

**تعرض المراهقين لمقاطع فيديو ASMR (الإستجابة الزوالية الحسية****الذاتية) على الإنترنت وعلاقتها ببعض سمات الشخصية**

إعداد

كوثر حسن جبريل إدريس\*

**مقدمة:**

شهد مجتمع الإنترنت في السنوات الأخيرة اهتماماً متزايداً بظاهرة تتعلق بنمط من الحواس يطلق عليه (ASMR) أو (الاستجابة الزوالية الحسية الذاتية) وهو ما يصف إحساساً يشعر به بعض الأفراد استجابةً لمثيرات سمعية وبصرية ناتجة عن مشاهدة مقاطع فيديو معينة عبر الإنترنت، إستناداً على أنها تحقق شعوراً خاصاً، وأنها قد تفيد في توفير المساعدة العلاجية للأفراد الذين يعانون من بعض الاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب أو بعض الأمراض العضوية المزمنة كالضغط والسرطان، والذين لم تحقق معهم الطرق العلاجية الأخرى استجابة، علاوة على فعاليتها في خفض الأرق والمساعدة على الاسترخاء والنوم بشكل عام حتى مع الحالات غير المرضية(١).

وقد تزامن مع ذلك ظهور عدد لا يستهان به من مقاطع الفيديو التي تدعم هذا الإتجاه على شبكة التواصل الاجتماعي YouTube، ومنصات الفيديو الأخرى مثل Reddit و Soothetube لتبادل مقاطع الفيديو التي يقوم منتجوها بعرضها ومشاركتها مع الآخرين، والتي أنتجت في مجملها ما يسمى بمجتمع "ASMRtists"، وعلى الرغم من تنوع المحفزات المستخدمة في هذه المقاطع للبحث على الاستجابة الحسية على نطاق واسع، إلا أن السمات الشخصية والفروق الفردية قد تلعب دوراً في فعالية كل فيديو، مما يجعلها تحدث تأثيرات مختلفة على المهتمين بها، ذلك أن تأثير ASMR يشبه الموسيقى قليلاً أي أنها لا تؤثر على الجميع بنفس الطريقة، فقد تجلب متعة للبعض في حين تثير امتعاض البعض الآخر(٢).

وقد ظهرت تقارير تجارب ASMR لأول مرة على الإنترنت في عام ٢٠١٠م، ومنذ ذلك الوقت انتشرت هذه التجارب لتتم مشاركتها مع بعض المجموعات التي تتكون من أكثر من ١٠٠٠٠٠٠ عضو، وبالرغم من الانتشار

\* مدرس بقسم الإعلام التربوي تخصص (صحافة وإذاعة وتلفزيون - تربية خاصة) كلية التربية النوعية - جامعة عين شمس

الواسع لظاهرة ASMR إلا أنه يلاحظ ندرة الدراسات الطبية والنفسية والاجتماعية والإعلامية التي تبحث في هذه الظاهرة وجوانبها، على الرغم من أن مجتمع الإنترنت قد تطور في تعامله معها وأصبح مفهوماً من خلال وسائل التواصل الاجتماعي، مما أدى إلى السعي للحصول على أدلة من علماء البيولوجيا العصبية والممارسين الطبيين وعلماء النفس والاجتماع لأنها ظاهرة حالية ومستمرة (٣).

ويرجع البعض السبب في بطء المجتمع العلمي في دراسة ظاهرة ASMR إلى أن البعض يعتبرونه ظاهرة إنترنت ملتوي، وأنه قد يكون مثيراً للاهتمام ولكنه لا يستحق بالضرورة استثماراً مالياً أو فكرياً جاداً، وعلى الجانب الآخر يرى آخرون أنها ظاهرة جديدة بالبحث (٤).

وتعد مرحلة المراهقة من أكثر مراحل النمو صعوبةً في حياة الفرد لكونها تتصف بالتغيرات الجسدية والعقلية والنفسية والاجتماعية، وهو ما يؤدي إلى اختلاف في الاستجابات السلوكية للمراهقين وبالتالي في معدلات تعرضهم وتفضيلهم للمحتوى الاتصالي ... وقد رصت بعض الجهود أن المراهقين من أكثر الفئات تعاطياً مع مقاطع فيديو ASMR على الإنترنت، ذلك أنها أجيال ولدت في عالم تهيمن عليه الحوسبة والوسائط التكنولوجية المرئية والمسموعة (٥).

#### الإطار المعرفي للدراسة:

#### ما هو ASMR؟ :-

هو اختصار لمصطلح (Autonomous sensory meridian response) الذي يعني الاستجابة الزوالية الحسية الذاتية (٦).

ويشير مصطلح (ASMR) إلى استجابة إدراكية تؤدي إلى الإحساس بالتنميل والوخز الخفيف الذي يتولد في مؤخرة الدماغ ويمتد للعمود الفقري والأطراف، نتيجة التعرض لمؤثرات سمعية وبصرية معينة (مشاهدة مقاطع فيديو معينة)، فيعطي إحساساً بالمتعة والاسترخاء التام، وتحاكي هذه المؤثرات الأصوات والسلوكيات واللحظات التي توجد غالباً في الحياة اليومية، وتمتد لتشمل المنبهات السمعية والمعروفة أيضاً باسم "المحفزات"، مثل الهمس، والتحدث الناعم، وتتضمن كذلك تدوير الأدوات المنزلية، وأصوات المضغ، والخدش، والقطع، والتجعيد، وحتى تركيب الكلمات المنطوقة، وأيضاً المنبهات البصرية وهي تشمل الحركات البطيئة أو ملامسة العين للأدوات المنزلية التي تُستخدم بوتيرة بطيئة أو منهجية (٧)، ومشاهدة التكرار للحركات، وأداء المهام، والاهتمام الشخصي على بعض المحفزات، والتي تثير لا إرادياً شعوراً مهدئاً وممتعاً، وغالباً ما ترتبط بشعور عام بالاسترخاء وتتميز بإحساس ثابت على الجلد يبدأ عادة

على فروة الرأس وينتقل إلى أسفل الرقبة والجزء العلوي من العمود الفقري، وبالتالي فإن ASMR يشير إلى التجربة الذاتية (النشوة المنخفضة الدرجة) التي تتميز بمزيج من المشاعر الإيجابية، وإحساساً بالوخز بسبب تلك المحفزات السمعية أو البصرية (٨).

ويرجع مصطلح ASMR لعام ٢٠١٠م لصاحبه "جينيفر ألن" (\*)، التي أسست موقع الويب <http://www.asmr-research.org> ، وقد صاغته "جينيفر ألن" حين بدأت مجموعة على الفيسبوك مخصصة لهذه الظاهرة لتعبر عن تقنية استرخاء اشتهرت مؤخراً، ومنذ عام ٢٠١٠م وحتى هذا الوقت، شملت العديد من المنتديات على الإنترنت مناقشات حول شعور لم يُسمَّى سابقاً يطلق عليه اسم رد فعل الحواس المستقل (٩).

### ASMR لمحة تاريخية: -

جاءت بدايات ASMR عام ٢٠٠٧م في منتديات مختلفة (مثل SteadyHealth.com و IsItNormal.com)، حيث شرح الناس وناقشوا تجاربهم حولها، وفي عام ٢٠٠٩م كان أول فيديو ASMR على YouTube أرسلت بواسطة قناة WhisperingLife الذي سعت إلى نشرها بناءً على تجربتها الخاصة في الاسترخاء من خلال الهمس، ومن ثم قررت إنشاء مقاطع فيديو تهمس للأخريين للإستمتاع (١٠).

ومنذ عام ٢٠١١م ازداد الاهتمام بالموضوع بشكل كبير كمثال على شعبية ASMR، ASMRtist الأكثر إنتاجاً على موقع YouTube، وفي يونيو ٢٠١٦، بلغ عدد المشتركين أكثر من ٦٥٠ ألف مشترك وحقق مقطع الفيديو الأكثر شهرة فيها أكثر من ١٥ مليون مشاهدة، ثم تطورت مقاطع فيديو الهمس البسيطة إلى لعب أدوار واقعية، والتي تحاكي سيناريوهات تحفيز ASMR مثل الحصول على قصة شعر، وحضور الفحوصات الطبية واستلام مستحضرات التجميل والتدليك وتركيبات البدلات، وبالتالي أصبحت مقاطع الفيديو ASMR احترافية بشكل متزايد، مع تزامن استخدامها لتقنيات صوتية أعلى مثل التسجيل مع الميكروفونات بكلتا الأذنين والجهزة السمعية البصرية عالي التقنية إضافة إلى

(\*) ٢٠٠٩: شاركت في أول مناقشة رئيسية عبر الإنترنت عن الإحساس في منتدى steadyhealth.com

٢٠١٠: صاغت مصطلح الاستجابة الزوالية الحسية الذاتية

٢٠١٠: أسست Facebook ASMR Group

٢٠١٠: إنشأت الموقع <http://www.asmr-research.org>

٢٠١١: أسست صفحة Facebook ASMR

٢٠١١: ضغطت على ويكيبيديا للاحتفاظ بأول دخول لمصطلح ASMR

تجربة ASMR بزواوية ٣٦٠ درجة واستخدام الواقع الافتراضي ثلاثي الأبعاد، فيما قام آخرون بإجراء جلسات Skype فردية من أجل تخصيصها ASMR كنموذج علاجي ASMR (١١)، وفي مارس ٢٠١٥، نشر "بارات ودافيس" المسح الاستكشافي الأول (باستخدام استبيان عبر الإنترنت) لعدد ٤٧٥ شخصاً ممن خاضوا تجربة التعرض لمقاطع ASMR (١٢).

وفي حين أن البحوث الأكاديمية حول الأبعاد الاجتماعية والنفسية والحسية والمعرفية لا تزال في مهدها، إلا أن تجربة ASMR قد نمت كثقافة إنترنت وانتشرت منذ إنشائها كمجتمع يهمس على المنصات المختلفة والمدونات والمنديات، لتصبح اتجاهًا عامًا صنعت من قبل القائمين عليها للتعبير الإبداعي والعلاج الذاتي، وهو ما أدى إلى ازدياد المشاهدين لها (١٣).

#### كيفية عمل ASMR :-

تبدأ مقاطع فيديو ASMR بشخص يقوم بأداء ما أمام الكاميرا (همسات - أصوات مختلفة - أفعال متكررة ... الخ) إلا أن غالبية المقدمين لهذه المقاطع يقومون بالهمس أمام الكاميرات وهو الأمر المتفق عليه في كل مقاطع الفيديو الخاصة بهذا النوع، وقد يصاحب هذا الهمس محاكاة للربت على الكتف أو الرأس أو مسح الشعر، في محاولة لمنح المشاهد شعوراً بأن من تراه يشعر بك، وتتنوع أساليب العرض فهناك من يقومون بطي الأوراق أو طي الملابس والمناشف أو النقر بأصابعهم على الخشب أو البلاستيك وغيرها من الأدوات، وربما كتابة بعض الجمل على الشاشة لتحفيز المشاهد، وبعض المقاطع تعتمد على التمثيل لتعطي المشاهد شعوراً بالإهتمام الشخصي مثل دور الطبيب أو مصفف الشعر .. وغيرها من الأدوار.

#### أنواع محفزات ASMR :-

تتعدد أنماط ASMR لتشمل على سبيل المثال وليس الحصر ما يلي:

- ١- الهمس (التحدث الناعم).
- ٢- التجعيد (بفرشاة).
- ٣- الخدش.
- ٤- النقر على الأجسام الصلبة.
- ٥- حركات اليد البطيئة.
- ٦- تقليب الصفحات.
- ٧- أصوات المضغ والشرب.
- ٨- أصوات هشة.
- ٩- تنفيذ مهام مكتملة.

