرافي التي تجرى به الدراسة الميدانية تحديدا جامعة شادلي بن جديد ولاية الطارف في سنة 2001 تم إنتاج المركز الجامعي بالطارف بموجب مرسوم تنفيذي رقم 01-276 الثانية عام 1422 الموافق ل 18 سبتمبر 2001 (الجريدة الرسمية رقم 53 بتاريخ 18 9 2001 صفحة 24، 25، 26 متكونة من معهدين: معهد العلوم الزراعية ومعهد العلوم البيطرية ، وتم تشكيل كليه العلوم

⁷⁵ إحسان محمد حسن، مناهج البحث الاجتماعي، دار وائل للنشر والتوزيع، الأردن، 2005، ص 226.



الاجتماعية والإنسانية جامعة الشاذلي بن جديد بالطارف بموجب المرسوم التنفيذي رقم 12-242 في 04 جوان 2012م، حيث كان قسمه علم الاجتماع ملحقا بمعهد اللغات والآداب. تحتوي الكلية حاليا على قسم واحد هو علم الاجتماع يؤطره مجموعة من الأساتذة عددهم حاليا 42 من مختلف الرتب. أما عدد الطلاب الإجمالي في جميع المستويات والتخصصات هو 812.

3.3. المجال البشري:

إن للقيام بأي دراسة ميدانية لا بد من اختيار العينة تنطبق على دراستنا حتى نستطيع التوصل إلى نتائجها بعمومها وتطبيقها على المجتمع الكلي الذي أخذت منه العينة.

فقد بلغ عدد طلبة السنة الثانية ماستر اتصال بجامعة شاذلي بن جديد الطارف 71 طالبا إذا تم اختيار عينة عشوائية قصدية تتكون من 30 طالبا أي ما يمثل 43% من المجموع الكلي الذي يقدر 71 طالبا وقد تم تحديد العينة كالتالي:

$$30 = 100 \div 71 \times 43$$

4. عرض وتحليل ومناقشة بيانات الدراسة:

نسعى من خلال هذه الخطوة إلى عرض البيانات التي تم جمعها عن طريق استمارة البحث وفقا للمحاور الثلاث باستخدام جداول الإحصائية من اجل إيضاح التأثيرات بين متغيرات الدراسة سعيا منها للإجابة عن تساؤلات الدراسة.

لقد أثبتت العديد من الدراسات أن متغير الجنس يعد من أهم المتغيرات التي يمكن اللجوء إليها في إيجاد التفسيرات المنطقية لنتائج الدراسة.

الجدول رقم (01) يبين توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس

النسبة المئوية	التكرار	الجنس
83.33%	25	أنثى
16.66%	05	ذكر
100%	30	المجموع

يوضح الجدول أعلاه خصائص العينة المدروسة من خلال فحص بيانات الجنس نلاحظ أعلى نسبة هي نسبة 83.33% من الإناث وهي النسبة الأكبر مقارنة مع جنس الذكور حيث بلغت النسبة 16.66%، وهذا راجع إلى طبيعة الإناث وغالبا ما يتوجه الذكر إلى الحياة المهنية، كما أنه في مجتمع الدراسة لدينا الإناث أكثر من الذكور.



الجدول رقم (02) يبين توزيع أفراد العينة حسب السن

السن	التكرار	النسبة المئوية
من 20 الى 23 سنة	09	30%
من 24 الى 27 سنة	17	56.66%
من 28 فما فوق	04	13.33%
المجموع	30	100%

نلاحظ من خلال تحليل البيانات الإحصائية الواردة في الجدول أعلاه أن متوسط العمر لدى أفراد العينة وهو ما بين 24 و 27 سنة وهذا ما تمثله النسبة التي قدرت ب **56.66%** وهي أعلى نسبة تقابلها الفئة العمرية بين 20 و 23 سنة بنسبة تقدر ب **30%**، ثم تليها مباشرة الفئة العمرية من 28 سنة فما فوق وقدرت نسبتها ب **13.33%**.

وبهذا يمكن القول إن الفئة العمرية داخل الجامعة تتركز على الفئة ما بين 24 إلى 27 سنة وهذا ما يوضح أن الطلبة محل الدراسة هم من الفئة متوسطة العمر وهذا بدوره يقودنا إلى الحديث عن الحالة المدنية لمفردات العينة، وقد أكدت الدراسة الميدانية أن أغلبية أفراد العينة هم عزاب بنسبة **80%** كما هو موضح في الجدول رقم (04).

الجدول رقم (03) يبين توزيع أفراد العينة حسب المستوى الجامعي

المستوى الجامعي	التكرار	النسبة المئوية
ليسانس	00	00%
ماستر	30	100%
المجموع	100	100%

يوضح لنا الجدول أعلاه توزيع أفراد العينة حسب المستوى الجامعي حيث بلغت نسبة مستوى الماستر النسبة الكلية **100%**

في حين نجد أن نسبة مستوى ليسانس معدومة تماماً، وهذا راجع لأننا قمنا باختيار مستوى الماستر عن قصد لكي نقوم بدراستنا عليهم.

الجدول رقم (04) يبين توزيع أفراد العينة حسب الحالة المدنية

الحالة المدنية	التكرار	النسبة المئوية
----------------	---------	----------------



24	80%	أعزب (ة)
06	20%	متزوج (ة)
/	/	مطلق (ة)
30	100%	المجموع

يوضح الجدول أعلاه خصائص العينة المدروسة من خلال بيانات الحالة المدنية، حيث نلاحظ أن النسبة الأكبر كانت للعزوية وبلغت 24 مفردة بنسبة 80%، ثم تليها حالة الزواج وبلغت 06 مفردات بنسبة 20%، أما حالة الطلاق فقد بلغت 00%، وذلك لأن الأمر راجع إلى أن فترة العزوية كما يسميها البعض هي فترة الحرية حيث تكون خالية من المسؤوليات على عكس المتزوج والمطلق.

الجدول رقم (05) يبين توزيع أفراد العينة حسب استخدام السالفي

30	100%	الفئات
00	00%	نعم
30	100%	لا
		المجموع

يبين الجدول أعلاه أن نسبة 100% من أفراد العينة تستخدم السالفي، ومن جهة أخرى نجد أن نسبة اللذين لا يستخدمونه معدومة تماما أي 00%، وهو ما يجعلنا نستنتج أن السالفي من أكثر التقنيات التي تستقطب مجموعة كبيرة من الأشخاص وذلك لكثرة إيجابياته وهذا ما جعل الكثيرين متعلقين به.

