إدارة الوقت في ظل مواقع التواصل الاجتماعي

أبوبكر بوسالم* ، رحيمة غضبان**

ملخص:

يهدف هذه المقال إلى إلقاء الضوء على إدارة الوقت في ظل مواقع التواصل الاجتماعي، وذلك راجع لكونها عملية حيوية تسعى مختلف الإدارات من خلالها إلى تعظيم الأرباح وبالتالي تحقيق أهدافها المسطرة وفقا لأولوياتها، وبما أن إدارة الوقت لا تقتصر على المؤسسات فقط، وذلك من منطلق من لا يستطيع أن يدير وقته لا يمكن له أن يدير وقت الآخرين خاصة مع التطور الحاصل على مستوى تكنولوجيا المعلومات والاتصال التي مكنت من جعل العالم قرية صغيرة، وسهلت إيجاد السبل إلى مواقع التواصل الاجتماعي والاتصال بالعالم الافتراضي في العمل وفي المدرسة وفي المقهى ما يؤدي إلى إدمانها وتحولها إلى مضيعات للوقت، فاجتماع هذه العوامل أدى لتصبح إدارة الوقت عملية صعبة في ظل عدم التحكم في التكنولوجيا، وهو محور مداخلتنا التي تدور حول التساؤل الرئيسي التالي: ما هو واقع إدارة الوقت في ظل مواقع التواصل الاجتماعي؟

الكلمات المفتاحية: الوقت، إدارة الوقت، مواقع التواصل الاجتماعي.

تصنيف JEL: M390, M150, M100, M590

Time Management In The Context of Social Networking Sites

-Face Book As a Model-

Abstract:

This article aims to shedding light on the management of time in the context of social networking sites, this is due to the fact that it is a vital process through which various departments seek to maximize profits and thus achieve their objectives according to their priorities, and since time management is not only limited to enterprises, from the perspective of those who cannot manage their time cannot manage the time of others, especially with the development of the level of information technology and communication, which enabled the world to make a small village, in addition to facilitated the creation of ways to social networking sites and contact the virtual world at work and in school and in the cafe, which leads to addiction and turn it into waste of time, what made time management a difficult process under stiffness control of technology, it is the focus of our intervention that revolves around the following main question: What is the reality of time management in the context of social networking sites?

Key words: Time, Time management, Social networking sites

JEL Classification: M390, M150, M100, M590.

* (أستاذ محاضر أ، المركز الجامعي ميلة، الجزائر، bakeur87@yahoo.fr).

** (طالبة دكتوراه، جامعة البليدة02، الجزائر، rahmaghodbane@gmail.com)

مقدمة:

يتميز العصر الحالي بثورة التكنولوجيا، التي ولدت المجتمع المعلوماتي أو المجتمع الرقمي، بحيث تغلغلت الاتصالات والتكنولوجيا إلى البنية الاجتماعية وأضحت الصفة المميزة في إيجاد العلاقات الإنسانية وتكوين أو تنمية الرأسمال الاجتماعي هو البحث في مواقع التواصل الاجتماعي، فتسلل هذه الأخيرة إلى جميع الأماكن و في أي وقت خاصة مع ما يوفره الجيل الثالث والرابع من الانترنيت والهواتف الذكية، أصبح الفرد منا لا يفارق العالم الافتراضي، ما اثر سلبا على حياته النفسية والاجتماعية والعملية، وأصبح عاملا رئيسيا في إضاعة الوقت و عدم استغلاله، ففي حين تجرى دراسات في استغلال الوقت واستثماره في الدول المتقدمة تنشغل دول العالم الثالث بمعايشة عالم بعيد عن واقعها التي تسعى للهروب منه. ومن خلال هذه الورقة البحثية سنحاول التطرق إلى الوقت وأهميته بالإضافة إلى التعرض لإدارة الوقت مرورا على مواقع التواصل الاجتماعي لنصل في الأخير إلى واقع إدارة الوقت في ظل مواقع التواصل الاجتماعي.

أولا– إدارة الوقت:

يعتبر الوقت من أهم الموارد التي يجب على الفرد والمجتمع استغلالها، والحرص على الاستفادة منها بغية التوصل إلى الأهداف المسطرة. وقد اختلف الباحثون في تعريفهم للوقت وبيان أهميته باختلاف مرجعيتهم الدينية والفكرية وفي ما يلي تقديم لبعض التعاريف الخاصة بالوقت:

1- تعريف الوقت:

- ويعرف الصيرفي الوقت انه: "عملية تخطيط وتنظيم ورقابة الوقت بما يمكننا من اختيار الشيء المناسب الصحيح المراد عمله، وبالتالي القيام بأعمال كثيرة في وقت قصير".
- بينما يرى أبو شيخة في تعريفه للوقت انه: "المادة التي صنعت منها الحياة، وهو مورد متاح للجميع بالتساوي بغض النظر عن أي صفات أخرى".

تتفق التعاريف السابقة في إجماعها على أهمية الوقت ووجوب استغلاله في أداء مختلف الأعمال التي يتمكن الفرد والمجتمع من خلالها بإثبات وجوده وتقدمه بالإضافة إلى نموه وازدهاره، فالجميع يملك 24 ساعة في اليوم إلا أن هناك من يستغلها ليقوم بالعديد من الأعمال بينما يهدرها الكثير دون القيام بأدنى الأشياء حتى يظن أن يومه يختلف عن الآخرين في عدد الساعات، فتذهب الأيام ويذهب عمر الإنسان معها (إيناس الحناوي،2008 ص 32).

