

The effect of special exercises to relieve rotator cuff muscle pain and increase vital capacity efficiency and achieve the 800m freestyle swimming event

Dr. Ihsan Mohammed Ali Hadi^{1,*}

¹ College of Physical Education and Sports Sciences, University of Babylon, Iraq

* Corresponding author, Email: muradihsan@gmail.com

Received: 08/08/2024

Accepted: 06/10/2024

Abstract

The aim of the research is to know the effect of suggested exercises to rehabilitate the muscles around the arm (the rotator cuff muscles (four muscles and tendons) and the anterior deltoid muscle) for the swimmer and the extent of its effect in raising the efficiency increase vital capacity efficiency and thus achieving achievement. It was found that problems around the arm are among the common injuries among long and medium-distance swimmers and are a result of repetitive movement of the arms; it is known that the movements of the arms depend mainly on the rotator cuff muscles, which maintain the presence of the arm bone and fix it tightly within the fovea of the shoulder. Injuries to the rotator cuff occur when excessive activities occur above the head level repeatedly, and the reasons may be the gradual degeneration of the tendon tissue and their causes, including movements. Frequent injuries to the arm are responsible for generating the forces that push the swimmer forward, so these injuries frequently occur in middle and long-distance swimmers. To achieve the research goal, the researcher conducted a medical examination of the research community, which numbered (40) long- and medium-distance swimmers. The examinations revealed that there were (10) swimmers whose ages ranged from (16-18) years of age who suffered from problems around the arm while performing daily exercises. They were divided into two groups, the first experimental and the second control. The experimental group implemented the exercises proposed and prepared by the researcher, and the control group performed one of the traditional training curricula prepared by the trainer. The researcher conducted the necessary tests before and after the training period, which lasted (12) weeks, three training units per week, and the results were analyzed using the necessary statistical operations. The researcher concluded that there was a noticeable development in both groups studied, but the experimental group had the best results. Because of the correct use of the training program to qualify swimmers, and in light of this, the researcher recommended the necessity of conducting a continuous examination of the safety of swimmers, implementing the suggested exercise items when injuries occur, such as prolapse of the rotator cuff tendons or looseness in its muscles, and continuing training with auxiliary means to raise physical and functional fitness capabilities to achieve achievement.

Keywords: Special exercises; relieve; cuff muscle pain; freestyle swimming.

أثر تمارينات خاصة لإزالة ألم عضلات الكفة المدورة ورفع كفاءة السعة الحيوية وإنجاز فعالية 800م سباحة حرة

د. احسان محمد علي هادي*1

¹ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة بابل، العراق

*البريد الإلكتروني للمؤلف المراسل: muradihsan@gmail.com

الخلاصة

هدف البحث لمعرفة اثر تمارينات خاصة مقترحة لتأهيل اصابة عضلات حول الذراع (عضلات الكفة المدورة) الاربعة عضلات (اوتار) والعضلة الدالية الامامية) للسباح ومدى تأثيره في رفع كفاءة الرنتين وبتالي تحقيق الانجاز، وجد ان مشاكل حول الذراع من الإصابات الشائعة لدى سباحي المسافات الطويلة والمتوسطة وهي نتيجة الحركة المتكررة الذراعين ، معروف ان حركات الذراعين تعتمد أساساً على عضلات الكفة المدورة التي تحافظ على وجود عظم الذراع وتنشيطه بأحكام داخل نفرة الكتف تحدث الاصابات في الكفة المدورة عند الافراط بالأنشطة التي تتم فوق مستوى الرأس بشكل متكرر وقد تكون الاسباب ناتجة عن تنكس تدريجي في نسيج الاوتار وكذلك من اسبابها حركات متكرر للذراع , والذراع تكون هي مسؤولة عن توليد قوى دفع السباح للأمام، لذلك فان هذه الإصابات متكررة الحدوث لسباحي المسافات المتوسطة والطويلة ، لتحقيق هدف البحث قام الباحث اجراء الفحص الطبي لمجتمع البحث البالغ عددهم (40) سباح من سباحي المسافات الطويلة والمتوسطة ، وأفرزت الفحوصات ان هناك (10) سباحين تتراوح أعمارهم من (16-18) سنة يعانون من مشاكل حول الذراع في أثناء إجراء التدريبات اليومية، وتم تقسيمهم من خلال مجموعتين: الأولى تجريبية والثانية ضابطة، فقد نفذت المجموعة التجريبية التمارينات المقترحة والمعدة من قبل الباحث، المجموعة الضابطة ادت احدى المناهج التدريبيه التقليديه المعدة من خلال المدرب. قام الباحث اجراء الاختبارات اللازمة قبل وبعد مدة التدريب التي استغرقت (12) أسبوع ووقع ثلاث وحدات تدريبية في الأسبوع، وتم تحليل النتائج باستخدام العمليات الإحصائية اللازمة، توصل الباحث الى ان منظور مهم وهو تطور ملحوظ فيما يخص كلى المجموعتين المبحوثه ، إلا ان المجموعة التجريبية كانت الافضل في النتائج لما كان من استخدام الصحيح للبرنامج التدريبي لتأهيل السباحين، وفي ضوء ذلك اوصى الباحث ضرورة القيام بالفحص المستمر لسلامة السباحين، وتنفيذ مفردات التمارينات الخاصة عند حدوث الإصابات كتدلي اوتار الكفة المدورة او رخو في عضلاتها، والاستمرار بالتدريب بوسائل مساعدة لرفع القدرات اللياقية البدنية والوظيفية وتحقيق الانجاز.