الجدول رقم (06) يبين توزيع أفراد العينة حسب استخدام الفيلتر

24	80%	الفئات
06	20%	نعم
30	100%	لا
		المجموع



يوضح الجدول أعلاه أن أغلبية أفراد العينة كانت إيجابتهم بنعم وقدرت نسبتهم بـ 80% وهذا دليل على أن الفيلتر له شعبية كبيرة، بينما نجد أن نسبة 20% كانت إيجابتهم بـ لا حيث أنهم لا يستخدمونه نهائياً.

وبهذا نستنتج أن الفيلتر هو خاصية مهمة لالتقاط الصور عن طريق تطبيقاته المختلفة والمتنوعة وهذا لأنها تركز على الجمال بصفة كبيرة وتحسين الصور مما لاقى إعجاباً وتعلقاً كبيراً من طرف الشباب.

الجدول رقم (07) يبين توزيع أفراد العينة حسب وقت استخدام السالفي

النسبة المئوية	التكرار	الفئات
43.33%	13	يوميًا
26.66%	08	أسبوعيًا
30%	09	حسب الظروف
100%	30	المجموع

من خلال بيانات هذا الجدول نرى أن وقت استخدام السالفي من طرف مستخدميه بشكل يومي قد بلغت 43.33% وهي تعتبر النسبة الأعلى، ثم تليها نسبة من يستخدمه حسب الظروف وقدرت بـ 30% وبعدها تأتي نسبة من يستعمله بشكل أسبوعي وقدرت بـ 26.66%. ومن هنا يتبين لنا أن السالفي كتقنية محبوبة لدى الكثير من الأشخاص أصبح العديد لا يستطيع الاستغناء عنه بحيث يستخدمونه يوميًا وآخرون حسب احتياجهم له.

الجدول رقم (08) يبين توزيع أفراد العينة حسب وقت استخدام الفيلتر

النسبة المئوية	التكرار	الفئات
30%	09	دائمًا
30%	09	أحيانًا
20%	06	نادرًا
20%	06	نهائياً
100%	30	المجموع

يبين لنا هذا الجدول أن أفراد العينة بنسبة 30% يستخدمون الفيلتر بشكل دائم ونفس النسبة يستخدمونه أحياناً، أما نسبة 20% فهي النسبة التي تمثل الفئة التي تستخدمه نادرًا ونهائياً.



ومن هذه القراءة لهذا الجدول نلاحظ أن الأشخاص يختلفون حول خاصية الفيلتر، بحيث هناك من لا يستطيع التخلي عنه ويمثل جزء من حياتهم وهذا بسبب إعجابهم به، كما أنه لدينا لا يؤثر عليهم الفيلتر ويستخدمونه بشكل معقول أو لا يستخدمونه أبداً إلا للضرورة.

الجدول رقم (09) يبين توزيع أفراد العينة حسب مدة استخدام الفيلتر

النسبة المئوية	التكرار	الفئات
16.66%	05	منذ أشهر
63.33%	19	منذ أكثر من عام
20%	06	بدون إجابة
100%	30	المجموع

يعبر هذا الجدول على أن أغلبية أفراد العينة المدروسة تستخدم الفيلتر منذ أكثر من عام وذلك بنسبة **63.33%**، في حين لدينا نسبة **16.66%** تستخدم هذه الخاصية منذ أشهر فقط، كما أنه لدينا نسبة **20%** وهي تعبر عن الفئة التي لم تجيب على هذا السؤال وذلك بسبب أن هذه النسبة هي التي لا تستخدم الفيلتر أبداً كما هو موضح في الجدول السابق رقم (06).
وبهذا نرى من خلال هذه القراءة أن الأشخاص متعلقين بخاصية الفيلتر حيث أنهم يستخدمونه منذ مدة طويلة وهذا يرجع مباشرة إلى قدرتهم على تغيير ملامح الوجه والظهور بصورة يعتبرونها أجمل.

الجدول رقم (10) يبين توزيع أفراد العينة حسب عدد النقاط صور السالفي في اليوم الواحد

النسبة المئوية	التكرار	الفئات
26.66%	08	من 01 إلى 05
53.33%	16	من 06 إلى 10
10%	03	من 11 إلى 15
10%	03	16 فما فوق
100%	30	المجموع

يوضح هذا الجدول عدد الصور التي يلتقطها مستخدم السالفي في اليوم الواحد فنجد أن أكبر نسبة هي **53.33%** حيث يلتقط من 06 إلى 10 صور في اليوم، وتليها نسبة **26.66%** وهي تعبر عن



التقاط من 01 إلى 05 صور في اليوم، ثم نسبة 10% وهي تمثل من 11 إلى 15 صورة في اليوم وفئة من 16 صورة فما فوق.

نرى أن هذا راجع إلى الرغبة في الوصول إلى الصورة المرغوبة أو إلى المتعة التي يشعر بها أثناء التقاط هذه الصور عبر خاصية السالفي.

الجدول رقم (11) يمثل نشر الصور على مواقع التواصل الاجتماعي

النسبة المئوية	التكرار	التطبيق المفضل في حالة الإجابة بنعم	النسبة المئوية	التكرار	الفئات
%20	03	فيسبوك	%50	15	نعم
%60	09	انستغرام			
%20	03	سناب شات			
			%50	15	لا
			%100	30	المجموع

نلاحظ أن أفراد العينة انقسموا بالتساوي حيث 50% أجابت بنعم و50% أجابت بلا. حيث أن الفئة التي تنشر صورها على مواقع التواصل الاجتماعي رأت أن أفضل تطبيق لنشرها هو الأنستغرام بنسبة 60%، والفئة الثانية بنسبة 20% فضلت تطبيق الفيسبوك وسنا شات لمشاركة صورهم. ومن هذا نلاحظ أن مواقع التواصل الاجتماعي ساهمت في انتشار تقنيات السالفي الفيلتر عبر مشاركة الأشخاص صورهم وكذلك الفيديوهات المفطرة مثل مؤثري الأنستغرام.



