الحساسية للقلق والوحدة النفسية وفرط استخدام الهاتف الذكى كمنبئات برهاب فقدان الهاتف لدي المراهقين من الجنسين في ظل جائحة كورونا[1]

هدى سعيد*

إسراء أحمد، رضوى سيد، منار عبد الحميد، نيرة بخيت، وهدير محمود[2]

ملخص

تهدف الدراسة الحالية الي الكشف عن معدل الافراط في استخدام الهاتف والحساسية للقلق والوحدة النفسية كمنبئات برهاب فقدان الهاتف الذكى لدي المراهقين والمراهقات في ظل جائحة كورونا، هذا بالإضافة إلي الكشف عن الفروق بينهم تبعا لاختلاف النوع (ذكور– إناث)، والمرحلة العمرية (مرحلة المراهقة المبكرة، مرحلة المراهقة المتوسطة، مرحلة المراهقة المتاخرة) في متغيرات الدراسة السابق ذكرها، وتكونت عينة البحث من ١٢٠ طالب وطالبة من المرحلة الإعدادية والثانوية، والمرحة الجامعية، وقد تراوحت اعمارهم ما بين ١٢ :٢٠ سنة واستخدم الباحثين بطارية مكونة من أربعة مقاييس لقياس متغيرات الدراسة، حيث تم استخدام مقياس لرهاب فقدان الهاتف من اعداد وترجمة الباحثين، ومقياس الوحدة النفسية من إعداد مجدي الدسوقي ومقياس الحساسية للقلق من إعداد وترجمة الباحثين، ومقياس فرط استخدام الهاتف من إعداد وترجمة الباحثين، وتم الاستعانة بعديد من الأساليب الإحصائية لمعالجة البيانات والتي تضمنت استخدام المتوسطات والانحرافات المعيارية، ومعامل الارتباط الخطي البسيط، وتحليل الانحدار الخطي البسيط، كما تم استخدام اختبار (ت) لدلالة الفروق بين المشاركين في الدراسة ، وذلك وفقاً للنوع والمرحلة العمرية ، ولقد أسفرت النتائج عن وجود شبكة من العلاقات الارتباطية بين متغيرات الدراسة التي تم تناولها.

---

[1] أُجري هذا البحث ضمن مقرر البحث التطبيقي لطلاب الفرقة الرابعة قسم علم النفس بكلية الآداب جامعة القاهرة.

* مدرس علم النفس بكلية الآداب جامعة القاهرة.

[2] خريجي قسم علم النفس كلية الآداب جامعة القاهرة.

Anxiety sensitivity, psychological loneliness, and smartphone overuse as predictors of Nomophobia in adolescents of both gender during the Corona pandemic[1]

Hoda Saeed *

Israa Ahmed, Radwa Sayed, Manar Abdel Hamid, Naira Bakhit, and Hadeer Mahmoud[2]

Abstract

The current study aims to reveal the rate of excessive phone use, anxiety sensitivity, and psychological loneliness as predictors of nomophobia among adolescents during the Corona pandemic, in addition to revealing the differences between them according to gender (males-females), and age group (early adolescence, middle adolescence, late adolescence) in the aforementioned study variables. The research sample consisted of 120 male and female students from middle school, high school, and university, whose ages ranged between 12:20 years. The researchers used a battery consisting of four scales to measure the study variables, as a nomophobia scale prepared and translated by the researchers was used, a psychological loneliness scale prepared by Magdy El-Dessouki, an anxiety sensitivity scale prepared and translated by the researchers, and a phone overuse scale prepared and translated by the researchers. Several statistical methods were used to process the data, which included the use of averages and standard deviations, simple linear correlation coefficient, and simple linear regression analysis. The (t) test was also used to indicate the differences between the study participants, according to gender. And the age group, and the results showed the existence of a network of correlations between the study variables that were addressed.

[1] This research was conducted within the applied research course for fourth-year students in the Psychology Department, Faculty of Arts, Cairo University.

* Psychology Lecturer, Faculty of Arts, Cairo University.

[2] Graduates of the Department of Psychology, Faculty of Arts, Cairo University.

مقدمة

تهدف الدراسة الراهنة إلى الكشف عن فرط استخدام الهاتف والحساسية للقلق والوحدة النفسية كمنبئات برهاب فقدان الهاتف لدى المراهقين من الجنسين في ظل جائحة كورونا،اخترقت الهواتف الذكية الحياة اليومية للأفراد.

ولقد أصبحت ضرورة لكل من أغراض الدراسة والعمل ، وذلك بفضل التطبيقات المثبتة عليها ، والتي تسهل متطلبات المدرسة والعمل ،وقد بدأ الاهتمام رهاب فقدان الهاتف عام ٢٠١٢ حيث ظهرت أول دراسة من مكتب البريد البريطاني التي أسفرت عن وجود رهاب فقدان الهاتف عن البريطانيين بدرجة وصلت إلى. ٦٤٪ وتوالت الدراسات بعد ذلك لتثبت أن هذه الظاهرة في ازدياد في البيئة الغربية إلا ان الدراسات في البيئة العربية لازالت تعد قليلة، ويأمل البحث الحالي يسفر عن بعض النتائج التي قد تفيد المتخصصين والمرشدين لوضع برامج إرشادية للتخفيف من الأثار السلبية للنوموفوبيا(الحربي،٢٠٢٠)، يعتبر رهاب فقدان الهاتف اضطراب القرن الحادي والعشرين الناتج عن التقنيات الجديدة ، إن رهاب فقدان الهاتف هو مشكلة صحية عامة نموذجية للعصر الرقمي ، وأن سببها هو الخوف المفرط من عدم الوصول إلى الهاتف المحمول(عثمان،٢٠٢١)،وظهر مصطلح رهاب فقدان الهاتف لأول مرة عام (٢٠٠٨) وذلك من قبل البريطانيين في البريد البريطاني بتفويض من منظمة البريطانية للأبحاث ، المتعلقة بقلق استخدام الهواتف المحمولة ، حيث إن الدراسات البريطانية وجدت أن مستخدمي الهواتف يصابون بالقلق الكبير إذا فقدوا هواتفهم ، أو انتهى شحن البطارية لديهم أو حين انتهاء الرصيد في هواتفهم ، أو حين فقدان شبكة الاتصال فيه ،رهاب فقدان الهاتف في نظر كنغ وفالنسيا ونارديKing, Valence & Nardi,) (2010 هو اضطراب القرن الواحد والعشرين بسبب وجود التكنولوجيا الحديثة وتطورها الكبير، وما جاءت به من فقدان الراحة والطمأنينة ، والقلق الكبير إذا فقد الفرد هاتفه النقال، أو عدم وجود شبكة اتصال في هاتفه أو شبكة إنترنت

ويري يلدريم وكوريا: أن رهاب فقدان الهاتف هي اضطراب وفقدان الراحة ، وظهور القلق الذي سببه عدم توفر الهاتف المحمول أو الكمبيوتر، أو فقدان أي وسيلة تواصل للأفراد الذين يستخدمونها بشكل مستمر . وقد عرفة براغازي وديل بونيتيه (Bragazzi&Del Puente 2014) على أنه شعور بعدم الراحة والقلق والرعب الناجم من فقدان الهاتف ، رهاب فقدان الهاتف له أعراض مثل الانجذاب نحو الهاتف المحمول وادمان استخدام الهاتف، وهو نتيجة طبيعية لتطور التكنولوجيا للتمكين من التواصل مع الغير، ويسبب هذا المرض القلق وعدم الراحة والعصبية والغم بسبب عدم القدرة على الاتصال بالهاتف المحمول، ونوبات من الذعر عند فقدان الهاتف المحمول بالإضافة إلى أعراض الصداع والخمول، كما أن الإحساس بالخوف من فقدان الهاتف المحمول هو إحساس بغياب حالة الأمن، مما يجعل المصاب في حالة تأثر على تصرفاته وسلوكه السوي، لأن الأمان يكون مع أناس حقيقيين تتواصل معهم وجها لوجه، فلربما المصاب فقد الأمان الحقيقي فاصبح الهاتف مصدرا للإدمان، كما يؤثر سلبا على باقي نشاطات المصاب، ويجعل تفكيره مشوش مركزا على ايجاد جواب للسؤال: أين هاتفي؟ من يكون قد اتصل بي حين كنت خارج التغطية؟ (العودات، الدلالعه،٢٠٢٠)، نعيش اليوم عصرا تفوق فيه الانسان على نفسه محققا تقدما حضاريا وتقنيا ولكنه في المقابل لم يستطع بالقدر الموازي أن يحقق تقدما في معرفة الكثير عن نفسه ،ظهر ذلك في تلك الاضطرابات التي تغشى شخصية الانسان،معني هذا أن التغير الاجتماعي والاقتصادي والتقني السريع الذي طرأ على المجتمع كان تأثيره خطيرًا على، وتعد الحساسية للقلق[١] مفهوماً حظي بمزيد من الاهتمام، حيث تطور الإنتاج البحثي المتعلق بالحساسية للقلق في السنوات الاخيرة ،وتراكمت الادلة التي تؤكد على أن الحساسية للقلق يمثل عامل خطر لنمو اضطرابات القلق فقد وجد أن الحساسية للقلق لا توجد فقط بشكل نوعي في القلق ولكنها قد تكون عاملا

1- sensitivity

منبأ باضطرابات أخرى متضمنة عمه المشاعر وإساءة استخدام المواد الكحولية والاكتئاب ، ومن الممكن ان تتنبأ برهاب فقدان الهاتف وهذا التي تشير اليه الدراسة الحالية، كما ان الحساسية للقلق هو أحد العوامل الخطيرة والتي بدأت تحظى في الفترة الاخيرة بكثير من الاهتمام ويعتقد أنها تلعب دورا محوريا في نمو اضطرابات القلق لدى البالغين والمراهقين و الأطفال وتشير إلى الخوف من علامات القلق الداخلي من خلال الاعتقاد بأنها قد تؤدي إلى عواقب خطيرة أي ميل الشخص إلى إساءة فهم الاحاسيس الجسمية وزيادة معدل ضربات القلب والعرق وتوتر العضالات صعوبة التركيز والصداع والاعتقاد بأن تلك الاحاسيس الجسمية لها عواقب اجتماعية ومعرفية ونفسية خطيرة ، مما قد يسهم في نمو وتطور القلق المرضي لدى الشخص قد يشمل قياس الحساسية للقلق تقييم الأثار الجسمية والمعرفية والاجتماعية ذات الصلة بأعراض القلق حيث أنها تمثل الدرجة التي يصبح عندها خوف الفرد قلقا يعتقد فيه أن ذلك سيترتب عليه عواقب خطيرة جسمية واجتماعية ونفسية حيث يصبح الافراد ذو المستويات العالية من القلق منشغلين بالاستجابة نحو الضغوط وسوف يشعرون بالقلق من أن هذا القلق من شأنه أن يؤدي إلى عواقب ضارة وهذا بدوره سينتج قلقا إضافيا يتمثل في الخوف من الأعراض الجسدية ومن أعرض القلق الملاحظة بشكل عام (محمد،٢٠١٤) القلق سمة بارزة في الحياة العصرية، وتعد (النوموفوبيا) أي رهاب الخوف من فقدان الهاتف، وعدم التواصل مع الآخرين جديدة لقائمة الضغوط النفسية، ويحدث بسبب الانجذاب الشديد نحو الهاتف الذكي، وإدمان استعماله، وهو نتيجة طبيعية لتطور التكنولوجيا للتمكين من التواصل مع الآخرين، وتتمثل أعراض هذا المرض في القلق وعدم الراحة، والعصبية بسب عدم القدرة على الاتصال بالهاتف المحمول، كما ينتاب الطالب الشعور بالخوف من أن يكون بدون الهاتف النقال، أو أن يكون الجهاز بعيدا عنه وبهذا المعني تعد رهاب فقدان الهاتف نوعا من أنواع الإدمان، إذ أنها تتضمن الاستعمال المفرط، وفقدان الإحساس بالوقت، والميل للعزلة، وإهمال

الواجبات اليومية الأساسية كما نجم عن تلك التغيرات السريعة، والتقدم العلمي، والتكنولوجي في مجالات الحياة كافة، الشعور بالوحدة النفسية التي أصبحت من أهم المشكلات النفسية الهامة في حياة الإنسان اليوم، فأصبحت حياة الإنسان حياة معقدة يسودها الضيق، والقلق، والصراع، والتوتر النفسي إلا أن الشعور بالوحدة النفسية، والذي يبدأ في مرحلة الطفولة، يمثل نقطة البداية لكثير من المشكلات التي يعانيها الإنسان، ويعايشها ويشكو منها، يتصدرها الشعور الذاتي بعدم السعادة، والتشاؤم، والعجز، والذي كثيرا ما يؤدي بالإنسان إلى اضطرابات نفسية عديدة. والوحدة النفسية حالة من عدم القدرة على التواصل، وإقامة العلاقات الاجتماعية المثمرة مع الآخرين، بحيث تؤثر في حياة الفرد، وتسبب له العديد من الضغوطات، ويرى صالح وواقفة بأن الوحدة النفسية تعبر عن مدى إدراك الفرد الذاتي لنقص علاقاته الاجتماعية كما من حيث عدد الأقارب، والأصدقاء، ونوعا من حيث قيمة هذه العلاقات، وعمقها ، ويرى البعض أن الوحدة النفسية تعد خبرة شخصية مؤلمة يعيشها الفرد نتيجة لشعوره بافتقاد التقبل، والحب، والاهتمام من الآخرين، مما ينتج عنه عجز الفرد عن إقامة العلاقات الاجتماعية، والشعور بالوحدة حتى لو كان محاطا بالآخرين(عبد الوارث،٢٠٢٠) ، وهناك بعض الدراسات التي اهتمت بمتغيرات الدراسة ومنها دراسة سمر عبد السلام (٢٠١٨) وكشفت نتائجها عن وجود علاقة موجبة بين كلا من رهاب فقدان الهاتف والقلق الاجتماعي والوحدة النفسية، ووجود علاقة سالبة بين النوموفوبيا وكلا من تقدير الذات والانبساطية ويقظة الضمير والمجاراة، ودراسة أخري قام بها جيرجين، كاكير، ويلدريم Gergin, Cakir A Yildinm (2018) هـ. كذلك الكشف عن المتغيرات (مدة استخدام الهاتف الذكي مدة استخدام الإنترنت التي تسهم في تفاقم هذه الظاهرة) وكشفت نتائجها عن وجود فروق دالة إحصائيا في رهاب فقدان الهاتف وفقا للنوع في اتجاه الإناث، إذ كانت الإناث أكثر ميلا نحو إظهار سلوكيات النوموفوبيا، وأن العمر لم يكن له تأثير دال على انتشار رهاب فقدان الهاتف ،