2- أهمية الوقت:

أكد الإسلام على أهمية الوقت من خلال نصوص القران الكريم والسنة النبوية، إضافة إلى منهج السلف الصالح في العلم والعمل في شتى ميادين الحياة، وفق التصور الإسلامي ومنطلقات العقيدة الإسلامية. وإضافة إلى ذلك تنطلق أهمية الوقت من طبيعته و كونه كما ذكر "عليان" احد الموارد المهمة والنادرة والثمينة لأي إنسان في هذا العالم.

وتختلف أهمية الوقت من فرد لآخر وفقا للنظرة الخاصة تجاهه وفهم طبيعته وتأثيره وإدراكه لأهميته، وكما تختلف النظرة لأهمية الوقت بين الأفراد تختلف بين المجتمعات الإنسانية تبعا للخلفيات الدينية والفكرية لها(محمد الغامدي،2008 ص 43).

وتظهر أهمية الوقت في الشريعة الإسلامية من خلال إقسام الله عز وجل به في كثير من المواضع في القرآن الكريم ولربط العبادات به كالصلاة والصيام والحج وفي سنة نبيه وفقا للأحاديث النبوية الشريفة وفيما يلي تبيان لبعض آيات الله التي اقسم فيها بالوقت:

-قال تعالى: "والعصر إن الإنسان لفي خسر" سورة العصر الآيتان(1-2).

-قال تعالى: "والليل إذا يغشى والنهار إذا تجلى" سورة الضحى الآيتان (1-2).

-قال تعالى: "والفجر وليال عشر" سورة الفجر الآيتان (1-2).

وتبرز أهمية الوقت في حياة الإنسان من خلال السنة التي وردت فيها الأحاديث النبوية الشريفة، نذكر منها ما يلي:

- يقول الرسول الكريم في حديث رواه مسلم: "نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس: الصحة والفراغ" وفي حديث آخر "انه لا تزول قدما عبد يوم القيامة حتى يسال عن خمس وذكر منها عن عمر فيما أفناه" رواه الترمذي.
- كما حث رسول الله عليه الصلاة والسلام في حديث آخر على اغتنام الوقت بقوله "اغتنم خمسا قبل خمس" وذكر منها "فراغك قبل شغلك" (عبد الله الباحوث، 2013،ص 15).

ومن هنا تظهر أهمية الوقت في الدين الإسلامي الذي منحه قيمة غالية جدا وحث على استغلاله في طاعة الله، وفي العمل المتعلق بالدنيا والآخرة، فالوقت كما يقال كالسيف إن لم تقطعه قطعك، فحين يذهب لا يعود.

3- خصائص الوقت:

للوقت خصائص عديدة جعلت منه احد أثمن الموارد التي وجب على الإنسان استغلالها والمحافظة عليها، بالإضافة إلى حسن استثمارها، ومن بين تلك الخصائص ما يلي:

- لا شيء أطول من الوقت لأنه مقياس الخلود، ولا شيء اقصر منه لأنه ليس كافيا لتحقيق جميع ما يريد المرء، ولا شيء أعظم منه لأنه يمتد بلا نهاية، ولا اصغر منه لأنه قابل للقسمة من غير حدود، ولا شيء يمكن عمله بدون وقت.
- الوقت لا يحترم أحدا فلا يمكن لكائن من كان تغييره أو تحويله، بغض النظر عما يريد تحقيقه، انه يسير بنفس السرعة والوتيرة، سواء كان زمن مسرة أو فرح، أو زمن اكتئاب.
- الوقت سريع الانقضاء فهو يمر مر السحاب، ويجري جريان الريح واستعادته محض تمن.
- الوقت محدد يملكه الجميع بالتساوي، ولا يستطيع احد زيادته، فكل يملكه بالتساوي.
- يختلف الوقت عن الموارد الأخرى الرئيسية، كالقوى العاملة والأجهزة والمعدات وذلك لأنه: لايمكن تخزينه، ولا يمكن إحلاله.
- لا يمكن شراؤه أو بيعه، أو تأجيره أو سرقته، استعادته أو اقتراضه، وربما توفيره أو مضاعفته ومن جهة أخرى تصنيعه أو تغييره.
- الوقت يعني الحياة و المال، مقولة بقدر قدمها بقدر صدقها، وتنطبق على الجميع(ايناس الحناوي،2008 ص 36).
- أغلى ما يملك الإنسان، حيث انه مورد ثمين ووعاء لكل عمل وكل أداء وإنتاج(هيفاء الوليدي، 2006، ص7).

4- مضيعات الوقت:

تعرف مضيعات الوقت بأنها: "كل ما يمنعك من تحقيق أهدافك بشكل فعال"، وقد تم من خلال عدة دراسات تجميع مضيعات الوقت الشائعة وأهمها:

- محاولة القيام بأمور كثيرة في وقت واحد؛
- طاولات المكتب المزدحمة؛
- ازدواجية الجهد؛
- نظام سيء للملفات؛
- نقص الدافع/ اللامبالاة؛
- الرقابة الزائدة؛
- ترك المهام دون انجازها (حسان حميد عبد،2007، ص4)؛
- الزحامات المرورية؛
- اللقاءات والاجتماعات غير المفيدة سواء أكانت عائلية أو غيرها؛
- التأجيل والتردد في اتخاذ القرار؛
- الاتصالات الهاتفية غير المفيدة؛
- عدم القدرة على قول لا، أو ما يمكن أن نسميه بالمجاملة في إهداء الوقت للآخرين؛
- الكسل والتأجيل (حسان حميد عبد،2007، ص 5).

فمن خلال المعيقات أعلاه يتبين أن الوقت الذي يضيع لا يمكن استرجاعه إلا انه يمكن الاستفادة بفعالية منه وذلك من خلال عملية إدارة الوقت.