الكلمات المفتاحية: تمارين خاصة، تخفيف ألم عضلات الكفة، السباحة الحرة.

المقدمة

تشكل تجهيل المصادر (anonymizing the sources) مصدر قلق مهني وأخلاقي في عزف الاخبار ، نظراً الى ان اخفاء المصادر يعني بالضرورة خطراً قادمًا يخص ذلك المصدر، سواء كان ذلك حكومة او مؤسسات أو اشخاصاً نافذين، وربما يتعامل مع الجمهور اليوم مع سيل اعلامي من مختلف نقاط التلقي والتواصل ، سواء كانت وسائل الاعلام التقليدية أم وسائل النشر الرقمي (مواقع، صحف الكترونية ، مدونات ، وسائط الاعلام ، وسائل التواصل الاجتماعي ، في ظل انتشار اعلامي يعد الابرز عبر تاريخ تطور وسائل الاتصال ، التي اصبح لها حضوراً رئيساً في تشكل مجتمعات اليوم ، في قدرتها على الاختزال ، المكان ، الزمان ، الجاذبية حتى اطلق عليه (المجتمع الاعلامي ، المجتمع المعرفي – المجتمع الرقمي) حتى أنه يمكن وصف العصر الذي تعيشه المجتمعات عصر التواصل الاجتماعي ، وهذا التطور السريع في حياة الناس وفي تفاعلاتهم الاجتماعية وهوياتهم ونقاشاتهم وأدائهم الى ساحة يختلط فيها العام مع الخاص والى مشاع رقمي واسع ويشكل غير مسبوق خاصة اذا علمنا إنه تجري يومياً إضافة (250) مليون صورة ، و (200) مليون تغريدة ، واربعة مليارات مشاهدة وفي ظل هذا النشر تواجه الحقائق والآراء والاخبار والتي تشكل نسيج شبكة الانترنت واقعاً يتمثل بالتعامل مع الكم الكبير من المعلومات والتي يمكن ان تكون مضللة وغير حقيقية فيما تتحول الى سلع خطيرة يتناولها المجتمع ويجعل منها مصدراً لمعرفة ومعلوماته وآراءه واحكامه ، في هذا البحث تم اختيار المصادر المجهلة والمضللة ، موضوعاً للبحث .

أهمية البحث: تتحدد أهمية البحث برصد التفسير للمعاني وما يترتب عليها من آثار وأيضاً يحاول البحث بيان علاقة الجمهور على اعتبار اية جزء من العمل الاتصالي، وامكانية وقوعه ضحية المصادر المجهلة، والتفاعل غير الموضوعي مع المحتوى الموثق. ولسبب ان الجمهور متلقياً لنصوص وسائل الاعلام تتعلق مهمة اضافية للبحث في استعارة الجمهور بالمصادر الاصلية والموضوعية، كمحاولة لإيجاد توازن في تفسيرات الجمهور المتعددة.

مشكلة البحث وتساولاته.

يقر الباحث ان تجهيل المصادر الصحفية والمضللة يساهم بأضعاف ثقة الجمهور، أو تعريضه الى كم واسع من المعلومات غير المثبتة فيما يتعلق بمصيره أو التشكيل بالموضوعات التي تتطلب رأيه أو أحكامه أو إنعاش دوره في قضايا مهم ومصيرية، ويتحدد مشكلة البحث في:

1- خطورة المصادر المجهلة في النشر الإعلامي عبر وسائل التواصل الاجتماعي

2- الى مدى يمكن معرفة تأثير المصادر المجهلة في وسائل التواصل الاجتماعي

يهدف البحث: الى التنبيه الى مخاطر المصادر الاعلامية المضللة، من خلال الكشف عن الاعلام المزيف المجهول المصدر

منهج البحث:

في سبيل وصف خصائص ظاهرة المصادر المجهلة، يتوجب معرفة حدود البحث المنهجية من خلال تقصي البيانات المرسله من دراسات وابحاث وإحصاءات تساهم ف توسيع دائرة الاستشراف المستقبلي للظاهرة من خلال الاطلاع عل نسبة مقبولة من الدوريات والابحاث المتعلقة بالموضوع والخروج بتحليل لمختلف الآراء العلمية واعادة صياغتها بهدف الخروج باستنتاجات علمية مقبولة .

الدراسات السابقة

دراسة (ليا سينيتا) (Tom, 2024)

(1) الاساليب القائمة على الممارسة للمساءلة القانونية عن التشهير المجهول على الانترنت في وسائل الاعلام) هدفت

الدراسة الى تحديد اكثر الاساليب شيوعاً وفعالية لرفع المسؤولية عن نشر المعلومات الكاذبة في الفضاء الافتراضي للانترنت ، ثم استخدام المقارنة والتنبؤ والتعميم وتحليل النظم والاساليب القانونية الرسمية بحماية الكرامة الفردية والشرف والسمعة التجارية للأفراد على الانترنت.

خلصت الدراسة الى ان معظم المحاكم الوطنية، ترفض الدعاوي الهادفة الى حماية الخصوصية على الانترنت ولا تعترف بالمعلومات المنشورة عبر هذه القناة على انها غير موثوقة، دون الحاجة الى تقييدها.