أما مدة استخدام الهاتف الذكي اتضح أنه كلما كانت مدة الاستخدام طويلة (أكثر من أربع سنوات) زادت مخاطر ظهور سلوكيات ، وفى دراسة أخري ليلدز (2018) Yildiz وكشفت نتائجها عن وجود ارتباط موجب دال إحصائيا بين رهاب فقدان الهاتف والوحدة النفسية، كما اتضح أن وسائل التواصل الاجتماعي هو أكثر المتغيرات تنبؤا برهاب فقدان الهاتف ، وأن وجهة الضبط أقل المتغيرات تنبؤا برهاب فقدان الهاتف يليه متغير الوحدة النفسية والذي تنبأ بنسبة إسهام ٤١%؛ كما اجري جيزجن وزملاؤه (2018)،.Gezgin et al، واسفرت النتائج الي وجود علاقة موجبة دالة إحصائيا بين النوموفوبيا والوحدة النفسية، وأن الوحدة النفسية تتنبأ بمستويات رهاب فقدان الهاتف لدى المراهقين بنسبة ٢٠%،أجري جيزجاني وآخرون (Geatin et al., 2017) ، وكشفت نتائج الدراسة أنه وفقا لمستويات رهاب فقدان الهاتف في كلية اعداد المعلمين بتركيا "فجاءت أعلى من المتوسط وأن الطلاب يشعرون بالقلق من عدم القدرة على التواصل وعدم القدرة على الوصول إلى المعلومات بسبب الهاتف المحمول ، علاوة على ذلك ليس هناك فروقا معنوية من حيث ساعات استخدام الهاتف المحمول، فضلا عن انتشار رهاب فقدان الهاتف بدرجة أعلى عند الإناث بالمقارنة بالذكور، كما بينت النتائج انه كلما كان عمر الطالب كبير قلما نقصت النوموفوبيا ولكن كلما زاد استخدام الهواتف الذكية زادت رهاب فقدان الهاتف ،كما أجري العكوم (٢٠١٧) دراسة كشفت نتائجها عن أن رهاب فقدان الهاتف تنتشر لدى الإناث أكثر من الذكور، وأن عدد سنوات امتلاك الهاتف يرتبط طرديا برهاب فقدان الهاتف كما أسهم هذا المتغير بنسبة ١٦,٠٤% في التنبؤ برهاب فقدان الهاتف في حين لم يتنبأ النوع بالنوموفوبيا، أجري يلدريم وزملائه (٢٠١٦) ،Yildirm et al.، وتوصلت الدراسة إلى أنّ ٤٢% من الشباب يعانون من النوموفوبيا، وأن أكبر مخاوفهم تتعلق بالاتصال والوصول للمعلومات. كما توصلت إلى أن نوع الجنس ومدة ملكية الهواتف الذكية لهما تأثير على النوموفوبيا. كذلك توصلت إلى وجود فروق دالة

إحصائيا في سلوكيات النوموفوبيا بين طلاب الجامعات التركية في اتجاه الإناث. أما عن متغير العمر فتوصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا في درجات النوموفوبيا بين الطلاب الأصغر سنا (٢٠ سنة فأقل) والطلاب الأكبر سنا (أكثر من ٢٠ سنة،و)أجرى كلا من إبراهام وماتياس ووليام (Abraham, Mathias & Williams، 2014) دراسة وكشفت نتائجها ان هناك ارتباط بين النوموفوبيا ومتغيري (العمر، عدد مرات التحقق من الهاتف) الذين بدأوا باستخدام الهاتف لأول مرة في العمر من (١٥-١٨)سنة،والذين يتحققون من هواتفهم لأكثر من (٢٠)، كما أوضحت النتائج أن هناك فروق بين الجنسين في النوموفوبيا لصالح الذكور.

ومن خلال مما سبق عرضه يمكننا تحديد مبررات اجراء الدراسة كالاتى:-

- مبررات امبريقيه:-
- ندره في الدراسات السابقه التي اجريت على الحساسيه للقلق والوحده النفسيه والاستخدام اليومي كمنبأت برهاب فقدان الهاتف .
- وجود تعارض في الدراسات السابقه.
- ندره في تناول العينه محل اهتمامنا (المراهقين والمراهقات).

٢- المبررات النظريه :-

-تقديم طرق جديدة لقياس المتغيرات محل الاهتمام البحثي.

- الاضافه للانتاج الفكرى

٣-دوافع ذاتيه :-

تتمثل في الاهتمام والميول الشخصي بالموضوع بالاضافه إلى إلى احتكاكنا وملاحظتنا الدائمه للمراهقين المستخدمين لهذه الشبكه ، كل هذا ولد لدينا فضولا بحثيا للتعرف على الجانب السلوكي لاستخدام هذه الوسيلة ومدى تأثيرها على عينة البحث

فى ضوء ما سبق يمكننا بلورة مشكلة الدراسة الراهنة فى عدد من التساؤلات على النحو الاتى:

١- هل توجد علاقه ارتباطيه موجبه بين الحساسية لقلق ورهاب فقدان الهاتف لدى المراهقين من الجنسين ف ظل جائحه كورونا؟

٢- هل توجد علاقه ارتباطيه بين الوحدة النفسية ورهاب فقدان الهاتف لدى المراهقين من الجنسين في ظل جائحه كورونا؟

٣- هل توجد علاقه ارتباطيه بين فرط استخدام الهاتف ورهاب فقدان الهاتف لدى المراهقين من الجنسين في ظل جائحه كورونا؟

٤- هل تتنبأ متغيرات الدراسه برهاب فقدان الهاتف لدى المراهقين من الجنسين في ظل جائحه كورونا؟

٥- هل توجد فروق بين للمراهقين من الجنسين في متغيرات الدراسة ؟

٦- هل توجد فروق بين مراحل المراهقة في متغيرات الدراسه؟

مفاهيم الدراسة والاطر النظرية المفسرة لها

يعرض هذا الفصل اطارا نظريا مفصلا لمفاهيم الدراسة، حيث تم عرض مفهوم رهاب فقدان الهاتف ، وابعاده واعرضه والمظاهر السلوكية التى يمكن اتخاذها كمحكات تشخيصية للنوموفوبيا، والنظريات المفسرة لها،ومفهوم الحساسية للقلق ، وابعاده، والمفاهيم المرتبطة به ، وذكر النظريات المفسرة لها،ومفهوم الوحدة النفسية وابعاده ، وصور واشكال الوحدة النفسية والمفاهيم المرتبطة به مع عرض الوحدة النفسية وعلاقتها بالنوموفوبيا ، والفرق بين مفهوم الوحدة النفسية في مجال علم النفس وعلم الاجتماع ثم أسباب ومصادر الشعور بالوحدة النفسية ،النظريات المفسرة للوحدة النفسية، ومفهوم فرط استخدام الهاتف واضراره.

اولا مفهوم رهاب فقدان الهاتف والاطر النظرية المفسرة له:-

رهاب فقدان الهاتف "**Nomophobia**"

توجد تعريفات عديدة لرهاب فقدان الهاتف وفيما يلي عرض لبعض التعريفات

فقد عرفه (Wang et al., 2014) بأنه مشاعر الانزعاج أو القلق أو العصبية أو الضيق التي تنجم عن عدم الاتصال بالهاتف المحمول ، بل قد تسبب تفكيرا انتحاريا(شكر،٢٠١٩).

ويركز تعريف (Internatiaanl Business Times 2013) على مشاعر القلق الناجمة عن عدم توفر الهواتف المحمولة أو عدم إمكانية الوصول إليها فيعرف Nomophobia بأنه القلق الذي يواجه الناس عندما يشعرون أنهم لا يستطيعون الحصول على إشارة من برج الهاتف المحمول، أو عند نفاذ البطارية، أو نسيان أخذ الهاتف معهم ،و ببساطة عدم تلقي المكالمات أو النصوص أو البريد الإلكتروني والإخطارات لفترة معينة من الزمن، وباختصار، إنه خوف نفسي من فقدان الاتصال بالهاتف المحمول أو الاتصالل الخلوي(شكر،٢٠١٩)

في حين عرف (King et al 2013) نوموفوبيا بأنه: اضطراب في العالم الحديث، وقد استخدم مؤخرا فقط لوصف الانزعاج أو الفلق الناجم عن عدم توفر جهاز الهاتف المحمول أو جهاز كمبيوتر أو أي جهاز اتصال افتراضي آخرة للأفراد الذين يستخدمونه بشكل اعتيادي(شكر،٢٠١٩).

ويتبني الباحثين تعريف (Yildirim & Correia 2015) للنوموفوبيا والذي عرفه بأنه "الخوف من عدم الاتصال بالهاتف المحمول" أو الشعور بعدم الراحة أو القلق أو الخوف غير العقلاني الذي يعاني منه الأفراد عندما لا يتمكنون من استخدام هواتفهم المحمولة أو الاستفادة من الخدمات التي توفرها هذه الأجهزة"(شكر،٢٠١٩).

ولقد تتبني الباحثين المقياس الذي أعده (2014) Yildirim لقياس مستوى النوموفوبيا والذي يتكون من أربعة أبعاد فرعية هي:

البعد الأول: عدم القدرة على الاتصال[١]: يشير هذا البعد إلى مشاعر فقدان الاتصال الفوري مع الأشخاص وعدم القدرة على استخدام الخدمات التي ينتجها الاتصال الفوري، ويشمل أيضا مشاعر عدم القدرة على الاتصال بالأشخاص

البعد الثاني: فقدان الاتصال[٢]: يرتبط هذا البعد بمشاعر فقدان الاتصال في كل مكان توفره الهواتف الذكية، والانفصال عن هوية الشخص عبر الإنترنت (خاصة على وسائل التواصل الاجتماعي).

البعد الثالث عدم القدرة على الوصول إلى المعلومات[٣]: يعكس بعد عدم القدرة على الوصول إلى المعلومات، مشاعر القلق لفقدان الوصول إلى المعلومات عبر الهواتف الذكية وعدم القدرة على استرداد المعلومات أو عدم القدرة على البحث عن المعلومات على الهواتف الذكية

البعد الرابع: التخلي عن الرفاهية[٤]: يرتبط هذا البعد بمشاعر التخلي عن الرفاهية التي توفرها الهواتف الذكية، ويعكس الرغبة في الاستفادة من المزايا التي يوفرها امتلاك هاتف ذكي(شكر ،٢٠١٩).

أعراض رهاب فقدان الهاتف:

تم تضمين رهاب فقدان الهاتف ضمن الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات العقلية – الإصدار الخام (DSM- V) ككيان تشخيصي قائم بذاته، وذلك بناء على توصيات العديد من الدراسات التي أجريت في علاقات مختلفة والتي توصلت إلى شيوع وحداثة رهاب فقدان الاتصال بالهاتف المحمول في جميع أنحاء العالم، حيث اقترح تعديل معايير التشخيص الخاصة بمجموعة الرهاب، وتضمينه ضمن فئة الرهاب المحدد، والذي يتميز الخوف مفرط وغير عقلاني من كائن أو وضع محدد ،والذي يتم تجنيه بأي ثمن أو

1- Not being able to communicate
2- Losing Connectedness
3- Not being able to access information
4- Giving up convenience

تحمله بضيق شديد، ويؤدي إلى رد فعل شديد يمكن أن يكون جسميا وعاطفيا)شكر،٢٠١٩)

ولقد حدد (Yildirim 2014) العديد من المظاهر السلوكية التي يمكن اتخاذها كمحكات تشخيصية للنوموفوبيامنها:

١- –ظهور مشاعر القلق والخوف والعصبية عند فقدان الاتصال بالهاتف المحمول أو فقد شبكة الاتصال أو عند نقاد شحن بطارية الهاتف، أو إذا أوشك الرصيد على الانتهاء
٢- الحرص على أن يكون الهاتف المحمول مفتوحا طوال اليوم، وفي أثناء النوم
٣- القلق المترقب عند سماع رنة هاتف مشابهة ارنة الهاتف المحمول للشخص.
٤- الشعور بالقلق نتيجة فقد الاتصال بأفراد الأسرة أو الأصدقاء.
٥- الشعور بالتوتر في حال عدم القدرة على استقبال المكالمات أو الرسائل.
٦- الانزعاج الشديد في حال عدم القدرة للوصول إلى المعلومات من خلال الهاتف المحمول.
١- الضيق في حال عدم القدرة على متابعة الإشعارات التي تأتي على الهاتف.
٢- الضيق في حال عدم التمكن من الاطلاع على البريد الإلكتروني وكذلك التطبيقات الأخرى مثل الواتساب(شكر،٢٠١٩).

النظريات المفسرة لرهاب فقدان الهاتف:

نموذج التحكم في المطالب: الذي بجسد الخوف من الرهاب عندما يواجه الأفراد تهديدا اجتماعيا سابقاً أدى إلى التعرض للتوتر الزائد، علاوة على عدم الثقة في قدرتهم على التحكم في الظروف أو الوقت لتلبية المطالب التي تمثل تهديداً، فيزيد تعلقهم بهواتفهم، على اعتبار أنها وسيلة للتخلص من التهديد، والشعور بالأمان(شكر،٢٠١٩).

الاتجاه السلوكي (الاشتراط الإجرائي) : يمكن أن نفسر النوموفوبيا في ضوء مفهوم التعزيز الذي قدمه سكينر Skinner والذي يعد أداة قوية لتحليل الآليات التي تتحكم في سلوك الأفراد، فالنوموفوبيا تنتج عن السلوك المتكرر لاستخدام الهاتف الذكي، وتعد الوظائف التي يقدمها الهاتف من الألعاب والإنترنت وشبكات التواصل الاجتماعي وغيرها من التعزيزات الإيجابية الفرد، هذه التعزيزات تدفعه لاستخدام الهاتف الذكي لفترات طويلة ويضحى ببعض الالتزامات، ومن ثم يقع فريسة للنوموفوبيا (محمد،٢٠١٩)، فالاستخدام المفرط للهاتف سلوك متعلم، وقد يكون شهريا نتيجة لما يصحب هذا السلوك أو يسبقه من تدعيمات ايجابية في تحدث تعلقا قويا لبعض التطبيقات في الهاتف الذكي يجعل من الصعب على المستخدم اتخاذ قرار واع لإيقاف هذا السلوك، هذا بالإضافة إلى الافتراضية ولاستخدام كلمة مرور و بريد الكتروني وهي مستعار وغير حقيقي يتمكن الفرد من قول أو فعل ما يريد ويسمح له بالإفصاح عن رغباته وحاجاته وهوايته وشخصيته المختفية الدفينة وبذلك يدعم هذا السلوك و يتعزز بإشباع الحاجه للحب والاهتمام و للتقدير والارتياح الذي لا يتحقق في الحياة ،ومن ثم وفقاً للاتجاه السلوكي فان الممارسة والتكرار هي التي أوجدت إدمان الموبايل ، وهكذا فان أي فرد يصبح عرضة لإدمان الهاتف في أي عمر وفي أي وقت وأيا كانت الطبقة الاجتماعية أو الثقافية للفرد ،فوقها للاتجاه السلوكي ليس فقط وجود الدافع أو الهدف في حد ذاته، ولكن أيضا لابد من ممارسة هذا السلوك امرات عديدة، ثم يتم تدعيمه و تعزيزه بالشعور الداخلي الذي يتحقق الفرد بعد ادمانه للموبيل ، والأدهى من ذلك أن هذا الشعور لا يتغير في نوعه ولكنه يتغير في شدته ويصبح أشد وأشد بما يوقع الفرد في العديد من الاضطرابات السلوكية والنفسية والانفعالية بسبب إدمانه للهاتف(الجاسر،٢٠١٨).