جدل رقم (12) يوضح فكرة التخلي عن السالفي

النسبة المتوية	التكرار	في حالة الإجابة ب لا لماذا؟	النسبة المتوية	التكرار	الفئات
12.05 %	0	تسهيل عمليات التصوير بوضعيات مختلفة	%80	2 4	لا
20.83 %	0	الثقة بالنفس			
12.05 %	0	إبراز الجمال			
20.83 %	0	التعود على التقنية			
20.83 %	0	التقاط الصور شخصيا			
12.05 %	0	إظهار الشكل الجميل			
%100	2				
	4				
			%20	0	نعم
			100 %	3	الجمو
				0	ع

من خلال الجدول أعلاه يتضح لنا أن أكبر نسبة هي التي أجابت بلا بحيث لا يمكنها التخلي عن السالفي وبلغت **80%** وهذا راجع حسب هذا الجدول إلى التعود على هذه التقنية والتقاط الصور شخصيا والثقة بالنفس وقد بلغت نسبتهم **12.05%** تعبر عن تسهيل عملية التصوير بوضعيات مختلفة وإبراز الجمال وإظهار الشكل الجميل، أما بالنسبة للذين أجابوا بنعم فنسبتهم **20%**.

ومن هذه القراءة نستنتج أن تقنية السالفي هي تقنية جديدة تجذب الأشخاص إليها وهذا نظرا للميزات التي يتمتع بها.



جدول رقم (13) يوضح الاستغناء عن الفيلتر

النسبة المئوية	التكرار	في حالة الإجابة التكرار بلا لماذا	النسبة المئوية	التكرار	الفئات
%38.88	07	يعزز الثقة بالنفس	%60	18	لا
%50	09	زيادة الجمال			
%11.11	02	تحسين الصورة			
			%40	12	نعم
			%100	30	المجموع

نلاحظ من خلال هذا الجدول أن النسبة الأكبر تقع في الفئة التي رفضت إمكانية التخلي عن تقنية الفيلتر وهي **60%** وحسب هذا الجدول فإن هذا بسبب أنه يساهم في زيادة الجمال حيث تمثل النسبة الأكبر وقد بلغت **50%**، ثم تليها نسبة **38.88%** والتي تعبر عن تعزيز الثقة بالنفس، ثم الفئة الأخيرة التي أرجعت السبب إلى تحسين الصور بنسبة **11.11%**، أما بالنسبة للذين أجابوا بنعم فقد بلغت نسبتهم **40%**.

من خلال هذا نستنتج أن خاصية الفيلتر استهدفت الشباب وأصبحت لها قيمة عند الأغلبية بحيث أصبحوا لا يستغنون عنها وهذا لأن الأشخاص يسرون خلف الأشياء التي تقدم لهم المتعة والثقة والجمال وهذه تعتبر نقاط ضعفهم وخاصة البنات.

الجدول رقم (14) يبين الإدمان على ظاهرة السالف الفيلتر

النسبة المئوية	التكرار	الفئات
%30	09	تقنية جديدة تعودت عليها
%20	06	خاصة عند البنات
%10	03	ممكن عند الاستعمال المتكرر
%03.33	01	بسبب مواقع التواصل الاجتماعي



30%	09	نعم بسبب عدم قدرة البعض على الاستغناء عنها
3.33%	01	لا ليس لهذه الدرجة
3.33%	01	نعم لأنها تبرز الجمال
100%	30	المجموع

يوضح لنا الجدول أعلاه نتائج آراء أفراد العينة حول ما إذا أصبحت ظاهري السالفي الفيلتر إدمانا، حيث لدينا فئة أجابت بنعم لأنها تقنية جديدة تعودوا عليها، وفئة أدلت بنعم بسبب عدم قدرة البعض على الاستغناء عنها وقد بلغت نسبة كل فئة 30%، ثم تليها مباشرة خاصة عند البنات بنسبة 20%، وبعدها فئة من أجابت بممكن عند الاستعمال المتكرر بنسبة 10%، ثم تأتي نسبة 3.33% والتي هي أدنى نسبة والتي تمثل فئة بسبب مواقع التواصل الاجتماعي وأنها تبرز الجمال وكذلك من رفض وقال ليس لهذه الدرجة.

وبعد قراءة البيانات نستنتج أن حسب الأغلبية فان السالفي الفيلتر في عصرنا هذا أصبحت إدمانا لدى الكثير من المستخدمين، وهذا راجع إلى الإيجابيات التي يرونها في هذه التقنيات ولكنهم تغاضوا عن السلبيات التي تحتويها وأولها الإدمان.

جدول رقم (15) يوضح دافع استخدام السالفي

النسبة المئوية	التكرار	الفئات
20%	06	عدم قبول معالم الجسم وإظهار الوجه فقط
30%	09	الاهتمام بالنفس والمظهر
50%	15	رغبة ذاتية
100%	30	المجموع

نلاحظ من خلال بيانات الجدول أعلاه أن أكبر نسبة مئوية قدرت ب 50% للذين يستخدمون السالفي برغبة ذاتية، أما فئة الاهتمام بالنفس والمظهر تليها بنسبة 30% ثم تليها مباشرة فئة عدم قبول معالم الجسم وإظهار الوجه فقط التي قدرت نسبتها ب 20%.
ومن هذه القراءة لهذا الجدول نلاحظ أن أفراد العينة الذين يستخدمون السالفي راجع بدرجة كبيرة إلى نفسيتهم وحاجاتهم ورغبتهم في تصوير أنفسهم واهتمامهم الزائد بالمظهر الخارجي.



جدول رقم (16) يبين سبب استخدام الفيلتر

النسبة المئوية	التكرار	سبب استخدام الفيلتر
10%	03	عدم الرضا عن المظهر
30%	09	تحسين الصورة
40%	12	زيادة الجمال
20%	06	بدون اجابة
100%	30	المجموع

يبين لنا هذا الجدول النتائج الإحصائية لسبب استخدام الفيلتر بحيث قدرت أكبر نسبة ب 40% زيادة الجمال، تليها نسبة 30% تحسين الصورة ثم تليها نسبة 10% عدم الرضا عن المظهر، كما أنه لدينا نسبة 20% تعبر عن الفئة التي لم تجيب على هذا السؤال وذلك بسبب أن هذه النسبة لا تستخدم الفيلتر أبدا كما هو موضح في الجدول السابق رقم (06)، ومنه نستنتج مما سبق أن أكثر الأفراد تستخدم الفيلتر لزيادة وإبراز الجمال والمجازية كما تعزز الثقة بالنفس.

جدول رقم (17) يوضح هل يجعلك الفيلتر تبدو أكثر جمالا

النسبة المئوية	التكرار	الفئات
80%	24	نعم
20%	06	لا
100%	30	المجموع

يوضح لنا هذا الجدول أن معظم أفراد العينة أجابوا بنعم وقدرت نسبتهم ب 80% أما البقية فقد أجابوا بلا ونسبتهم 20%. نستنتج مما سبق أن معظم أفراد العينة يجعلهم الفيلتر أكثر جمالا لأنه يقوم بتعديل صورهم وتغيير ملامحهم للأحسن وإبراز جمالهم وتفصيلهم.