- ١٠- الاستغراق في عمل ما.
- ١١- الاهتمام الشخصي (قص الشعر، وضع مكياج).
- ١٢- الحركات المتكررة (تقليب صفحات كتاب، نقر بالأظافر على جسم صلب).
- ١٣- مشاهدة شخص ما يؤدي مهمة ما بتركيز عال مثل تحضير الطعام.
- التفسير العلمي للاستجابة الزوالية الحسية الذاتية (١٤):**
- ١- تثير مقاطع الفيديو ASMR إحساساً بالوخز إلى جانب المشاعر الإيجابية لدى بعض الأشخاص المعرضين، ولا تؤثر مقاطع الفيديو على أشخاص آخرين.
- ٢- يعزز ASMR حالة عاطفية معقدة ومختلطة وقد تشمل المشاعر الإيجابية التي تخلفها مقاطع الفيديو كلاً من الهدوء والإثارة على الرغم من أن هذين الشعورين قد يبدوان متناقضين، إلا أن علماء النفس يفسرون ذلك بأن الناس يمكن أن تكون لديهم مشاعر معاكسة في نفس الوقت وعلى سبيل المثال قد يتضمن الحنين مشاعر السعادة المختلطة بمشاعر بالحزن.
- ٣- ASMR له تأثيرات قابلة للقياس على الجسم وهذه التأثيرات مرتبطة بمقاطع الفيديو التي تحقق مشاعر مختلطة وعلى سبيل المثال يعمل ASMR على إبطاء معدل ضربات القلب وهي علامة على الاسترخاء، كما أنه يزيد من قدرة الجلد على توصيل الكهرباء وهي مقياس للإثارة الجسدية.
- ٤- يزيد ASMR من شعور الشخص بالتواصل مع الآخرين.
- فوائد مشاهدة مقاطع ASMR :-**
- توضح بعض الاستقراءات النظرية في الموضوع أن الأشخاص المصابون بالإكتئاب أو بالآلام مزمنة يستطيعون أن يظهروا تحسناً في أعراضهم المرضية بعد تعرضهم لظاهرة ASMR، حيث يلجأ العديد من الأشخاص لعيش هذه التجربة الحسية للتخلص من الضغوط اليومية للعمل، أو للتقليل من نوبات القلق أو الخوف، أو للتخفيف من صداع رأسي، أو الاسترخاء الفوري للمساعدة على النوم بشكل هادئ وطبيعي بدون التعاطي لأي حبوب مهدئة ولا مضادات الإكتئاب (١٥).
- وقد اشار البعض إلى أن (ASMR) تمثل ظاهرة حسية تميل إلى الطب البديل، حيث تحقق تحسناً في بعض الاضطرابات النفسية، استناداً إلى أن الشعور المثير الذي يقدمه ASMR يساعد على الشعور بالراحة، والحصول على قشعريرة مريحة مما يؤدي إلى خفض هذه الاضطرابات النفسية التي انتشرت في هذا العصر، فأصبح من المهم استكشاف كل وسيلة ممكنة فيما يتعلق بالعلاجات اللادوائية (١٦).
- أضرار مشاهدة مقاطع ASMR :-**

من الجدير أيضاً استكشاف أنه إذا كانت تجربة ASMR تنتهي بردود فعل عاطفية إيجابية تلقائية على المحفزات الصوتية والمرئية، فقد يكون هناك أيضاً ردود الفعل العاطفية السلبية التلقائية للمحفزات الخارجية، وقد أشارت الأدبيات إلى وجود ظاهرة ذات صلة تناسب هذا الوصف تُعرف باسم "ميسوفونيا"، وهي تعبر عن أولئك الذين يعانون من "كراهية الصوت"، ولديهم ردود فعل عاطفية سلبية تلقائية لأصوات معينة، وعلى سبيل المثال أفاد البعض بأن الأصوات التي يصدرها البشر مثل التنفس بصوت عالٍ يمكن أن تولد مشاعر الإشمزاز أو الغضب أو الكراهية، ومن أضرار ASMR أيضاً أنه قد يتسبب في تعويد المستخدم على عدم مواجهة مشكلاته، وعدم الالتفات للواقع، والانعزال عنه، والهروب إلى تلك المقاطع التي قد تمثل له الملاذ الآمن (١٧).

#### **ASMR والعلامة التجارية: -**

يعد استخدام تقنية ASMR في مجال التسويق والإعلانات أحد أبرز تطبيقات ظاهرة الاستجابة الزوالية الحسية الذاتية في وسائل الإعلام، فقد لجأت العديد من الشركات في الآونة الأخيرة إلى استخدام تقنية ASMR في الترويج لمنتجاتها، حيث اتجهت الشركات الكبرى متعددة الجنسيات من "أيكيا" إلى "رينو" نحو تبديل الاستراتيجيات الإعلانية التقليدية إلى إبراز علامتها التجارية باتباع هذه التقنية، ففي عام ٢٠١٥م قامت شركة "Dove" بإنتاج إعلاناً تضمن العديد من السمات المميزة لـ ASMR YouTube، من استخدام الأصوات البلاستيكية للمتعة، والهمس في الإعلان الذي ينتهي بتساؤل: "إذا كان هذا الفيديو يدفعك إلى النشوة؟، فأنت تواجه ظاهرة تُعرف باسم ASMR"، وفي عام ٢٠١٨م أصدرت "ماكدونالدز" مقطع فيديو بعنوان "ASMR مع "جون جودمان"، حيث قدم الممثل مناجاة بصوت هامس حول لحم البقر الطازج، فيما كان نهج "Ikea" أبطاً وبالتأكيد أكثر استرخاءً في الفيديو الذي مدته ٢٥ دقيقة، لامرأة تتحدث بنبرة هادئة وتنقر على بعض منتجات الشركة من خلال مقطع فيديو جعل من أغطية الألفحة تبدو مثيرة (١٨).

لقد مثلت تقنية ASMR إضافة حقيقية في مجال التسويق والإعلانات والتأثير على السلوك الشرائي، فبالإضافة إلى فوائد الوصول إلى جمهور أوسع من خلال تصورات ASMR والأصوات، فإنها طريقة رائعة لزيادة الوعي من خلال دمجها بشكل استراتيجي في العلامة التجارية، ولذا فقد قفزت الشركات المشهورة مثل Taco Bell و Tic Tac و KFC و IKIA بالفعل على عربة ASMR باستخدام الأشياء والمواد الغذائية والأصوات لإحداث تأثير معين يشعر به الناس جسدياً كاستجابة للصوت والصورة لتحقيق استرخاء كبير للمستهلكين، مما

يساعدهم في المقابل على تذكر ما هي العلامة التجارية أو المنتج أو الكائن الذي يضعهم في حالة متناغمة، وفي الآونة الأخيرة كانت تقنية ASMR مصدر إلهام للأفكار الإعلانية للعديد من المنتجات وتم دمجها في الموسيقى الإلكترونية الحديثة (١٩).

### • قائمة مرتبة ترتيباً زمنياً للإعلانات التجارية وإعلانات والعروض الترويجية المستوحاة من ASMR

العلامات التجارية	السنة
دوف (مستحضرات تجميل).	٢٠١٥م
بيبيسي، يوليو، كنتاكي (سلسلة مطاعم)، مقرمشات ريتز.	٢٠١٦م
ايكيا (أثاث)، شركة سيارات تويوتا، سوني (هاتف خلوي).	٢٠١٧م
أبل بيز (سلسلة مطاعم)، ماكدونالدز (سلسلة مطاعم)، رينو (شركة السيارات)، فيوز (شاي مثلج)، نيتو (شركة الاطارات).	٢٠١٨م
سترونج بو (عصير التفاح)، كاديلاك (شركة سيارات)، هيونداي (شركة السيارات)، ليام هودجز (أزياء الرجال)، SK-II (مستحضرات التجميل)، كوكاكولا، بيوت أزياء جوتشي، Apple (عروض iPhone الترويجية)، فورد (شركة السيارات).	٢٠١٩م
بوكيمون (لعبة أطفال/ شخصيات)، BMW (سيارة)، أديداس (أحذية).	٢٠٢٠م
ديزني، هارديز (سلاسل مطاعم)، Elle / Carolina Herrera (عطور).	٢٠٢١م

### العوامل الخمس الكبرى للشخصية: -

شغل موضوع الشخصية حيزاً مهماً في مجال علم النفس، حيث قام على مبدأ الفروق بين الأفراد وأن كل فرد يمتلك مجموعة من الخصائص التي تجعله يظهر أنماطاً سلوكية يتميز بها عن غيره وقد تتشابه مع آخرين، وتتحدر هذه الأنماط من سمات تجعلها مكوناً لشخصيته ككل، وتعبّر عن الانطباع الذي يكونه الآخرين عنه.

وقد مرت نظرية العوامل الخمسة الكبرى للشخصية بتاريخ طويل من الجهود في سبيل الوصول إلى العوامل الأساسية في الشخصية، وبدأت بطريقة تحليل السمات عن طريق المعاجم اللغوية على يد (ألبرت وأودبرت) في الثلاثينات من القرن الماضي لتضمن ١٨ ألف مصطلحاً (٢٠)، لتتم مراجعتها في سنة ١٩٤٣م على يد "كاتل" بهدف خفض سماتها إلى ٤٥٠٠ مصطلح، وفي عام ١٩٨٥م قام "كوستا وماكري" بتحليل عوامل الشخصية لكاتل وتوصلاً إلى استخراج ثلاثة عوامل كبرى للشخصية: الانبساطية، العصابية، الانفتاح على التجربة، لتشمل في البداية ثلاثة من العوامل الخمسة، ومن ثم أضافا عاملين آخرين ضما سمات في مجال المقبولية، ويقظة الضمير (٢١)، وفي عام ١٩٩٢م، حين

قام "كوستا وماكري" بوضع قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية تتكون من ٢٤١ مفردة ثم قاما باختصارها لتتكون من ٦١ مفردة لاستخلاص العوامل الخمسة الكبرى، حيث تألف كل عامل من ١٢ مفردة، وأصبحت هذه القائمة المختصرة تستخدم على نطاق واسع في كثير من الدراسات لأغراض البحث العلمي وللأغراض الإكلينيكية (٢٢).

ويعد نموذج العوامل الخمس الكبرى للشخصية الذي يتكون من خمسة عوامل رئيسية من أهم وأحدث النماذج التي فسرت سمات الشخصية، ويعد من ضمن أكثر النماذج تطبيقاً من الناحية العلمية في مجالات علم نفس الشخصية، كما أنه يعد أداة مفيدة في مجالات تقييم الشخصية والتنبؤ بها، وتعد منبئات بمخرجات شديدة التنوع، ومن ثم فهو مفيد في فهم ظاهرة ما في ثقافة ما، وبالتالي يمكن من خلال توفير لغة مشتركة حقيقية لتناول ظاهرة الشخصية، وتعد بمثابة نزعات وراثية لدى الأفراد للتفكير والتصرف والشعور على نحو منسق (٢٣).

#### مفهوم العوامل الخمس الكبرى للشخصية:-

عرفت العوامل الخمسة الكبرى للشخصية: إنها العوامل التي اشتقت من العوامل الأساسية لنظرية " كاتل " بالتحليل العملي وتهدف هذه القائمة إلى قياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والتي تشمل على خمسة عوامل وهي (العصابية، الانبساطية، الانفتاح على التجربة، المقبولية، يقظة الضمير).

#### أ- العصابية (Neuroticism):

ظهر عامل العصابية مبكراً في دراسات الشخصية كأحد العوامل الأساسية المتضمنة في النماذج التي تصف الشخصية، والتي ترى أن ثلاثة أرباع التباين الكلي للفروق الفردية في العصابية ترجع إلى عوامل وراثية، أما من الناحية الفسيولوجية فإنه يرجع إلى مستويات النشاط في المخ الحشوي، ويرتبط هذا العامل بالفروق الفردية بين الأفراد في خبراتهم ذات العلاقة بالانفعالات السلبية كالحزن والقلق والتواصل السلبي وعدم الاتزان الانفعالي وسهولة الاستثارة (٢٤).

#### ب- الانبساطية (Extraversion):

يشير هذا العامل إلى حالة انفعالية واجتماعية تتسم بالنشاط والحيوية والميل للتواصل الاجتماعي وبناء شبكة من العلاقات الاجتماعية وإظهار الحميمية والود مع قدرة عالية للتأثير والقيادة والميل إلى المشاعر الايجابية، والاهتمام بمشاكل الآخرين وقضاياهم، وأن المنبسط هو شخص لبق، ومتفائل ومبتهج ومرح، ومستمتع بالاثارات والتغيرات في حياته والانبساط يعني أيضا عدد العلاقات التي يشعر معها الفرد بالراحة (٢٥).

#### ج- المقبولية (Agreeableness):



وهي تعني الطيبة في السلوك الاجتماعي، وتتأثر بصورة الذات وتركز على سمات الدفاء والتسامح وترتبط بالأهداف الإيجابية في الحياة كما ترتبط بالايثار والرضا عن الحياة (٢٦).

#### **د- الانفتاح على التجربة (to Experience Openness):**

يعكس هذا العامل مدى تقبل الفرد لقيم ومعتقدات الآخرين والاهتمام بالأفكار الجديدة غير التقليدية، ويتضمن هذا العامل العديد من السمات كالتخيل والإبداع والتفتح الذهني وقوة البصيرة وكثرة الاهتمامات والتسامح والأشخاص ذوي الدرجات العليا على هذا البعد يظهر فوضولاً للعالم الخارجي والداخلي، وهم على استعداد للنظر في أفكار وقيم أصيلة مبتكرة، ويعني النضج العقلي والاهتمام بالثقافة والتفوق وحب الاستطلاع، وسرعة البديهة، والسيطرة والطموح، والمنافسة والدرجة المرتفعة تدل على أن الأفراد خياليون، ابتكاريون، يبحثون عن المعلومات بأنفسهم، بينما تدل الدرجة المنخفضة على أن الأفراد يولون اهتماماً أقل بالفن، وأنهم عمليون بالطبيعة (٢٧).

#### **هـ - يقظة الضمير (Conscientiousness):**

ويسمى أيضاً الإتيقان أو الجدارة، ويشمل هذا العامل جوانب متنوعة من الصفات المتصلة بنزوع الشخص واستعداداته في مجال العمل والكفاح من أجل الإنجاز وتحقيق النجاح كذلك يتضمن هذا العامل السلوك الموجه كالفعالية واحترام القانون وسمات الضبط، والقيام بالواجبات على أكمل وجه والمثابرة والتنظيم (٢٨).