نظرية الاتجاه الاجتماعي الثقافي: يؤكد الاتجاه الاجتماعي الثقافي على الجوانب الاجتماعية لاستخدام الهاتف المحمول ، فالناس يستخدمون الهاتف

المحمول في المقام الأول من أجل التفاعل الاجتماعي، والحاجة إلى التنشئة الاجتماعية، ويبحثون عن الأشخاص ليتواصلوا معهم كلما أرادوا ذلك، و يرى انصار الاتجاه الاجتماعي الثقافي طبقا للنوموفوبيا انه لا يمكن فهم أي اضطراب نفسي إلا عندما ينظر إليه في إطار البيئة الثقافية، وقد تمسكوا بحقيقة أن انتشار العديد من الاضطرابات النفسية تختلف وفقا للعمر وللطبقة الاجتماعية والخلفية الثقافية (الجاسر ،٢٠١٨).

النظرية المعرفية : تحظي التأثيرات المعرفية للسلوك بقدر كبير من الاهتمام ، وبخاصة عند تفسير المخاوف و القلق واضطرابات الهلع وعلاجها، إذ تؤكد التفسيرات المعرفية حساسية الناس الخائفين والمستهدفين للهلع لإدراك المؤشرات المنبئة بالخطر أو التهديد مثل فقدان التحكم أو الحرج أو الموت أحياناً ، وتفسر النوموفوبيا باعتبار أن فقد الهاتف الذكي يمثل خبرة مهددة تؤدي إلى تفاقم القلقين، فوفقا لنظرية بك Becl وأمري Emery فان القلقين من الجمهور هم سريعي التأثر و يرون العالم مصدراً للخطر والتهديد ومن ثم يظل شديدي التيقظ باستمرار لمواجهة أي تهديد محتمل من العالم، بينما يتجاهلون أو يهملون الهاديات الايجابية أو المطمئنة(الجاسر،٢٠١٨).

نظرية المحددات الذاتية: تنص على أن الأفراد يكونون متحمسين للعمل بطرق مختلفة لتلبية احتياجاتهم النفسية، حتى يتمكنوا من الحصول على شعور كامل بالذات، وهناك ثلاثة احتياجات أساسية وفقا لنظرية المحددات الذاتية: الكفاءة ، الترابط ، والاستقلالية ، ويعد الافتقار إلى أي من هذه الاحتياجات هو ما يؤثر على ظهور اضطراب النوموفوبيا، وفيما يتعلق باحتياجات الكفاءة، قد يشعر الناس بشعور بالتعلق بهواتفهم لأنه يزودهم بمجموعة كبيرة من المعلومات التي يمكن استرجاعها في أي وقت معين، على سبيل المثال، يمكنهم الحصول على بعض الإجابات من Google أو الاطلاع على GPS في حالة فقدهم للطريق أو التحقق من الأحداث على مواقع التواصل الاجتماعي الخاصة كما قد يحدث رهاب فقدان الاتصال بالهواتف المحمولة

لأن الأفراد يفتقرون إلى العلاقات، ويرغبون في البقاء على اتصال بمجموعاتهم الاجتماعية، ويمكن استخدام الهواتف الهروب من القلق، وقد يرحب الأفراد في القيام بذلك من أجل الشعور بالتوافق مع ذواتهم الحقيقية، وبالتالي تلبية احتياجاتهم الذاتية، بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن توفر وسائل التواصل الاجتماعي المزيد من الفرص للأفراد للتعبير عن أنفسهم من خلال الهوية عبر الإنترنت. فالنوموفوبيا قد تحدث لأن الأفراد يفتقرون إلى الكفاءة والارتباط واحتياجات الاستقلال الذاتي (شكر،٢٠١٩).

-**نظرية التعلق:** تفسر هذه النظرية النوموفوبيا على أنها نتيجة تعلق الأشخاص بهواتفهم المحمولة ويرتبط هذا التعلق براحتهم النفسية وشعورهم بالأمان لذلك يشعرون بعدم الارتياح عند الانفصال عن هاتفهم أو فقدانه، فوفقا لما قدمه ديفيد جرين فيك David Green Field فإن تعلق الفرد بالهاتف المحمول يشبه أنواع الإدمان الأخرى حيث يتضمن خللا في الدوبامين وهو أحد الناقلات العصبية والمسئولة عن تنظيم مركز مكافأة المخ أي إنه يقوم بدفع وتعزيز الأشخاص للقيام بالأشياء التي يعتقدون أنها مصدر المكافأة ففي كل مرة يستقبل الشخص إشعارا جديدا على هاتفه المحمول تحدث زيادة طفيفة في الدوبامين، تلزم الشخص بفتح الإشعار فورا والرد عليه في الوقت نفسه (محمد،٢٠١٩).

-**نظرية الذات الممتدة :** وفقا لهذه النظرية فإن ممتلكات الفرد يمكن أن تصبح امتدادا لذاته سواء بقصد أو بدون قصد، لذلك أوضح بيلك Belk عام ١٩٨٨ أن امتلاك الأفراد للهاتف الذكي هو امتداد لذواتهم المادية، فهم لا يستخدمونها كأدوات نفعية فحسب، ولكنها تدرك أيضا كأدوات فردية تعكس هويات وقيم المستخدمين، وذلك من خلال الاحتفاظ بذكريات عن الذات، وعن الآخرين هذه الذكريات تعكس هويات مستخدميها، ومن ثم ترسيخ الإحساس بامتداد الذات لذلك لا يرغب الأفراد فقط في البقاء بالقرب من هاتفهم، ويحجمون عن الانفصال عنه، وإنما يجدون كذلك صعوبة في رمية حتى وإن

لم تعد هناك حاجة عملية له. فالأفراد يشعرون الضيق والانفعالات السلبية الأخرى عندما ينفصلون عن ممتلكاتهم خاصة التي تعكس هويتهم (محمد،٢٠١٩).

نظرية التدفق الأمثل : تفترض هذه النظرية أن تكنولوجيا المعلومات تمثل خبرة ممتعة تجعل المستخدم لها يحافظ على مكاسبه منها حتى ولو بتكلفة أعلى فالتكنولوجيا تحدث الاعتماد عليها أو إدمانها اذ تجعل المستخدمين لها يضحون ببعض الالتزامات أو تجعلهم يقصرون أداء بعض النشاطات الاجتماعية أو الصحية(عبد الوارث،٢٠٢٠).

ثانيا مفهوم الحساسية للقلق والاطر النظرية المفسرة له:-

الحساسية للقلق[1]

- تعددت التعريفات المتعلقه بالحساسية للقللق حيث تشير الى الدرجة التى يصبح عندها خوف الفرد قلقا يعتقد فيه ان ذلك سيترتب عليه عواقب خطيره فعليه جسمية واجتماعيه ونفسيه ، اى خوف من علامات القلق الداخلى من خلال الاعتقاد بانها قد تؤدى الى عواقب خطيرة اى ميل الشخص الى اساءة فهم الاحاسيس الجسمية (زيادة معدل ضربات القلب- العرق- توتور العضلات-صعوبه التركيز- الصداع) والاعتقاد بان تلك الاحاسيس الجسمية لها عواقب اجتماعيه ومعرفيه ونفسيه خطيرة.

وهى الدرجة التى يحصل عليها الفرد فى مقياس مؤشر حساسية القلق.(محمد،٢٠١٤)

- تعرف الحساسية للقلق : على انه الخوف من الاحاسيس المتعلقه بالاثارة الناشئه عن المعتقدات بان الاحاسيس لها عواقب سلبيه مثل (الموت – الرفض الاجتماعى) (Norman B &Schmidt Darin R&Lerew Robert 1997).

1- **Anxiety sensitivity**

- ينظر الى الحساسية للقلق على انها انواع مختلفه من اضطرابات القلق فى ذلك اضطراب الهلع، القلق الاجتماعى،الرهاب المحدد،اضطراب ما بعد الصدمه) (Norman B &Schmidt Darin R&Lerew Robert 1997).
- تعرف حساسيه القلق على انها القلق او الخوف ، او كليهما، المصاحبه للقلق الفسيولوجى والتفييمى والمعرفى ، ومن الضرورى ان يفسر الفرد الذى يعانى من القلق الشديد من اعراض (تسارع ضربات القلب_ الدوخه _ ضيق التنفس _ والصداع وما الى ذلك) علامات على الموت الوشيك من الشخص اقل حساسيه لمشاعر القلق.
- الميل الى اساءة تفسير اعراض القلق بشكل كارثى يتغذى مرة اخرى الى تجربه الفرد فى الحرب وتخلق حلقه مفرغه قد تبلغ ذروتها فى نهايه المطاف فى تجربه نوبه الهلع.
- من الناحيه النظريه يجب ان تكون حساسيه القلق بمثابه مؤشر لتطور ردوج الفعل الذعر فى ظل المواقف او الظروف التى تثير اعراض القلق (Sbrocco&Suchay،١٩٩٩).

تشير حساسية القلق إلى الاعتقاد بأن الأحاسيس المرتبطة بالقلق (مثل الوعي بضربات القلب وزيادة معدل ضربات القلب والارتعاش وضيق التنفس) لها عواقب اجتماعية ونفسية و / أو جسدية سلبية شديدة (كريس هـ، جويل ك، بارتايلور.٢٠٠٢).

تشير حساسية القلق إلى المدى الذي يعتقد فيه الفرد أن الإثارة اللاإرادية يمكن أن يكون لها عواقب ضارة.

على سبيل المثال، قد يعتقد الأفراد الذين يعانون من حساسية عالية للقلق أن ضيق التنفس يشير إلى الاختناق أو أن خفقان القلب يشير إلى نوبة قلبية، في حين أن أولئك الذين يعانون من حساسية منخفضة للقلق يعانون من هذه الأحاسيس على أنها غير سارة ولكنها غير مهددة.

يعتقد أن الحساسية للقلق هي نشاط مستقر يشبه السمات قد يسبق تطور نوبات الهلع

يفترض أن الاختلافات الفردية في الحساسية القلق تنشأ من مجموعة متنوعة من التجارب التي تؤدي في نهاية المطاف إلى اكتساب معتقدات حول الآثار المحتملة للإثارة وقد تشمل هذه التجارب سماع الآخرين يعبرون عن خوفهم من مثل هذه الأحاسيس، وتلقي معلومات مضللة عن ضرر أحاسيس معينة، ومشاهدة حدث كارثي مثل النوبة القلبية القاتلة لأحد أفراد أسرته، وما إلى ذلك. وبالتالي، فإن الحساسية القلق تشكل استعدادا للقلق النامي ولا تتطلب تجربة القلق أو الذعر في تطورها.(نورمان، دارين،روبرت.١٩٩٧).

يرتبط بناء حساسية القلق ارتباطا وثيقا بالخوف من الخوف (ريس وماكنالي، ١٩٨٥).

تعددت التعريفات المتعقله بالقلق حيث تبنى الباحثيين هذا المفهوم لانه متضمن ابعاد الحساسية للقلق (البعد المعرفى- الاجتماعى- الفسيولوجى)

-حيث تشير الى الدرجة التى يصبح عندها خوف الفرد قلقا يعتقد فيه ان ذلك سيترتب عليه عواقب خطيره فعليه جسمية واجتماعيه ونفسيه ، اى خوف من علامات القلق الداخلى من خلال الاعتقاد بانها قد تؤدى الى عواقب خطيرة اى ميل الشخص الى اساءة فهم الاحاسيس الجسمية (زيادة معدل ضربات القلب- العرق- توتور العضلات-صعوبه التركيز- الصداع)والاعتقاد بان تلك الاحاسيس الجسمية لها عواقب اجتماعيه ومعرفيه ونفسيه خطيرة.

وهى الدرجة التى يحصل عليها الفرد فى مقياس مؤشر حساسية القلق.(محمد،٢٠١٤)

-هناك ثلاث ابعاد رئيسية للحساسية للقلق وهى كالاتى:-

(١) الخوف من ردود الفعل للقلق الملحوظ بشكل علنى على سبيل المثال الخوف من العرق التى قد ينتج عن ان شيء ما سيؤدى للشعور بالحرج.

(٢) الخوف من عدم الضبط المعرفى وعلى سبيل المثال الخوف من صعوبات التركيز التى قد تنبع من الاعتقاد بان تلك الصعوبات من الممكن ان تؤدى الى المرض.

(٣) الخوف من المشاعر والاحاسيس الجسديه على سبيل المثال الخوف من زيادة خفقان القلب الذى قد تؤدى الى نوبات قلبية.

يتميز المفهوم حساسيه للقلق النفسى عن المفاهيم المختلطه به (مثل الحساسية الانفعاليه – القلق النفسى- القلق الاجتماعى)

الحساسيه الانفعاليه[١]

هى التاثر الشديد بمواقف عاديه لا يعبا بها الاخرون، والشخص الحساس انفعاليا هو الشخص الذى يتاثر اكثر من اللالزم بالعوامل الخارجيه المحيطه به والخارجه عنه فقد يفسر على اكثر مما تحتمل ويفسر النظره والحركه بحيث يبالغ مبالغه لا معنى لها .(ابو مطير،٢٠١٣).

كما عرفت عفيفه طه ياسين (٢٠١٩) الحساسية الانفعاليه بانها تهويل الشخص للمواقف الحياتيه التى يمر بها وتضخيمها اكثر مما يتطلب الموقف، بلاضافه الى عدم قدرته على الثبات بالنضج الانفعالى.(حليم،٢٠٢٠).

القلق النفسى[٢]

عبارة عن رده فعل على الخطر الناجم عن الفقدان او الفشل الواقعى او المتصور والمهم شخصيا للفرد ، حيث يشعر الفرد جراء هذا الفقدان او الفشل.(معالى،٢٠١٣).

القلق الاجتماعى[٣]

هو اضطراب عقلى تتميز بالقلق المستمر والتجنب من المواقف الاجتماعيه.

1- Emotional Sensitivity
2- Psychohogical anxiety
3- Social Anxiety

تعرفه هويدة حنفى(٢٠١٣) بانه خبره معرفيه وانفعاليه وانفعاليه وسلوكيه تستثار من خلال ادراك الفرد للمواقف الاجتماعى بطريقه سلبيه، مع تركيزه على احتمالات التقييم السلبى له من قبل الاخرين، وهذه الخبره ليس لها ما يبررها من الناحيه الموضوعيه لانها تولد معتقدات ليس لها اساس منطقى تبنى عليه.(حميده،٢٠١٨).