جدول رقم (18) يوضح الميزة المفضلة لاستخدام الفيلتر

النسبة المئوية	التكرار	الميزة المفضلة في تقنية الفيلتر
30%	09	صفاء البشرة
10%	03	تغيير لون العيون وتوسيعها
20%	06	تصغير الأنف
20%	06	مميزات أخرى
20%	06	بدون إجابة
100%	30	المجموع

نلاحظ من خلال البيانات الإحصائية التي يوضحها الجدول أعلاه أن أكبر نسبة تمثلها ميزة صفاء البشرة في تقنية الفيلتر وقدرت نسبتها ب **30%**، تليها الفئة التي تفضل ميزة تصغير الأنف ومميزات أخرى قدرت نسبة كلاهما ب **20%**، أما ميزة تغيير لون العيون وتوسيعها فهي تمثل أقل نسبة وقدرت ب **10%**، كما أنه لدينا نسبة **20%** وهي تعبر عن الفئة التي لم تجب على هذا السؤال وذلك بسبب أن هذه الفئة لا تستخدم تقنية الفيلتر أبدا كما هو موضح في الجدول رقم (06).

ومن هذه القراءة للجدول نستنتج أن أفراد العينة يسعون للحصول على بشرة نقية جاذبة خالية من العيوب وهذا راجع للوصول للمظهر المثالي مثل نجوم السينما.

جدول رقم (19) يوضح مساعدة السالفي في إبراز الجمال والأنوثة لدى البنات

النسبة المئوية	التكرار	الفئات
100%	30	نعم
00%	00	لا
100%	30	المجموع

يبين لنا الجدول أعلاه أن نسبة **100%** ترى بأن السالفي يساعد في إبراز الجمال والأنوثة لدى البنات، ومن هنا نستنتج أن السالفي عبارة عن تقنية تستهدف البنات أكثر من الذكور وهذا ما جعلهن لا يستطعن التخلي عنه لأن الجمال والأنوثة هي نقطة ضعف الإناث.



جدول رقم (20) يوضح الرضا عن الصور بدون فيلتر

النسبة المئوية	التكرار	الفئات
60%	18	نعم
40%	12	لا
100%	30	المجموع

يوضح هذا الجدول من خلال البيانات المقدمة أن نسبة 60% غير راضين على صورهم بدون فيلتر، ونسبة 40% راضين عن صورهم بدون فيلتر وهذا دليل على أن هذه الفئة لا تستخدم الفيلتر بكثرة أو غير مهتمة به. وبهذا نستنتج أن معظم مستخدمي الفيلتر أدمنوا عليه بسبب ميزة تغيير الشكل لأنها تمنحهم الثقة والرضا عن النفس والمظهر.

جدول رقم (21) يبين أسباب انتشار ظاهري السالفي والفيلتر

النسبة المئوية	التكرار	الانتشار الكبير لظاهري السالفي والفيلتر راجع الى:
20%	06	تقنيات تصوير جديدة
40%	12	تقنية جديدة لإبراز الجمال
40%	12	موضة العصر
100%	30	المجموع

نلاحظ من خلال بيانات هذا الجدول أن أكبر نسبة قدرت ب 40% وتعود إلى كل من تقنية جديدة لإبراز الجمال وموضة العصر، أما نسبة 20% راجعة إلى تقنيات تصوير جديدة. من هنا نستنتج أن الانتشار الكبير لظاهري السالفي والفيلتر راجع إلى كونهما يستخدمان لإبراز مفاصل الجمال والأنوثة لدى البنات اللاتي تواكبن تغييرات العصر التي أصبحت موضة العصر.

جدول رقم (22) يوضح فكرة تغيير الشكل للوصول إلى النسخة المفلترة

النسبة المئوية	التكرار	الفئات
20%	06	نعم
80%	24	لا
100%	30	المجموع



نلاحظ من خلال الجدول وما أوضحتها النتائج الإحصائية أن أغلب أفراد العينة أجابوا بعدم تغيير الشكل للوصول إلى النسخة المفلتره وهذا ما عبرت عنه نسبة 80%، تليها نسبة أقل قدرت ب 20% ترى العكس، ومن خلال هذا نستنتج أن معظم الأشخاص لا يفكرون في تغيير الشكل للوصول إلى الصورة المفلتره وهذا راجع إلى إمكانية خوفهم من عادات وتقاليد مجتمعنا وديننا الإسلامي، كما أنهم يستعملون فيلتر لزيادة الجمال فقط، كما يتأثر البعض بتغيير أنفسهم لإبهار المجتمع وتحويلهم لنسخ في فن الوهم الاجتماعي النابغ من انخفاض احترام قيمة الذات.

جدول رقم (23) يوضح قياس ظاهرة الفيلتر والسالفي

النسبة المئوية	التكرار	الفئات
50%	15	سلبية
50%	15	إيجابية
100%	30	المجموع

يشير الجدول أعلاه إلى أن النسبة المئوية لأفراد العينة متساوية بين سلبية وإيجابية المقدرة ب 50%، ونستنتج من خلال ما سبق أن ظاهرة الفيلتر والسالفي لديها إيجابيات مثلما لديها سلبيات الأمر الذي يؤكد لنا أن الفيلتر والسالفي يفسر للشخص تعبير عن نفسه وكذلك زيادة الثقة بالنفس لديه، كما يساعد في توثيق لحظات بصورة أجمل، كما يؤثر سلبية على نفسية مستخدميه ما قد يسبب اكتئاب وقلق بمظهره الخارجي بشكل مرضي.