(2) دراسة (مات جي دافي وكاري باكود فريمان) المصادر المجهلة في استكشاف نفعي لها مبررات وارشادات للاستخدام المحدود)

تبحث هذه الدراسة في الجدل الدائر حول استخدام مصادر غير حماة في عصر وعروض الوسائط الرقمية المبادئ التوجيهية المحددة التي يمكن ان تفيد مهنة الصحافة والجمهور ، لذا تعتبر الاساليب المتبعة تجاه المصادر المجهولة غير متسقة وغير دقيقة الى حد كبير ، ويذهب المؤلفان الى انها تهيجان الضغوط التنافسية لبيئة الاخبار على مدى

24 ساعة والتي يمكن ان تؤدي الى الاعتماد المفرط على مصادر غير مسماة في صناعة يحركها الربح ، تعتمد على الفوز في سباقهم مع الجمهور ، ويذهبان الى وضع بعض التوصيات منها اقتراح اتباع ارشادات أكثر صرامة ، وتوفير اكبر قدر ممكن من المعلومات الى الجمهور وعلى الصحفيين تقديم تقارير موثوقة من اجل الايفاء بواجبهم (فريمان، 2011).

(3) دراسة (جانيدران سرنيفاسان) : استخدام المصدر المجهول في الصحافة التقليدية والعامية خلال الحملة الانتخابية لعام 2004 دراسة تحليلية المحتوى.

تناولت هذه الدراسة استخدام المصادر المجهولة في الصحف التقليدية والعامية ، جرى تحليل المحتوى على اربع صحف (اثنتان من الصحف التقليدية واثنتان من الصحف العامة)

في ولايتي فرجينيا الغربية وأوهايو وكلاهما من الولايات المتأرجحة خلال الانتخابات خرجت الدراسة بنتائج من أهمها أن الصحف التقليدية تستخدم مصادر واسنادات مجهولة المصدر بشكل ملحوظ ، وتظهر أيضاً أن كلا من ال صحافة التقليدية والعام تستخدم عدداً قليلاً من الاقتباسات المجهولة (سرنيفاسان، 2006).

النشر في وسائل التواصل الاجتماعي

يستطع عدد كبير من الناس المستخدمين النشر بشكل مجهول، ولا يمكن مساءلتهم او التحقيق معهم، عبر خاصية الاخفاء التي بدأت الناس بامتلاك مهارات منها التخفي، وصعوبة التحقق مما ينشر ، وهذا ما يمنح هؤلاء الحرية في تداعيات النشر واثاره الثقافية والاجتماعية والسياسية ، مما يمكن ملاحظته اليوم للتقدم في تكنولوجيا الاتصالات والاعلام والنشر الرقمي والعصر الرقمي ، فالإنترنت اليوم يوفر فرصة كبيرة للتأثير في حياة الافراد .

لعبت وسائل الاعلام ادواراً مهمة في حياة الافراد على اعتبار انها تعبر عن الجمهور، عبر تاريخها ، ولكن ما نجده اليوم هو ان وسائل الاعلام وفي كثير من مواضع النقد تجاه عملياتها عبر مختلف المنصات الاعلامية ، بدأت تتعرض الى انتقادات واسعة ، وربما كان السبب وسائل الاعلام من خلال ضخ التكنولوجيا ورقمنة وسائل الاعلام تأثير كبير على مصدر المعلومات ونقل الاخبار (suhapedneker, 2022) ولعل من الامور الرئيسة التي يعيشها الاعلام أنه يحول العالم الى معلوم بسبب تأثيراته حتى على النظام الاعلامي نفسه بحيث يمكن توفير الزمان والمكان ، وربما كما يذهب أحد الباحثين الى ان منهم وسائل الاعلام للجوانب المكانية والزمانية قد جمع الاخير العالم في وحدة واحدة (Salrinpual, 2021)والاعلام في هذه الحالة قادر على أن يؤدي دوراً رئيساً مهماً في المجتمع ، كقناة للسلام توضح كل سوء منهم يمكن أن يحدث ،ويصح اداة للتغيير الاجتماعي والايجابي (Salrinpual, 2021)

وتملك وسائل الاعلام القدرة من التعبير والتحدث عن الناس، فاذا ما تخلت عن هذه المهمة ، فان أنكار الحقيقة يؤدي الى خلق تنافر معرفي وتفكك اخلاقي (probuk, 2018) . فاسبب التطورات التي شهدتها تكنولوجيا المعلومات ، تم استخدام وسائل التواصل الاجتماعي بشكل متكرر – مما ادى الى زيادة كم المعلومات والاخبار وهذه الاخيرة تحتاج الى التدقيق من صحتها – فغير المؤكدة منها تؤثر في الجماهير في وقت قصير جداً واليوم يتزايد استخدام وسائل التواصل المنفصلة عن طرق الاتصال التقليدية بشكل متزايد وتحت هذه الوسائل لتصبح قطاعاً بمليارات الدولارات في الاقتصاد العالمي واصبحت مصطلحاً شائعاً في المعجم اليومي ، ولعلهُ أصبح فهم نطاق وطبيعة نشاط وسائل الاتصال الاجتماعي اكثر صعوبة بالتميز (Gabriele Cosentino, 2019)، بغض النظر عن سمات وسائل التواصل الاجتماعي في فتح طرق جديدة للتعاون والمناقشة وانتشار قدر كبير من المعلومات وبشكل دائم يفيد التكرار ونسخ المحتوى ، وامكانية البحث فيه باستخدام ادوات البحث ن فضلاً عن استخدامه في اي مكان وفي اي وقت ، ومع كل ذلك تظل اثار هذه الوسائل الاقتصادية والاجتماعية ، ربما غير مفهومة وتضع عزلة الجمهور عن بعضه البعض (Dewing, 2012) ، اضافة الى وسائل التواصل تتميز بسمتين هما انخفاض الحواجز والاعتماد على المحتوى الذي ينشئه المستخدم ، فهو يؤدي الى أن يجعل مراقبة انتشار المعلومات اقل فعالية بكثير ، فيما تكون السمة الثانية هي توفير المنبر لجميع شرائح المجتمع ، عما فيها النشر ، مما يصعب معايير التحقق مما ينشر (cheruiuot, 2019) .