مما سبق عرضه، يتضح أن استخدام الإنترنت هو مجال مهم من مجالات الحياة اليومية لذلك قد يبدو اختياراً منطقياً للتحقق من العلاقة بين السمات الشخصية واستخدام الإنترنت، هو ما يمثل أحد أكثر التطورات إثارة في علم نفس الشخصية وعلوم الإعلام على حد سواء، وهو ما يمثل قيمة نموذج العوامل الخمس الكبرى للشخصية كتصنيف شامل للشخصية، وعلى الرغم من وجود دراسات في السنوات الأخيرة حول العلاقة بين سمات الشخصية والسلوك عبر الإنترنت، لم يصل العلماء بعد إلى توافق في الآراء حول العلاقة بين استخدام الإنترنت والسمات الشخصية (٢٩).

**الدراسات السابقة:-**

**حظيت ظاهرة ASMR باهتمام بحثي على مستوى الدراسات الأجنبية، مثل** دراسة " بارات ودافيس ٢٠١٥م" (٣٠) حول أنماط ودوافع التعرض لمقاطع فيديو (ASMR) على مواقع التواصل الاجتماعي والتي سعت إلى وصف الاستجابات الحسية المرتبطة بمشاهدة هذه المقاطع، وكذلك الكشف عما إذا كان التعرض لهذا النوع من المقاطع قد يسهم في تخفيف أعراض الاكتئاب والآلام المزمنة، طبقت عينة الدراسة على ٢٤٥ من الذكور و٢٢٢ من الإناث، وقد تراوح عمر العينة بين ١٨ و ٥٤ سنة من المتعرضين لفيديو ASMR من العاديين وممن يعانون من بعض الأمراض، وقد أظهرت النتائج أن معظم المشاركين تحفزهم الأصوات الهامسة، تليها المقاطع التي يظهر فيها نوع من التركيز الشخصي والاستغراق في عمل ما، وكذلك بعض الأصوات الصادرة عن الأجسام الصلبة، وجاءت دوافع التعرض ما بين الرغبة في الاسترخاء ٩٨%، والمساعدة على النوم ٨٢%، والتخلص من الإجهاد ٧٠%، والبحث عن طرق علاجية لبعض المشكلات النفسية التي لم تتمكن الطرق الطبية من علاجه.

ودراسة "فيتاس ٢٠١٥م" (٣١) حول دور الصوت في مقاطع YouTube، وقد سعت الدراسة إلى التعرف على دور الصوت في إحداث الاستجابة الزوالية الحسية الذاتية، ومعرفة خصائص هذا الصوت، وما إذا كانت هناك أصواتاً أو اتجاهات محددة يمكن أن تؤدي إلى ASMR، وقامت الدراسة بتحليل عدد من مقاطع الفيديو المنشورة على youtube، وأظهرت النتائج عدم وجود اتجاهات حقيقية حول أصوات معينة من شأنها أن تؤدي إلى إحداث الاستجابة الزوالية الحسية الذاتية، وأن كل نمط صوتي من الممكن أن يحقق حالة الوخز المصاحبة للتجربة.

ودراسة "بويريو ٢٠١٦م" (٣٢) حول كيفية تخفيف الأرق باستخدام مقاطع فيديو على YouTube، التي سعت إلى التعرف على مدى فهم وإدراك تجربة ASMR وما تحدثه من شعور، تكونت عينة الدراسة من ٩٠ مفردة، وأظهرت نتائج الدراسة أن بعض أفراد العينة يعرفون بالظبط ما هو شعور ASMR على الرغم من أنهم ليسوا على دراية دائماً بمصطلح ASMR، وأشاروا إلى أنهم يمكنهم أن يحكوا تجارب مختلفة من ASMR، وأشار البعض الآخر إلى مشاهدتهم بانتظام أشرطة الفيديو أو الإنخراط في الأنشطة التي تؤدي إلى ASMR، فيما أشار آخرون إلى أنهم لا تستهويهم تجربة ASMR ويجدونه أمراً غريباً ويرون مقاطع ASMR غير مريحة.

ودراسة "فريدبورج وآخرون ٢٠١٧م" (٣٣) حول فحص سمات الشخصية المرتبطة بالاستجابة الزوالية الحسية الذاتية (ASMR)، والتي سعت إلى معرفة ما إذا كان التعرض لمقاطع فيديو ASMR مرتبطاً بسمات شخصية معينة، طبقت الدراسة على ٢٩٠ مفردة ممن يعيشون تجربة ASMR عبر الإنترنت، وأظهرت نتائج الدراسة أن الأفراد الذين يعانون من ASMR قد أظهروا مستويات أعلى من (الانفتاح على الخبرة والعصابية)، ومستويات أقل بكثير من (يقظة الضمير والانبساطية والمقبولية)، وأن الأفراد الذين خاضوا تجربة ASMR قد سجلوا درجات عالية في سمات الابداع، والفضول الفكري، وتفضيل التنوع على الروتين والبحث عن تجارب مكثفة وممتعة، وأنهم أكثر ميلاً لرد الفعل العاطفي، وأكثر عرضة للإجهاد، وغالباً ما يشعر بالتهديد، كما أن أكثر المحفزات ارتباطاً بأبعاد الشخصية تمثلت في الهمس والأصوات المتكررة.

ودراسة "واتكنز ٢٠١٧م" (٣٤) حول العلاقة السببية بين تجربة مشاهدة ASMR وخفض مستوى القلق، التي سعت إلى التعرف على دور ASMR في المساعدة الذاتية على التعامل مع القلق، طبقت الدراسة على ١٨ من طلبة جامعة ماريوود قاموا بمشاهدة فيديو ASMR مدته ٦ دقائق تقريباً أثناء ارتداء سماعات الرأس بكلتا الأذنين، استخدمت الدراسة استمارة الإستبيان ومقياس لمعرفة مستوى القلق قبل وبعد مشاهدة مقاطع الفيديو، وقد أشارت نتائج الدراسة أن هناك تأثير لعامل الوقت (قبل وبعد مشاهدة الفيديو) على الحد من القلق، وعدم وجود فروق في مستوى القلق بين الأفراد الذين يشعرون بالوخز أو الأحاسيس المبهجة أثناء تجربة ASMR، كذلك لم تتغير القدرة على التعامل مع القلق بشكل ملحوظ بعد مشاهدة الفيديو، ولم يؤثر فعل تجربة ASMR بأحاسيس الوخز على تقليل مستويات القلق.

ودراسة "هاريسون ٢٠١٧م" (٣٥) حول دور مقاطع ASMR في تحقيق الاسترخاء وتأثيراتها على استجابات الفرد الجسدية كعلاج تكميلي لاضطراب القلق والاكتئاب، التي سعت إلى التعرف على إمكانية الاستخدام المحتمل لمحتوى ASMR كعلاج تكميلي لاضطراب القلق العام والاكتئاب، وفيها تم تطوير اثنين من أفلام الاختبار لتحليل التأثير النفسي للممارسة السمعية والبصرية على موضوعين أحدهما فيلم ASMR قصير والثاني مقطع من الممارسة الحالية السمعية البصرية، ومن ثم تم قياس درجات المزاج والاسترخاء قبل وبعد الفيديو، طبقت الدراسة الميدانية على ٥٠ فرد تتراوح أعمارهم من ٢١ - ٧٠ عاماً، وأظهرت نتائج الدراسة أن ASMR كان له تأثير إيجابي على الأفراد،

حيث تم تحسين ٥٠٪ من المشاركين الذين تم تشخيصهم من ذوي اضطراب القلق والاكتئاب.

ودراسة "ديلانغ ٢٠١٨م" (٣٦) حول تأثير مقاطع الفيديو ASMR على معدل ضربات القلب للأشخاص ذوي الحساسية العالية، التي سعت إلى التعرف على مدى معرفة ASMR ودورها في تحقيق الاسترخاء وتأثيراتها على استجابات الفرد الجسدية، طبقت الدراسة على ٧ ذكور و ٢١ من الإناث، وتم تشخيص ١٥ مفردة من العينة من المرضى ذوي الحساسية الجلدية العالية، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن عدد قليل من أفراد العينة على علم بظاهرة ASMR واستخدمها في الحياة اليومية، وأشار معظم المشاركين إلى أن تجربة ASMR تشعرهم بعدم الارتياح والعصبية وإلى أنهم لا يحبون حركات اليد البطيئة وإلى أن الأصوات التي تصدر من مقاطع فيديو ASMR عموماً غريبة ومزعجة، كما أشارت النتائج عدم وجود فروق بين المرضى وغير المرضى في استجاباتهم الحسية الذاتية ومن ثم استفادتهم من تجربة ASMR.

ودراسة "سكاي وآخرون ٢٠٢٢م" (٣٧) حول العلاقة بين الاستجابة الزوالية الحسية الذاتية ASMR وبعض سمات الشخصية، تكونت عينة الدراسة من ٣٦ ممن يتعرضون لمقاطع ASMR و ٢٨ من غير المتعرضين لمقطع فيديو ASMR، ثم تم تطبيق مقياس العصائية ومقياس القلق قبل وبعد مشاهدة المقطع، وأظهرت النتائج أن أفراد العينة الذين قاموا بتجربة ASMR هم ممن لديهم سمات عاطفية سلبية ولديهم ميل للقلق في حياتهم، وإلى حدوث انخفاض في مستوى القلق نتيجة لمشاهدة فيديو ASMR، وأن درجات كلا من القلق والعصائية ارتبطت بشكل إيجابي بدرجة التفاعل أثناء مشاهدة الفيديو وبالتمتع بمقاطع فيديو ASMR

**أما عن الدراسات التي تناولت العلاقة بين العوامل الخمس للشخصية والتعرض للإنترنت فهناك دراسة "تاسو وين تشين ٢٠١٣م" (38) حول العوامل الخمسة الكبرى للشخصية كمؤشرات لفئات استخدام الإنترنت، سعت الدراسة إلى التعرف على تأثيرات سمات الشخصية على فئات استخدام الإنترنت، وكذلك التعرف على الآثار الإدارية للشركات للمساهمة في وضع استراتيجيات تسويقية أفضل لتلبية احتياجات العملاء ورغباتهم، طبقت الدراسة على ٤٢٩ مفردة من الجمهور في تايوان، وأشارت نتائج الدراسة إلى تحديد أربع استخدامات للإنترنت تمثلت في الترفيه والاتصالات والعلاقات الاجتماعية وجمع المعلومات، كما أشارت إلى تأثير عامل الانفتاح على التجربة على نمط وطبيعة الاستخدام، في حين أظهرت وجود علاقة ارتباط سلبية بين استخدام الإنترنت وعامل المقبولية.**

ودراسة "ديانا بويرتا وكزافييه كاربونيل 2014 م" (39) حول نموذج العوامل الشخصية الخمسة الكبرى وإشكالية استخدام الإنترنت لدى الشباب الكولومبي، والتي سعت إلى ربط الأبعاد الأساسية للشخصية التي صاغها نموذج العوامل الخمسة الكبرى مع إشكالية استخدام الإنترنت، طبقت الدراسة على عينة من ٤١١ من الشباب الكولومبي ممن تتراوح أعمارهم من ١٨-٢٨ سنة، تم تطبيق قائمة العوامل الخمسة الكبرى لتقييم الشخصية، بالإضافة لمقياس الإدمان على الإنترنت لتحديد درجة الاستخدام من الإنترنت، وقد أظهرت النتائج أن ٩.٧٪ من العينة من مدمنين استخدام الإنترنت أغلبهم من الذكور، وجاء أكثر استخدام للإنترنت في أداء أنشطة الاتصال والترفيه، كما أظهرت وجود علاقة ارتباط طردية بين إدمان الإنترنت وعامل العصابية، وعلاقة سلبية بين إدمان الإنترنت وعامل المقبولية، وعدم وجود علاقة مع عاملي الإنبساطية والانفتاح على الخبرة.

ودراسة "مروة إبراهيم الششتاوي ٢٠١٤ م" (40) حول استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية وبعض القيم لدى طلاب الجامعة، والتي سعت إلى التعرف على العلاقة الارتباطية بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية، وكذلك العلاقة بين استخدام هذه المواقع وقيم (الانتماء والمواطنة وحرية الرأي والتعبير والمشاركة والنقد وحب المعرفة)، وتكونت عينة الدراسة من ٦٠٠ طالباً وطالبة من طلاب جامعة المنصورة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأعلى ٢٧٪ والأدنى ٢٧٪ في العوامل الخمسة الكبرى في الشخصية وأبعاد مقياس استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، كما بينت نتائج الدراسة تتباين درجات الطلاب باختلاف أنماط الشخصية في كل من مدة الاستخدام وعدد الأصدقاء وعدد المجموعات المشتركة بها وعدد الأحداث التي حضرها وعدد المجموعات والصفحات التي أنشأها بنفسه.