الاطر النظرية المفسره لمفهوم حساسية القلق هى :-

(١) نظرية التوقع

على الرغم من ذلك التعريف الحساسية للقلق يرجع الى نظرية التوقع فقد ذكر منظرون Fenichel 1895 Freud 1945 على مدى القرنين الماضيين دور الخوف من القلق او الخوف من الخوف فى حدوث اضطرابات القلق فقد ادت خبرة فرويد مع اضطراب الرعب الى انه ذكر فى حاله الخلاء غالبا ما يقودنا تذكر القلق الى تجنب المواقف التى لا نستطيع الهروب منها .

ويرى Fenichel 1945 ان كثيرا من هستريا القلق تتطور من عمليات دفاعيه يحدث فيها القلق بسبب صراعات لا شعورية حيث تمثل بؤرة الاحساس بالقلق ، وفى سنه ١١٢١ تبنى Rosenberg فكرة ابعد من ذلك وتصور ان القدرة على تحمل احاسيس القلق تعتبر من الفروق الفردية فى حين راى Frankl 1959 ان الافراد الذين تم اهانتهم بسبب خجلهم غالبا ما ينتهى بهم الامر الى قلق كبير وعى الرغم مما قيل عن دور الخوف من الخوف ، فقد ظهرت القيمه الاكلينكيه للتعريف والعلاج بوضوح فى السنوات الاخيره فى مجال نوبات الرعب ورهاب الخلاء ، وعندما راجع Peterson&SReiss 1986 الادب التاريخى حول الخوف من احساسات القلق والدراسات الحديثه حول الرعب والاضطرابات المتصله ، وجدوا تشابها فى تصور الحساسية للقلق فى التوجهات النظريه وعرفا الحساسية للقلق من منظور النظريات السيكوديناميه والمعرفيه .

والتعلم على انه الخوف المرتبط بمشاعر القلق والمعتمد على معتقد ان

لتلك المشاعر نتائج جسديه ونفسيه واجتماعيه ضارة.

على سبيل المثال الشخص الذى يعانى من الفوبيا القيادة سوف يعانى من القلق اذا طلب منه القياده فالفرد اذا كان يعانى من حساسية مرتفه للقلق فانه سوف يكون قلقا من كونه قلق ومن ثم يكون الخوف من القيادة كبير .

حيث تركز نظرية التوقع على الفروق الفرديه بين الافراد فاذا كان لدى الشخص حساسية للقلق مرتفعه فمن المتوقع ان يتطور لديه الخوف او الفوبيا من المواقف التى تنشط خوفه الاساسى فتصبح الحساسية للقلق متغيرا شخصيا يعمل كمضخم للقلق.

(٢) نظرية السلوكية

تركز النظريات السلوكية او نظريات التعلم على التشريط الكلاسيكى او الاجرائى فعلى عكس نظريه التوقع التى تركز على الفروق الفرديه ، افترض Chambless&Goldstein 1978 فى عملهما حول رهاب الخلاء ان الخوف من الخوف ينتج من وجود خبره نوبه الخوف وانه حتى بعد النوبه الخوف ، فقد تصبح الاحساسات الجسدية مرتبطه بظهور الخوف المرتبط بنوبه الخوف فعلى سبيل المثال اذا كان الفرد يعانى قصر التنفس اثناء النوبه فقد يعانى فى المره التاليه من قصر التنفس حتى لو من صعود سلالم المنزل ، وذلك لان هذا الاحساس اصبح مثيرا شرطيا للخوف كما ان تجنب الانشطة التى ينتج عنها الشعور بالخوف اشتراطا اجرائيا تم تعزيزه بالهروب (تعزيز سلبى) علاوة على التعزيز الاجتماعى الايجابى المحتمل فى شكل الانتباه ، وبمجرد ظهور الاحساسات المتصله بالقلق يمنع السلوك التجمبى الشخصى من ادراك الاحساسات المتصلة بالقلق (على سبيل المثال ضربات القلب المتزايدة– قصر التنفس)

(٣) نظرية المعرفية

تركز النظرية المعرفيه على سوء التاويل المعرفى فى تفسير تطور القلق،

وقد اعترف Reiss 1991 فى كتابه عن نظريه التوقع ان الحساسية للقلق تعرف فى ضوء المعتقدات غير العقلانيه ، وذلك بتشابه النموذج المعرفى فى عزو نوبه الهلع .

ان حساسية القلق تبد عندما يدرك الفرد ان المثير يمثل مصدرا للتخديد وسوء تاويل الاحساسات الجسديه عهلى انها علامات للخطر ، مما يؤدى بدوره الى مزيد من القلق المتصل بالإحساسات الداخلية ، وفى نهايه تعزز التأويلات الخاطئه نوبه الهلع وبالتالى يستمر خوف الفرد من الاحساسات الجسدية المتصله بالقلق.(محمد،٢٠١٤).

-العلاقة بين الحساسية للقلق وألامراض النفسية :

على الرغم من التصور المبدئي للحساسية للقلق كميكانزم مسبب للخوف فقد دل مركب الحساسية للقلق بشكل ضمني على عدد من ألمراض النفسية مثل اضطرابات القلق،واالكتئاب،وإساءة استخدام المواد وأللم المزمن،وتبين في دراسة لتشخيص القلق أن ألفراد ذوي اضطرابات الهلع لديهم معدالت

أكثر ارتفاعا من الحساسية للقلق من ألفراد ذوي الفوبيا االجتماعية واضطراب القلق وقد أوضحت أبحاث التحليل العاملي لمؤشرات ومقاييس الحساسية للقلق، أن الحساسية للقلق تعتبر في حد ذاتها عامال عاما وفي نفس الوقت تتضمن ثالثة أبعاد هي الخوف من أعراض القلق الجسمية والمعرفية واالجتماعية. وعلى الرغم من أن الحساسية للقلق عامل مشترك عام، فإن ألبعاد الفرعية لها أوضحت اختالفا باختالف الاضطرابات النفسيه (محمد.٢٠١٤).

ثالثا مفهوم الوحدة النفسية[1]:-

اختلفت الآراء ووجهات النظر حول مفهوم الوحدة النفسية كما هو الحال في ياقي المصطلحات النفسية والتربوية، ولهذا الاختلاف أسباب عديدة منه كما أوردها

1- Loneliness

أولا :الحداثة النسبية للمصطلح في الدراسات النفسية

ثانيا :طبيعة العلاقة بين مفهوم الوحدة النفسية وغيره من المفاهيم المرتبطة به مثل الاكتئاب والاغتراب والعزلة الاجتماعية.

ثالثا : اختلاف المنطلقات النظرية للباحثين.

فيعرفها دينايز، هامرتا بانها "انفعال يتم استثارته في حالة وجود خلل واضطراب كمي أو كيفي في العلاقات الاجتماعية لدى الفرد".

أما ديميرلي وديمر (٢٠١٤) Demirli& Demi عرفا الوحدة النفسية بأنها "خبرة غير سارة تظهر عندما يكون لدى الشخص نقص في كم شبكة العلاقات الاجتماعية ونوعيتها".

ويتفق التعريف السابق مع تعريف كابيتو (٢٠١٥) Caputo إذ عرفها بأنها "خبرة ذاتية يتعرض لها الفرد تتضمن الشعور بالفراغ والعزلة ونقص مشاعر الرضا عن العلاقات الإنسانية الحميمة، فهي تشير إلى الاشتياق الانفعالي للارتباط بالآخرين وتكوين علاقات اجتماعية ذات معنى معهم"

بينما ترى روكاتش (Rokuch, 1988 , P ٥٣١) أن الشعور بالوحدة النفسية هو شعور مؤلم ونتاج تجربة ذاتية مخبرة ذاتيا وبشكل متفرد، وهذا الشعور ناتج عن شدة الحساسية الفجة وشعور الفرد بأنه وحيد بعيد عن الجميع، والشعور بأنه غير مرغوب فيه ومنفصل عن الآخرين، ومقهور بالألم الشديد، وترى أيضا أن هذا الشعور ناتج عن الغياب المدرك للعلاقات الاجتماعية المشبعة وهو شعور مصحوب بأعراض الضغط النفسي.(شيرين. ٢٠١٧)

تعريف بيرلمان وبيبلو (١٩٨١) ، اللذين عرفا الشعور بالوحدة. على أنها "التجربة غير السارة التي تحدث عندما تكون شبكة العلاقات الاجتماعية للفرد ناقصة بطريقة ما مهمة ، سواء من الناحية الكمية أو النوعية"(محمد. ٢٠١٩).

فالوحدة النفسية كما ترى روكانش آنها جاءت من كلمتي (Alone

Lonely) مصطلحين مشتقان من نفس الكلمة الانكليزية (All one) إلا إنهما ليسا مترادفين فمن الممكن أن يكون وحيدا (Lonely)٣ بدون أن ينفرد بنفسه (Alone) ومن الممكن أيضا أن يكون الإنسان الإنسان و منفردا بنفسه و ه ولا يشعر بالوحدة النفسية لان الانفراد بالنفس(Aloneness) والذي يعني البعد عن الآخرين والأهل والاصدقاء يختلف عن الوحدة النفسية (Loneliness) الذي يعاني منها الفرد حتى ولو كان بين أهله واصدقائه(مخلف، فرحان. ٢٠١٣).

وتتبنى الباحثة في دراستها تعريف (الدسوقي، ٢٠١٣: ١٩) للوحدة النفسية بأنها "إحساس الفرد بوجود فجوة نفسية بينه وبين المحيطين به نتيجة افتقاده لإمكانية الانخراط أو الدخول في علاقات مشبعة ذات معنى معهم، ما يؤدي إلى شعوره بعدم التقبل والنبذ وإهمال الآخرين له، رغم أنه محاط بهم".(محمد. ٢٠١٩).

ويتفق الباحثون على وجود خاصيتين للوحدة النفسية، الأولى: أنها تعتبر خبرة غير سارة مثلها مثل الحالات الوجدانية غير السارة كالاكتئاب والقلق، والثانية: أنها كمفهوم تختلف عن الانعزال الاجتماعي Social isolation، وهي تمثل إدراكا ذاتيا للفرد بوجود نواقص في شبكة علاقاته الاجتماعية Social-network، فقد تكون هذه النواقص كمية مثل عدم وجود عدد كاف من الأصدقاء، أو قد تكون نوعية مثل نقص المحبة أو الألفة مع الآخرين (& Peplau

(كما قدم راسيل Russell وآخرون) شكلين رئيسين للشعور بالوحدة النفسية هم :-

(١) **الوحدة النفسية العاطفية** : ويعتبر داخلي المنشأة ويحدث نتيجة عدم الإشباع في العلاقات العااطفية للفرد مما يدفعه للبحث عن تلك العلاقات الحميمة الدافئة من خلال الاندماج مع الآخرين

٢-**الوحدة النفسية الاجتماعية** : وتعتبر خارجية المنشأ وتحدث نتيجة عدم

كفاية العلاقات الاجتماعية للفرد مما يدفعه للبحث عن مجموعات تشاركه الميول والاهتمامات والأفكار(مخلف، فرحان. ٢٠١٣).

ابعاد الوحدة النفسية وفقا لروكاتش

١-**اغتراب الذات** : وهو شعور الفرد بالفراغ الداخلي والانفصال عن الآخرين واغتراب الفرد عن نفسه وهويته والحط من قدر الذات

٢- **العزلة في العلاقات الشخصية المتبادلة** : ويتمثل ذلك في مشاعر كون الفرد وحيدا انفعاليا وجغرافيا واجتماعيا وشعور الفرد بعدم الانتهاء ونقص في العلاقات ذات المعنى لديه حيث يتكون العنصر الآخرين عباس المودة وإدراك الفرد للغياب الاجتماعي والشعور بالحالات والهجر .

٣- **ألم / صداع خفيف** : وتتمثل في الهياج الداخلي والثورات الإنفعالي للفرد وسرعة الحساسية والغضب وفقدان القدرة على الدفاع والإرتباك والاضطراب واللامبالاة، الذين يستهدف لهم الأفراد الشاعرون بالوحدة

٤- **ردود الأفعال الموجعة والضاغطة** : ويتكون ذلك نتاج مزيج من الألم والمعاناة والخبرة المعاشة للشعور بالوحدة النفسية والمتضمنة للإضطراب الألم الذي يعايشه الأفراد الشاعرين بالوحدة النفسية.(شيرين. ٢٠١٧)

-صور و أشكال الوحدة النفسية:

قسم قشقوش الوحدة النفسية إلى ثلاثة أنواع رئيسة هي:

١ - الوحدة النفسية الأولية:

وهي اضطراب ف إحدى سمات الشخصية المرتبطة بالانسحاب الانفعالي، ويؤثر في

عدد كبير من صور وأشكال السلوك الاجتماعي، وهذا النوع ينقسم إلى قسمين:

أ- الوحدة النفسية الناتجة عن تخلف نماني في الشخصية: ويقصد به تباطؤ أو تخلف في التتابع الطبيعي لنمو الشخصية.

- الوحدة النفسية الناتجة عن قصور في السلوك:

وهذا النوع يرتبط بعجز أو قصور في الوظائف النفسية التي تحكم عملية التفاعلات الشخصية المتبادلة.

٢- الوحدة النفسية الثانوية:

وهي تمثل استجابة الفعالية من جانب الفرد لتغيير ما يحدث في بيئته، ويترتب عليه حرمان الفرد من الانخراط في علاقات هامة كانت متاحة لديه قبل حدوث هذا التغيير، ومع افتقاد الفرد لهذه العلاقات يصبح غير قادر على أن يفي بمتطلبات بعض الأدوار والممارسات الهامة في حياته وهذا النوع يرتبط بثلاثة محاكاة هي:

أ- نتيجة تمزق مفاجئ في البيئة الاجتماعية للفرد.

ب- تحدث فجأة كاستجابة لحرمان مفاجئ.

ج- تسكن عندما يتغير الموقف المؤلم الذي طرأ على حياة الفرد.

٣- الوحدة النفسية الوجودية:

يعدها بعض الفلاسفة أنها حالة إنسانية طبيعية يتعذر الهروب منها، إلا أن الوحدة النفسية الوجودية يمكن أن تعكس كذلك فترة ما من فترات النماء النفسي لأن خبرة الإحساس بالوحدة النفسية تميل في بعض الحالات إلى أن تحرر ما قد يكون لدى الفرد من طاقات وإمكانات ابتكارية مثل التقدم التكنولوجي الذي يعتبره الباحثون مصدرا للإحساس بالوحدة النفسية الوجودية.

وتشير دراسات أخرى إلى أن الوحدة النفسية ترتبط باضطراب الصحة النفسية:فيذكر ويس Weiss أن الوحدة النفسية ظاهرة معقدة ترتبط بعوامل كثيرة بعضها

شخصي وبعضها اجتماعي وتظهر نتائجها في شكلين:

١) عام: ويبدو في شكل حزن.