(الحياة تدور اكثر فأكثر حول البقاء ملتصقاً بالشاشة أو متصلاً بالانترنت) ، هذه هي الطريقة التي يصف بها (جيل ليوفيتسكي) و (جان سيروي) مؤلفا كتاب (pentall a global) ((الشاشة العالمية ، المدى الذي غيرت به الانترنت مسار حياتنا ، وهذا التوصيف وغيره امثال (الصحافة جريمة ولكنها لم تمت) (الموت لكبار الصحفيين) (تحيا صحافة المواطن) (عصر ما بعد الصحافة في المجتمع الرقمي) هي دلالات كما يرى (كارلوس الياس بيريز) دلالات على انعدام الامن الهائل الذي اثارته التقنيات الجديدة ، وربما القوة القديمة التي

توصف بها وسائل الاعلام الجماهيرية غير موجودة حالياً (Elies, 2010) ، وما تعيشه حالياً لا يخرج عن وصف (فلسفة الويب) على الساحة، وهو مصطلح تمت صياغته عام 2004 بواسطة (نيم أورلمي) لوصف المرحلة الثانية من تاريخ الانترنت ن حيث تتفاعل مجتمعات المستخدمين والمدونات وصولاً الى امتلاك خيارات التعديل والحذف في بنية النصوص ، ومرجع صناعة المواد ونشرها على الانترنت فضلاً عن المشاركة الشخصية والمجتمعية ، فما يحدث الان هو ظهور دور (قيادي) وهو لا يقتصر على الصحفيين بل (الجمهور) (Elies, 2010) وربما يظهر تعريف آخر للجيل القادم من شبكات التواصل الاجتماعي المعتمدة على الويب ، مفاده ما يتم التفاعل والتعاون البشري ضمن مجموعات بغض النظر عن الموقع الجغرافي او المنطقة الزمنية ، وهناك العديد من المصطلحات التي يستخدمها الجمهور اليوم لوصف هذه الموجة وتشمل على سبيل المثال (الشبكات الاجتماعية – المجتمعات الافتراضية – المجتمعات الالكترونية – مجتمعات الانترنت) (sran, 2009) .

وكما هو شائع فأن جيل هذا العصر ، يميل الى الاعتماد على شبكة الانترنت ن وأيضاً قضاء معظم الوقت على مواقع التواصل الاجتماعي ، وربما يرجع هذا الى استخدامات وسائل التواصل هذه في الدراسة وغيرها ، وعلى نطاق واسع ، وانجذاب كبير للبقاء وصرف الانتباه عن كثير من الموضوعات والأولويات الاجتماعية ، وسواء كان المصفح مراهق أو طالب جامعي أو أستاذ أو باحث ، فأنهم في نهاية المطاف يكشف معظم الملفات الشخصية ، فقد وجدت الابحاث المخصصة لدراسة وسائل التواصل تتمثل في وجود تناقض بين مخاوف الخصوصية واعداد الخصوصية ، بما يثير سؤال مهماً ، حول امكانية الحفاظ على هذه المعلومات متصلاً بين التعرض اليومي للانترنت وللمواقع ، ربما يدفع الباحث الى سؤال حول تأثير هذا التعرض في تحويل الملايين منهم ال مدمنين تصفح وفي اغلب الاوقات مما يؤدي الى الاستخدام المفرط الى حدوث تأثيرات متعلق بالصحة والراحة النفسية وربما يؤدي بشكل ما الى تزايد اعداد الشباب المقبلين على شبكات التواصل الاجتماعي بشكل ادمان وسلوكيات ادمانية ، فضلاً عن الاطفال وما يتعرضون اليه من مخاطر الامراض النفسية والعقلية ، مظهرة الشبكات الاجتماعية اليوم تستهلك حياة الملايين من المستخدمين حول العالم (abdulahi, 2009) المصادر المجهلة في وسائل الاتصال انموذجاً

يمثل النشر عبر المصادر المجهلة، ما يشبه التلاعب بالقراء او الاحتيال عليهم واعتماد هذه الاداة لترميز الافكار المطلوب نشرها، وربما يواجه الكشف عن هذه المصادر الكثير من المصاعب فضلاً عن الآراء المتباينة تجاه المصادر وعلى الرغم ان الاستخدام غير المناسب لمصادر اخبارية مجهولة ، قد هزت المدرسة الصحفية ، مع ما تشهده بعض الصحف من تشديد للسياسة التحريرية فأنها لا تزال في قلب مكسب الممارسة الصحفية في أوقات تزايد مطالب مستهلكي الاعلام بزيادة الشفافية في المحتوى الاعلامي (مروة، 2016) .