ودراسة "إلهام عبد الشكور ٢٠١٥ م" (41) حول العوامل الخمس الكبرى للشخصية وعلاقتها باستخدام المراهقين لمواقع التواصل الاجتماعي على شبكة الإنترنت، والتي سعت إلى إيجاد العلاقة بين عوامل الشخصية الخمسة الكبرى واستخدام موقع التواصل الاجتماعي فيس بوك والتعرف على دوافع الاستخدام، وكذلك التعرف على العلاقة بين عوامل الشخصية وعدد الأصدقاء والوقت على فيس بوك، طبقت الدراسة على ٤٢٦ فرداً من المراهقين الذكور والإناث، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائية بين مرتفعي ومنخفضي عوامل (الإنبساطية، والعصابية، والمقبولية، والانفتاح على الخبرة، ويقظة الضمير) في استخدام فيس بوك، ووجود علاقة ارتباطية موجبة قوية بين عوامل

(الإنبساطية ، والانفتاح على الخبرة ، والقبول) واستخدام موقع التواصل الإجتماعي فيس بوك ، وعدم وجود علاقة ارتباطية بين عوامل (العصابية ، ويقظة الضمير) واستخدام موقع التواصل الإجتماعي فيس بوك.

ودراسة "ناصر المويزري ٢٠١٦م" (42) حول إدمان الإنترنت وعلاقته بالعوامل الخمس الكبرى للشخصية لدى عينة من طلاب الجامعة بدولة الكويت، تكونت عينة الدراسة من ١٢١ مفردة من الذكور والإناث تتراوح أعمارهم ما بين (١٧- ٣٢) سنة من طلاب المرحلة الجامعية بدولة الكويت، وتم تطبيق مقياس إدمان الإنترنت ومقياس العوامل الخمس الكبرى للشخصية، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة طردية بين إدمان الإنترنت وعامل (العصابية)، ووجود علاقة عكسية بين إدمان الإنترنت وعوامل (الانبساطية ويقظة الضمير)، كما وجدت علاقة ارتباطية سالبة بين إدمان الإنترنت وعوامل (المقبولية والانفتاح على التجربة)، كما اتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث على متغير إدمان الإنترنت، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الفئات العمرية الثلاث على متغيرات مقياس إدمان الإنترنت.

#### التعقيب على الدراسات السابقة:

- ١- غياب الدراسات العربية التي تبحث في ظاهرة ASMR على الرغم من الاهتمام المجتمعي بالتعاطي مع مقاطع فيديو ASMR على مواقع التواصل الاجتماعي المختلفة، واقتصار الاهتمام البحثي على الدراسات الأجنبية فقط.
- ٢- قلة الدراسات العربية التي تتناول العوامل الخمس الكبرى للشخصية في علاقتها بالإنترنت حيث اهتمت معظم الدراسات باستخدامات الإنترنت ومجالات استخدامه واهتم البعض منها بدراسة دوافع استخدام الإنترنت وإشبعاته.
- ٣- رغم كثرة الدراسات حول الإنترنت يلاحظ ندرة البحث في العلاقة بين المراهقين واستخدام التقنيات الحديثة.

#### مشكلة الدراسة:

يعد استخدام الإنترنت مجالاً مهماً من مجالات الحياة اليومية، لذلك قد يبدو اختياراً منطقياً السعي نحو التحقق من العلاقة بين السمات الشخصية واستخدام الإنترنت، وهو ما يمثل أحد أكثر التطورات إثارة في علم نفس الشخصية وعلوم الإعلام على حد سواء، وهو ما يمثل قيمة نموذج العوامل الخمس الكبرى للشخصية كتصنيف شامل للشخصية وكمؤشرات لقياس تأثيرات التعرض (43).

ونتيجة للاهتمام المتصاعد من جانب المراهقين بمشاهدة مقاطع فيديو ASMR على الإنترنت، ونظراً لاختلاف معدل تعرضهم تبعاً لأنماط الشخصية للمراهقين، ونظراً لما يمكن أن يحدثه هذا التعرض من تأثيرات، تأتي مشكلة الدراسة الحالية التي تتمثل في العوامل الخمس الكبرى للشخصية وعلاقتها بتعرض المراهقين لمقاطع فيديو ASMR على الإنترنت.

#### أهمية الدراسة:

تتمثل أهمية الدراسة فيما يلي:

- أهمية دراسة أنماط تعرض المراهقين المختلفة للإنترنت، نظراً لخصوصية عينة الدراسة (فئة المراهقين) التي تمر بتغيرات وتطورات فارقة اتساقاً مع تطور تكنولوجيا الاتصال.
- أهمية دراسة العلاقة بين الإعلام الجديد وسمات الشخصية الإنسانية.
- أهمية دراسة الظواهر الإعلامية "ظاهرة ASMR نموذجاً".
- أهمية دراسة العوامل الخمس الكبرى للشخصية وتأثيراتها على معدل التعرض.

#### أهداف الدراسة:

- التعرف على معدل تعرض المراهقين لمقاطع ASMR على الانترنت.
- التعرف على دوافع تعرض المراهقين لمقاطع فيديو ASMR على الإنترنت
- التعرف على العلاقة بين العوامل الخمس الكبرى للشخصية وتعرض المراهقين لمقاطع فيديو ASMR على الإنترنت.

#### تساؤلات الدراسة: -

- ١- ما معدل تعرض المراهقين لمقاطع فيديو ASMR؟
- ٢- ما مصادر معرفة المراهقين بمقاطع فيديو ASMR؟
- ٣- ما أنواع محفزات ASMR المفضلة لدى المراهقين؟
- ٤- ما المشاعر التي يواجهها المراهقين أثناء مشاهدة مقاطع فيديو ASMR؟
- ٥- ما دوافع مشاهدة المراهقين لمقاطع فيديو ASMR على الإنترنت؟

**فروض الدراسة: -**

- ١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التعرض لمقاطع فيديو ASMR على الإنترنت تعزي إلى **الجنس (ذكور / إناث)**.
- ٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التعرض لمقاطع فيديو ASMR على الإنترنت تعزي إلى **المرحلة العمرية**.
- ٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التعرض لمقاطع فيديو ASMR على الإنترنت تعزي إلى **المستوى الاقتصادي**.
- ٤- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (**الانبساطية، العصابية، المقبولية، يقظة الضمير أو التفاني، الانفتاح على التجربة**) وتعرض المراهقين لمقاطع فيديو ASMR على الإنترنت.

**نوع ومنهج الدراسة: -**

تتنمي الدراسة إلى الدراسات الوصفية التي تصف تعرض المراهقين لمقاطع فيديو ASMR على الإنترنت وعلاقته بالعوامل الخمس الكبرى للشخصية، وتعتمد الدراسة على منهج المسح بالعينة.

**أداة جمع البيانات: -**

تعتمد الدراسة على استمارة الاستبيان كأداة لجمع البيانات من المراهقين من خلال مجموعة من الأسئلة والعبارات التي تقيس تعرضهم لمقاطع تعرضهم لمقاطع ASMR، خلال مقاييس هي (مقياس معدل التعرض لمقاطع فيديو ASMR، مقياس العوامل الخمس الكبرى للشخصية).

**مجتمع وعينة الدراسة: -**

يتمثل مجتمع الدراسة في المراهقين ممن هم في المرحلة العمرية (١٢ - ٢١ سنة)، وتكونت عينة الدراسة من (٣٠٠) مفردة اختيرت بالطريقة العشوائية، مع مراعاة تمثيل متغيرات الدراسة، وقد تم اختيارها من طلبة المدارس الإعدادية والثانوية وطلاب المرحلة الجامعية.

**مقاييس الدراسة: -**

- ١- مقياس معدل التعرض لمقاطع فيديو ASMR.
- ٢- قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية من إعداد كوستا وماكري ١٩٩٢م وتعريب الأنصاري ١٩٩٧م وتقنين الباحثة لقياس خمسة أبعاد (العصابية، الانبساطية، المقبولية، يقظة الضمير، الانفتاح على التجربة).



**الصدق والثبات: -**

قامت الباحثة بعرض أداة جمع البيانات (الاستبيان) على عدد من الأساتذة المتخصصين في الإعلام وعلم النفس\*، ثم قامت بعمل التعديلات اللازمة في ضوء ملاحظاتهم.

ولاختبار ثبات المقياس قامت الباحثة بحساب الثبات بطريقة الاتساق الداخلي حيث بلغ معامل ألفا كرونباخ ٠.٩٥ لكل من مقياس التعرض، ومقياس العوامل الخمس الكبرى للشخصية، وهي نسب مرتفعة تدل على وضوح الاستمارة وصلاحياتها للتطبيق.

**مصطلحات الدراسة: -****:ASMR**

مصطلح يعبر عن الشعور الذي يحصل عليه المراهقين عندما يشاهدون مقاطع فيديو تحفيزية أو يشاركون في أنشطة أخرى كتلك التي تنطوي على اهتمام شخصي، ويصف العديد من الأشخاص هذا الشعور بأنه يتخلل الجزء الخلفي من الرأس والعمود الفقري، ويصفه آخرون بأنه الشعور بالاسترخاء العميق، ويمكن أن يسبب لهم النوم.

**الإستجابة Response:** التجربة التي يتم تحفيزها بعوامل داخلية أو خارجية.

**الزواالية Meridian:** وهي ذروة المشاعر.

**الحسية Sensory:** المتعلقة بالحواس.

**الذاتية Autonomous:** عفوية، أو تحت السيطرة.

**المراهقين:**

هم الأفراد الذين يمرون بمرحلة انتقال من الطفولة إلى النضج والرشد وهي مرحلة اكتشاف الذات والغير والعالم، وتنقسم هذه المرحلة إلى ثلاثة أقسام: (مراهقة مبكرة ١١ : ١٤)، (مراهقة متوسطة ١٥ : ١٧)، (مراهقة متأخرة ١٨ : ٢١).

\* أ.د/ عزة عبد العزيز عثمان.. أستاذ الإعلام الرقمي - كلية الآداب قسم الإعلام - جامعة سوهاج.

أ.د/ فوزي عبد الغني.. أستاذ الصحافة - كلية الآداب قسم الإعلام- جامعة سوهاج

أ.د/ أ.د/ محمد رضا سليمان.. أستاذ الإعلام المتفرغ - كلية التربية النوعية - جامعة المنصورة.

أ.د/ محمود اسماعيل.. أستاذ الإعلام وثقافة الطفل - كلية الدراسات العليا للطفولة - جامعة عين شمس.

أ.د/ نشوى عقل.. أستاذ الإذاعة والتلفزيون - كلية الإعلام - جامعة القاهرة.

**العوامل الخمسة الكبرى للشخصية:**

هي السمات التي تصف لنا شخصية المراهق من خلال خمسة عوامل يمكن تحديدها فيما يلي:

**عامل العصائية:** يشير إلى المراهقين الذين يتصفون بالقلق الاجتماعي وفقدان القدرة على تحمل الضغوط والشعور بالعجز واليأس والتواصل السلبي والعديد من المشاعر السلبية كالتوتر، والإحباط والشعور بالذنب ويظهرون بعض الأعراض الاكتئابية.

**عامل الإنبساطية:** يشير إلى المراهقين الذين يتصفون بالسمات الاجتماعية الإيجابية كالثقة بالنفس والتواصل الاجتماعي والميل للقيادة والثقة في النفس والحيوية والبهجة والارتقاء.

**عامل الانفتاح على الخبرة:** يشير إلى المراهقين الذين يتصفون بالميل إلى خوض التجارب الجديدة وحب الفنون والجمال والتخيل والرغبة في التجديد.

**عامل المقبولية:** يشير إلى المراهقين الذين يهتمون بمشاعر الآخرين واعتدال الرأي.

**عامل يقظة الضمير:** يشير إلى المراهقين الذين يتصفون بالنظام والحكمة والإرادة والانضباط وإتقان العمل.

**نتائج الدراسة:****المحور الأول: النتائج العامة:****أولاً: معدل تعرض المراهقين لمقاطع فيديو ASMR****جدول رقم (1)**

عدد قنوات ASMR التي يشارك فيها		عدد ساعات التعرض يومياً				مدة التعرض للمقاطع		
أكثر من 4	٢:٤ قنوات	أكثر من ساعة	من ربع ساعة	أقل من ربع ساعة	أكثر من 3 سنوات	١ : 3 سنوات	أقل من سنة	٤٦
١٧٠	١٠٣	٢٧	٢٣٣	٦٧	١٧٦	٧٨	٤٦	
٥٦.٦%	٣٤.٣%	٩%	٧٧.٦%	٢٢.٣%	٥٨.٦%	٢٦%	١٥.٣%	

- أشارت أكثر من نصف العينة إلى تعرضها لمقاطع فيديو ASMR منذ **أكثر من 3 سنوات** (٥٨.٦%)، وإلى أن عدد ساعات مشاهداتهم لمقاطع ASMR يومياً **تفوق الساعة** (٧٧.٦%) وهي نسبة كبيرة تدل على أن محتوى ASMR مألوفاً ومتداولاً بين أوساط المراهقين، كما أشار الجدول السابق أن أفراد العينة قاموا بالاشتراك في **أكثر من 4 قنوات** (٥٦.٦%)، مما يدل على ارتفاع معدل تعرض

أفراد العينة لمقاطع فيديو ASMR، وهو ما ينسجم مع طبيعة المراهقين وميلهم إلى الانترنت كأكثر وسائل الإتصال استخداماً. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة "إيما باروت وآخرون" التي أفادت أن ما يقرب من نصف المستجيبين (٤٧٪) أشاروا إلى متابعتهم لقناتين أو أكثر من محتوى ASMR (44)، ودراسة "عبد الرحمن بن عبد الله ٢٠١٨م" التي أشارت إلى أن youtube جاء في مقدمة مواقع التواصل الاجتماعي التي يرتادها المراهقين بكثافة (45)، كما وتتفق النتيجة مع الدراسات الإعلامية التي أكدت على ارتفاع معدلات تعرض المراهقين للانترنت مثل دراسة "سلطان عائض" (46)، ودراسة "نايف سالم ولمياء سليمان" (47)، ودراسة "هنادي بنت يحيى" (48).