٢) خاص: ويبدو في شكل انفعالات سالبة (حسين، ١٩٩٤: ١٩٠).

كما أن بعض الدراسات الأخرى قد ذكرت أن هناك تقسيما آخر ذكره كل منويس Weiss فايس (١٩٧٣) يشيران فيه على نوعين من الوحدة وهي:

١- الوحدة النفسية الانفعالية:

وهي تنتج عن نقص العلاقة الوثيقة والودودة مع شخص آخر أي غياب العلاقات الحميمة و المودة و الألفة مع الاشخاص المقربين للفرد، و غياب الارتباط الانفعالي. و تتسم بفقد رمزي ذي مغزى هام في حياة الفرد أو نقص رابطة ودودة.

٢- الوحدة النفسية الاجتماعية:

وهي تنتج عن نقص في نسيج العلاقات الاجتماعية التي يكون الفرد فيها جزءا من مجموعة من الأصدقاء يشتركون في الاهتمامات والأنشطة وهذا النوع من الوحدة يواجه الأشخاص الذين ينتقلون إلى بيئة جديدة.

و-يذكر كل من النيال (١٩٩٣) وجاب (تم تقسيم الأنواع من قبل يونج أيضا وفق الثلاث انواع الاتيه :-

١-الوحدة النفسية العابرة:

والتي تتضمن فترات من الوحدة على الرغم من حياة الفرد الاجتماعية تتسم بالتوافق والموائمة.

٢- الوحدة النفسية التحولية:

وفيها يتمتع الفرد بعلاقات اجتماعية طيبة في الماضي القريب ولكنهم يشعرون بالوحدة النفسية حديثا نتيجة لبعض الظروف المستجدة كالطلاق، أو وفاة شخص عزيز .

٣- الوحدة النفسية المزمنة:

والتي قد تستمر لفترات طويلة تصل إلى حد السنين، وفيها لا يشعر الفر بأي نوع من

أنواع الرضا فيما يتعلق بعلاقاته الاجتماعية. وفي الواقع فإن النوعين

الأوليين شائعان ولكنهما لا يصلان إلى حد التطور للدخول في نطاق دائرة الوحدة النفسية المزمنة. ومن ثم يتضح أن الوحدة النفسية هي نتاج العزلة الانفعالية وكذا الاجتماعية وتتراوح من كونها عابرة إلى أن تصل إلى حد الوحدة النفسية المزمنة.(منال ٢٠١٣).

تتميز المفهوم عن المفاهيم المختلطة به مثل(العزله الاجتماعيه- الانطواء)

العزلة الاجتماعيه[١] (Social isolation)

عرف عبد الرحمن العيسوى (١٩٩٩) ان العزله الاجتماعيه عباره عن وجود نقص فى السلوك الاجتماعى ، وعجز فى القدره على اقامه روابط عاطفيه او انفعاليه سويه مع الناس الاخرين، وتحاشى التفاعل الاجتماعى(سليمان،عوض،كرم الدين،٢٠١٩)

الانطواء[٢] (Introversion)

يعرفه الفيلسوف الالمانى (سيرنجر) يعرف الانطوائى بقوله هو الشخص النظرى فى طبيعته ويتحاشى المشاركات فى الحاه الاجتماعيه والسياسيه وهو غير عملى (عبد الامير،٢٠١٩)

- **الاغتراب النفسي** : هو عبارة عن شعور الفرد بالانفصال النسبي عن ذاته، أو عن مجتمع

كليهما ، وبمعنى آخر شعور الفرد بأن ذاته ليست واقعية أو تحويل طاقاته وشعوره بعيدا عن ذاته (مخلف، فرحان. ٢٠١٣).

الوحدة النفسية وعلاقتها بالنوموفوبيا

إن البقاء على اتصال من خلال الهاتف المحمول في الحياة الاجتماعية يبدأ في مرحلة الطفولة في مناطق كثيرة من العالم؛ فالهواتف الذكية تقنيةجديدة

1-
2-

تغير أنماط الحياة الاجتماعية وتزيل الحدود الاجتماعية وخلال مرحلة الانتقال من الطفولة إلى المراهقة يزداد استخدام الوسائط، وأغلب المراهقين يقضون وقتهم على منصات التواصل الإلكترونية، ما يسبب تغييرا في أنماط حياتهم وتغيير نمط علاقاتهم الاجتماعية، ونتيجة لذلك فإنها تقيد حياتهم داخل حدود هذا العالم التكنولوجي، وفي الوقت نفسه يعتقد المراهقون أن استخدام التكنولوجيا، وخاصة الهاتف الذكي يحسن من مكانتهم الاجتماعية بين الآخرين لذا يشعرون بالتعلق أكثر بالهاتف (Gezgen& Cakir،٢٠١٦). ونتيجة لهذا التعلق بالهاتف المحمول وخاصة الذكي منه يشعر الفرد بصعوبة الاستغناء عن هاتفه والعيش بدون هذا الرفيق؛ فحينما يبتعد عن هاتفه يشعر كأنه ضائع يحس نفسه تائها وتغيب عنه حالة الأمن، وعندما يشعر أن أحدا ما يشغله عن هاتفه أو يصرفه عنه فإنه يحاول الابتعاد قدر الإمكان عن هذا الشخص الذي يقف عثرة أمامه للتواصل مع هذه التقنية، وهذا يؤدي إلى تحجيم التواصل الاجتماعي بل انعدامه في الحياة الحقيقية لدى بعض الأفراد في بعض الحالات، كما يعني أيضا تقليل الخروج من البيت، ومن ثم تقليل التواصل مع الآخرين وهذا يؤدي إلى تقليل الارتباط بالعالم الخارجي وإلى التوقع.(محمد. ٢٠١٩)

-الفرق بين مفهوم الوحدة النفسية في مجال علم النفس وعلم الاجتماع:

لخص تيرنرز (١٩٦٠) Turnersوجهة نظر الباحثين في هذين المجالين بخصوص الوحدة النفسية فقال: "إن الشخص يعتبر وحيدا من وجهة نظر علم النفس عندما يعي أو يشعر بعزلته في وحدته، ويبدو مكتئبا أو مهموما من جراء إحساسه بالوحدة، ويترتب على هذا الإحساس أن ينأى الفرد بنفسه أو يبتعد عن المجتمع، ويبدو بلا رفيق أو صديق ويشعر تبعا لذلك كما لو كان مقفرا من الوجهة النفسية أو المعنوية[1] حيث برى كل من سيرمات Sermat

1- Spirituallyisolated

وبيرلمان وبيبالو Perlman and Peplau وموستكاز Moustakas وجودرن Jodron بأن الوحدة النفسية هي: الشعور بالحرمان ينشأ عندما يحدث خلل في شبكة العلاقات الاجتماعية للفرد التي كانت لديه في وقت ما أو التي يود أن تكون لديه ويؤدي هذا الخلل إلى الشعور بالفراغ العاطفي (خضر والشناوي، ١٩٨٨، ص١٣١-١٣٢).

كما عرف كل من لينتش Lynch وليدرمان Liederman وروكاتشAmi,Rokach بأنها: "حالة يشعر فيها الفرد بالوحدة أي الانفصال عن الآخرين وهي حالة يصاحبها معاناة الفرد لكثير من ضروب الوحشة[١]، والاغتراب[٢]، والاعتمام[٣]والاكتئاب[٤]من جراء إحساسه بالوحدة". (العباسي، ١٩٩٩ص .(19), (Lynch, 1977p 41).(Rokach, 1988p 531)

بينما يرى فلاندرز Flanders الوحدة بأنها: "عبارة عن حيلة توافقية مرتدة تنقل الفرد من حالة يعايش فيها ضغطاً نفسياً من وجود نقص في اتصالاته البشرية إلى حالة أكثر مثالية من الاتصال البشري سواء في الكم أنو النوع" (خضر والشناوي، ١٩٨٨ ،ص١٣٢).

وترى شفير الوحدة النفسية بأنها: "الرغبة في الابتعاد عن الآخرين والاستمتاع بالجلوس منعزلا عنهم مع صعوبة القدرة على التودد إليهم، وصعوبة التمسك بهم بجانب الشعور بالنقص وعدم الثقة في النفس، وأنه غير محبوب عاجز عن الدخول في علاقات اجتماعية قوية مع الآخرين ولا يتفاعل معهم بشكل إيجابي ومقبول وهو شخص لا يثق أما بالنسبة لعلماء الاجتماع فيتحدد المفهوم بمدى عزلة الفرد اجتماعيا عن الآخرين، أي في ضوء مدى إشباع حاجة الفرد إلى الانخراط في علاقات اجتماعية مع آخرين، وذلك من خلال ارتباطه وتفاعله مع هؤلاء الآخرين وتواصله بهم" (قشقوش،١٩٨٨،ص ١٩٠).

1- Lonesome
2- Alienation
3- Déjection
4- Depression

وقد أكد علماء الاجتماع على نحو متزايد أن الوحدة النفسية ماهي إلا خبرة ذاتية و ليست مرادفة لمصطلح العزلة الاجتماعية الموضوعية، حيث أن الأفراد يمكن ان يكونوا واحدهم لا يشعرون بهذه الخبرة، و ربما قد يشعر بهذه الوحدة النفسية مع العلم انهم في حشد أو مجموعة من الناس، و وفقا إلى هذا الفرق الجوهري بحسب علماء الاجتماع ، فإن علماء النفس أخذوه بعين الاعتبار وكان جل تركيزهم على الخبرة الذاتية الخاصة بالوحدة النفسية(منال،شيرين. ٢٠١٣، ٢٠١٧).

أسباب ومصادر الشعور بالوحدة النفسية:

يمثل الشعور بالوحدة[١] حالة نفسية قد تنتج عن وجد ثغرة بين العلاقات الواقعية للفرد وبين ما يتطلع إليه من علاقات الوحدة النفسية لها أسباب متعددة، بعضها يعود لطبيعة الأشخاص أنفسهم، ويعود البعض الآخر لاضطرابات كمية أو كيفية في شكل العلاقات الاجتماعية.

ولقد اختلفت آراء الباحثين وتباينت حول المسئول عن الوحدة النفسية هل هو الفرد نفسه أو البيئة أم كلاهما.

حيث يرى ويس (١٩٩٤) Weiss أن الشعور بالوحدة النفسية يمكن أن نعزوه إلى:

-المواقف الإجتماعية[٢]

-الفروق الفردية[٣] أو ما يعرف بمجموعة الخصائص الشخصية[٤] التي تساعد على شعور الأفراد بالوحدة النفسية مثل الخجل والانطواء، والعصابية مع وجود اختلافات فردية لدى الأفراد.

في حين يرى (١٩٩٧) Roy أن الوحدة النفسية هي نتيجة للحاجة

1- Loneliness
2- Situational
3- Individual
4- PersonalCharacters

للشعور بالانتماء، فلكل فرد ثلاث حاجات نفسية.

١-الحاجة للحب والمشاركة الوجدانية.

٢-الحاجة إلى وجود طرف آخر يتفهم المشاعر والأحاسيس المختلفة.

٣-الحاجة لوجود من يشعر المرء بالاحتياج إليه.

- عدم قدرة الفرد على الانخراط في علاقات مشبعة مع الآخرين وعدم القدرة على كسبالأصدقاء أو قلة عددهم مما يجعله أكثر قلقا أو عصابية فيكون غير محبوب من الآخرين وهذا ينطبق مع تعريف جالوب Gallup للوحدة النفسية.

- نزعة الفرد للشك في دواقع الناس، وشعوره بالتشاؤم، واعتقاده أن الأحداث الخارجية تتحكم في حياته، وهذه من ضمن التأثيرات الأكثر انتشارا للإحساس بالوحدة النفسية التي توصل إليها جونز Jones في دراسته.

-طريقة استجابة الفرد للمواقف بالعلاقات الشخصية وطريقة إدراكه لهذه العلاقات وتقويمه لها. ٨

- حدوث انفصام في عرى العلاقات الاجتماعية واختلال في التوافق الاجتماعي تظهر تبعا لذلك الأمراض النفسية والعقلية والانحرافات السلوكية.

- كما يرجع الشعور بالوحدة النفسية إلى مصدر خوف في الماضي فتتبدل مخاوف الطفولة بمخاوف جديدة تظهر في سن المراهقة وهي خبرات أكثر اتصالا بخبراته الناضجة الخوف من الوحدة أو الخوف من الغرباء أو من المواقف الاجتماعية التي قد يتعرض لها وهذا ما توصل إليه روبن Rubinفي نتائج دراسته أنه عندما يفتقر الطفل إلى المهارات الاجتماعية فمن المحتمل أن يصبح إحساسه بالوحدة النفسية مشكلة مزمنة (منال، ٢٠١٣).

النظريات المفسرة للوحدة النفسية :

-نظريات الوحدة النفسية:

يعتبر مفهوم الوحدة النفسية أحد الظواهر التي تفتقر إلى الجانب

النظري، حيث إنها أدخلت إلى مجال الفلسفة وعلم الاجتماع، وتعالج مع الاكتئاب... علما بأن مفهوم الوحدة النفسية مفهوماً مستقلا وله خصائص منفردة، وفيما يلي عرض لبعض النظريات النفسية والاجتماعية التي تناولت ظاهرة الوحدة النفسية:

-وجهة النظر المحلية:

يتزعم هذه النظرية رجال التحليل النفسي وعلى رأسهم فرويد Freud حيث يرى اصحاب هذه النظرية (الوحدة النفسية) بأنها ذات خصائص مرضية ويرجعونها إلى التأثيرات المبكرة التي مر بها الفرد.

ويعتبر زيلبورجZelboorg أول من قام بتحليل علمي عن الوحدة وفرق بين الشخص الذي ينتابه شعور مؤقت بالوحدة النفسية، والشخص الوحيد. فالشعور الموقت بالوحدة النفسية أمر طبيعي وحالة عقلية عابرة، تنتج عن فقدان شخص معين. أما الوحدة المزمنة فهي استجابة لفقدان الحب أو شعور الفرد بأنه شخص غير مرغوب فيه ولا فائدة منه، مما يؤدي إلى الاكتئاب والانهيار العصبي، وتعود جذور الوحدة إلى الميد، حيث يتعلم الطفل الوظائف التي تجعله محبوبا ومرغوبا فيه .

ويتفق سوليفان Sullivan مع زيلبورج أن جذور الوحدة في حالة الكبار تعود إلى الطفولة، حيث افترض أن هناك حاجة حافزة للألفة الإنسانية وهذه الحاجة تجعل الطفل يظهر رغبته في الاتصال بالآخرين، ويحتاج الفرد قبل المراهقة إلى صديق يتبادل معه المعلومات، والأطفال الذين تنقصهم المهارات الاجتماعية بسبب التفاعل الخاطئ مع والديهم أثناء الطفولة يكون من الصعب عليهم أن يكون لهم أصدقاء فيما بعد، وقد تؤدي عدم قدرة الفرد في إشباع الحاجة إلى الألفة قبل المراهقة إلى الوحدة الكامنة المفاجئة. كما أتفق سوليفان مع زيليبورخ في إرجاع أصل الوحدة إلى الآثار الضارة لموقف عطف الأمومة في مرحلة مبكرة .