ثانيا– إدارة الوقت:

1- تعريف إدارة الوقت:

يعتبر مفهوم إدارة الوقت من المفاهيم الشاملة لأي زمان و مكان وإنسان، فهو لا يقتصر على إنسان دون غيره، أو مكان وزمان دون غيره، ويشتمل مفهوم إدارة الوقت على الوقت الخاص زيادة على وقت العمل وإذا ارتبطت كلمة الإدارة بالوقت في الحالتين، من خلال وجود عملية مستمرة من التخطيط والتحليل والتقييم المستمر لكل النشاطات التي يقوم بها الشخص خلال فترة زمنية محددة تهدف إلى تحقيق استغلال الوقت المتاح للوصول إلى الأهداف المنشودة. (ايناس الحناوي،2008، ص 37).

وقد تعددت التعاريف الخاصة بإدارة الوقت بدءا من تعريف "فريديريك تايلور" وحتى يومنا هذا، إلا أنها تتركز بصورة عامة حول انجاز الأعمال بشكل منسق ومنظم وفعال، وتحقيق الأهداف بأفضل الوسائل واقل التكاليف، ويتطلب ذلك استغلالا امثلا وفعالا لكل الطاقات والإمكانات المتاحة للمؤسسة، ويأتي في مقدمة هذه الإمكانات الوقت، فإدارة الوقت هي تلك "العملية التي توزع الوقت بفعالية بين الأعمال المختلفة، بهدف انجازها في الوقت الملائم والمحدد".

كما تعرف إدارة الوقت بأنها: "فن وعلم الاستخدام الرشيد للوقت، وهي علم استثمار الزمن بشكل فعال، و هي عملية قائمة على التخطيط والتنظيم والتنسيق والتحفيز والتوجيه والمتابعة والاتصال، وهي عملية كمية و نوعية معا، موجهة أساسا إلى المستقبل، لاستشراف آفاقه والتنبؤ به، والوقوف على مساراته واتجاهاته و الدروب المختلفة الموصلة للأهداف"(ايناس الحناوي،2008 ،ص 38).

و في تعريف اخر لإدارة الوقت انها: "تشير إلى سلسلة من الخطوات التي تنطوي على تحليل لعاداتنا و توضيح لأهدافنا، تحديد أولوياتنا، التخطيط لنتائجنا المناسبة، واتخاذ إجراءات إيجابية ضد الوقت الضائع"(valleria,2009,p) .10

ولقد أوضح عليان في تعريفه لإدارة الوقت أنها لا تنطلق إلى تغييره ولا إلى تعديله بل إلى كيفية استثماره بشكل فعال ومحاولة تقليل الوقت الضائع هدرا دون فائدة أو إنتاج وبالتالي رفع إنتاجية العاملين خلال وقت عملهم المحدد. وقد لخص "دراكر" إدارة الوقت بقوله: "إن إدارة الوقت تعني إدارة الذات وأن المدير الفعال هو من يبدأ بالنظر إلى وقته قبل الشروع في مهماته و أعماله وأن الوقت يعد من أهم الموارد فإذا لم تتم إدارته فلن يتم إدارة أي شيء آخر". (ابراهيم الربايعة، 2015، ص2)

وقد عرفت إدارة الوقت على أنها "عبارة على قدرة الشخص على استخدام وقت الوظيفة لإنجاز المهام في التوقيت المحدد لها".

كما تم تعريف إدارة الوقت على أنها: "الاستخدام الفعال للموارد المتاحة بما فيها الوقت، وإذا أراد المدير تحسين إدارته للوقت، فان ذلك يفرض عليه: الالتزام والتحليل والتخطيط والمتابعة وإعادة التحليل". (عبد الله الباحوث،2013، ص8).

في حين ان Lakein عرفها نها: " استخدام تقنيات خاصة كقائمة الواجبات او التخطيط العمدي للأنشطة، او المشاركة في تدريب بهدف تعلم كيفية استخدام مختلف التقنيات" (Akua Ahyia,2014,pp 76 82).

لا تقتصر إدارة الوقت على المنظمات ومن خلال العمليات الإدارية فيها، حيث يمكن لكل شخص أن يدير وقته على مستوى شخصه وعلى مستوى عائلته أو أصدقائه، من خلال إتباع مبادئ إدارة الوقت ومختلف مهاراتها، فمن لا يعرف كيف يدير وقته لن يتمكن من أن يدير الوقت الخاص بمؤسسة خاضعة للمنافسة و التغيرات المستمرة والتي تتكومن من عديد العقليات والخلفيات نحو الوقت في حد ذاته.

2- أهمية إدارة الوقت بالنسبة للمجتمع:

تعتبر إدارة الوقت مهمة بالنسبة للمجتمع للأسباب التالية:

- تنمية موارد المجتمع وثقافته؛
- استغلال الوقت لتحقيق الهداف الأمة بعيدة و متوسطة المدى؛
- استغلال الوقت لبناء الحضارة؛
- التربية منذ الصغر على الاهتمام بالوقت.(عبد الله الباحوث، 2013، ص 17)

كما ترجع أهمية إدارة الوقت إلى النقاط التالية:

- زيادة توقعات المنظمات لما يجب أن يحققه العاملون فيها؛
- تعقد بيئة العمل بمختلف أبعادها الاقتصادية والسياسية والاجتماعية؛
- ارتفاع معدلات التغير السنوية؛
- النزعة إلى الاستقلال الفردي كنتيجة لعوامل كثيرة منها زيادة حجم المنظمات والحكومات وازدياد تأثيرها على الأفراد؛ تمنع الكثير من الإجهاد الذي يصيب الأفراد أثناء تأديتهم أعمالهم؛

تمكن الفرد من تحقيق أهدافه في مختلف نواحي الحياة؛

- تزيد من الإنتاجية والكفاءة مما يعود بالنفع على الفرد والمجتمع؛
- تحقيق التوازن بين حاجات الفرد المختلفة والمتنوعة. (ايناس الحناوي، 2008، ص 39).