يقول رئيس شركة غوغل ومديرها التنفيذي السابق (ايرك شميت) ان الانترنت اكبر تجربة فوضوية عرفها التاريخ ، ولعل الطبقة الفوضوية التي يتسم بها النظام العالمي اليوم هي ما حول البيانات الى (بنترول العصر الحديث) (Noel, 2024)، فلا عجب ان يمتلك الاحتلال الاسرائيلي اثنين من اهم المكاتب العالمية لمحرك البحث (غوغل) و (فيس بوك) اللذان يقصان بوادي السليلكون في تل أبيب يلفت الانتباه الى حاجة الاحتلال الاسرائيلي الى كمية البيانات الكبيرة التي يستوردها من أهم مخزنين (big date) (Noel, 2024)

ان تركيز البيانات الضرورية لتحسين نمط حياتنا في يد واحدة، يعني في الواقع التخلي كلياً عن الرقابة والمحاسبة (ف غوغل) والمنصات التواصل الاجتماعي باتت أكثر من دول، وتغيب عنها القوانين الضابطة، فهي تقسم خصوصية الافراد بدون مقاومة، وتحدد قواعد الاقتصاد، وتؤثر في العلم، وتحدّد الاجندة السياسية، وتستطيع ان تغير عبر امبراطورية المعلومات ان تغير مسار الانتخابات (العامودي ، 2018).

ويميل عدد كبير من الافراد للحصول على الاخبار والمعلومات على منصات التواصل الاجتماعي دون التأكد من مصدرية الموضوعات ، سواء كانت هذه المصادر معرّفة أو غير معرّفة، وهذا الانتشار ، غير المسبوق لوسائل التواصل مكنّ عدداً لا يستهان بهم للتلقّي والنشر للمضمون الديني ، او التعرف على مستجدات الوضع الديني من بيانات او معلومات او اخبار ، مما يدفع الباحث الى القول بان هناك مشكلات حقيقية تواجه هؤلاء المتلقين تتمثل بمستويات افتراضية من الأمية الاعلامية في التحقق من المصادر وموثوقيتها وخبرتها في عزل وتبيان المصادر المجهلة عن غيرها ، يقدم الباحث مما سبق محاور لشرائح كثيرة من المجتمع للتعامل مع المحتوى الديني على صفحات التواصل الاجتماعي ومنها:

1. التحقق من الاخبار والحقائق لاستكشاف الحقيقي من الزيف.
2. الانعكاسات التي تحققها الاخبار والبيانات المبنوثة عبر وسائل التواصل الاجتماعي.