### ثانياً: أوقات مشاهدة المراهقين لمقاطع فيديو ASMR :-

#### جدول رقم (٢)

أوقات المشاهدة	ك	%
صباحاً عند الاستيقاظ.	٢٣	٧.٦%
مساءً قبل النوم.	٢٠١	٦٧%
في وسط اليوم.	٥٦	١٨.٦%
كلما كان لدى وقت فراغ.	١٤٩	٤٩.٦%

- أشارت معظم أفراد العينة إلى تعرضها لتجربة ASMR مساءً قبل النوم بنسبة ٦٧% وهو ما يدعم التفسير حول قدرة هذه المقاطع على تحقيق الاسترخاء والنوم، وجاء في الترتيب الثاني تعرض المراهقين لها كلما كان هناك وقت من الفراغ بنسبة ٤٩.٦% مما يشير إلى أن مقاطع ASMR تمثل الاختيار الأفضل في وقت الفراغ، وجاء في الترتيب الثالث مشاهدة المقاطع في وسط اليوم بنسبة ١٨.٦%، فيما أشارت أقل نسبة إلى استخدامها لهذه المقاطع صباحاً عند الاستيقاظ بنسبة ٧.٦%.

### ثالثاً: مصادر معرفة المراهقين بمقاطع فيديو ASMR :-

#### جدول رقم (٣)

مصادر معرفة المراهقين بمقاطع فيديو ASMR	ك	%
مواقع التواصل الاجتماعي.	١٧٧	٥٩%
محركات البحث (مثل جوجل، ياهو).	١٩٨	٦٦%
برامج الهاتف (مثل واتساب وتليجرام).	٩٠	٣٠%

من خلال الأصدقاء.	١٧٥	٥٨.٣%
من خلال الإعلانات.	١١	٣.٦%
بالصدفة.	٥٣	١٧.٦%

- أشارت العينة إلى أن **محركات البحث (مثل جوجل ، ياهو)** على شبكة الانترنت كانت المصدر الأول لمعرفة المراهقين بمقاطع فيديو ASMR بنسبة ٦٦% ، وجاءت **مواقع التواصل الاجتماعي** في الترتيب الثاني بنسبة ٥٩% ، ثم من خلال **الأصدقاء** في الترتيب الثالث بنسبة ٥٨.٣% ، تليها **برامج الهاتف (مثل واتساب وتليجرام)** في الترتيب الرابع بنسبة ٣٠% ، ثم عامل **الصدفة** في الترتيب الخامس بنسبة ١٧.٦% ، ثم من خلال **الإعلانات** في الترتيب الأخير بنسبة ٣.٦% ، ويدل ذلك على تنوع مصادر معرفة المراهقين بمقاطع فيديو ASMR سواء في العالم الواقعي أو الافتراضي.. وتتفق النتيجة السابقة مع دراسة "رضا عبد الواحد" التي أشارت إلى أن المواقع الالكترونية تصدرت مصادر معرفة الشباب الجامعي لموقع يوتيوب (49).

**رابعاً: أنواع محفزات ASMR المفضلة لدى المراهقين:-**

**جدول رقم (٤)**

محتوى الفيديو المفضل	ك	%
الهمس (التحدث الناعم).	٧٣	٢٤.٣%
التجعيد بفرشاة.	١٧٩	٥٩.٦%
الخدش على الأجسام الصلبة (الخريشة).	١٥٣	٥١%
النقر بالأظافر على الأجسام الصلبة (على الزجاج أو البلاستيك أو الخشب).	١٦١	٥٣.٦%
حركات اليد (فرك الأصابع أو كف اليد).	١٥١	٥٠.٣%
الاهتمام الشخصي (قص أو تمشيط الشعر، طلاء الأظافر، فحص طبي، التدليك، الخ)	١٤٨	٤٩.٣%
مشاهدة شخص ما يؤدي مهمة ما بتركيز عال (رسم، تلوين، تحضير الطعام).	١١٠	٣٦.٦%
صوت تناول الطعام والشراب.	١٩٨	٦٦%
تقليب الصفحات.	١٦١	٥٣.٦%
أخرى تذكر.. (صوت تناول الثلج، الأصوات الهسهة، طي الورق)	9	٣%
<b>الإجمالي</b>	<b>٣٠٠</b>	<b>١٠٠%</b>

- أشارت معظم أفراد العينة إلى أكثر محتوى ASMR المفضل لديهم هو مقاطع (صوت تناول الطعام والشراب ٦٦%)، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج (بارات ودافيس ٢٠١٥م) التي أظهرت أن "أصوات الفم" تؤثر بشكل أكبر على الأفراد الذين تعرضوا لمقاطع ASMR (50).
- أشارت أكثر من نصف العينة إلى تفضيلها المقاطع التي تتضمن الأصوات المتكررة (تقليب الصفحات ٥٣.٦%)، النقر بالأظافر على الأجسام الصلبة ٥٣.٦%، الخدش على الأجسام الصلبة ٥١%.. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة "بارات ودافيس ٢٠١٥" التي أشارت إلى أن الأصوات الواضحة والمتكررة في تجربة ASMR تعد من أكثر المشغلات فعالية وتأثيراً على المشاهد (51).
- أشارت ما تقارب نصف العينة إلى تفضيلها للمحفزات التي تقدم محتوى الاهتمام الشخصي ٤٩.٣% (قص أو تمشيط الشعر، طلاء الأظافر، فحص طبي، التدليك الخ)، ويمكن تفسير ذلك في ضوء سمات المراقبة التي يميل فيها المراقبين إلى الشعور بعدم مراعاة الآخرين لهم والرغبة في الحصول على الاهتمام بهم ومنحهم الشعور بالانتماء.. حيث يشير "انجلبرجت" أن الإهتمام الشخصي الوثيق التي تمنحها مشاهدة ASMR هو ما قد يدفع المراقبين إلى مشاهدة مثل هذه المقاطع، خاصة وأن المحفزات التي تتضمن اهتماماً شخصياً تعد واحدة من أكثر المحفزات فعالية في تجربة ASMR، وهذا يعني أن المراقب المتابع لها قد تكون لديه الحاجة إلى شخص يعتني به من أجل تهدئة نفسه، ويرى أن ذلك قد يمثل مؤشراً خطيراً، خاصة مع وصول هذا المحتوى إلى جمهور أصغر سناً ربما لا تكون لديه توقعات لعلاقة ما، فتنسخ لديه فكرة أن العلاقة هي الاعتمادية على شخص ما مسئول عن تهدئته والاعتناء به كلياً (52).
- جاء (الهمس ٢٤.٣%) في ترتيب متأخر نسبياً، وهو ما يختلف مع دراسة "اجنيسزيكا وآخرون" التي توصلت إلى أن الهمس أو التحدث الناعم كان المحتوى المفضل لدى أفراد العينة (٤١%)، يليه الأصوات الواضحة (٣٦.١%) والاهتمام الشخصي (٣٤.٩%) وأن (٩.٦%) فقط من المستجيبين أفادوا أن أصوات مضغ الطعام هو المفضل لديهم (53).
- تنوعت تفضيلات المراقبين للمحفزات المختلفة مما يدل على الميل إلى تجربة الأحاسيس عبر ASMR بطرق متعددة الوسائط والأدوات والتقنيات.

**خامساً: المشاعر التي يواجهها المراهقين أثناء مشاهدة مقاطع فيديو ASMR**  
جدول رقم (٥)

المشاعر	ك	%
جوع.	١٤٥	٤٨.٣%
هدوء.	١٠٩	٣٦.٣%
نعاس.	١١١	٣٧%
توتر	٥٧	١٩%
سعادة.	٩٩	٣٣%
إنزعاج.	٣٤	١١.٣%
تركيز.	١٤٩	٤٩.٦%
ملل.	٩	٣%

- جاء (**التركيز** ٤٩.٦%) في مقدمة المشاعر المثارة لدى المراهقين عند مشاهدتهم لمقاطع ASMR، ويمكن تفسير ذلك في ضوء ما توصل إليه "انجلبرجت" الذي أشار إلى أن مقاطع فيديو ASMR تقوم بتنشيط مناطق الدماغ المتعلقة بالإحساس والمهارات الحركية والانتباه، مما يشير إلى أن ASMR لا يقتصر على التجارب الحسية أو العاطفية فقط ولكنه يرتبط أيضاً بالمهارات الحركية والأداء المعرفي (54).

- أشارت ما يقارب نصف العينة إلى أن (**الجوع** ٤٨.٣%) هو أكثر المشاعر المثارة لديهم عند تجربة ASMR وقد يرجع ذلك إلى أن المقاطع التي تتضمن شخصيات تقوم بتناول الطعام والشراب يستخدمون أكثر من حاسة لتحفيز المشاهد (الشم، اللمس، التذوق، السمع، الرؤية) وهو ما قد يثير لدى المراهقين الرغبة في ممارسة نفس التجربة، حيث أشار "سيمنر ووارد ٢٠٠٣" إلى أن التجارب متعددة الحواس والتي يطلق عليها (الحس المتزامن) قد تؤدي إلى تحفيز تجربة ما مثل سماع الكلمات التي تستحضر تجربة التذوق (55).

- تصدرت المشاعر الإيجابية وبنسب متقاربة (**هدوء** ٣٦.٣، **نعاس** ٣٧%)، (**سعادة** ٣٣%) قائمة مشاعر المراهقين أثناء مشاهدة مقاطع فيديو ASMR.. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة "جوليا بوريو ٢٠١٨" التي توصلت إلى أن المشاركين ممن لديهم حساسية تجاه ASMR شعروا بمزيد من المشاعر الإيجابية كالإثارة والهدوء وتقليل التوتر على عكس المشاركين الذين لم تكن لديهم حساسية تجاه ASMR والذين لم يسجلوا شعوراً (56).

- ظهرت المشاعر السلبية في ترتيب متأخر (توتر ١٩%، إنزعاج ١١.٣%، ملل ٣%).... ويمكن تفسير ذلك في ضوء تباين تفضيلات المراهقين مما يؤدي إلى إحداث تبايناً في فعالية المحفزات وفقاً للفروق الفردية التي قد تدفع بعضهم للإستجابة بشكل إيجابي لمحفزات معينة والانزعاج من محفزات أخرى، ونظراً لأن محتوى ASMR يتضمن أكثر من محفز في المقطع الواحد، فإن ذلك يزيد من احتمالات تعرض المشاهد للمحفزات المفضلة والمحفزات المزعجة له في نفس المقطع.. كما يمكن تفسيره في ضوء ما توصلت إليه دراسة "إيما باروت وآخرون" التي وجدت أن بعض الذين يخوضون تجربة ASMR لديهم مستويات مرتفعة من الميسوفونيا (الحساسية للصوت)، مما يؤدي إلى ضيق طفيف قد يصل إلى الإنزعاج الشديد مقارنة بالعمر والجنس وبعض المتغيرات الأخرى (57).

#### سادساً: دوافع مشاهدة المراهقين لمقاطع فيديو ASMR على الإنترنت

##### جدول رقم (٦)

دوافع المشاهدة	ك	%
تحقيق الاسترخاء والنوم.	١٦٢	٥٤%
خفض الإحساس بالقلق أو التوتر.	١١٦	٣٨.٦%
تحقيق التسلية والترفيه.	٦١	٢٠.٣%
تحقيق الإثارة الجنسية	--	--
تجربة شيء جديد.	٢٢٣	٧٤.٣%

- أشارت معظم العينة إلى أن (تجربة شيء جديد ٧٤.٣%) هو أكثر دوافع التعرض لمقاطع فيديو ASMR، وتتوافق هذه النتيجة مع طبيعة المراهقين من حيث حب المغامرة والرغبة في خوض التجارب الجديدة، ونظراً لأن ASMR يمثل تجربة حسية جديدة منتشرة بين أوساط المراهقين، فقد يسعون إلى تجربة المشاعر التي تتلازم مع مشاهدة هذه المقاطع، ويمكن تفسير النتيجة أيضاً في ضوء طبيعة الميل الشرائي للمراهقين والسعي نحو متابعة كل ما هو جديد من المأكولات والمشروبات والملابس ومستحضرات التجميل وغيرها مما يتم عرضه في ASMR، خاصة وأن مقاطع فيديو ASMR التي تتضمن محتوى استهلاكي تتخذ في عرضها أساليب تتشابه مع الإعلانات التسويقية للمنتجات.