3- مصفوفة إدارة الوقت:

يواجه الجميع مشاكل مع الوقت، لكن الوقت ليس هو المشكلة، فهو الشيء الوحيد الذي يملكه الجميع بالتساوي كل يوم. إنما المشكلة أننا لم نتعلم إدارة الوقت بصورة جيدة. ولعل مصفوفة إدارة الأولويات للدكتور "ستيفن كوفي" هي من أفضل النماذج التي تساعدنا على التمييز بين الأنشطة العاجلة والمهمة وذلك لتحديد الأولويات.

جدول (1): مصفوفة "ستيفن كوفى" لإدارة الوقت

	عاجل	غير عاجل
مهم	1	2
غير مهم	3	4

المصدر: (عبد الحميد الياحوث، 2013، ص23).

المربع الأول من المصفوفة: **الطوارئ والمفاجآت** نجد أن الأنشطة هنا مهمة وعاجلة وعليك ان تؤديها بنفسك والآن مثل: زيارة طبيب الأسنان؛ الأزمات؛ حضور اجتماع هام.

في المربع الثاني: **التخطيط والإبداع** نجد أن الأنشطة مهمة وغير عاجلة وعليك أن تؤديها بنفسك ولكن ليس الآن مثل: التخطيط للمستقبل؛ بناء العلاقات؛ الرياضة؛ التحضير.

في المربع الثالث: **الاستجابة للضغوط** نجد أن الأنشطة غير مهمة لكنها عاجلة، عليك أن تستعين بشخص آخر ليقوم بها بدلا منك، مثلا: بعض الاجتماعات غير الضرورية؛ زيارات الأصدقاء المفاجئة؛ مكالمات هاتفية؛

بعض المقابلات؛ الاستجابة لرغبات و أولويات الآخرين.

في المربع الرابع: **ضياع الوقت والجهد** نجد أن الأنشطة غير مهمة وغير عاجلة فعليك أن لا تؤديها أبدا و هي مثل: إدمان التلفزيون؛ قراءة الروايات والمجلات؛ بعض رسائل البريد العشوائي (عبد الحميد الياحوث، 2013، ص23).

فمن خلال هذه المصفوفة يمكن للفرد أن يصنف الأعمال المستعجلة وغير المستعجلة، وبالتالي قائمة الأولويات والوقت اللازم لأداء الأعمال، ما يجعلنا ننظم وقتنا ونستغله أحسن استغلال وبالتالي نتفادى معيقات إدارة الوقت التي كثيرا ما تشوش علينا وتدفعنا إلى إهدار الوقت.

4_ مؤشرات إدارة الوقت:

حسب Douglass فان التمكن من وضع نظام للوقت يشمل خمسة مراحل و هي كالتالي:

أ_ تحليل استخدام الوقت: اكتشاف ما يحدث، بالإضافة الى ما يمكن ان يتغير.

ب_ تحديد الأولويات: التركيز على الأشياء الأكثر قيمة.

ج_ توضيح الأهداف: من خلال وضع أساس لتقييم الاستخدام الأفضل لوقتك.

د_ التخطيط للوقت: التأكد من ان الأنشطة تقود الى الأهداف المعلنة.

هـ_ تقييم التقدم: تحديد ما اذا كانت الأشياء تعمل جيدا ام لا(valleria,2009,p 10).

5_معيقات ادارة الوقت:

لطالما نجد أنفسنا أمام وقت ضائع ومهدور لم نتمكن من انجاز مهامنا فيه، حيث تختلف عوامل هدر الأشخاص للوقت حيث أننا نضيع الوقت إما في نشاط غير ضروري، أو نستخدم الوقت بطريقة غير ملائمة. بمعنى أننا غالبا ما لا نقوم بأي شيء مفيد في ذلك الوقت بل على العكس نترك المفيد فيه نتيجة انشغالنا بأمور أخرى لذا يعتبر ذلك الوقت ضائعا وغير منتج أو مربح.

فمضيعات الوقت يمكن أن تكون خارجة عن إرادة الفرد بحيث لا يمكنه السيطرة عليها أو التقليل من تأثيرها السلبي على وقته، أو يكون هو مصدرها بعدم قدرته على استثمار وقته بالشكل المناسب، وهي قسمين حسب الجريسي: خارجية، الأسرة والزبائن وداخلية، مثل التسويف وعدم القدرة على قول لا.

وفي تعريف آخر لمضيعات الوقت الذي يقول فيه عبد الجواد (2000): "إنها تلك الأشياء التي يترتب عليها ضياع الوقت دون انجاز الأعمال المطلوبة بكفاءة وبالتالي عدم تحقيق الأهداف المنشودة في المواعيد المحددة مقدما" ومن خلال هذا التعريف الذي تناول جميع الأعمال والنشاطات الإنسانية في شتى الميادين دون استثناء(محمد الغامدي، 2008، ص 51).

ومن خلال العوامل السابقة يمكن إضافة بعض منها والتي تؤدي إلى ضياع الوقت:

- الإدارة السيئة وعدم كفاية التنظيم التي تؤدي إلى ضياع وقت المدير والعاملين، ومن مظاهرها تكرار حدوث الأزمات سنة بعد أخرى؛
- زيادة عدد العاملين عن الحد المطلوب للعمل يؤدي إلى ضياع الوقت في تبادل الأحاديث غير الضرورية خاصة وأن الناس بطبعهم اجتماعيين؛
- سوء التنظيم مثل زيادة عدد الاجتماعات عن المقرر مما يؤدي إلى زيادة في الجهد والمال وضياع الوقت؛
- عدم كفاية المعلومات أو عدم دقتها أو تأخر وصولها يؤدي إلى ضياع الوقت.