جدول رقم (24) هل يمكن أن يؤدي السالفي والفيلتر بمستخدميه إلى الهوس

النسبة المئوية	التكرار	الفئات
10%	03	نعم لأنه أصبح إدمان
20%	06	نعم عدم تقبل المظهر الخارجي
3.33%	01	نعم خاصة عند مؤثري الأنستغرام والتيك توك
10%	03	ممكن عند التعلق به
3.33%	01	لا أظن إلا اللذين لا يتقون بجمالهم ويعانون من عقد نفسية
10%	03	لا عند الاستخدام بشكل معقول
10%	03	ربما في بعض الحالات



03.33%	01	نعم لأنه يشعرنا بالراحة النفسية والرضا
20%	06	نعم يؤدي إلى الهوس
10%	03	نعم عند الاستخدام بشكل دائم
99.99% =	30	المجموع
100%		

يوضح لنا الجدول أعلاه نتائج آراء أفراد العينة حول ما إذا يؤدي السالفني والفيلتر بمستخدميه إلى الهوس، حيث لدينا فئة أجابت بنعم لعدم تقبل المظهر الخارجي وفئة نعم يؤدي إلى الهوس وقد قدرت النسبة بـ 20%، ثم تليها مباشرة نسبة 10% كل من فئة أجابت إجابات مختلفة وهي نعم لأنه أصبح أدمانا، يمكن عند التعلق به، لا عند الاستخدام بشكل معقول، ربما في بعض الحالات، نعم عند الاستخدام بشكل دائم، تليها مباشرة الفئة التي بلغت نسبتها 03.33% وهي أدنى نسبة في هذا الجدول والتي تمثل عدة آراء: نعم خاصة عند مؤثري الأنستغرام والتيك توك، لا أظن إلا اللذين لا يثقون بجمالهم ويعانون من عقد نفسية، وأيضا نعم لأنه يشعرنا بالراحة النفسية والرضا.

من خلال هذه القراءة للبيانات المقدمة نستنتج أن معظم مستخدمي السالفني والفيلتر يؤدي إلى الهوس وهذا راجع إلى ما نعيشه نحن الآن في عصرنا لتحديده لمعايير جمال محددة التي تعتمد على السالفني والفيلتر، حيث ساهمت في تغيير نظرة الأفراد حول صورهم الحقيقية إذ يصبح الفرد مهووسا بالسالفني والفيلتر دون أن يشعر بذلك.

الإجابة على السؤال الفرعي الأول: الذي اتارته الدراسة فقد توصلت إلى النتائج التالية

* يعتبر السالفني والفيلتر من أهم تقنيات التصوير العصرية التي لاقت شعبية كبيرة من طرف المستخدمين ووصلت بهم إلى حد الإدمان.

- لقد توصلت هذه الدراسة الميدانية إلى أن السالفني من أكثر التقنيات التي تستقطب مجموعة كبيرة من الأشخاص وهذا ما عبرت عنه 100% من الجدول رقم 5 وهذا راجع إلى كثرة إيجابيات.

- كما توصلت حسب دراستنا إلى أن الفيلتر هو خاصية جماعية لاقت إعجابا كبيرا من طرف الأفراد وهذا ما عبرت عنه نسبة 80% من الجدول رقم 6.

- كما أشارت من خلال نتائج الجدول رقم 7 إلى أن نسبة 43.33% تستخدم السالفني يوميا ونتائج الجدول 8 بنسبة لنا 30% هي نسبة الذين يستعملون الفيلتر بشكل دائم وهذا يفسر أن الكثيرين لا يمكنهم الاستغناء عن هذه التقنيات بحيث أدمنوا عليه وأصبح جزءا من يومياتهم.



- وقد تحصلنا على نسبة 50% من الجدول رقم 11 وهي التي تنشر صورها على مواقع التواصل الاجتماعي الملتقطة بالسالفي والفيلتر وقد رأيت أن أفضل تطبيق لنشرها هو انستغرام كما أدلت بنسبة 60%.

- أما فيما يتعلق بفكرة الاستغناء عن السالفي والفيلتر وجدنا أن نسبة 80% من الجدول رقم 12 تؤكد رفضها فهي التخلي عن السالفي وهذا راجع إلى أنها تعزز الثقة بالنفس كما هو واضح في نسبة 20.83% من نفس الجدول وهذا دليل على الإدمان عليه.

- وكذلك لدينا 60% من الجدول 13 طرأ بان لا تستطيع التخلي عن الفيلتر لأنه ببساطة يزيدهم جمالا كما تبينه نسبة 50% من نفس الجدول وبهذا فان الأشخاص مدمنين على الفيلتر بشكل واضح كما يبين إن الجدول رقم 14 ان السالفي والفيلتر يؤثرون على المستخدمين من خلال إصابتهم بالإدمان وهذا ما عبرت عنه بنسبة 20% وهذا راجع إلى الاستعمال المتكرر وعدم استطاعتهم على الاستغناء عنه نتيجة الإيجابيات التي يرونها في هذه التقنيات.

ما يمكن ملاحظته بعد عرضنا لنتائج السؤال الفرعي الأول أن استخدام السالفي والفيلتر يؤدي إلى إدمان بطريقة مباشرة بحيث أنهما عبارة عن تطبيقات تتميز بعدت خواص للتصوير وتعديل الصور. كما لاحظنا أن الإدمان على السالفي والفيلتر ينجم عند الاستخدام لوقت طويل بحيث عدم القدرة المستخدم على الاستغناء عنهما كونهما يشغلان حيزاً كبيراً من يوميات مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي.

فهذه الأخيرة ساهمت في انتشار السالفي والفيلتر عبر نشر صورهم وذلك يعتبر نوع من الإدمان أي التقاط صور سيلفي بشكل مستمر وتعديلها باستخدام خاصية الفيلتر للحصول على إعجابات وتعليقات من طرف المتابعين عبر صفحاتهم.

وفيما يتعلق بالسؤال الفرعي الثاني: الذي اتارته الدراسة توصلنا إلى النتائج التالية:

* يعتبر السالفي والفيلتر تقنيات تساعد الأفراد في زيادة جاهلهم وتعزيز الثقة بالنفس عندهم وبهذا فهذه التقنيات تؤثر بشكل واضح في شخصية المستخدمين من خلال إصابتهم بالهوس

- وقد توصلت الدراسة الميدانية إلى إن الأشخاص يستخدمون السالفي حسب حاجاتهم وأولياتهم كما بينته نسبة 50% من الجدول رقم 15 كما استنتجنا أيضا أن السالفي يساعد في الاهتمام بالنفس والمظهر وهذا ما عبرت عنه نسبة 20% وهذا راجع إلى الهوس بالذات والاهتمام الزائد بالنفس.

- وفيما يتعلق بسبب استخدام الفيلتر وجدنا نسبة 40% من الجدول رقم 16 يرون أن السبب راجع إلى أنه يزيد الجمال وهذا راجع إلى أن الأفراد غايتهم الجاذبية التي تجعلهم أكثر ثقة بأنفسهم.



- كما استنتجنا من خلال نتائج الجدول رقم 17 إلى أن الفيلتر يجعل مستخدميه أكثر جمالا وذلك راجع إلى الميزان التي يحتوي عليها والتي تعتبر من أولى اهتمامات المستخدمين وهذا ما عبرت عنه نسبة 80%.