- جاء في الترتيب الثاني الدافع لـ (تحقيق الاسترخاء والنوم ٥٤%)، ويمكن تفسير ذلك في ضوء خصائص المراهقين من حيث سرعة الاستثارة في المواقف

الاجتماعية وعدم القدرة في التحكم على الانفعالات وتساعدتها إلى أن تصل في بعض الأحيان عندما يثار انفعالياً إلى الصراخ الشديد وإلى تحطيم الأشياء.. وقد أشار الباحثون أن حالة الاسترخاء التي تحققها مقاطع فيديو ASMR تعزز صحة أفضل، وخاصة عندما تمارس المشاهدة بانتظام، ومن ثم يتم الحصول على استجابة الاسترخاء بانتظام، فيستفيد منها الجسم والعقل لأنها تساعد على مكافحة الأمراض المرتبطة بالاجهاد والأعراض المصاحبة له (58).

وتنسجم هذه النتيجة مع طبيعة مقاطع ASMR لأنها في الأصل محتوى صوتياً مصمماً للحث على النوم، حيث تكشف الأبحاث العلمية أن مقاطع الفيديو ASMR لها نتائج نفسية في معظم الحالات لتقليل مستويات القلق وتحقيق الهدوء وتحفيز النوم لدى المستخدمين، مما يشير إلى أن العديد من المراهقين العاديين يستخدمون ASMR لأغراض محددة مثل النوم (59).

- جاء دافع (**خفض الإحساس بالتوتر** بنسبة ٣٨.٦%)، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة "جيونج يول ٢٠٢٠م" التي توصلت إلى أن المراهقون شاهدوا ASMR لتحقيق الاستقرار النفسي وخفض الإحساس بالتوتر خاصة في فترة الامتحانات (60).

- جاء في الترتيب الأخير دافع (**تحقيق التسلية والترفيه** بنسبة ٣٤%) مما يدل على حدوث تغير في دوافع المراهقين التي ارتبطت لفترة طويلة بتصدر دافع التسلية والترفيه من استخداماتهم لوسائل الإتصال، وربما يرجع ذلك إلى تعدد مصادر التسلية والترفيه لدى المراهق فلم يعد تستهويه من مواقع التواصل الاجتماعي وأنه بدأ في البحث عن دوافع جديدة.. وتختلف هذه النتيجة مع العديد من الدراسات الإعلامية التي توصلت إلى أن التسلية والترفيه جاءت في مقدمة دوافع استخدام المراهقين للانترنت مثل دراسة دراسة "عبد الهادي النجار ودعاء فكري" (61)، ودراسة "هبه صالح ومصطفى مرتضى ووحيد محمود" (62)

- لم تشر العينة إلى وجود الدافع إلى (**تحقيق الإثارة الجنسية**) عند مشاهدة مقاطع فيديو ASMR وهو ما يستبعد احتمالات أن المراهقين يعيشون تجربة ASMR لأنه مثير أو جنسي، بسبب الطبيعة المقربة والشخصية والحميمية ربما للعديد من مقاطع فيديو ASMR، وقد أشار "ايما باروت ونايك دافيس 2015" إلى أن العديد من الأشخاص الذين يشاركون في مقاطع الفيديو ASMR يرفضون وصفها بأنها جنسية ويشرحون أن ASMR هو مجرد وسيلة للاسترخا (63).



**المحور الثاني: النتائج الخاصة بفروض الدراسة: -**  
**أولاً: الفروق في التعرض لمقاطع فيديو ASMR على الإنترنت وفقاً للجنس (ذكور / إناث).**

جدول رقم (٧)

**الفرق بين الذكور والإناث في التعرض لمقاطع فيديو ASMR**

مستوى المعنوية	درجات الحرية	قيمة ت	إناث			ذكور			النوع التعرض
			الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد	
٠.٠٨٠	٢٩٨	١.٧٥٦	١.٥٨٤٧٣	٦.٠٧٣٣	١٥٠	١.٤٣٦٢٠	٦.٣٨٠٠	١٥٠	- التعرض لمقاطع فيديو ASMR

يتضح من بيانات الجدول السابق ما يلي:

باستخدام اختبار T. test بين درجات المجموعة (ذكور) والمجموعة (إناث) ،  
 وجد أن قيمة ت (T TEST) المحسوبة = ١.٧٥٦ وبمقارنة قيمة ت المحسوبة  
 والتي تساوي ١.٧٥٦ بقيمتي ت الجدوليتين والتي تساوي ١.٩٧ عند مستوى  
 معنوية ٠.٠٥، وتساوي ٢.٥٩ عند مستوى معنوية ٠.٠١ وذلك عند درجة حرية  
 ٢٩٨، فوجد أن قيمة ت المحسوبة أقل من ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥  
 وهذا يدل على أن **الفروق بين الذكور والإناث غير داله إحصائياً** في التعرض  
 لمقاطع فيديو ASMR على الإنترنت... وتتفق هذه النتيجة مع العديد من الدراسات  
 التي أظهرت أن المراهقين من كلا الجنسين يتعرضون للإنترنت بنفس المعدل،  
 وتختلف مع دراسة "عبد الجواد سعيد" التي توصلت إلى وجود فروق بين الذكور  
 والإناث في استخدام التطبيقات التفاعلية على الإنترنت لصالح الإناث(64).  
**ثانياً: الفروق في التعرض لمقاطع فيديو ASMR على الإنترنت وفقاً للمرحلة  
 العمرية (مراهقة مبكرة ١١ : ١٤)، (مراهقة متوسطة ١٥ : ١٧)، (مراهقة  
 متأخرة ١٨ : ٢١).**

جدول رقم (٨)  
تحليل التباين أحادي الاتجاه لدراسة الفروق بين المستويات  
العمرية في التعرض لمقاطع فيديو ASMR

المرحلة العمرية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الخطأ
١١ : ١٤ سنة	87	7.72	1.1	0.09
١٥ : ١٧ سنة	76	7	0	0
١٨ : ٢١ سنة	137	4.85	0.5	0.05
المجموع	300	6.23	1.52	0.09

يتضح من بيانات الجدول السابق ما يلي:

أثبت اختبار تحليل التباين أحادي الاتجاه (ANOVA) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المراحل العمرية المختلفة، حيث كانت الفئة العمرية من ١١ إلى ١٤ سنة ذات متوسط حسابي (٧.٧٢) وانحراف معياري (١.١)، والفئة العمرية من ١٥ إلى ١٧ سنة بلغ متوسطها الحسابي (٧) وانحراف معياري (٠)، والفئة العمرية من ١٨ : ٢١ سنة بلغ متوسطها الحسابي (٤.٨٥) وانحراف معياري (٠.٥).

جدول رقم (٩)  
لمعرفة مصدر الفروق بين المراحل العمرية في التعرض لمقاطع فيديو ASMR

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	مستوى الدلالة	النتيجة
بين المجموعات	٥٠١.٤٣	٢	٢٥٠.٧١	٣٩٧.٨٥	٠.٠٠	توجد فروق عند مستوى دلالة ٠.٠١
داخل المجموعات	١٨٧.١٦	٢٩٧	٠.٦٣			
المجموع	٦٨٨.٥٩	٢٩٩				

- يتضح من الجدول أن قيمة ف تساوي ٣٩٧.٨٥ وهي دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠.٠١ مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المراحل العمرية لصالح الفئة الأصغر عمراً وبالرجوع الى متوسطات الدرجات نجد أن الأكثر تعرضاً لمقاطع فيديو ASMR هم فئة (المراهقة)

**المبكرة ١١: ١٤ سنة)**، ويمكن تفسير ذلك بأن المراهقين في هذه الفترة الحرجة (نهاية الطفولة المتأخرة وبداية مرحلة المراهقة) يعانون من عدم الاستقرار الانفعالي نتيجة لرغبتهم في الاستقلالية والتخلص من السيطرة الوالدية وإثبات الذات ، فقد يلجأون إلى هذه المقاطع لتخفيف حدة الضغوط النفسية التي يعانونها .. كما يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء ما أشار إليه "فاليتز" الذي وجد أن الأفراد الأصغر عمراً يميلون لاستخدام التكنولوجيا الحديثة لأنها ترفع من مستوى تقديرهم للذات وإدراكهم لمكانتهم الاجتماعية ويزيد من مشاركتهم المجتمعية (65)، وتختلف هذه النتيجة مع دراسة "فوزية عبد الله" التي أظهرت أن أكثر فئات السن إقبالاً على استخدام الإنترنت هي فئة من ١٩ - ٢١ سنة بنسبة (٤٦.٨%) (66).

**ثالثاً: الفروق في التعرض لمقاطع فيديو ASMR على الإنترنت وفقاً للمستوى الاقتصادي (مرتفع، متوسط، منخفض).**

جدول رقم (١٠)

تحليل التباين أحادي الاتجاه لدراسة الفروق بين المستويات الاقتصادية في

التعرض لمقاطع فيديو ASMR

المستوى الاقتصادي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الخطأ
مستوى مرتفع	80	7.79	1.18	0.1
مستوى متوسط	145	4.97	0	0
مستوى منخفض	75	7	0.47	0.05
المجموع	300	6.23	1.52	0.09

أثبت اختبار تحليل التباين أحادي الاتجاه (ANOVA) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المستويات الاقتصادية المختلفة، حيث كان المتوسط الحسابي لذوي المستوى المرتفع (٧.٧٩) بانحراف معياري (١.١٨)، وبلغ المتوسط الحسابي لذوي المستوى المتوسط (٤.٩٧) بانحراف معياري (٠)، وبلغ المتوسط الحسابي لذوي المستوى المنخفض (٧) بانحراف معياري (٠.٤٧).

جدول رقم (١١)  
لمعرفة مصدر الفروق بين المستويات الاقتصادية في التعرض لمقاطع فيديو  
ASMR

النتيجة	مستوى الدلالة	ف	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
توجد فروق عند مستوى دلالة ٠.٠١	٠.٠٠٠	٣٢٠.١٠	٢٣٥.١٩	٢	٤٧٠.٣٧	بين المجموعات
			٠.٧٣	٢٩٧	٢١٨.٢٢	داخل المجموعات
				٢٩٩	٦٨٨.٥٩	المجموع

- يتضح من الجدول أن قيمة ف تساوى ٣٢٠.١٠ وهي دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠.٠١ مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المراحل العمرية وبالرجوع الى متوسطات الدرجات نجد أن المستوى الاقتصادي المرتفع هم الأكثر تعرضاً بمتوسط ٧.٧٩، مما يدل على أن الفروق كانت لصالح المراهقين من ذوي المستوى الاقتصادي المرتفع وتتسق هذه النتيجة مع طبيعة مقاطع فيديو ASMR التي قد تحفز لدى المشاهد الرغبة في شراء أو اقتناء المنتجات المختلفة (نودلز، همبورجر، كنتاكي، مستحضرات تجميل، سلايم، أدوات، ..... الخ) وهو ما قد يسبب تحدياً لذوي المستوى الاقتصادي المنخفض ويحول دون استطاعتهم مجاراة مثل هذه المقاطع لتحقيق دوافع شرائية، وهو ما يدعم المعادلة المستقرة عند علماء الإعلام والاتصال أنه كلما زاد الجهد في الحصول على الوسيلة الإعلامية كلما قلت نسبة التعرض لها.

رابعاً: العلاقة بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (الانبساطية، العصابية، المقبولية، يقظة الضمير أو التفاني، الانفتاح على التجربة) والتعرض لمقاطع فيديو ASMR على الإنترنت

جدول رقم (١٢)  
معامل الارتباط بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والتعرض لمقاطع فيديو  
ASMR

التعرض			العوامل الخمسة الكبرى للشخصية العصابية
دلالة العلاقة	مستوى الدلالة	معامل بيرسون	
توجد علاقة طردية	٠.٠١	**٠.٧٣٨	العصابية
توجد علاقة عكسية	٠.٠١	** ٠.٦٥٥	الانبساطية
توجد علاقة طردية	٠.٠١	** ٠.٧٧٢	الانفتاح على التجربة
لا توجد علاقة	٠.٠٥	٠.٠٠٦	المقبولية
لا توجد علاقة	٠.٠٥	٠.٠٧٢	يقظة الضمير
300			الإجمالي

تشير بيانات الجدول السابق إلى ما يلي:

١- وجود علاقة ارتباطية طردية ذات دلالة إحصائية بين بُعد العصابية والتعرض لمقاطع ASMR عند مستوى دلالة ٠.٠١ حيث كان معامل ارتباط بيرسون يساوي ٠.٧٣٨، أي أن المراهقين ذوي السمات العصابية هم الأكثر تعرضاً لهذا النوع من المقاطع، ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء سمات المراهق العصابي من تقلب المزاج وسيطرة المشاعر الانفعالية السلبية كالقلق والانطوائية والتواصل الاجتماعي السلبي، بالإضافة إلى أن المراهق في هذه المرحلة العمرية تتزايد لديه الضغوط التي يواجهها في سبيل تحقيق استقلاليتته، فإذا كان ذا صفات عصابية لجأ إلى الانترنت كوسيلة دفاعية لمواجهة ضغوط الحياة وتخفيف آثارها، مما يجعله قد يميل إلى استخدام مقاطع فيديو ASMR كوسيلة هروبية وتعويضية عن العجز في الاتصال المواجهي والتفاعل مع الآخرين والهروب من الضغوط، إضافة لما توفره مقاطع ASMR من الحميمية والاهتمام الشخصي والتواصل الافتراضي الذي قد يفتقره المراهق العصابي في الحياة الواقعية .. كما يمكن تفسير النتائج العصابية المرتفعة للأفراد الذين يتعرضون لتجربة ASMR من خلال زيادة الوعي بالذات وهي إحدى سمات الشخصية العصابية، حيث تتسم الشخصية العصابية بالوعي المتزايد بالحالات الفسيولوجية والنفسية خلال تجربة ASMR، وبالتوافق مع هذه الفرضية فإن العصابية ترتبط بشكل إيجابي مع مجموعة متنوعة من الأعراض الجسدية، وهذا ما يؤكد أن مقاطع فيديو ASMR تنثير لدى العصبيين وعياً ذاتياً بالأحاسيس الجسدية وغيرها من الأحاسيس (67)، وتختلف هذه النتيجة مع دراسة