وقد لخص "بيكر" مضيعات الوقت الداخلية التي من الصعب التغلب عليها ومصدرها داخلي ذاتي للإنسان، والمضيعات الخارجية التي مصدرها الناس أو الأشياء كما في الجدول التالي(هيفاء الوليدي،2006، ص13):

ويعتبر سوء إدارة الوقت من بين أهم الأسباب التي تعيق الفرد بصفة خاصة والمجتمع بصفة عامة إلى الوصول لأهدافه المسطرة، إما من خلال عدم التخطيط الجيد، أو بتدخل مختلف المعيقات التي تؤدي إلى ضياع الوقت وعدم استغلاله والاستثمار فيه.

ويمكن تلخيص أهم مضيعات الوقت الداخلية و الخارجية حسب "بيكر" كماهو هو موضح في الجدول رقم (2).

جدول (2): مضيعات الوقت الداخلية والخارجية حسب "بيكر"

مضيعات داخلية	مضيعات خارجية
التأجيل	مقاطعة الهاتف
عدم التفويض	الاجتماعات
الأهداف غير الواضحة	الزوار
عدم وضوح الأولويات	التفاعل الاجتماعي
إدارة الأزمات	نقص المعلومات
عدم التخطيط	كثرة أوراق العمل
سوء جدول العمل	تعطيل الاتصالات
ضعف الانضباط الذاتي	نقص السياسات و الإجراءات
محاولة عمل الكثير في الوقت نفسه	نقص الموظفين الأكفاء
نقص المهارات اللازمة	الروتين الحكومي

المصدر: (هيفاء الوليدي،2006، ص13)

ثالثا– إدارة الوقت ومواقع التواصل الاجتماعي– الفايسبوك نموذجا–

تعتبر ثورة المعلومات والتكنولوجيا التي تجتاح العالم وفي ظل عدم الاستغلال الأمثل للتكنولوجيا وما توفره من تسهيلات في عصر السرعة والعولمة تصبح معيقة أكثر منها محفزة وفي بعض الأحيان مثبطة لجهود الأفراد ودافعيتهم نحو تحقيق الأهداف المسطرة، وفي هذا الصدد ننوه إلى أن مواقع التواصل الاجتماعي أصبحت تشكل مصدرا للإدمان ليس بالمفهوم الكلاسيكي وإنما إدمانا الكترونيا على مختلف مواقع التواصل و من بينها الأكثر شيوعا وهو الفايسبوك، فمع الكثير من الايجابيات التي يقدمها هذا الفضاء الأزرق إلا انه ومع سوء الاستخدام يصبح من أكثر مضيعات الوقت وفيما يلي سنسلط الضوء على مواقع التواصل الاجتماعي.

1- نشأة مواقع التواصل الاجتماعي:

بدأت ظاهرة مواقع التواصل الاجتماعية في عام"1997"، وكان موقع «SixDegrees.com» أول هذه المواقع من خلال إتاحته الفرصة بوضع ملفات شخصية للمستخدمين على الموقع، وكذلك إمكانية التعليق على الأخبار الموجودة على الموقع، وتبادل الرسائل مع باقي المشتركين، وإذا كان موقع «SixDegrees.com» هو رائد مواقع التواصل

الاجتماعي، فقد فتح موقع « My Space.com» آفاقا واسعة لهذا النوع من المواقع، وقد حقق نجاحا باهرا منذ إنشائه عام 2003. بعد ذلك توالى ظهور مواقع التواصل الاجتماعي لكن العلامة الفارقة كانت في ظهور موقع «FaceBook.com» الذي يمكن مستخدميه من تبادل المعلومات فيما بينهم وإتاحة الفرصة إمام الأصدقاء للوصول إلى ملفاتهم الشخصية(حسني عوض،2009، ص4).

وبهذا فقد أصبحت مواقع التواصل الاجتماعي، أهم ما يقصده الشباب على الشبكة العنكبوتية، منذ تأسيسها وإحداثها لثورة وطفرة كبيرة في عالم الاتصال. ولا شك وأن لمواقع التواصل الاجتماعي حضور قوي على الصعيد الالكتروني بمختلف أصنافها، وكأنها النكهة التي أضيفت لأطباق التفاعل الاجتماعي، بايجابياتها على الصعيد المجتمعي والتواصل الفكري والثقافي(رشا عوض، 2014،ص 20)، ومن جهة أخرى بسلبياتها التي أصبحت تشكل خطرا على الشباب والمجتمع بمختلف مؤسساته.

2- تعريف مواقع التواصل الاجتماعي (الشبكات الاجتماعية):

مصطلح يطلق على مجموعة من المواقع على شبكة الانترنيت العالمية، بحيث تتيح التواصل بين الأفراد في بيئة مجتمع افتراضي، يجمعهم الاهتمام أو الانتماء لبلد أو مدرسة أو فئة معينة، في نظام عالمي لنقل المعلومات. فالشبكات الاجتماعية هي خدمة الكترونية تسمح للمستخدمين بإنشاء وتنظيم ملفات شخصية لهم، كما تسمح لهم بالتواصل مع الآخرى(رشا عوض،2014،ص21).

كما يعرف مصطلح التواصل الاجتماعي فيعرف بأنه: "منظومة من الشبكات الالكترونية التي تسمح للمشترك فيها بإنشاء موقع خاص به، ومن ثم ربطه من خلال نظام اجتماعي الكتروني مع أعضاء آخرين لديهم نفس الاهتمامات والميول، أو جمعه مع أصدقائه"(فهد الطيار، 2014، ص 202).

ومن بين أهم وأشهر مواقع التواصل الاجتماعي في القرن الواحد والعشرين موقع الفايسبوك الذي لقي نجاحا باهرا، فمن خلاله يتم وضع صفحة شخصية تحدد هوية الشخص، ويتم التواصل والتعارف مع جميع المشتركين في هذا الموقع لنقل المعارف والأخبار، وتكوين الرؤى والتوجهات دون قيود أو حدود(سامي الشناوي،2014 ص 2).