-النظرية الظاهراتية للوحدة النفسية:

اتفق أصحاب هذه النظرية أن الشعور بالوحدة النفسية ينشأ من التناقض بين حقيقة الذات الداخلية للفرد والذات الواضحة للآخرين.

"فيرى" روجرز Rogers في نظريته بأن العلاج المتمركز حول العميل عند الوحدة النفسية بأن سبب الوحدة النفسية هو ضغوط المجتمع الواقعة على الفرد والتي تجعله يتصرف بطرق محددة ومتفق عليها اجتماعيا. مما يؤدي إلى التناقض بين ذات الفرد الداخلية والذات الواضحة أمام الآخرين. وهكذا يؤدي الفرد دوره المطلوب في المجتمع من غير دفة أو اهتمام، مما ينشأ عنه الشعور بالفراغ. ويرى روجرز بأن الوحدة النفسية هي تمثيل للتوافق السبي وأن سببها يكمن داخل الفرد متمثلا في التناقض الظاهري لمفهوم الفرد. واتفق موري Moore مع روجرز – بأن التناقض بين ذات الفرد الحقيقية والمثالية ينتج عن شعور الفرد بالوحدة النفسية. واختلف روجرز عن أصحاب النظرية الدينامية– في تأثير الطفولة على الفرد. ويرى أن العوامل الحاضرة تسهم إلى حد في تكوين الشعور بالوحدة النفسية.

-التصور الاجتماعي للوحدة النفسية:

يرى كل من بومان Bomman، وسلاتر Slater أن هناك ثلاث قوى اجتماعية تؤدي للوحدة وهي:

١) ضعف في علاقات الأفراد بالمجموعة الأولى وهي (الأسرة).

٢) زيادة الحراك في الأسرة.

٣) زيادة الحراك الاجتماعي.

وبني سلاتر (١٩٧٦)Slater تحليله للوحدة النفسية من خلال دراسة للشخصية الأمريكية. وكيف فشل المجتمع في تلبية احتياجات أفراده، لأن المشكلة الأمريكية تكمن في إحساس الفرد بالفردية، وأن كل فرد لديه الرغبة في المشاركة الاجتماعية والارتباط بالآخرين، ولكن هذه الرغبة أحبطت في

المجتمع الأمريكي مما أدى إلى أن يتبع كل فرد مصيره لوحده مما أدى إلى الوحدة النفسية. ومن هنا استنتج سلاتر بأن الوحدة النفسية هي نتيجة للتقدم التكنولوجي المعاصر.

-النظرية التفاعلية للوحدة النفسية:

دمجت النظرية بين العوامل الشخصية والاجتماعية معاً، وترى أن تفاعل هذه العوامل معاً ينتج عنه شعور الفرد الوحدة النفسية.

١- أن الوحدة ليست بسبب العوامل الشخصية، أو العوامل الموقفية، بل هي نتائج التأثير التفاعلي لتلك العوامل.

٢- أن الوحدة النفسية نشا عندما تكون تفاعلات الفرد الاجتماعية غير كاملة، ولكنه يعطي اهتمام أكبر للعوامل الموقفية.

٣- وقد حدد أويس" Weiss ستة استعدادات اجتماعية تتدرج تحت مقدار العلاقات الاجتماعية المشبعة لدى الفرد وه:

١) الاتصال: ويستمد من خلال العلاقات التي يشعر فيها الفرد بالأمن والمودة والألفة مع الآخرين.

٢) التكامل الاجتماعي: ويتحقق من خلال الاهتمامات والعلاقات الاجتماعية المشتركة.

٣) فرصة العطاء: من خلال العلاقات الاجتماعية التي يشعر فيها الفرد بالمسؤولية تجاه رد آخر .

٤) إعادة تأكيد القيمة: ويستمد من خلال العلاقات التي تكون فيها مهارات الفرد موضع تقدير ٥

٥) اقتران الثقة: ويستمد من قدرة الفرد على مساعدة الغير تحت أي ظرف.

٦) التوجيه: ويستمد من خلال العلاقات بأفراد محل ثقة يقدمون النصيحة والمساعدة للآخرين.

هذا وإن كل نوه من هذه الاستعدادات مصدر أو عدة مصادر توفر أو

عدة تصادر توفره. كما يؤدي "ويس" Weissبأن أي نقص في هذه الاستعدادات يؤدي إل الضيق النفسي والألم.(منال،٢٠١٣).

-نشأة الشعور بالوحدة النفسية:

قد تنشأ الوحدة النفسية عن الشعور بالرفض، أو سوء الفهم أو الانفصال أو المرض أو المرض أو المواقف المأساوية. إلا أن هناك سمات شخصية بعينها تعمل على زيادة مستوى الشعور بالوحدة النفسية. وتتضمن هذه السمات المهارات الاجتماعية الضعيفة، والمواقف السلبية، وضعف الثقة بالنفس، وعدم الشعور بالأمان، وأيضا انعدام الثقة بالآخرين .

كما يعد الشعور بالوحدة النفسية من الظواهر الاجتماعية الهامة التي قد تظهر في جميع مراحل عمر الإنسان من الطفولة إلى الكهولة، فهي مشكلة عامة قد تصيب الفرد في أي مرحلة من مراحل العمر نتيجة فقد الفرد للاتصال والاحتكاك الانفعالي[1]، إلا أن الشباب على وجه الخصوص أكثر عرضة للشعور بالعزلة، والوحدة وذلك لأن مهام التطور الرئيسة تتطلب إنسلاخ الشباب من التعلق بالآباء، وتكوين علاقات جديدة مع أفراد من نفس جنسهم أو من الجنس الآخر أو جماعة

الرفاق ونتائج هذه العملية تولد الشعور بالعزلة والوحدة.

وقد افترض كل من "روبنشتين وشافر" Rubenstein and Shaverأن الوحدة النفسية التي يتعرض لها المراهق لها جذور في مرحلة الطفولة أي أن تعرضه في سنوات عمره الأولى إلى خبرة الانفصال عن الوالدين أو فقد أحدهما أو النبذ والإهمال من العوامل المسئولة لمشاعر الوحدة التي تؤثر عليه في سنوات حياته اللاحقة وتظهر هذه المؤشرات بجلاء عندما ينفصل الطفل عن والديه وخاصة الأم. ويشير هذا إلى تأكيد أهمية العلاقةالقائمة بين الآباء والأبناء في مراحل عمرهم المبكرة وذلك لما يتضمنه دور الآباء في مراحل

1- Emotionalattachment

عمرهم المتتالية

وهذا ما أيدته دراسة كل من روبنشتين وشافر "Rubenstein and Shaver في مسح أجرياه في مدينتين مختلفتين في الولايات المتحدة الأمريكية حيث تبين أن الأبناء الذين أدركوا آباءهم بأنهم مصدر للأمن والثقة لم يخبروا الوحدة النفسية لدى الأبناء وأن الذين تعرضوا إلى الانفصال عن أحد الأبوين حظوا على أعلى مستويات الشعور بالوحدة النفسية وقد فسر الباحثان نتائجهما على أن قلق الانفصال المزمن يترك الفرد وهو على هاوية السقوط في براثن الوحدة النفسية.

وتعتبر فترة المراهقة فترة انتقالية من أخطر مراحل العمر لما يتعرض فيها المراهق والمراهقة بشكل عام إلى عدة صراعات من أجل بناء شخصية مستقلة عمادها الثقة في النفس والبحث عن هوية يحقق فيها المراهق ذاته.

وهكذا ترى الباحثة أنه يجب على الآباء أن يوطدوا علاقاتهم بأبنائهم، وزرع الثقة في أنفسهم أكثر مما يقلل من تعرضهم للشعور بالوحدة. وهذا ما أثبتته دراسة كل من "كوترونا Cutrona، راسل Russell، بابلو Peplau" والتي تؤكد على أهمية العلاقة القائمة بين الوالدين والأبناء من المراهقين من يحث إن تأثيرها قد يزيد أو يخفض من الشعور بالوحدة النفسية. وهذا من خلال مسح أجراه الباحثان على عينة تكونت من أكثر من (٩٠٠) مراهق في عشر ولايات بأمريكا وقد كشف المسح عن فروق جنسية فيما يتعلق بالشعور بالوحدة النفسية حيث أسفرت النتائج أن ٦١,٣% من المراهقات بشعورهن بالوحدة النفسية في حين يشعر ٤٦,٥% من المراهقين بهذه الخبرة الأليمة .(منال، ٢٠١٣).

يميل الأفراد الذين يعانون من الوحدة إلى الانخراط في سلوكيات متعددة بينما تعد بعض من هذه السلوكيات فعالة وبناءة في التوافق، نجد أن البعض الآخر هداما قاسيا، ومن هذه السلوكيات السلبية:

-خصائص و مظاهر شخصية الأفراد الوحيدين:

يشير العديد من الباحثين في هذا المجال ومنهم الباحثان بيبلوسوبيرلمان And Perlman Peplau، على وجود خاصيتين للوحدة وهما: ١. أن الوحدة تعتبر خبرة غير سارة مثلها مثل الحالات الوجدانية غير السارة كالاكتئاب والقلق. ٢. أن الوحدة كمفهوم تختلف عن الانعزال الاجتماعي وهي تمثل إدراكا ذاتيا للفرد عن وجود نواقص للفرد في نسيج علاقاته الاجتماعية فقد تكون هذه النواقص كمية (مثلا: لا يوجد عدد كاف من الأصدقاء) أو قد تكون نوعية مثل (نقص المحبة أو الألفة مع الآخرين) (خضر والشناوي، ١٩٨٨، ١٢١). و اهتمت بعض الدراسات بتحديد بعض سمات الشخصية التي ترتبط بالوحدة النفسية، وتتلخص هذه الدراسات في التالي: Sermat وكاترونا Cutrona أن الأفراد الذين يخبرون مشاعر الوحدة النفسية الوحدة النفسية عادة ما ترتبط بانخفاض تقدير الذات .

-وجد كل من بلوكونيس وزيمباردو Zimbardo Pilkonis and وسيرمات

يميلون إلى الخجل، الانطواء، ويقل ميلهم للمخاطرة الاجتماعية . ٢. وجد كل من راسل، بيبلو يوكاترونا ،Peplau and Cutrona Russell أنالوحدة النفسية عادة ما ترتبط بانخفاض تقدير الذات .٣. أكدت دراسات كل من وارن (١٩٨٢) Warren ودراسة كاترونا 1986) Cutrona) أن الذين يشعرون بالوحدة النفسية يعانون من نقص في المهارات الاجتماعية، ويتصفون بالسلبية مع انخفاض في توكيد الذات، وتقديرها، وارتفاع

الخجل، وعدم الوعي بالذات، وصعوبة تكوين أصدقاء جدد.

-. تشير دراسة سليمان (١٩٨٩) أن الشخص الوحيد نفسيا يعاني من الحساسية الزائدة ويعاني من نقص الثقة بالنفس، ونقص تقدير الذات، وتجنب إقامة علاقات بسبب القلق والخوف من الحصول على تغذية راجعة سلبية.

-أظهرت دراسة (١٩٨٣)Loodwheeler أن الشعور بالوحدة النفسية من حيث أنها حالة نفسية يصاحبها أو يترتب عليها كثير من ألوان التوتر والضيق والشعور بالنقص لدى كل من يشعر بها)(منال، ٢٠١٣).

- إن الذين يشعرون بالوحدة يعانون من عدم القدرة على كشف أفكار ومشاعر الآخرين مما يعيق نمو العلاقات والحفاظ عليها بصورة طبيعية.

-يتسم الأفراد الذين يعانون من الشعور بالوحدة ب:

أ- تكوين مشاعر سلبية تجاه الغير.

ب – أكثر سلبية وغير قادرين على الاستجابة أثناء التفاعلات الاجتماعية.

ج- في بعض الأحيان يستثيرون ردود أفعال سلبية مع الغير . د- الشعور بالخجل والقلق وعدم الارتياح في المواقف الاجتماعية؛ وغالبا ما يصاحب هذا الشعور الإحساس بالكبت وتجنب الآخرين.

هـ- الشعور بالاكتئاب وعدم القدرة على التفاعل الطبيعي .وكل ذلك يجل الأمر أكثر صعوبة للشخص الذي يعاني من الشعور بالوحدة أن يقيم علاقات اجتماعية مرضية للحد من الشعور بالوحدة (منال، ٢٠١٣).

-الا ختلاف بين الأفراد في مواجهة الشعور بالوحدة النفسية:

-البكاء والنوم، التفكير لفترات طويلة، مشاهدة التلفاز.

القلق حيث يرى موستكاز Moustakas (1961) أن القلق المصاحب للشعور بالوحدة يمنع الأفراد من تقبل الشعور بالوحدة والتصدي له.

-السلوك الإدماني بما في ذلك من إدمان الخمور أو الإفراط في تناول الطعام وشرب المسكرات، وغير ذلك.٤

- الشعور بالاكتئاب والغضب فبدلا من التأمل الذاتي والتواصل مع الآخرين، قد لجأ بعض المصابين بالوحدة إلى إتباع سلوكيات لا أخلاقية وغير مقبولة اجتماعيا.

– الإحجام عن التعامل مع الآخرين أو عن المشاركة في المحافل الاجتماعية.