3. تحقيق العدالة الاجتماعية في البحث الحقائق والايخار بشكل موضوعي.
 4. انتهاك الخصوصية للأشخاص والرموز الممثلة للوجود الديني.
 5. تحقيق انتهاكات فكرية تتعلق من مجموعات افتراضية تجاه الدين والحوزة والمجتمع.
- وفي بعض الاحكام المسبقة عن استخدامات التواصل الاجتماعي عبر مختلف الدراسات والابحاث من كتب ودوريات تتعرض مدرستان او اكثر بالتصريح في الايحاء بأهمية وخطورة المصادر المجهلة ، مع أن هذه الدراسات لا تنكر أهمية وجود وسائل التواصل كفاية للوصول الى المعلومات والايخار والبيانات الموضوعية المطلوبة لبقاء فكر بشكل صحيح ولكن البحث في تأثيرات السلب منها أخذ مساحة وافية بالنظر الى وسائل التواصل الاجتماعي تحولت الى اماكن للذم والتشهير ، مما ادى الى الانحلال الاخلاقي ، بنشر اي شيء يمكن ان يراه البعض مناسباً ، دون الاخذ بالاعتبار عواقب ذلك ، ومن تلك العوائق :
1. عدم السيطرة والتحكم بالمعلومات المنشورة.
 2. تعرّض المشاركة المرحلة دون مصدر الى التعليق وزيادة نشرها.
 3. استقلال المجال العام الافتراضي للمزيد من الاخبار المجهلة.
 4. عدم الالتفات الى اي جنابات شرعية او قانونية.
 5. تأزيم العلاقات الاجتماعية بين الافراد.
- تساهم الخاصية التكنولوجية للإعلام المعوّم ، بازدهار وانتشار الافكار الميثوثة دون التثبيت من المصادر العابرة للحدود ، وبذلك تساهم هذه الخاصية بصناعة مجال عام افتراضي يحتمل الكثير من الاستفهامات عن التمدد في التطرف الفكري أو الانحراف العقائدي للجماعات الفرعية ، تجاوزت الجغرافية الفكرية لدولة ما أو شعب في منطقة ما ، بسبب الوفرة المتدفقة من رشقات التكنولوجيا الاعلامية فتورة الاتصالات الرقمية جعلت من السهل جداً الاعتماد على العديد من المصادر الاعلامية – مما يعرض المجتمع الى حالات من عدم الاستقرار بالبحث عن الحقائق والتعبير عن صور الصراع الاجتماعي ، خاصة ازدياد الاعتماد على الاخبار لفهم الواقع الاجتماعي (محمد، 2015) ، ويتم طرح مفهوم مصداقية وسائل الاعلام في هذا المجال التي تتعلق بالمرئية الاولى الى الجمهور الذي لا يثق بوسائل الاعلام – فلا يعتمد على مصادر اخرى بوسيلة او اللجوء مرات عديدة الى الاصدقاء او المصادر غير الموضوعية أو وصولاً الى صناعة معلومات وبيانات خاصة عن طريقة المخيلة (حامد، 7385)
- يحتدم النقاش على موائد البحث عبر مختلف الدراسات عن التمييز المهم بين طبيعتين في الفرق بين الرأي وبني الحقائق في النشر الاعلامي الميثوثة عبر صفحات المواقع الالكترونية او وسائل التواصل الاجتماعي ، فمرة يقوم العمل الصحفي على عاتق مجموعة من الصحفيين لنشر الحقائق مع الآراء لخلق الجاذبية وجعل القصص الاخبارية اكثر ارتباطاً بالقراء (Jasbirsingh، 2022)، فهناك محررون مهمتهم فحص المعلومات الواردة في المقالات للتأكد من صحتها ودقتها من خلال مطالبة الصحفيين (المراسلين) لتقديم دليل على مصدر المعلومات المعنية بحال اذا كانت مشبوهة وبالتالي لن تجد لها فرصة للنشر، ويذهب (كريج سيلفرمان) ان التحقق من الحقائق هما بمرتبة واحدة اذا غالباً ما يتم تبادل المصطلحات وتسبب الارباك ، على اعتبار ان التحقق هو النظام الذي يقع في قلب الممارسة الصحفية (Silverman، 2020).
- فعدد كبير من التعليقات على المقالات والايخار في وسائل التواصل الاجتماعي تخلط بين الراس والاكاذيب ، وربما يتشكل الرأي اعتماداً على غياب المنطق فكثير من الناس تستخدم طريقان لصياغة آراءهم ، مثلاً في قراءة مقال أو استماع الى خبر ، هذا واحدة كافياً ليُجعل الناس تعتقد بذلك الشيء الذي شاهدوه أو قرأوه قطعاً هي ليست طريقة مثالية بغياب المعرفة المحددة بالموضوع، ولكن عندما يكون هناك شيء غير منطقي هو دائماً غير معقول (Akram، 2023)، وربما الطريقة الفضلى هو اجراء القليل من البحث لتحديد المشكلة ، فعندما تكون التفاصيل موجودة، يمكن التفكير فيها واطافة فكرة ما ، هنا يمكن ان نحكم على هذه الفكرة (رأي) وربما يعيش المجتمع في عالم فائض المعلومات ، وكل ما يقرأه المجتمع يجب ان يتم البحث (Heylighen، 2002) فيه والتأكد منه او لعدم وجود اضواء صحراء صغيرة يمكن ان تومض في كل مرة يبدو فيها كذبة).
- ان تتزايد القوى الاجتماعية في عالم التواصل الاجتماعي عبر منصات المختلفة ، مع عدد كبير من مواقع التواصل (فيس بوك ، تويتر ، انستغرام ، تيك توك ، يوتيوب ، وهذه المحطات يتم تحويلها منه أفراد وجهات ومؤسسات بشكل نمطي مستمر ، لتقوم بمزاولة انحراف عالم التواصل بهيمنة هذه القوى الاجتماعية المتفرقة والمتنوعة ، ويوما بعد يوم تبرز آراء وافكار وقوى اجتماعية افتراضية في العالم الافتراضي ، فالعلاقات الاجتماعية الرصينة