وترجع فكرة نشأة موقع الفايسبوك إلى صاحبه "مارك زوكيربرج" حيث اخذ على عاتقه تصميم موقع جديد على شبكة الانترنيت ليجمع زملاؤه في الجامعة (جامعة هارفارد الأمريكية)، ويمكنهم من تبادل أخبارهم و صورهم وأرائهم ولم يعتمد في تصميمه إلى أن يكون موقع تجاري يجتذب الإعلانات أو موقع أخبار يهتم بنشر الأخبار، وفي عام 2004 أطلق "مارك زوكيربرج" الفايسبوك وكان في البداية عبارة عن شبكة تواصل اجتماعي بين الأصدقاء في جامعة هارفارد حيث اكتسب شعبية واسعة بينهم، الأمر الذي شجع "مارك" على توسيع قاعدة من يحق لهم الدخول إلى الموقع لتشمل طلبة جامعات أخرى ومدارس ثانوية يسعون إلى التعرف على الحياة الجامعية، بعدها قرر بفتح أبواب موقعه أمام كل من يرغب في استخدامه، وكانت النتيجة طفرة في عدد مستخدمي الموقع، إذا ارتفع من 12 مليون مستخدم في شهر ديسمبر من عام 2006 إلى أكثر من 140 مليون مستخدم بداية عام 2017. أما تسمية "فيسبوك" ترجع إلى اسم الدليل الذي تسلمه

بعض الجامعات الأمريكية لطلابها المستجدين وفيه أسماء وصور زملائهم القدامى ومعلومات مختصرة عنهم حتى لا يشعروا بالاغتراب. يسهل الفايسبوك تكوين الأصدقاء ويساعدهم على تبادل المعلومات والملفات والصور الشخصية و الفيديوهات، والتعليق عليها وإمكانية المحادثة الفورية. وبهذا فالفايسبوك يقدم مجموعة من الخدمات الأساسية لزواره، تتمثل بالدرجة الأولى في الرسائل وهي خاصية يتيحها الفايسبوك بشكل مبسط وسهل للغاية لكل الأصدقاء (حنان الشهري، 2012، ص 32).

وقد أظهرت الإحصائيات الانتشار الواسع والسريع للفايسبوك فمن خلال إحصائيات قام بها موقع pingdom خلصت إلى وجود 8 مستخدمين جدد للانترنيت في كل ثانية و474 مستخدم في كل دقيقة و 28476 في كل ساعة، و683443 في كل يوم. ونلاحظ أن عدد سكان الأرض حوالي7 مليار، وعدد مستخدمي الانترنيت2.3 مليار أي ما يعادل 32.7 من عدد سكان الأرض (رافت عبد الرزاق،2013،ص 43).

فمن خلال الانتشار الواسع لمواقع التواصل الاجتماعي وخاصة الفايسبوك وذلك نتيجة للتسهيلات التي يوفرها لمستخدميه وكيفية الحصول عليه أصبح يشكل حياة أخرى لمستخدميه وصفحات من حياتهم وواقعهم الذين يعيشونه، بالإضافة إلى مجال للتفاعل الاجتماعي وكسب علاقات اجتماعية وبالتالي تنمية لرأس مالهم الاجتماعي فمن لا يمكنك الحديث معه في الجامعة أو المدرسة أو أي مؤسسة أخرى تجده متاحا على صفحات الفايسبوك مع مختلف تفاصيل يومه وأخباره. ومن هذا المنطلق فلمواقع التواصل الاجتماعي عامة والفايسبوك خاصة ايجابيات وسلبيات تعتمد على كيفية التعامل معهم وتسييرهم لصالح الأفراد والمجتمعات .

3- ايجابيات وسلبيات مواقع التواصل الاجتماعي– الفايسبوك نموذجا–:

أ- الايجابيات:

- تخدم الانترنيت الوظائف ذات المنفعة الشخصية مثل بناء العلاقات الشخصية، استمرار العلاقات الاجتماعية، المعرفة الاجتماعية، بقدر فائدة الترفيه والمعلومات؛
- لدى مواقع التواصل الاجتماعي القدرة على زيادة الروابط الضعيفة كثيرا داخل المجتمع لان التكنولوجيا تفضي إلى الحفاظ على هذه العلاقات بثمن بخس وسهل؛
- يساهم الناس بآرائهم وخبراتهم، ما يجعلهم يكتسبون معارف جديدة واتخاذ قرارات مستنيرة، ونتيجة لذلك يستخدم الناس وسائل التواصل الاجتماعي ليس فقط للترفيه ولكن أيضا للتعليم والأعمال التجارية والإرشاد (رضا الاشرم،2015،ص 7)؛
- كسر احتكار المعلومة (فهد الطيار، 2014، ص 195)؛
- تخلق جو من التواصل في مجتمع افتراضي تقني، يجمع مجموعة من الأشخاص من مناطق ودول مختلفة على موقع واحد؛
- يكون الاجتماع على وحدة الهدف سواء التعارف، التعاون، التشاور، أو لمجرد الترفيه فقط وتكوين علاقات جديدة، أو حب للاستطلاع والاكتشاف؛

- إن الشخص في هذا المجتمع عضو فاعل، أي انه يرسل ويستقبل، ويقرا ويكتب ويشارك ويسمع ويتحدث فدوره تجاوز الدور السلبي من الاستماع والاطلاع فقط، بحيث يتم تبادل الأفكار وإن اختلفت الاعمار و الأماكن والمستويات العلمية والثقافية(رشا عوض، 2014، ص27).