"إلهام عبد الشكور 2015م" التي توصلت إلى عدم وجود علاقة ارتباطية بين المراهقين العصائبيين واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي (68).  
 2- وجود علاقة ارتباطية عكسية ذات دلالة إحصائية بين بُعد الانبساطية والتعرض لمقاطع ASMR عند مستوى دلالة 0.01 حيث كان معامل ارتباط بيرسون يساوي 0.65، أي أن المراهقين ذوي سمات الانبساطية هم الأقل تعرضاً لهذا النوع من المقاطع، ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن المراهقين الانبساطيين يتميزون بتفاعلهم المباشر وارتفاع مستوى نشاطهم الاجتماعي وسعيهم نحو الإثارة في تعاملهم مع الوقائع والأشخاص، ونظراً لأن مقاطع فيديو ASMR قائمة على التواصل الحميمي الافتراضي التخيلي، وبالتالي قد يرى المراهقون أنها لا تشبع حاجاتهم نحو التواصل الواقعي الفعال، وأن انخراطهم في تجربة ASMR يمثل نقصاً في التواصل الاجتماعي الذي يأملون به ولذلك لا يستخدمونه كبديل عن الحياة الاجتماعية في العالم الواقعي.. وتختلف هذه النتيجة مع دراسة "هامبرجر وأرتزي 2003" التي توصلت إلى ارتباط الشخصية الانبساطية طردياً مع استخدام الانترنت في البحث عن المعلومات والخدمات الترفيهية (69).

3- وجود علاقة ارتباطية طردية ذات دلالة إحصائية بين بُعد الانفتاح على التجربة والتعرض لمقاطع ASMR عند مستوى دلالة 0.01 حيث كان معامل ارتباط بيرسون يساوي 0.772، أي أن المراهقين ذوي سمات الانفتاح على التجربة هم الأكثر تعرضاً لهذا النوع من المقاطع، وقد يرجع ذلك إلى طبيعة سمات للمراهقين من حيث الرغبة في التجريب والفضول والميل إلى خوض الخبرات الجديدة والمحفزة، ولذلك قد يلجأ المراهقين الانفتاحيين إلى استخدام مقاطع ASMR كبيئة للأفكار الجديدة غير التقليدية.. فقد أظهرت دراسة "مكاري وروبرت" أن أفضل مؤشر للنتائج على بُعد الانفتاح على التجربة كان الميل إلى تجربة الاحساس بالوخز أو "القشعريرة" خلال التجارب الجمالية مثل الاستماع إلى الموسيقى، مما يشير إلى أن كثيفي التعرض لمقاطع فيديو ASMR كانوا ممن نهم أكثر انفتاحاً على التجربة، حيث أن الإحساس المرتبط بالتعرض لفيديو ASMR قد يرجع إلى زيادة قابلية الاستجابة تجاه الإحساس (70) ... ونظراً لأن بُعد الانفتاح على التجربة يشير إلى الميل نحو التخيل والإبداع فقد تشير النتيجة الحالية إلى وجود ميل متزايد من المراهقين للتخيل والقدرة على تحويل الذات بشكل تخيلي إلى واقع افتراضي، والذي تمثل سمة أساسية تتعلق بفيديو ASMR، حيث تتطلب هذه المقاطع أن ينغمس المشاهد بشكل خيالي في الفيديو ليشعر كما لو كان جزءاً حقيقياً منه.

- ٤- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين بُعد يقظة الضمير والتعرض والتعرض لمقاطع ASMR عند مستوى دلالة ٠.٠٥ حيث كان معامل ارتباط بيرسون يساوي ٠.٠٧٢، وتتسق هذه النتيجة مع سمات يقظة الضمير من حيث المنطقية والتنظيم والترتيب والاهتمام بالمبادئ والحذر وعمق التفكير والسعي نحو الإنجاز وهو ما يفسر عدم تعرض المراهقين ذوي يقظة الضمير لمقاطع ASMR، حيث يجدون في العالم الواقعي المكان المناسب لدعم هذه الأفكار بعيداً عن العالم الافتراضي.
- ٥- لا توجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين بُعد المقبولية والتعرض لمقاطع ASMR عند مستوى دلالة ٠.٠٥، حيث كان معامل ارتباط بيرسون يساوي ٠.٠٠٦، وتختلف هذه النتيجة مع دراسة "إلهام الشكور" التي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين سمة المقبولية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي (71)

#### قائمة المراجع

- 1- Emma L. Barratt and Nick J. Davis, "Autonomous Sensory Meridian Response (ASMR): a flow-like mental state" , Department of Psychology, Swansea University, Swansea, United Kingdom, Published on peerj, march 2015, p.1, available at: <https://peerj.com/articles/851.pdf>
- 2- Beverley Fredborg, Jim Clark, and Stephen D. Smith , "An Examination of Personality Traits Associated with Autonomous Sensory Meridian Response (ASMR)" , Frontiers in Psychology , vol.8 , article.247, p.3, 2017 , available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5322228/pdf/fpsyg-08-00247.pdf>
- 3- Melina Delanghe , "Effect of ASMR videos on the heart rates of Highly Sensitive Persons" , Master's Thesis , Vrije Universiteit Brussel, Brussels, Belgium , published on ASMR UNIVERSITY, 2018, available at: <https://asmruniversity.com/2018/03/13/melina-delanghe-asmr-research-heart-rate-hsp/>
- 4- Ryan John Harrison , "An Investigation of Subjective Mood Improvements when using Audiovisual Media as Supplementary Therapy for Generalised Anxiety Disorder and Depression"

- 
- ,Masters thesis, University of Huddersfield, pp.35:38, 2017 , available at <http://eprints.hud.ac.uk/id/eprint/34180/1/FINAL%20THESIS%20-%20Harrison.pdf>
- 5- Dr. Richard, "Interview with Jennifer Allen, the Woman Who Coined the term, 'Autonomous Sensory Meridian Response' (ASMR)" ,17 May 2016 , published on ASMR University, available at: <https://asmruniversity.com/2016/05/17/jennifer-allen-interview-coined-asmr/>
- 6- Ariana Galante and Nafees Alam , "Autonomous Sensory Meridian Response as an Intervention to Autism Spectrum Disorder", Psychology and Behavioral Science International Journal , vol. (13), issue (2) , September 2019,pp.001-004, available at: <https://juniperpublishers.com/pbsij/pdf/PBSIJ.MS.ID.555859.pdf>
- 7- Felicity Callard, Kimberley Staines, and James Wilkes , "The Restless Compendium Interdisciplinary Investigations of Rest and Its Opposites" , Basingstoke (UK): Palgrave Macmillan, 2016 , P.121.
- 8- Beverley Fredborg, Jim Clark, and Stephen D. Smith, op.cit, p2.
- 9- Nicholas Tufnell, "ASMR: Orgasms for Your Brain", Huffington Post, 26 February 2012, available at: [https://www.huffingtonpost.co.uk/nicholas-tufnell/asmr-orgasms-for-your-brain\\_b\\_1297552.html](https://www.huffingtonpost.co.uk/nicholas-tufnell/asmr-orgasms-for-your-brain_b_1297552.html)
- 10-Giulia Poerio , "Could Insomnia Be Relieved with a YouTube Video? The Relaxation and Calm of ASMR" , The Restless Compendium , pp.119-128 , University of Essex , September 2016 , Available at: [file:///C:/Users/hp/Downloads/Poerio\\_ASMR.pdf](file:///C:/Users/hp/Downloads/Poerio_ASMR.pdf)
- 11-Xieshun Wang, Xinyue Yang, Yanjie Su, "The Influence of Autonomous Sensory Meridian Response (ASMR) on Individual's Executive Function", Journal of Experimental Psychology,
-



- vol.73, no.10, 2020, p.3, available at: file:///C:/Users/hp/Downloads/ASMREF-QJEP-accepted.pdf
- 12-Giulia Poerio & others , "More than a feeling: Autonomous sensory meridian response (ASMR) is characterized by reliable changes in affect and physiology" , plos one , June 20, 2018, available at: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0196645>
- 13-Diego Garro , " Autonomous Meridian Sensory Response – From Internet Subculture to Audiovisual Therapy", Electronic Visualisation and the Arts, 2017, p.395 , available at: <https://www.scienceopen.com/hosted-document?doi=10.14236/ewic/EVA2017.79>
- 14-[https://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%A7%D8%B3%D8%AA%D8%AC%D8%A7%D8%A8%D8%A9\\_%D8%A7%D9%84%D9%82%D9%86%D9%88%D8%A7%D8%AA\\_%D8%A7%D9%84%D8%AD%D8%B3%D9%8A%D8%A9\\_%D8%A7%D9%84%D8%B0%D8%A7%D8%AA%D9%8A%D8%A9](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%A7%D8%B3%D8%AA%D8%AC%D8%A7%D8%A8%D8%A9_%D8%A7%D9%84%D9%82%D9%86%D9%88%D8%A7%D8%AA_%D8%A7%D9%84%D8%AD%D8%B3%D9%8A%D8%A9_%D8%A7%D9%84%D8%B0%D8%A7%D8%AA%D9%8A%D8%A9)
- 15-Behiç Alp Aytakin , "Investigation of the effect of autonomous sensory meridian response (ASMR) as a new YouTube phenomenon in the context of audience, and content interaction with galvanic skin response (GSR) measurement technique" , OPUS International Journal of Society Researches, vol.10, no.17, 2019, available at: file:///C:/Users/hp/Downloads/BehicAlpAytakinASMRArticleEnglishVersion.pdf
- 16-Emma L. Barratt and Nick J. Davis, op.cit, p2.
- 17-Dr. Richard, "Has Dove Chocolate created the first ASMR-inspired commercial?" , November 10, 2015 ,published on ASMR University , available at: <https://asmruniversity.com/2015/11/10/dove-chocolate-asmr-commercial/>
- 18-Giulia Poerio , op.cit, pp.119-128.

19-Art of ASMR – Commercials (2015 – 2021) ,published on  
ASMR UNIVERSITY ,Available at:  
<https://asmruniversity.com/art-of-asmr-commercials/>

- ٢٠- نضال عبد اللطيف الشمالي، العوامل الخمسة للشخصية وعلاقتها بالاكتئاب لدى المرضى المترددين على مركز غزة المجتمع، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين، ٢٠١٥م، ص ٣٦.
- ٢١- أولفت خليل محمود، نوعية الحياة وعلاقتها بالعوامل الخمس الكبرى للشخصية لدى السيدات العاملات والغير العاملات، رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية العلوم الإنسانية، جامعة بيروت العربية، ٢٠١٦م، ص ص ٤٩ : ٥٠.
- ٢٢- إلهام عبد الشكور محمد، العوامل الخمس الكبرى للشخصية وعلاقتها باستخدام المراهقين لمواقع التواصل الاجتماعي على شبكة الإنترنت، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، العدد ٣٩، الجزء ٤، ٢٠١٥م، ص ٥١٥.
- ٢٣- الرشيد إسماعيل الطاهر، إدمان الانترنت لطلاب كلية التربية بجامعة الملك فيصل وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، مجلة الدراسات العليا، جامعة النيلين، السودان، المجلد ٢٠، العدد ١-٤٠، ٢٠١٨م، ص ٧٠.
- ٢٤- سعاد ياسين الرباعي، الشعور بالسعادة علاقته بالعوامل الخمس الكبرى للشخصية لدى عينة من طلبة جامعة دمشق، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة دمشق، ٢٠١٤م، ص ٧٤.
- ٢٥- ربيعة عقباني، علاقة سمات الشخصية حسب نموذج العوامل الخمسة الكبرى بالذكاء الانفعالي لدى الممرضين بولاية وهران، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة وهران محمد ابن أحمد، الجزائر، ٢٠١٦م، ص ٣٣.
- ٢٦- إيمان عبد الكريم ذيب، التفكير الجانبي وعلاقته بسمات الشخصية على وفق نموذج قائمة العوامل الخمسة للشخصية لدى طلبة الجامعة، مجلة الأستاذ للعلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد ٢٠١٢، العدد ٢٠١٠، ٢٠١٠م، ٤٨٨.
- ٢٧- أحمد محمود جبر، العوامل الخمس الكبرى للشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر، غزة، ٢٠١٢م، ص ٢١.
- ٢٨- سعاد ياسين الرباعي، مرجع سابق، ص ٣٧.