- كما أدلت المعطيات الميدانية بحسب نتائج الجدول رقم 20 ان معظم مستخدمي الفيلتر أدمنوا عليه بسبب ميزة تغيير الشكل وهذا ما أوضحته نسبة 40% وهذا راجع إلى أن الفيلتر يمنحهم الرضي عن المظهر والوجه وهذا ما يجعلهم أكثر هوسا به.

- وقد أوضحت نسبة 20% من الجدول رقم 22 انه هناك من أصيب بالهوس بالفيلتر وصولا إلى إمكانية تغيير شكله عن طريق العمليات التجميلية لكن تبقى النسبة الأكبر رفض هذه الفكرة.

- كما يوضح لنا الجدول رقم 24 ان إمكانية إصابة المستخدمين للسالفني بالهوس وهذا ما تبينه نسب 20% وهذا راجع إلى عدم تقبل المظهر الخارجي.

ومن خلال هذه النتائج المتعلقة بالسؤال الفرعي الثاني توصلت إلى أن الأشخاص لا يستعملون السالفني بدون فيلتر بسبب زيادة الجمال وتغيير ملامح الوجه للحصول على أكثر جاذبية تجعلهم أكثر ثقة وهذا راجع إلى الهوس بالتصوير السالفني بشكل هستيري للظهور بصورة أفضل.

كما أن الإدمان على السالفني والفيلتر أدى إلى الهوس بالجمال والمظهر الخارجي إلى درجة عدم الرضا عن الصورة الحقيقية بدون تعديل وبذلك فإن انجراف مستخدمي السالفني والفيلتر عبر مواقع التواصل الاجتماعي نحو هذه التطبيقات والفلاتر خاصة البنات راجع لأنها تجعلهم أكثر جمالا والسالفني يساعدهم في اهتمام بالنفس.

وهذا أدى بهم إلى التفكير بعمليات تجميلية للوصول إلى الصورة المفطرة التي خلقت معايير الجمال الجديدة غير قابلة للتحقيق.

بعد عرضنا النتائج العامة التي توصلت إليها الدراسة من خلال الإجابة على التساؤلات الفرعية التي أثارها الدراسة نتوصل إلى الإجابة على السؤال المركزي الذي تمحورت حوله دراستنا:
*تؤثر من نشاط التواصل الاجتماعي وتطبيقات السالفني والفلاتر على معايير الجمال والصحة النفسية من خلال الاستعمال الدائم لهذه التطبيقات والتي أصبحت جزءا من الحياة اليومية للإفراد المواكبة لعصرنا هذا.

كما أنه مستخدم السالفني والفيلتر يصبح عارفا لمعايير الجمال بحيث يصل إلى التفكير في الوصول إلى أقصى المعايير الجمالية التي يجدها في خاصية الفيلتر.



*ونستخلص أن من آثار استخدام السالفني والفيلتر أنه يؤدي بصفة مباشرة بالمستخدمين الإصابة بالإدمان والهوس وهذا يعتبر من سلبيات هذه الخواص التصويرية.

*وقد أوضحت الدراسة الميدانية التي قمنا بها بالتأثيرات التي تنجم عن استخدام السالفني والفيلتر عبر مواقع التواصل الاجتماعي بسبب الاستعمال الدائم وعدم القدرة على التخلي عن هذه التطبيقات والميزات التي يراها مستعملها، لكنه لم يعطي أهمية للتأثيرات السلبية التي وصلت بها إلى الإصابة بالإدمان كاضطراب نفسي وكذلك الهوس بمعايير جمالية محددة.



فائت

-حاولت الدراسة منذ البداية معرفة أثر استخدام السالفي والفيلتر عبر مواقع التواصل الاجتماعي على معايير الجمال ونفسية المستخدمين لدى الطلاب الجامعيين ومن أجل ذلك كان لابد من القيام بدراسة ميدانية وهذا من أجل إسقاط الجانب النظري على الجانب الميداني ذلك أن السالفي والفيلتر يعتبران من ظواهر العصر من الناحية التقنية، وأصبحوا وسائل إبداعية بطريقة ناجحة للتواصل مع الآخرين من ناحية أخرى، كون الفيلتر أصبح له أهمية كبيرة من خلال مميزاته التي تتمثل في تغيير الملامح وزيادة الجمال التي لاقت إعجابا كبيرا من طرف الطلاب وكون السالفي أيضا أصبح شكلا من أشكال الذات .

ولكن حسب الدراسة فقد توصلنا إلى أن المستخدم أذهلته إيجابيات هذه التقنيات، لدرجة انه لم يراعي سلبياتها فاستخدام السالفي والفيلتر عبر مواقع التواصل الاجتماعي التي ساهمت في انتشارهما يؤدي إلى خلل في نفسية المستخدمين ومنه الإصابة بالإدمان على هذه الخواص، عن طريق الاستخدام الدائم والمستمر كما أن السالفي والفيلتر يؤدي بصاحبهما إلى الوصول إلى حالة الهوس حيث يصبح مهووسا بشكله ومظهره وجماله لدرجة محاولة تحقيق معايير جمالية صعب تحقيقها من خلال عمليات التجميل .

وأخيرا يجب على كل مستخدم لمواقع التواصل الاجتماعي وكذلك ظواهر العصر مثل السالفي والفيلتر استخدام ها بشكل معقول لتجنب الإصابة بمثل هذه الاضطرابات.



قائمة المراجع:

الكتب:

- 01- إءسان محمد الءسن - النظرفاء الاءءماعفة المقءمة - الطءعة 01- ءار وائل للنشر والءوزفع - عمان - 2005.
- 02- إءسان محمد ءسن - مناهء البءء فف علم الاءءماع - الطءعة 01- ءار وائل للنشر - عمان - 2005.
- 03- ءامء عبء السلام زهران-الصءة النفسفة و العلاء النفسف - ءار النشر 16 ءواء ءسنى - القاهرة - الطءعة 04- 2005.
- 04- ءسفن عبء الءمفء رشوان- أصول البءء العلمف - مؤسسة الشفباب الءامعفة - الاسءنءرفة - 2006.
- 05- الطراءفشف مفرفء والسفء عبء العزفز - نظرفة الاءءصال- ءار النهضة العربفة- القاهرة- 2006.
- 06- طلعت ابراهفم لطفف - كمال عبء الءمفء الزفاء - النظرفة المعاصرة فف علم الاءءماع - ءار ءرفب - القاهرة- 1999.
- 07- عزء السفء آءمء - الءمال و علم الءمال- ءءوس واءراقاء الطءعة 02- عمان - الأرفء 2013.
- 08- قبارف محمد اسماعفل- مناهء البءء فف علم الاءءماع الاءارف ومشكلة الءنظفم فف المؤسسة البفروقراطفة- منشاء المعارف- الاسءنءرفة- 2000.
- 09- محمد سرحان علف الءموءف- مناهء البءء العلمف - الطءعة 03- ءار الكءب - الءمهورفة الفمنفة- 2015.
- 10- محمد عبء الكرفم الءورافف - النظرفة المعاصرة فف علم الاءءماع- الطءعة 01- ءار نشر مءء لاءف - عمان - 2007.