ب- السلبيات:

- بقدر ما تعمل على ربط العلاقات في المجتمع إلا أنها في جانب آخر تخرب جزءا مهما من العلاقات الإنسانية فتعمل على تشجيع الاتصال دون الاحتكاك؛
- مختلف المشكلات النفسية والاجتماعية التي نجمت عن استخدام وسائل التواصل الاجتماعي كثيرة منها ما يتعلق بالأسرة، ومنها ما يتصل بعلاقة الفرد مع مجتمعه كالمشكلات الأسرية، إخفاء الشخصية، الإدمان، العزلة الاجتماعية؛
- خلق بعض الصدمات العاطفية لبعض مستخدميه من العزاب والمتزوجين، انعكست سلبا على علاقاتهم الأسرية والعائلية، وساهمت في ظهور بعض مظاهر الاغتراب النفسي والاجتماعي؛
- التخفيف من القيود والحدود التي كانت تقوم بضبط السلوك المعلوماتي، وأصبح من الممكن تجاوز القيم و المعايير والضوابط الاجتماعية من خلال المواقع التي تعمل على تدمير القيم والأخلاق؛
- أصبحت مواقع التواصل الاجتماعي بديلا للتفاعل الاجتماعي مع الرفاق والأقارب و أصبح هم الفرد قضاء الساعات الطويلة في استكشاف مواقع التواصل وإيجاد أصدقاء جدد(رضا الاشرم،2015، ص 10).

فمن خلال الايجابيات التي تمتاز بها مواقع التواصل الاجتماعي إلا أنها تخلف الكثير من الأضرار على الفرد والمجتمع، ومن أهمها إضاعتها لأهم مورد يحتاجه الإنسان لتنمية ذاته ومجتمعه وهو الوقت وفي ما يلي سيتم التطرق لإدارة الوقت في ظل مواقع التواصل الاجتماعي.

رابعا– إدارة الوقت في ظل مواقع التواصل الاجتماعي:

في ظل ما نقوم به من أعمال وأنشطة يومية تحتاج كل منها لوقت معين حتى يتم انجازها بفعالية، والتي نصل من خلالها إلى تحقيق الأهداف المسطرة التي تضمن لنا التميز والاستمرار. فمع وجودنا في عالم سريع التغير يبرز الوقت كأهم عنصر وجب على الأفراد والمجتمعات استغلاله وإيجاد السبل الكفيلة لإدارته بفعالية.

وعلى الرغم من أهمية الوقت في حياتنا إلا انه في كثير من الأحيان يتم إهداره وعدم التحكم فيه، نتيجة لتدخل العديد من العوامل أو مضيعات الوقت، وقد تتغير هذه الأخيرة بتغير الزمان والمكان والأشخاص أيضا، وما يميز عصرنا انه عصر التكنولوجيا والاتصال اللذين جعلا من العالم قرية صغيرة تسهل كيفية الوصول للأشخاص من خلال العديد من مواقع التواصل الاجتماعي فأصبح الأفراد يعيشون حياتهم في عالم افتراضي، يشاركون من خلاله الآخرين نجاحاتهم و إخفاقاتهم، أفراحهم وأحزانهم وحتى مشاريعهم، يستذكرون فيه ماضيهم ويتقاسمون حاضرهم وحتى استشارتهم في مستقبلهم. بمعنى آخر يقضون معظم أوقاتهم على صفحات الفايسبوك في كل مكان وزمان، في الطريق وفي العمل في المقهى والمطعم، فأينما يتواجدون يتواجد الفايسبوك معهم، ما أدى بالكثير إلى إدمانه وتضييع الكثير من الأوقات المهمة وهم يتصفحون ما تم نشره، والتعليق على ما يرضيهم ولا يرضيهم، بالإضافة إلى بحثهم المتواصل عن إنشاء علاقات

وإضافة أصدقاء. فقد قفز عدد مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي الى 2,5 مليار شخص عام 2014. وبهذا أضحت مواقع التواصل الاجتماعي واقعا اجتماعيا واحد أهم مضيعات الوقت التي أصبحت هاجسا يواجه إدارة الوقت ووضع برنامج مسطر لتحقيق الأهداف نتيجة الوقت الكثير الذي يمضيه الأفراد وهم متصلون بأشخاص لا يعرفونهم ويعيشون حياة أخرى دون حياتهم الواقعية.

ونتيجة للوقت الذي يضيع في تصفح مواقع التواصل الاجتماعي، التي أصبحت نوعا اخر من الإدمان الذي يؤدي الى الاغتراب و العزلة عن العالم الواقعي، كما انها تهدد العلاقات الاجتماعية ابتداء من علاقة الزواج ببعضهم الى غاية علاقتهم بأبنائهم و محيط عملهم. وبهذا فهي تهدد كيان المجتمع ككل وما لعبة الحوت الأزرق والأطفال الضحايا سوى دليل على الانسلاخ الذي تعيشه العائلة الجزائرية جراء تأثيرات احد اهم العوامل وهي مواقع التواصل الاجتماعي، وهذا ما اقرته الوزيرة اثناء تعليقها عن حماية الأطفال من خطورة الانترنيت بقولها ان هذه اللعبة قد تم حجزها الا ان تداولها عبر مواقع التواصل الاجتماعي بالتحديد لا يمكن التحكم فيه.

فقد كان الاهتمام بالوقت وإدارته مبكرا في الدين الإسلامي والسنة النبوية ويظهر ذلك من خلال الآيات القرآنية التي أشارت إلى استغلاله والأحاديث النبوية التي حثت إلى احترام الوقت وتقديسه وربطه بالعمل وعدم تضييعه، بالإضافة إلى مختلف الدراسات الغربية والتي كان على رأسها فريدريك تايلور من خلال دراسته للحركة والزمن حيث انعكست نتائجها إيجابا على الإنتاج وبالتالي ربحية المؤسسات. وهذا ما يؤدي بنا إلى أن إدارة الوقت وحسن استغلاله تؤثر على الأفراد ومؤسسات المجتمع المختلفة وبالتالي تطور الدول وتنميتها.