–الطرق الفعالة في الحد من الشعور بالوحدة النفسية:

أن الحد من الشعور بالوحدة النفسية يتطلب أن يكون الفرد على وعي تام بالأسباب الحقيقية وراء شعوره بالوحدة النفسية، وهنا يبرز دور النضج الشخصي الصحيح للفرد والذي يتمثل في التوازن بين إشباع حاجات الفرد في إقامة علاقات مع الغير من ناحية وتكوين قاعدة آمنة للشعور بالرضا عن الذات من ناحية أخرى، وهذا يتطلب أن يتخذ الفرد عدة خطوات للحد من الشعور بالوحدة النفسية منها :

١. التعامل مع تجربة الوحدة النفسية باعتبارها خبرة شعورية تهدف إلى الوصول لمرحلة من النضج النفسي.
٢. إن الاختلاء بالذات بمقدوره الإسهام في معرفة الفرد لذاته، وهو الأمر الذي قد يزيد من قدرته على تكوين علاقات حميمة مع الآخرين. ٣. البحث عن الأسباب المؤدية للوحدة النفسية، بدلا من إلقاء اللوم على الذات. ٤. تكوين مواقف حسنة من الآخرين. ٥. الاهتمام بإثراء الصداقات بدلا من البحث عن شريك حياة متسم بالرومانسية. ٦. تحليل المواقف الاجتماعية المنوطة على مخاطر يعتبر مناسبا لتقرير ما إذا كان النفع المحتمل منها جدير بالمخاطرة (منال، شيرين . ٢٠١٣، ٢٠١٧)

شكل (1) : نموذج Rokach لأسباب الوحدة النفسية

يتضح من خلال هذا النموذج أن الشعور بالوحدة النفسية له أسباب متعددة، بعضها يعود لطبيعة الأشخاص أنفسهم ، ويعود البعض الآخر الإضطرابات كمية أو كيفية في شكل العلاقات الاجتماعية، وللوقوف على أهم الأسباب والعوامل التي تشكل أو تؤدي إلى شعور الفرد بالوحدة النفسية، هناك بعض الدراسات والبحوث التي اهتمت بتشخيص أسباب الوحدة النفسية، والتي إتفقت معظمها تقريبا على أن من أهم أسباب الوحدة هي الحاجة إلى الأواصر والعلاقات الاجتماعية والعاطفية، كما إختلفت آراء الباحثين وتباينت حول المسؤول عن الوحدة النفسية هل هو الفرد نفسه أو البيئة أو كلاهما حيث يرى كل براج ومريدين (Brage & moredith، ١٩٩٩) ، وكولي وآخرون (١٩٩٥ culp et al.) أن قطاعات كبيرة من المراهقين والمراهقات يعانون من ارتفاع درجة الشعور بالوحدة النفسية بسبب البيئة المدرسية والبيئة الأسرية ومشكلات ومصاعب التعامل مع الأفراد

كما يرى روكانش (١٩٨٨) أن من أهم العوامل كذلك هي الفقدان

بالموت لشخص عزيز كما أن حبرة فقدان الأطفال لأحد الوالدين في الطفولة بموت أو طلاق يجعله مستهدف الشعور بالوحدة النفسية – ومن الدراسات التي أشارت إلى أسباب الوحدة النفسية نذكر على سبيل المثال: دراسة قام بها تشيبور (chipuer 2004) على عينة من الأطفال الأستراليين أسفرت نتائجها عن أن معظم أفراد العينة عبروا عن الوحدة النفسية بأنها عجر اجتماعي[١] ومشاعر مؤلمة[٢] كما أن الأطفال يمتلكون القدرة على التعبير عما يعانون من وحدة نفسية، والقدرة على التمييز بين الوحدة النفسية[٣] والانفراد النفسي[٤] مذكور في (Cassidy & Asher, 1992 galamaki et al، ٢٠٠٤) وفي هذا الصدد رأى أشر وجولي (Asher & Julie , 2003, P67) أن الأطفال يدركون معنى الوحدة النفسية حيث اعني لديهم عدم وجود أحد يلعب معهم مما يتسبب بالإحساس بمشاعر الحزن[٥]. (شيرين. ٢٠١٧).

رابعا مفهوم فرط استخدا الهاتف:-

.تعريف فرط استخدام الهاتف

هي ظاهرة شائعة بين الافراد الذين يستخدمونه استخداما زائد عن الحد واسرافهم في استخدامه يؤدي الي التاثير علي حياتهم الشخصية والدراسية والمهنية ، وتجاهل الاصدقاء والاسرة.

اضرار فرط استخدام الهاتف المحمول

حذر عدد من المتخصصين في مجالات الصحة وعلم النفس من الافراط في استخدام الاجهزة الذكية وصول إلى حد الإدمان، مشيرين إلى الاخطار الكبيرة الناجمة عن ذلك، ولاسيما آثارها النفسية والجسدية والصحية والاجتماعيه(ابو ضهير،٢٠١٧).

1- social difaits
2- distressing emotions
3- loneliness
4- aloneness
5- Feeling sad

من أبرزالتأثيرات التي توصلت لها دراسة(ناث2018 ,Nath) ما يأتي:

١-تسبب مشاكل في العين مثل الجفاف الزمن بسب التغيرات في السطوع والرسومات والاشكال والالوان.

٢.فوبيا الفصل عن الجهاز حيثما يقرب من ثلثي المراهقين البالغين يتحققون من هواتفهم كل ١٥ دقيقة أو أقل.

يمكن للقلق والتوتر الناجم عن فقدان نصا وتحديث فيسبوك أن يؤثر سلًبا على صحتهم.

٣.أمراض نمط الحياة، فالمراهق اصبح يقضي وقتاً طويلً على جهازه مما يؤثر على الهضم ومعدل التنفس ومعدل ضربات القلب كما يؤثر على النوم من حيث الجودة والوقت.

-٤.مشاكل في وضعية الجسم أثناء الوقوف والجلوس، بسبب التحديق في الهاتف لفترة طويلة مع انحناء الرقبة، وإبقاءالذراعين في وضع ثابت يسبب،الالم والتشنج العضلي والارق والتهاب في فقرات العنق،وتصلب في الإبهام والرقبة والظهر.

٥-يؤثر سلباً على التركيز- أنت لا تملك هاتفك فهو يمتلكك-ووجد باحثون في فنلندا أن الاشخاص يفحصون الشاشة والاخبار والبريد الإلكتروني والتطبيقات كل لحظة.

٦-يؤثر على نمو الخلايا حيث واجهت مجموعةمن طلاب الصف التاسع في الدنمارك صعوبة في التركيز بسبب النوم مع هواتفهم الحمولة.

من المفيد أن نعرف أننا كنا قادرين على الانتظار حتى يصبح أبناؤنا في المرحلة الثانوية حتي نثير قضية استخدام الهاتف المحمول

ولكن لم يعد ذلك بالإمكان الآن، فبات مألوفا مشاهدة طفل بعمر ١١ عاما او اقل يتجول ومعه جهاز محمول أو أي جهاز لوحي آخر يعمل على اللمس.

وفي هذه الايام لم نعد قلقين بشأن المكالات والرسائل النصية، فقد تجاوزنا ذلك؛ لن

الهواتف الذكية أصبحت أقوى من الحواسيب الحمولة ، وتأتي مفتوحة على التطبيقات والواقع كافةدون أدنى حمايةأو تخصيص[1] completely unfiltered

فتمكن الطفل من الوصول إلى صفحات الانترنت والتطبيقات المتطورة،وتجاوز

الامر إلى رفض الاطفال التطبيقات التي يقدمها لهم الآباء، لانهم يريدون الوصول الى مئات من التطبيقات

الاضافية، التي تغطي أي موضوع يخطر على بالهم (ابو ضهير،٢٠١٠).

الدراسات السابقة

اظهرت المراجعة التى قاما بها الباحثات لعدد كبير من الدراسات السابقه التى اجريت للكشف عن العلاقات بين المتغيرات موضع الاهتمام البحثى،عن تركيز هذه الدراسات بشكل رئيسى على العلاقات الارتباطيه بين متغيرات الوحدة النفسيه والنوموفوبيا، والدرسات التى جمعت بين النوموقوبيا وفرط استخدام الهاتف ،دراسات اخرى عن الوحدة النفسيه وفرط استخدام الهاتف ، وهناك القليل بين الدراسات التى جمعت بين فرط استخدام الهاتف والحساسية للقلق ، بينما لم يوجد بحث جمع بين المتغيرات الاربعه الرئيسية للدراسة الراهنه وهى الكشف عن العلاقه بين الحساسية للقلق والوحدة النفسية وفرط استخدام الهاتف كمنبئات برهاب فقدان الهاتف لدي المراهقين من الجنسين في ظل جائحة كورونا ، ولهذا سيتم عرض الدراسات السابقة التى كشفت عن بعض النتائج التى يمكن ان تحقق الاستفادة لهذا العمل البحثى الراهن، فى الفئات الاتية:-

المحور الاول: جمع بين بعض الدراسات التى شملت العلاقه بين

1-

متغيرين.

المحور الثانى: جمع بين بعض الدراسات التى شملت على متغير واحد وبعض المتغيرات الاخرى .

المحور الاول: جمع بين بعض الدراسات التى شملت العلاقه بين متغيرين.

الدراسات التى جمعت بين الوحدة النفسيه والنوموفوبيا

اجريت (سمر عبد السلام، ٢٠١٨) بدراسة سعت فيها للكشف عن العلاقة بين النوموفوبيا وعلاقتها بعض المتغيرات النفسية (الوحدة النفسية، القلق الاجتماعي، وتقدير الذات، والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية) لدى عينة من طلبة كلية التربية جامعة المنوفية، وتكونت عينة الدراسة من (٤٦٠) طالب وطالبة من طلاب الفرقة الأولى بكلية التربية جامعة المنوفية تراوحت أعمارهم من (١٨-١٩) عاما، وشملت الأدوات على مقياس النوموفوبيا إعداد يلدريم Yildirm.٢٠١٤) لقياس الخوف المرضي من فقان الهاتف المحمول (النوموفوبيا)، ومقياس الوحدة النفسية إعداد رسيل (١٩٩٦ ،Russel) ترجمة مجدى الدسوقي ٢٠١٣ ، ومقياس تقدير الذات إعداد هبة الوكيل ٢٠١٥،ومقياس القلق الاجتماعي إعداد (هويدا حنفي،٢٠١٣، ومقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية إعداد جون و سريفاستفا(John Srivastava.١٩٩٩) ترجمة نعيمة جمال ٢٠٠٦)، وقد أسفرت النتائج عن وجود علاقة موجبة بين كلا من النوموفوبيا والقلق الاجتماعي والوحدة النفسية، ووجود علاقة سالبة بين النوموفوبيا وكلا من تقدير الذات والانبساطية ويقظة الضمير والمجاراة(محمد،٢٠٢٠).

كما اجري يلدز (٢٠١٨) Yildiz دراسة هدفت الي تحديد مستويات النوموفوبيا بين المراهقين ودراسة بعض المتغيرات النفسية المرتبطة بمستويات النوموفوبيا والمتمثلة في وجهة الضبط، الوحدة النفسية، واستخدام وسائل التواصل الاجتماعي، وكذلك الكشف عن إمكانية التنبؤ بالنوموفوبيا من خلال

هذه المتغيرات. وتكونت عينة الدراسة من (٧٨٦) طالب وطالبة ممن يدرسون بالصفين السابع والثامن بالمدرسة في العام الدراسي ٢٠١٦ بنسبة ٤٧.٨% من الإناث يقابلها ٥٢,٨% من الذكور، طبق عليهم بالإضافة إلى استمارة بيانات شخصية – مقياس النوموفوبيا، مقياس اضطراب الوسائل الاجتماعية، مقياس الوحدة النفسية، ومقياس وجهة الضبط، وقد أسفرت الدراسة عن عدة نتائج أهمها: وجود ارتباط موجب دال إحصائيا بين النوموفوبيا والوحدة النفسية، كما اتضح أن وسائل التواصل الاجتماعي هو أكثر المتغيرات تنبؤا بالنوموفوبيا، وأن وجهة الضبط أقل المتغيرات تنبؤا بالنوموفوبيا يليه متغير الوحدة النفسية والذي تنبأ بنسبة إسهام ٤١%(محمد،٢٠١٩).

أجرى جيزجن وزملاؤه (٢٠١٨)،.Gezgin et al دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين النوموفوبيا والوحدة النفسية، والتعرف على الآثار الناتجة من استخدام الهواتف المحمولة واستخدام الإنترنت لدى عينة بلغت (٣٠١) من المراهقين (٢٩١ ذكرا–١٠ إناث) تراوحت أعمارهم بين ١٣ – ١٩عاما بمتوسط عمري قدره ٨٢،١٧ وانحراف معياري+ ٧٢،١. طبق عليهم مقياس النوموفوبيا ومقياس الوحدة النفسية الصورة المختصرة. وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائيا بين النوموفوبيا والوحدة النفسية، وأن الوحدة النفسية تتنبأ بمستويات النوموفوبيا لدى المراهقين بنسبة ٢٠%(محمد،٢٠٢٠).

الدراسات التى جمعت بين النوموفوبيا وفرط استخدام الهاتف

- كما اجري شارما وشارما وشارما وويفر (٢٠١٥ ، Sharma, Sharma, & Wavare) دراسة هدفت الي التعرف إلى أنماط استخدام الهاتف الخلوي ومدى انتشار النموفوبيا بين طلبة الطب في السنة الثالثة في شمال الهند حيث تم تطبيق استبيان على عينة بلغت (١٣٠) طالباً في معهد سري أوربندو الطبي في أندور، وقد أشارت النتائج أن جميع الطلبة يمتلكون هاتف خلوي مخدوم بالانترنت، وأن (٣٤%) منهم يمتلكون هاتفين، وأن

(٧٣%) من الطلبة يعانون من النموفوبيا، وأن (٨٣%) من الطلبة يظهر عليهم المخاوف والذعر عندما يفقدون هواتفهم، وأن (٦١%) منهم يعانون من الخمول والصداع كتأثيرات جانبية شائعة.(عبدالرازق ،مصطفى،٢٠٢٠).

أجرى كلا من إبراهام وماتياس ووليام (Abraham, Mathias & ، ٢٠١٤ Williams) دراسة في المغرب العربي هدفت التعرف إلى علاقة النوموفوبيا ببعض المتغيرات (العمر، والجنس، ومدة استخدام الهاتف في اليوم، وعدد مرات التحقق في الهاتف)، وتكونت العينة من (٢٠٠) طالب من طلبة الجامعات، ممن تتراوح أعمارهم من (١٩-٢٣) سنة، وتم استخدام استبانة للنوموفوبيا، وأشارت النتائج ان هناك ارتباط بين النوموفوبيا ومتغيري (العمر، عدد مرات التحقق من الهاتف) الذين بدأوا باستخدام الهاتف لأول مرة في العمر من (١٥-١٨)سنة،والذين يتحققون من هواتفهم لأكثر من (٢٠) مرة في اليوم، كما أوضحت النتائج أن هناك فروق بين الجنسين في النوموفوبيا لصالح الذكور(محمد ،٢٠٢٠).

أما دراسة جيرجين، كاكير، ويلدريم (٢٠١٨) Gergin, Cakir A Yildinm فهدفت إلى التعرف على العلاقة بين مستويات النوموفوبيا بين طلاب المرحلة الثانوية وإنمائهم للإنترنت. كذلك الكشف عن المتغيرات (مدة استخدام الهاتف الذكي مدة استخدام الإنترنت التي تسهم في تفاقم هذه الظاهرة، وذلك على عينة من الطلاب بلغت (٩٢٩) طالبا وطالبة (٣٧٢ انثى- ٥٥٧ ذكرا) بالصفوف التاسع والعاشر والحادي عشر والثاني عشر. طبق عليهم استخبار النوموفوبيا ومقياس إدمان الإنترنت، واتضح وجود فروق دالة إحصائيا في النوموفوبيا وفقا للنوع في اتجاه الإناث، إذ كانت الإناث أكثر ميلا نحر إظهار سلوكيات النوموفوبيا، وأن العمر لم يكن له تأثير دال على انتشار النوموفوبيا، أما مدة استخدام الهاتف الذكي اتضح أنه كلما كانت مدة الاستخدام طويلة (أكثر من أربع سنوات) زادت مخاطر ظهور سلوكيات النوموفوبيا(محمد،٢٠١٩).