- تمثل مؤشراً لتمام اي مجتمع ، ودلالة كافية اي مجتمع تعتمد الارتكان الى قوى التواصل التقليدية والتقاليد المجتمعية وقواعد الاخلاق عبر اللقاءات المباشرة (تجمعات) (لقاءات فردية) (وسائل اعلام تقليدية) (قادة راي) حتى وصول البديل (وسائل التواصل الاجتماعي) ويود الباحث بعض التأثيرات الداخلية والخارجية ومنها:
1. المظاهر الثقافية لاستخدامات العنف الرمزي عبر قنوات التواصل الاجتماعي. ربما اصبح المجتمع المعاصر ومنها المجتمع العراقي يعيش اسير العالم الافتراضي ليس على سبيل المرونة والتواصل ولكن احتمال ان تحولت هذه المواقع الى حروب افتراضية مصدرها مجهول دوماً، واعادة التعريف بقنوات التواصل الانساني الى قنوات حرب دائرية بين مختلف المصادر الاعلامية مجهولة لسبب ما يواجهه المجتمع العراقي اليوم هو الدخول في عالم مزدحم بالحشود والمحتوى لكسب الجمهور المتعاطف .
 2. ممارسة حرية التعبير بشكل غير اخلاقي، وغالباً ما يتم مهاجمة الرموز الدينية مما يؤدي الى ردود فعل مساوية او عنيفة في محاولة لجر الاستقطاب المذهبي والعنفي داخل دائرة التواصل الاجتماعي.
 3. يمنح هذا الطرح الافتراضي نقل اوجه الصراع الى العالم الحقيقي، من خلال مراحل تبادل المعلومات وتوقع ازدياد الصراع الافتراضي الى مساحات اوسع وأخطر .
 4. تغذية اختلاف الرأي الى مساحات العنف والعنف المضاد باسم الدين والتطرف.
 5. اعادة انتاج العنف الرمزي، التي بدأت تنتشر بشكل غير مسبوق ، بسبب عدم استطاعة الكشف عن هويته ، واستخدام العنف الخفي غير المرئي حتى بالبيئة المضاميا، والعنف الرمزي يعد موضوعاً اكتسب اهمية واسعة لدى الكثير من الدراسات واستخدام الشبكات الاجتماعية لاعادة انتاج الخطابات العنيفة وشرعتها ، بينت هذه الدراسات ان وسائل التواصل الاجتماعي تسهم في زيادة العنف الرمزي بكل تجلياته (علي، 2022).
 6. تدني احترام الذات : تستخدم وسائل الاتصال الاجتماعي وخاصة الشباب في تفسير سلوك الجمهور وتداعيات السلبية عبر الدخول بعلاقات ثنائية رسمية وغير رسمية وهذه العلاقات تزيد من الضائقة النفسية للشباب مما يساهم في تدني مستوى احترام الذات ، فيما تزداد نسب الشباب ممن يعانون في المقارنة ، فيجدون في الفيس بوك متنفساً لمعاناتهم في تدني احترام الذات (Jan, 2017) .
 7. ضعف الحساسية تجاه العنف يضر هذا بالانواع الاكثر شيوعاً بعنف الشباب في وسائل التواصل الاجتماعي من تسلط وايداء عبر الانترنت ، والعدوان والتحرش في المواعيد الالكترونية والمطاردة ، والابتزاز ، والعنف بين الاقران ، ففي الونة الاخيرة ظهرت ظاهرة (ضجيج الانترنت) حيث يستخدم الافراد المتورطون مواقع التواصل الاجتماعي مثل (تويتر وفيسبوك للتحريض) على الجرأة وتوجيه الاهانات والتهديد بالعنف الذي قد يؤدي الى الايداء او القتل (mengu, 2015).
 8. الامية الاعلامية وقلة النضوج: تعمل وسائل الاعلام بشكل واضح على نشر معلومات وبيانات محددة تساهم في تكوين اداء الجماهير الساذجة لصالح الاحكام المسبقة ، مما جعل قدر كبير من الجمهور يفتقر الى فك رموز هذه الرسائل ، فضلاً عن امتداد هذا لافتقار الى عدد فهم الرسائل ، بسبب غياب المعرفة الاعلامية وكذلك التحكم بالفهم والتحليل والنقد (malik, 2008)، وكذلك فإن اعتماد وسائل التواصل الاجتماعي على المحتوى الذي يعده الجمهور يعد تحدياً لمفهوم محو الامية ، حول الموضوعات المتعلقة بالمسؤولية والسيطرة والرقابة في العالم الرقمي المعاصر ، وقد يتضمن مسؤولية حذف المنشور السيء او التعامل مع المحتوى بالاستجابة او المشاركة او التعديل او التعليق او للإبلاغ (عاصم، 2020).
 9. مستخدموا التواصل الاجتماعي قلة المعرفة والارتفاع بالجهل .
 - معظم المستخدمين لا يقرأون الارشادات والشروط اثناء انشاء الحسابات فيدل على نقص الوعي لدى الجمهور، وغياب فهم السياسات والقواعد والمبادئ التوجيهية، ولا يوجد اهتمام بأمن المعلومات او الخصوصية (tewari, 2021).
 10. التمر عبر الانترنت : مكنت وسائل التواصل الاجتماعي الافراد من مضايقة الاخرين والتسلط ، بسبب ميزة عدم الكشف عن الاسم.
 11. انتشار المعلومات الخاطئة : اصبحت معظم وسائل التواصل الاجتماعي مئات المنشورات الكاذبة وسهولة نشرها ومشاركتها لاسباب دينية او سياسية او اجتماعية.

12. الاستقطاب ورجع الصدى: ابرزت المصادر المجهولة تغريدات التحيزات الموجودة وانشاء (غرف صدى) حيث يرى لأشخاص المحتوى الذي يناسب معتقداتهم مما يؤدي الى الاستقطاب وعدم الانفتاح (روي، 2023)

الاستنتاجات :

- 1- ان تجهيل المصادر الصحفية والمضللة يساهم بأضعاف ثقة الجمهور، أو تعريضه الى كم واسع من المعلومات غير المثبتة فيما يتعلق بمصيره أو التشكيل بالموضوعات التي تتطلب رأيه أو أحكامه أو إنعاش دورة في قضايا مهم ومصيرية
- 2- الاعلام في هذه الحالة قادر على أن يؤدي دوراً رئيساً مهماً في المجتمع، كقناة للسلام توضح كل سوء منهم يمكن أن يحدث، ويصبح اداة للتغيير الاجتماعي والايجابي
- 3- تملك وسائل الاعلام القدرة من التعبير والتحدث عن الناس، فاذا ما تخلت عن هذه المهمة ، فان أنكار الحقيقة يؤدي الى خلق تنافر معرفي وتفكك أخلاقي
- 4- وسائل التواصل تتميز بسمتين هما انخفاض الحواجز والاعتماد على المحتوى الذي ينشئه المستخدم ، فهو يؤدي ان يجعل مراقبة انتشار المعلومات اقل فعالية بكثير ، فيما تكون السمة الثانية هي توفير المنبر لجميع شرائح المجتمع ، بما فيها النشر ، مما يصعب معايير التحقق مما ينشر.
- 5- في بعض الاحكام المسبقة عن استخدامات التواصل الاجتماعي عبر مختلف الدراسات والابحاث من كتب ودوريات تتعرض مدرستان او اكثر بالتصريح في الإيحاء بأهمية وخطورة المصادر المجهلة ، مع أن هذه الدراسات لا تنكر أهمية وجود وسائل التواصل كفاية للوصول الى المعلومات والابحاث والبيانات الموضوعية المطلوبة لبقاء فكر بشكل صحيح ولكن البحث في تأثيرات السلبي منها أخذ مساحة وافية بالنظر الى وسائل التواصل الاجتماعي تحولت الى اماكن للذم والتشهير ، مما ادى الى الانحلال الاخلاقي ، بنشر اي شيء يمكن ان يراه البعض مناسباً ، دون الاخذ بالاعتبار عواقب ذلك.