وعلى الرغم من هذه السلبيات التي تواجه إدارة الوقت في ظل مواقع التواصل الاجتماعي إلا انه توجد ايجابيات لا يمكن تجاهلها، ومن بينها الحصول على المعلومات بسرعة من مصادر مختلفة، عدم احتكار المعلومات، استعمال المؤسسات لمواقع التواصل الاجتماعي لنشر الإعلانات الخاصة بها، إيجاد الأشخاص.

خاتمة:

ومن خلال ما تم تقديمه في هذا المقال نخلص إلى أن مواقع التواصل الاجتماعي أكثر من ضرورة في عصر العولمة والتكنولوجيا والدور المهم الذي تلعبه في إيصال المعلومات ونشرها ومعرفة ردود أفعال مختلف شرائح المجتمع حولها، الا أن استعمالها سلاح ذو حدين راجع إلى كيفية استخدامها من طرف أفراد المجتمع بأطيافه المختلفة وفقا لثقافته السائدة التي تحمل في طياتها احترام قيمة الوقت وتثمينه ماديا ومعنويا، واعتباره عاملا حاسما في تطوير قدراتهم ومهاراتهم من جهة وتنمية مجتمعاتهم من جهة أخرى، فاحترام الوقت وادارته بفعالية ليست مشكلة افراد بحد ذاتهم وانما مشكلة مجتمع ككل لذا وجب معرفة كيفية التعامل مع التكنولوجيا امن خلال توجيهها لخدمة أهدافه وتحقيق حاجاته والحذر من سلبياتها، والتي من أهمها تضييع الوقت الذي يترجم في الدول المتقدمة على انه مصدر المال وما دراسة فريدريك تايلور عن الحركة والزمن وما حققته من أرباح للمؤسسة الا دليل على ذلك. الا ان في مجتمعاتنا وعلى الرغم من امتلاكنا للقران والسنة النبوية اللذان يحثان على احترام الوقت وتقديسه الا اننا نهدر الوقت وخاصة على مواقع التواصل الاجتماعي وفي

مؤسساتنا ما يعطل مختلف العمليات ويؤدي الى التذمر وحدوث المشكلات وبالتالي هدر الأموال، وعدم الارتقاء بمؤسساتنا الى ما نطمح اليه من فعالية ومنافسة نعول عليها في النهوض بقطاعنا الاقتصادي وبالتالي تنمية مستدامة.

قائمة المراجع:

1- إبراهيم علي الربابعة،(2015) **مهارة إدارة الوقت**، دار الالوكة،مصر.

2- إحسان حميد عبد، (2007)،**ادارة الوقت**، مركز تطوير التدريس، جامعة القادسية، العراق.

3- إيناس أكرم الحناوي(2008)، **دور تكنولوجيا المعلومات في إدارة الوقت**، مذكرة ماجيستر، كلية التربية، قسم الإدارة التربوية و التخطيط، السعودية.

4- حسني عوض،(2009)، **اثر مواقع التواصل الاجتماعي في تنمية المسؤولية المجتمعية لدى الشباب**، برنامج التنمية الاجتماعية والأسرية، القدس.

5- حنان بنت شعشوع الشهري،(2012)، **اثر استخدام شبكات التواصل الالكترونية على العلاقات الاجتماعية**، مذكرة ماجيستر، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، تخصص علم الاجتماع، السعودية.

6- رأفت مهند عبد الرزاق،(2013)، **دور مواقع التواصل الاجتماعي في تشكيل الوعي السياسي**، مذكرة ماجيستر، كلية الآداب و العلوم، قسم الصحافة والإعلام، الأردن.

7- رشا أديب عوض،(2014)، **اثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على التحصيل الدراسي للأبناء**، كلية التنمية الاجتماعية و الأسرية، تخصص خدمة اجتماعية، القدس.

8- رضا محمد إبراهيم الأشرم،(2015)، **التأثير الاجتماعي لوسائل التواصل الاجتماعي لدى الشباب الجامعي**، مؤتمر وسائل التواصل الاجتماعي التطبيقات والإشكالات المنهجية، السعودية.

9- سامي احمد الشناوي، محمد خليل عباس،(2014)، **استخدام شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقته بالتوافق النفسي لدى المراهقين**، المجلد 18 العدد 12، الاردن.

10- عبد الله الياحوث،(2013)، **مهارات إدارة الوقت وعلاقتها بضغوط العمل**، مذكرة ماجيستر، كلية الدراسات العليا، قسم العلوم الإدارية، السعودية.

11- فهد بن علي الطيار،(2014)، شبكات التواصل الاجتماعي وأثرها على القيم لدى طلاب الجامعة، **المجلة العربية للدراسات الأمنية و التدريب**، المجلد 31 العدد 21، الرياض.

12- محمد احمد الغامدي،(2008)، **إدارة الوقت لدى مديري المدارس الثانوية**، مذكرة ماجيستر، كلية التربية، قس الإدارة التربوية و التخطيط، السعودية.

13- هيفاء عبد الله الوليدي، (2006)، **مدى كفاءة إدارة الوقت لدى العاملين في المنظمات**، مذكرة ماجيستر، كلية إدارة الأعمال، تخصص إدارة عامة، السعودية.

14– Akua Ahyia and others,(2014),The management and Administrative Effectiveness : Lessons for Educational Administrators, Global Institute for Research & Education, vol 3,2014 ,pp 76 82.

15- Valleria,2009,Work deadlines and time management process case Galileo Tanzania, Dhesis Degree programme in tourism, university of applied sciences p 10.