- 11- مروان عبد المجيد ابراهيم- أسس البحث العلمي لاعداد الرسائل الجامعية- مؤسسة الوراق - عمان - 2000.
- 12- معن خليل عمر - نظريات معاصرة في علم الاجتماع- دار الشروق للنشر- طبعة 01- الاردن 2005.
- 13- معن خليل عمر- مدخل علم الاجتماع- دار الشروق - عمان - 2009.

المذكرات:

- 01- ابتسام أحمد أبو العمرين - مستوى الصحة النفسية للعاملين بمهنة التمريض في المستشفيات الحكومية بمحافظة غزة وعلاقته بمستوى أدائهم - مذكرة مقدمة للحصول على الماجستير - قسم علم النفس - كلية التربية - الجامعة الاسلامية - غزة - 2000.
- 02- سامية متاجر- حنان قندوز - تأثير وسائل الاتصال الحديثة على العلاقات الاجتماعية لدى الشباب الجامعي- الصورة الذاتية سيلفي نموذجاً- دراسة مسحية على عينة من طلبة جامعة خميس مليانة- مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر في علوم الإعلام والاتصال- تخصص وسائل الاعلام والتنمية المستدامة - جامعة الجليلي بونعامه - بخميس مليانة - 2016-2017.
- 03- عنون آسيا - انعكاسات استخدام شبكات التواصل الاجتماعي على القيم الاخلاقية لدى الطالبات الجامعية - دراسة على عينة من مستخدمي الفيسبوك بجامعة الطارف- مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر أكاديمي تخصص علم اجتماع الاعلام والاتصال - كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية - جامعة الشاذلي بن جديد - الطارف- 2017-2018.
- 04- محمد فهيد الركيبي - درجة توافر أبعاد الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في دولة الكويت - مذكرة مقدمة لنيل شهادة ماجستير - قسم المناهج والتدريس - كلية العلوم التربوية - جامعة آل البيت - 2018-2019.
- 05- ناجح فاطمة الزهراء - استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وتأثيرها في انحراف الطالبات الجامعية - الفيسبوك نموذجاً - دراسة حالة بالإقامة الجامعية 2000 سرير للإناث بالطارف- مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر أكاديمي - كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية - جامعة الشاذلي بن جديد- الطارف - 2016-2017.



المجلات والمقالات:

- 01- غادة مراد - كيف يكون الشخص متمتعاً بالصحة النفسية - صحة وطب - مجلة اليوم السابع - 15 مارس 2021.
- 02- عتيقة عز الدين-إيمان عبادي - مواقع التواصل الاجتماعي «يوتيوب» ودوره في تفعيل العملية التعليمية- مجلة الباحث للعلوم الرياضية والاجتماعية - العدد 04.
- 03- لحبيب بن عربية - صلاح الدين صوالحي- دور الفيسبوك في نشر الوعي البيئي- مجلة الميدان للعلوم الإنسانية والاجتماعية - العدد 03- المجلد 03- 2021.
- 04- بودريالة عبد القادر - التصوير الذاتي تواصل اجتماعي أو اضطراب نفسي- دراسة ميدانية-مجلة الباحث في العلوم الانسانية والاجتماعية -العدد 33- مارس 2018.
- 05- سعيد عبيدي- عندما يصبح "التصوير السالفي" هوساً؟!- مجلة مع الشباب- العدد 09.
- 06- شتوان صفية - بومدين يوسف- أثر وسائل التواصل الاجتماعي على سلوك المستهلك اتجاه الأزياء الإنسانية- دراسة على عينة من الطالبات المحجبات في جامعة جيجل- الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية.
- 07- عبد الكريم علي الدبسي وزهير ياسين الطاهات- دور شبكات التواصل الاجتماعي في تشكيل الرأي العام لدى طلبة الجامعات الأردنية- مجلة دراسات العلوم الإنسانية والاجتماعية - المجلد 40- 2013.
- 08- علي باقيطان- مجلة الإعلام والفنون- دور مواقع التواصل الاجتماعي في نشر الشائعات من وجهة نظر أعضاء هيئة التدريس في جامعة لندن - سنة أولى - العدد 04- مارس 2021.
- 09- فوزية عبو- مواقع التواصل الاجتماعي وأثرها على العلاقات الزوجية - دراسة اتنوغرافين على عينة من الاسس بولاية مستغانم- المجلة الجزائرية لبحوث الاعلام والرأي العام - المجلد 03- العدد 02- ديسمبر 2020.
- 10- ميمي محمد عبد المنعم توفيق - شبكات مواقع التواصل الاجتماعي (النشأة والتأثير) - مجلة كلية التربية. جامعة عين شمس 193- العدد 24 الجزء الثاني - 2018.



مواقع إلكترونية:

- 01- احذر 05 اضرار السالفي www.akehbaralaah.net 03 -2022
14:02
- 02- أفضل برامج المكياج وتطبيقات السالفي على الاندرويد - www.arabophones.com 13 :56
- 03- أفضل تطبيقات تصوير السالفي ،افضل برنامج سيلفي الاندرويد. www.aljawalat.com ..30-03-2022 13:54
- 04- تطبيقات الفلاتر صورة افضل بشكل أقل www.inlebanon.org :https// 28-04-2022 14:41
- 05- تعريف بمعنى الفلاتر،الفرش ...وكل ما يضاف إلى الفوتوشوب - <https://romansiclake.ahlamontada.com> 21-03-2022 22:04
- 06- تعريف فلاتر الكاميرا وأنواعها، عالم التصوير والمعرفة. World-photographie.blogspot.com 27-04-2022 15:04
- 07- تويتر ar.m.wikipedia.org 02-03-2022 15:20
- 08- سارة سيمر - 12 علامة من علامات الجمال العالمية،فكم تمتلك أنت www.alroeya.com?
- 09- السالفي - 17:13 02-2022 28- www.dw.com
- 10- السالفي دافع التمييز على الشبكات الاجتماعية. alarab.com.uk :https// 04-2022 20:19
- 11- سيكولوجية السالفي ،ظاهرة بين السلبية والايجابية- الجزيرة نت. : www.al-jazeera.com 05-2022 18:01
- 12- سيلفي - ar.m.wikipidia.org 28-02-2022 .13:40
- 13- الصحة النفسية مفهومها واهدافها واسبابها ومعاييرها - الاكاديمية المصرية. 01:23 03-2022 21- www.specialegypt.com