29-Wen-Chin Tsao, "big five personality traits as predictors of internet usage categories", international journal of management, vol.30 , n0. 4, 2013 , p.374-386.

30-Emma L. Barratt and Nick J. Davis, op.cit.

31-Jonathan Fitas ,“Introduction and reflection on the place and role of sound in ASMR” , Graduate Master’s Dissertation, Uni-

versity of Marne-La-Vallée & National Institute of Audiovisual, Paris, France , 2015 , available at: <https://asmruniversity.files.wordpress.com/2017/01/jonathan-fitas-introduction-et-rc3a9flexion-sur-la-place-role-du-son-dans-lasmr-feb-2016.pdf>.

32-Giulia Poerio , op.cit.

33-Beverley Fredborg, Jim Clark, and Stephen D. Smith , op.cit.

34-Stacey Watkins, "ASMR and the Reduction of Anxiety", Pregrated research project , Marywood University, Pennsylvania, USA , 2017 , available at: <https://asmruniversity.com/2017/07/01/stacey-watkins-asmr-research-anxiety/>

35-Ryan John Harrison , "An Investigation of Subjective Mood Improvements when using Audiovisual Media as Supplementary Therapy for Generalised Anxiety Disorder and Depression" ,Masters thesis, University of Huddersfield, 2017 , available at <http://eprints.hud.ac.uk/id/eprint/34180/1/FINAL%20THESIS%20-%20Harrison.pdf>

36-Melina Delanghe , op.cit.

37-Nobuyuki Sakai & others , "Untangling the tingle: Investigating the association between the Autonomous Sensory Meridian Response (ASMR), neuroticism, and trait & state anxiety" , Northumbria University , JAPAN , available at: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0262668>.

38-Wen-Chin Tsao, op.cit, p.374-386.

39-Diana Puerta-Cortés, Xavier Carbonell, "the model of the big five personality factors and problematic internet use in colombian youth", Adicciones, vo.26 , no.1 , 2014 , pp.54-61.

٤٠- مروة إبراهيم الششتاوي، استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية وبعض القيم لدى طلاب الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة المنصورة، ٢٠١٤م.

- ٤١- إلهام عبد الشكور محمد ، العوامل الخمس الكبرى للشخصية وعلاقتها باستخدام المراهقين لمواقع التواصل الاجتماعي على شبكة الإنترنت ، مجلة كلية التربية ، جامعة عين شمس، العدد ٣٩، الجزء ٤، ٢٠١٥م.
- ٤٢- ناصر شباب المويزري، إدمان الإنترنت وعلاقته بالعوامل الخمس الكبرى للشخصية لدى عينة من طلاب الجامعة بدولة الكويت، مجلة دراسات الطفولة، جامعة عين شمس، مجلد ١٩، العدد ٧٠، يناير- مارس ٢٠١٦م، ص ص ٢١-٣٥.
- 43-Wen-Chin Tsao, op.cit, p.374-386.
- 44-Emma L. Barratt & othera , "Sensory determinants of the autonomous sensory meridian response (ASMR): understanding the triggers" , PeerJ (5), October 2017. Available at: file:///C:/Users/hp/Downloads/Sensory\_determinants\_of\_the\_autonomous\_sensory\_mer.pdf
- ٤٥- عبد الرحمن بن عبد الله عبد الرحمن، الأبعاد الاجتماعية لاستخدامات المراهقين لوسائل التواصل الاجتماعي: دراسة وصفية على عينة من طلبة المرحلة الثانوية بمدينة جدة، مجلة جامعة الملك عبد العزيز، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، مجلد ٢٦، العدد ٣، ٢٠١٨م.
- ٤٦- سلطان عائض مفرح، إدمان الأنترنت وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض، ٢٠١٠م.
- ٤٧- نايف سالم طراونة، لمياء سليمان الفنيخ، استخدام الأنترنت وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي والتكيف الاجتماعي والاكنتاب ومهارات الاتصال لدى الطلبة، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، العدد الأول، ٢٠١٢م.
- ٤٨- هنادي بنت يحيى غالب، الدعم الاجتماعي المُدرك وعلاقته بإدمان الإنترنت لدى المراهقين، المجلة الدولية لنشر البحوث والدراسات، المجلد الثاني، الإصدار التاسع عشر، ٢٠٢١م.
- ٤٩- رضا عبد الواحد أمين، استخدامات الشباب الجامعي لموقع يوتيوب على شبكة الانترنت، مؤتمر الإعلام الجديد: تكنولوجيا جديدة لعالم جديد، جامعة البحرين، إبريل ٢٠٠٩م، ص ص ٥١١ : ٥٣٦.
- 50-Emma L. Barratt and Nick J. Davis, op.cit.
- 51-Emma L. Barratt and Nick J. Davis, op.cit.
- 52- H. J. Engelbregt& others , “The effects of autonomous sensory meridian response (ASMR) on mood, attention, heart rate, skin conductance and EEG in healthy young adults” , Experimental Brain Research vol. 240, pp. 1727–1742 , 2022.

- 53-Agnieszka B& others , “Assessing Individual variation in personality and empathy traits in self-reported Autonomous Sensory Meridian Response”, Multisensory Research, vol.30. no.6, August 2017.
- 54-H. J. Engelbregt& others , pp. 1727–1742, op.cit.
- 55-Jamie Ward & Julia Simner , "Lexical-gustatory synaesthesia: linguistic and conceptual factors", Cognition,2003 , vol.89, no. (3). pp. 237-261.
- 56-Giulia L. Poerio & others , "The awesome as well as the awful: Heightened sensory sensitivity predicts the presence and intensity of Autonomous Sensory Meridian Response (ASMR)" , Journal of Research in Personality , Volume 97, April 2022.
- 57-Emma L. Barratt1& othera , op.cit.
- 58-Ryan John Harrison , op.cit.
- 59-Behiç Alp Aytekin , op.cit.
- 60-Gyoung Youl, Jeong, "A Study on the Influence of Watching Youtube Sound Content (ASMR) on Youth Learning and Life", International Journal of Advanced Culture Technology, Vol.8, No.4, 2020, P.77: 81.
- ٦١- عبد الهادي النجار ودعاء فكري، تعرض المراهقين للإعلام الجديد وعلاقته باتجاهاتهم نحو الإعلام التقليدي دراسة ميدانية، المجلة العلمية لكلية التربية النوعية، العدد الخامس، الجزء الأول، ٢٠١٦م.
- ٦٢- هبه صالح أبو سريع وآخرون، مواقع التواصل الاجتماعي وانعكاساتها الاجتماعية والبيئية على المراهقين – دراسة مقارنة بين البنين والبنات في بعض المدارس الرسمية للغات، مجلة العلوم البيئية، معهد الدراسات والبحوث البيئية، جامعة عين شمس، المجلد الرابع والأربعون، الجزء الثاني، ديسمبر ٢٠١٨م.
- 63-Emma L. Barratt and Nick J. Davis, op.cit.
- ٦٤- عبد الجواد سعيد محمد، التعرض للإنترنت وعلاقته ببعض الآثار النفسية والاجتماعية لدى شباب الريف، مؤتمر الإعلام الجديد: تكنولوجيا جديدة لعالم جديد ، جامعة البحرين ، ابريل ٢٠٠٩م.
- 65-Valaitis, R. " Computers and the Internet: Tools for youth Empowerment" , Journal of Medical Internet Research, vol. 7, no.(5), 2005.

- ٦٦- فوزية عبد الله آل علي، الآثار الاجتماعية والنفسية للإنترنت على الشباب في دولة الإمارات دراسة ميدانية على طلبة جامعة الشارقة، مؤتمر الإعلام الجديد: تكنولوجيا جديدة لعالم جديد، جامعة البحرين، أبريل ٢٠٠٩م.
- 67-Beverley Fredborg, Jim Clark, and Stephen D. Smith , op.cit.
- ٦٨- إلهام عبد الشكور محمد، مرجع سابق، ٥٠٧: ٥٣٤.
- 69-Y Amichai-Hamburger E Ben-Artzi , " Loneliness and Internet Use", Computer in Human Behavior, vol. 19 , issue .1 , pp. 71 – 80. Available at: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0747563202000146>
- 70- McCrae, Robert R. , "Aesthetic chills as a universal marker of openness to experience", Motivation and Emotion, vol. 31, no.(1), pp. 5-11 , March 2007, available at: <https://link.springer.com/article/10.1007/s11031-007-9053-1>
- ٧١- إلهام عبد الشكور محمد، مرجع سابق، ص ٥٠٧: ٥٣٤.

### الملخص العربي

#### العوامل الخمس الكبرى للشخصية وعلاقتها بتعرض المراهقين لمقاطع فيديو ASMR على الإنترنت

- سعت الدراسة للتعرف على مُعدل تعرض، ودوافع تعرض المراهقين لمقاطع فيديو ASMR على الإنترنت وتأثير بعض المتغيرات مثل (النوع، السن، المستوى الاقتصادي) على التعرض، وكذلك التعرف على العلاقة بين العوامل الخمس الكبرى للشخصية (العصابية، الانبساطية، المقبولية، الانفتاح على التجربة، يقظة الضمير) وتعرض المراهقين لمقاطع فيديو ASMR على الإنترنت.

- استخدمت الدراسة المنهج الوصفي واعتمدت على استمارة الاستبيان كأداة لجمع البيانات من عينة بحثية قوامها ٣٠٠ مفردة من المراهقين.

#### وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- ١- ارتفاع معدل تعرض المراهقين لمقاطع فيديو ASMR.
- ٢- جاء تفضيل المراهقين لمقاطع فيديو ASMR التي تتضمن (صوت تناول الطعام والشراب بنسبة ٦٦%)، وللأصوات المتكررة (تقليب الصفحات بنسبة ٥٣.٦%)، النقر بالأظافر على الأجسام الصلبة بنسبة

- ٥٣.٦%، الخدش على الأجسام الصلبة بنسبة ٥١%)، ولمقاطع الاهتمام الشخصي بنسبة ٤٩.٣%، فيما جاء تفضيلهم (الهمس بنسبة ٢٤.٣%).
- ٣- جاء دافع (تجربة شيء جديد ٧٤.٣%) كأكثر دوافع التعرض لمقاطع فيديو ASMR، ثم الدافع لـ (تحقيق الاسترخاء والنوم ٥٤%)، ثم دافع (خفض الإحساس بالتوتر بنسبة ٣٨.٦%)، وفي الترتيب الأخير دافع (تحقيق التسلية والترفيه) بنسبة ٣٤%، ولم تشر العينة إلى وجود الدافع إلى (تحقيق الإثارة الجنسية).
- ٤- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في التعرض لمقاطع فيديو ASMR.
- ٥- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التعرض لمقاطع فيديو ASMR بين المراحل العمرية لصالح (المراهقة المبكرة ١٢ : ١٤ سنة).
- ٦- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التعرض لمقاطع فيديو ASMR بين المستويات الاقتصادية لصالح المستوى الاقتصادي المرتفع.
- ٧- وجود علاقة ارتباطية طردية ذات دلالة إحصائية بين بكل من بُعد العصابية والتعرض لمقاطع ASMR، وبين بُعد الانفتاح على التجربة والتعرض لمقاطع ASMR، ووجود علاقة ارتباطية عكسية ذات دلالة إحصائية بين بُعد الانبساطية والتعرض لمقاطع ASMR، وعدم وجود علاقة بين بُعد المقبولية والتعرض لمقاطع ASMR، وعدم وجود علاقة بين بُعد يقظة الضمير والتعرض والتعرض لمقاطع ASMR.

### Summery

#### **The Big Five Factors of Personality and Their Relation to Adolescent Exposure Online ASMR for video clips**

- The study sought to identify the exposure rate, motivations of online exposure and the influence of certain adolescent ASMR variants of a video Like the genre. Age economic level, exposure to video, and also identify the relationship between the five major factors for neurotic characters, simplicity, acceptability, openness to experience and the sober conscience of teenagers.

- The study used a descriptive approach and relied on the questionnaire form as a tool to collect data from a 300-person research sample of adolescents.

**The study reached the following results:**

- Teenagers have a preference for clips. ASMR video with eating and drinking sounds at 66% , and for repeated sounds 53% flipped pages 53.6.% , ٥٣.٦% fingernail clicks on soiled objects, scratching on hard solids and personal interest at 49.3%, While their whispering decline was by 24.3%.
- The motivation of (trying new experiment 73%) came as the most motivation for exposure to ASMR videos, then the motivation for (Achieving relaxation and sleeping 54%), then the motivation of (Reducing stress 38.6%), In the last ranking, it had 34% drive for entertainment. The sample did not indicate a motivation for Sexual arousal investigation.
- NO significant statistical differences between males and females in exposure to ASMR video clips, between stages – there are statistically significant differences in exposure to view segments, early adolescent (12: 14 years of age).
- There are significant differences in exposure to ASMR video clips. Between economic levels favoring higher economic level
- Statistically significant, progressive correlation between each neurological dimension and between is openness to experimentation and exposure to ASMR and exposure to ASMR.
- Statistically significant inverse correlation between the relatedness dimension d T lack of a relationship between the admiration and as the in 53.6% al objects53.6 % fingernail clicks on objects.