References

1. Abdulahi, A. (2009). astuyon the negative Effects of social networking sites such as facebook among asia pacific university schoolars in malaysia. *Internation journal of business and social sciene*.
2. Akram, M. (2023). A systematic review for netizens' response to the truth manipulation on social media: Knowledge Management & E-Learning. *An International Journal*.
3. cheruiuot, D. (2019). *Popular media. Media and communication studies* . university of Karlstad.
4. Dewing, M. (2012). *Social media : an introduction / Michael Dewing*. Ottawa : Parliamentary Information and Research Service, Library of Parliament. Retrieved from <https://publications.gc.ca/site/eng/442327/publication.html>
5. Elies, C. (2010). *the future of journalism in the online pubic sphere: when jounalisitic sources become mass media in the own right article in Estudios sobre elmenasi* .
6. Gabriele Cosentino, C. S. (2019). post-truth in social media the archival world – article. *Social media and gircikotisy*, 147.
7. Heylighen, F. (2002). Complexity and Information Overload in Society: why increasing efficiency leads to decreasing control.
8. Jan, M. (2017). Impact of social media on self Esteem. *European scientitic journal*.
9. Jasbirsingh. (2022). *news correspondent at the eastern harold*.
10. malik, S. (2008). *media literacy and its importance*. society for alterative media.
11. mengu, S. (2015). *Riolence and social media, Athens journal of mass media and communication*.
12. Noel, K. (2024). *Former Google CEO Eric Schmidt Discusses AI and Its Impacts on National Security*.
13. probuk, D. (2018). *fortrOUTH and lisein journalism*.
14. Salrinpual. (2021). role of the media university of Sikkim.
15. Silverman, C. (2020). Fact-Checking and Fake News Verification in the Wake of the Pandemic and Ensuing. *Infodemic European Journalism*.
16. sran, A. (2009). *The mipact of social networking 20 on organistaion*. the Electronic library.
17. suhaspedneker, P. .. (2022). A com munication and journalissmsemerster. *CBCS*), 6.

18. tewari, P. (2021). *social media users lwo on knowledge high on*. kurukshetra university.
19. Tom. (2024). *sis-journal*, 1-2.
20. أحمد, د. (2015). .. دور الصفحات الدينية على مواقع التواصل الاجتماعي في تنمية الوعي الديني لدى الشباب دراسة ميدانية. *المجلة العلمية لبحث الصحافة*. 154 ,
21. حامد, د. ا. (7385). اتجاهات النخبة نحو مصداقية تناول الاعلامي للخطاب الديني عبر صفحات الدعاة الجدد على مواقع التواصل الاجتماعي (دراسة ميدانية) *مجلة كلية الاداب، العدد 61*. 2017. ,
22. العامودي , م. (2018). *المواطن الصحفي وفخ الاستخبارات المفتوحة المصدر*. معهد الجزيرة للاعلام.
23. روي, س. (2023). *الاثار السلبية لوسائل التواصل الاجتماعي* .
24. سرنيفاسان, ج. (2006). *الصحافة خلال الحملة الانتخابية لعام 2004 المحتوى دراسة وتحليل ك معهد يرعي اسحاق ريد للصحافة*. جامعة مرست فيرجينيا.
25. عاصم, ه. م. (2020). انعكاس البيئة الاعلامية لدارسي الاعلام على تعرضهم للاعلام الجديد واتجاهاتهم نحو المضامين السياسية بها *مجلة البحوث الاعلامية العدد*. 3494, (55)
26. علي, د. أ. (2022). اعادة العنف الرمزي عبر اليات الشبكات التواصل الاجتماعي دراسة سيولوجية على كمية من المجموعات الافتراضية على الفيس بوك *مجلة كلية الاداب العدد*. (54)
27. فريمان, م. ج. (2011). *المصادر المجهولة الاستكشاف النفعي لها مبررات وارشادات للاستخدام المحدود* .
28. محمد, د. س. (2015). دور الصفحات الدينية على مواقع التواصل الاجتماعي في تنمية الوعي الديني لدى الشباب دراسة ميدانية. *المجلة العلمية لبحث الصحافة*. 154 ,
29. مروة, ع. (2016). *مروة علي : المصدر المجهل بين السبق والمصداقية*. معهد الجزيرة للاعلام.