- 14- فلاتر الصور على الشبكات الاجتماعي ة.....هوس الجمال الدائم.
14:05 2022 -04 -28 .https:// :www emaratalyom.com
- 15- الفلاتر..ادمان لجمال " افتراضي " و " رفض " للملامح الحقيقية يوم الزيارة 22-03-
2022 على الساعة 00:23 :https://alghad.com
- 16- لمحيي التصوير أفضل الفلاتر للتصوير الفوتوغرافي. .com .hayatok :https//
21:06 2022 -05
- 17- ماهو واتساب .mawdoo3.com. -03. 19:51 2022
- 18- ماهي أنواع السالفي وماذا تقول صورتك عنك ؟ البوابة. www.albawaba.com
13:50 2022 -03 -30
- 19- ماهي علامات الجمال عند المرأة .mawdoo3.com . -04 23:00 2022
- 20- مبادئ نظرية التبادل الاجتماعي - وودز. .arwordshub.com :https//
19:00 2022
- 21- متلازمة السالفي داء العصر .atharah.com . -03 -30 13:36 2022
- 22- من النحافة إلى الوجه المليئ بالحبوبهكذا تختلف معايير الجمال من دولة لأخرى.
17:00 2022 -04 -22 .Arabic post.net
- 23- مواقع التواصل الاجتماعي بين السلبيات و الإيجابيات Duval.sa :https// -21.
20:49 2022 -03
- 24- نون..الفلاتر من هوس بالجمال إلى مخاطر نتائجها غير محمودة- أخبار الان .
21:55 2022 -05 -01.https// :www.akhbaralaan. net
- 25- هوس "الفلاتر " ..سبب الاصابة باضطراب
"ديسمورفوبيا".m.akhbarelyom.com. :https//
- 26- هوس السالفي والفلاتر ...إضطراب يفسد الحياة- صحيفة
الخليج.alkhaleej.ae :https// -01 -05 2022 00:17



27- هوس الفلاتر ومساحيق التجميل - هل بناتنا اصيحت مدمنات

عليها. alumniyat.net :https// 01-05-2022 22:00



الملاحق

ملحق رقم 01: استمارة البحث

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة شاذلي بن جديد - الطارف -
كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية
تخصص علم اجتماع اتصال

استمارة البحث:

أثر السالفين والقياسات على معايير الجمال ونفسية
المستخدمين لمنتجات التواصل الاجتماعي
دراسة ميدانية على عينة من طلبة العلوم
الاجتماعية والإنسانية بجامعة شاذلي بن جديد -

إشراف: بليل عبد الكريم

من إعداد الطالبتين:

- بوملتوخة رمة
- تواتي آمال

ملاحظة:

المعلومات الواردة في الاستمارة سرية لا تستخدم إلا لغرض البحث العلمي.



المحور الأول: البيانات الشخصية.

01: الجنس: ذكر أنثى

02: السن:

03: المستوى الجامعي: ليسانس ماجستير 04: الحالة المدنية: أعزب متزوج(ة) مطلق(ة)

المحور الثاني: مدى إدمان الشباب على السالفي والفيلتر

06: هل تستخدم السالفي؟ نعم لا 07: هل تستعمل الفيلتر؟ نعم لا 08: متى تستخدم السالفي؟ يوميا أسبوعيا حسب الظروف 09: هل تستخدم الفيلتر بشكل دائم؟ دائما أحيانا نادرا نهائيا 10: منذ متى تستخدم الفيلتر؟ منذ أشهر منذ أكثر من عام

11: كم صورة سيلفي تلتقط في اليوم الواحد؟

• من 1-5 • من 6-10 • من 11-15 • من 16 فما فوق

12: هل تنشر صورك بالسالفي والفيلتر على مواقع التواصل الاجتماعي؟

نعم لا

إذا كانت إجابتك بنعم: ماهو التطبيق المفضل لنشرها؟

فيسبوك انستغرام سناب شات 13: هل تفكر في التخلي عن تقنية السالفي؟ نعم لا

إذا كانت: لا، لماذا؟.....



14: هل تستطيع الاستغناء عن الفيلتر ؟ نعم لا

إذا كانت الإجابة لا، لماذا؟.....

15: هل ظاهرة السالفي والفيلتر أصبحت إدمانا لدى البعض ؟

المحور الثالث: تأثير السالفي والفيلتر نحو الهوس الجمالي :

16: ما دافع استخدام ك السالفي ؟

(1) - عدم قبول معالم الجسم وإظهار الوجه فقط.

(2) - الاهتمام بالنفس والمظهر.

(3) - رغبة ذاتية.

17: ما سبب استخدام ك للفيلتر ؟

- عدم الرضا عن المظهر.

- تحسين الصورة .

- زيادة الجمال .

18: هل الفيلتر يجعلك تبدو أكثر جمالا ؟ نعم لا

19: ما هي الميزة التي تفضلها في تقنية الفيلتر ؟

- صفاء البشرة .

- تغيير لون العيون وتوسيعها .

- تصغير الأنف .

- ميزات اخرى.

20: هل السالفي يساعد في ابراز الجمال والانوثة لدى البنات ؟ نعم لا

21: هل أنت راضي (ة) عن صورك بدون الفيلتر ؟ نعم لا

22: برأيك هل الانتشار الكبير لظاهري السالفي والفيلتر في عصرنا الحالي راجع إلى :



- تقنيات تصوير جديدة

- تقنية جديدة لإبراز الجمال

- موضة العصر

23: هل تفكر في تغيير شكلك للوصول إلى نسخة من الصورة المفلترة؟ نعم لا

24: ما قياسك لظاهرتي السالفي والفيلتر؟

سلبية ايجابية

25: حسب رأيك هل يمكن أن يؤدي السالفي والفيلتر بمستخدميه إلى الهوس؟

.....

.....