الدراسات التى جمعت بين الوحدة النفسيه وفرط استخدام الهاتف

وقد أجرت كل من هوان وآخرون ،Huan (2014) .vet alدراسة هدفت إلى معرفة العلاقة الارتباطية بين الشعور بالوحدة النفسية ومشكلات استخدام الإنترنت لدى المراهقين من الجنسين في سنغافورا. وقد تكونت عينة الدراسة من ٦٨١ مراهقا ومراهقة، منهم I.69 من أفراد العينة ذكور، و(٥٠,٤٧) إناث، وقد تراوحت أعمار أفراد العينة الكلية للدراسة ما بين ١٤ و١٥ عاما. وبعد تحليل بيانات الدراسة إحصائياً أشارت النتائج إلى توسط القلق الاجتماعي في العلاقة بين الخجل والشعور بالوحدة النفسية، كما تبين ارتباط الشعور بالوحدة النفسية إيجابياً بإدمان وزيادة استخدام الإنترنت لدى جميع أفراد العينة من المراهقين من الجنسين، وقد تبين أيضاً ارتباط الشعور بالوحدة النفسية إيجابياً بكل من الخجل والقلق الاجتماعي لدى المراهقين(العطيان. ٢٠١٧).

-كذلك قام كل من بريزا وآخرون Prizza, et (2004) .al بدراسة هدفت إلى معرفة العلاقة الارتباطية بين استخدام الإنترنت والإفراط فيه بالشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من المراهقين من الجنسين، وقد تكونت عينة الدراسة من (٣٣١) طالباً إيطاليا من طلاب المرحلة الثانوية، منهم (٢٦٧) مراهقا و(٦٤) مراهقة، بمتوسطعمري قدره ١٧٢٥ وانحراف معياري (٠.٨٧) لأعمارهم الزمنية. وقد توصل الباحثون إلى نتائج تشير إلى وجود علاقة ارتباط إيجابي تشير إلى ارتباط الاستخدام المفرط للإنترنت إيجابياً بالمستويات الاقتصادية الاجتماعية الأعلى لأفراد عينة الدراسة من المراهقين من الجنسين. كما تبين إرتفاع الشعور بالوحدة النفسية لدى المراهقات الإناث أكثر من قرنائهن من المراهقين الذكورة وأيضاً أوضحت نتائج الدراسة ارتباط الشعور بالوحدة النفسية إيجابيا بالاستخدام المفرط للانترنت لدى أفراد العينه من المراهقين لدى الجنسين. (العطيان، ٢٠١٧).

-وكما اجري (٢٠١٩) Santana-Vega, Gomez-Munoz, & Feliciano-Garcia دراسة هدفت الي التعرف علي طبيعة العلاقة الارتباطية

بين مشكلات استخدام الهاتف الذكي والخوف من الضياع والتواصل مع الأسرة، وتكونت عينة الدراسة من (٥٦٩) طالب من طلاب المرحلة الثانوية في إسبانيا تراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (١٢- ١٩) سنة، وتمثلت أدوات الدراسة في استبيان الخبرات المتعلقة بالهاتف المحمول (إعداد: ٢٠٠٩ ،.Beranuy et al)، واستبيان الخوف من الضياع – النسخة الإسبانية (إعداد: ٢٠١٣ ،.Przybylski, et al)، ومقياس التواصل بين أولياء الأمور (إعداد: ٢٠١٣ ،Alonso-Arbio & Gallarin)، وأسفرت أهم النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين الاستخدام المشكل للهواتف الذكية والخوف من الضياع، ووجود فروق دالة إحصائيا في الخوف من الضياع تعزى إلى الوقت المستغرق في استخدام الهواتف الذكية في اتجاه الوقت الأعلى. (باسم،عبدرحمن،٢٠١٧).

-استخدام المفرط للهاتف وعلاقته بالعزلة الاجتماعية لدى المراهق الجزائري –دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ ثانوية طارق ابن زياد بقسنطينة تهدف هذه الدراسة للتعرف على علاقة الإدمان على استخدام موقع التواصل الاجتماعي فيسبوك بالعزلة الاجتماعية لدى فئة المراهقين، إضافة إلى مقارنة درجة الفروق بين الإناث والذكور في الاستخدام المفرط لهذه المنصة الالكترونية، وكذا فروق مستويات العزلة الاجتماعية بين الجنسين. وقد عمدت الباحثة إلى حصر عينة الدراسة المقدرة بـ١٠٠ تلميذة وتلميذ يدرسون بثانوية طارق إبن زياد من المستويات الدراسية الثلاثة (أولى، ثانية، ثالثة ثانوي)، باعتماد تقنية المعاينة القصدية، وزعت عليهم إستمارة إستبيان لمقياسي إدمان الفيسبوك ومقياس العزلة الاجتماعية، وتمت معالجة نتائجها باعتماد نظام الـSPSS وأسفرت النتائج على: وجود فروق دالة إحصائيا في درجات مقياس إدمان الفيسبوك تعزي لمتغير الجنس لصالح الذكور، وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين إدمان استخدام موقع الفيسبوك والعزلة الاجتماعية لدى المراهق، وبين زيادة مستوى إدمان المراهق على موقع الفيسبوك وزيادة

مستويات العزلة الاجتماعية.(تواتي، سايغي ٢٠١٥)

–دراسة بعنوان:" العلاقة بين تأثير العوامل النفسية و إستخدام الهاتف المحمول "(٢٠٠٦)هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العوامل النفسية التى تؤثر على إستخدام الشباب الإسترالى للهاتف المحمول، وتنتمى هذه الدراسة إلى الدراسات الوصفية، التى إعتمدت على منهج المسح بالعينة لعينة من المراهقين الذين تتراوح أعمارهم بين (١٦، ٢٥ سنة)، و إعتمدت الدراسة على الإستبيان كأداة لجمع البيانات، تم تطبيقها على عينة قوامها (١٩٧ مبحوثا) وخرجت الدراسة بنتائج عديدة أهمها:

– إرتفاع نسبة مستخدمى الهاتف المحمول (حيث إستقبال المكالمات الصوتية، و الرسائل القصيرة،والوسائط المتعددة– البلوتوث) بمعدل خمس مرات فى اليوم مما يدل على أن الهاتف يلعب دورا أساسيا فى حياة الأفراد.(تواتى،سايغى،٢٠١٥).

الدراسات التى جمعت بين الحساسية للقلق والافراط فى استخدام الهاتف

–اجرى (Hawi,Samaha,2017)دراسه هدفت الى دراسه العلاقه بين الاستخدام المفرط لاجهزه الذكيه ووالحساسيه للقلق والعلاقات الاسريه ،تكونت العينه الدراسه من (٣٨١)طالبا جامعيا وتمثلت الاداه فى توزيع استطلاع عبر الانترنت مؤلف من معلومات ديموغرافيه ،ومقياس ادمان الهاتف الذكى ومقياس حساسيه للقلق وتم استخدام المنهج الوصفى الارتباطى وبعد القيام بالتحليلات الاحصائيه اسفرت النتائج ان الطلاب الجامعيين الذين لديهم استخدام مفرط للهواتف الذكيه اظهروا احتمالات اكبر لللحساسيه للقلق الشديد واظهروا الطلاب الذين يعانون الحساسيه للقلق احتمالات اكبرلوجود مشكل فى علاقاتهم العائليه (الحربى،٢٠٢٠)

–بينما اجرى (Lee.Kim&Ha,2016)دراسه هدفت الى معرفه العلاقه بين الاعتماد على الهاتف الذكى وارتباطه بحساسيه القلق فى كوريا حيث تمتلك كوريا الجنوبيه اعلى معدل لملكيه الهواتف الذكيه فى جميع انحاء العالم

وهو ما يمثل مصدر قلق محتمل حيث ان الاعتماد على الهواتف الذكيه تسبب اثار ضارة بالصحه وتكونت العينه الدراسه من(١٢٣٦) طالبا يستخدمون الاجهزة الذكيه (٧٢٥) طالبا و(٥١١)طالبه من ست جامعات فى سوون ،كوريا الجنوبيه ،وتم اعتماد المنهج الوصفى الارتباطى ،وتمثلت ادوات الدراسه فى استخدام مقياس استخدام الهاتف الذكى والاعتماد على الهاتف الذكى ومقياس حساسيه للقل والقلق وبعد التحليلات الاحصائيه اسفرت النتائج بان الطالبات اكثر اعتمادا على الهواتف الذكيه من الرجال ، وبينت النتائج ان زيادة الاستخدام اليومى للهاتف وزياده الاعتماد على الهاتف الذكى يرتبط بزياده درجات القلق.(الحربى،٢٠٢٠).

المحور الثانى: جمع بين بعض الدراسات التى شملت على متغير واحد وبعض المتغيرات الاخرى .

كما اهتمت دراسة يلدريم وزملائه (٢٠١٦) ،.Yildirm et al بالتعرف على معدلات انتشار النوموفوبيا بين الشباب في تركيا، وذلك على (٤٨٤) من طلاب الجامعات التركية (٣٦١ ذكرا-١٢٣ أنثى)، تراوحت أعمارهم بين ١٧-٣٤ عاما، طبق عليهم اختبار النوموفوبيا. وتوصلت الدراسة إلى أنّ ٤٢% من الشباب يعانون من النوموفوبيا، وأن أكبر مخاوفهم تتعلق بالاتصال والوصول للمعلومات. كما توصلت إلى أن نوع الجنس ومدة ملكية الهواتف الذكية لهما تأثير على النوموفوبيا. كذلك توصلت إلى وجود فروق دالة إحصائيا في سلوكيات النوموفوبيا بين طلاب الجامعات التركية في اتجاه الإناث. أما عن متغير العمر فتوصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا في درجات النوموفوبيا بين الطلاب الأصغر سنا (٢٠ سنة فأقل) والطلاب الأكبر سنا (أكثر من ٢٠ سنة)(محمد،٢٠٢٠).

وأجري جيزجاني وآخرون (٢٠١٧ ،Geatin et al) دارسة هدفت الي التعرف على انتشار النوموفوبيا في كلية إعداد المعلمين بتركيا ، و بلغ حجم العينة (٨١٨) معلم من كلية إعداد المعلمين بتركيا من مختلف الإدارات في

جامعة الدولة في تركيا وذلك خلال الفصل الدراسي (٢٠١٥-٢٠١٦) ، أما بالنسبة للأساليب الإحصائية فقد تم استخدام اختبار(ت-t) علاوة على استخدم تحليل التي ANOVA وتم تطبيق استبيان الأبعاد النوموفوبيا على العديد من الطلاب المعلمين، وتم استخدام المنهج الوصفي ، وكشفت نتائج الدراسة أنه وفقا لمستويات النوموفوبيا في كلية اعداد المعلمين بتركيا "فجاءت أعلى من المتوسط وأن الطلاب يشعرون بالقلق من عدم القدرة على التواصل وعدم القدرة على الوصول إلى المعلومات بسبب الهاتف المحمول ، علاوة على ذلك ليس هناك فروقا معنوية من حيث ساعات استخدام الهاتف المحمول، فضلا عن انتشار النوموفوبيا بدرجة أعلى عند الإناث بالمقارنة بالذكور، كما بينت النتائج انه كلما كان عمر الطالب كبير قلما نقصت النوموفوبيا ولكن كلما زاد استخدام الهواتف الذكية زادت النوموفوبيا(الجاسر،٢٠١٨).

اجري العكوم (٢٠١٧) دراسة هدفت إلى الكشف عن مدى انتشار النوموفوبيا لدى طلبة جامعة اليرموك، بالإضافة إلى الكشف عن القدرة التنبؤية للعوامل الديموجرافية المؤثرة (الجنس – الكنية – عدد سنوات امتلاك الهاتف- طبيعة السكن – مكان الإقامة – السنة الدراسية) في انتشار النوموفوبيا. تكونت عينة الدراسة من (١٤٢٥) طالبا وطالبة من طلبة البكالوريوس في جامعة اليرموك (٤٨٢ ذكر – ٩٤٣ أنثى)، وبعد تطبيق مقياس النوموفوبيا أظهرت نتائج الدراسة أن النوموفوبيا تنتشر لدى الإناث أكثر من الذكور، وأن عدد سنوات امتلاك الهاتف يرتبط طرديا بالنوموفوبيا كما أسهم هذا المتغير بنسبة ١٦,٠٤% في التنبؤ بالنوموفوبيا في حين لم يتنبأ النوع بالنوموفوبيا (محمد ٢٠١٩).

ونظرا لاختلاف حول إذا كانت الحساسية للقلق سمة أو شكل لسلوك متعلم،فقد أجريت العديد من الدراسات لتحديد الدور النسبى لكل منهما.

-وجد دونيل وماكنالي (١٩٩٠) أن عددا كبيرا من طلاب الجامعات يسجلون درجات عالية في مؤشر حساسية القلق (ASI)، مع عدم وجود تاريخ

من نوبات الهلع العفوية. كما وجد أن حساسية القلق العالية، بغض النظر عن تاريخ الذعر، تتنبأ بالاستجابة القلقة للتحدي البيولوجي (أي التعرض للمواد أو الإجراءات التي تؤدي إلى تغيرات فسيولوجية) وقد أظهرت دراسات التحدي التي أجريت مع مشاركين غير سريريين ليس لديهم تاريخ من الذعر التلقائي أن حساسية القلق تنبؤ بالاستجابة المخيفة لفرط التهوية والكافيين واستنشاق ثلاثي أكسيد الكربون بنسبة ٣٥ % وبالإضافة إلى ذلك، وجدت دراسة للنمذجة السببية مع مشاركين غير سريرين أن حساسية القلق ترتبط بالمخاوف وتجنبها (تايلور وراشمان،١٩٩٢)

-هدفت دراسة كوكس وزملاؤه(Cox et al., 1991: 367) الي فحص العلاقة بين حساسية القلق والهلع وأجريت الدراسة علي عينة قوامها ٢٦٢ من طلاب الجامعة وطبق الباحثون كتاب من قائمة حساسية القلق واستخراج الهلع وتم تصنيف الافراد وفق متغير الحساسية القلق الي مرتفعين (ن=٨٢)، ومتوسطين (ن = ١٦٢)، ومنخفضين (ن=١٨) وأسفرت النتائج الي ان ٥٠% من الاشخاص ال مرتفعين في الحساسية للقلق قرروا نوبات هلع خلال السنة الماضية بالمقارنة بين ٢٠% و ٤٤% في مجموعتي حساسية القلق المتوسطة والمنخفضة علي التوالي.

-قامت دراسة واحدة فقط بتقييم مستقبلي لأمر غير سريري ليس له تاريخ من الذعر لتوفير اختبار أكثر مباشرة لما إذا كانت حساسية القلق تعمل كعامل خطر لتطور الذعر. أجرى Mailer and Reiss (1992) دراسة متابعة لمدة ٣ سنوات مع عينة غير سريرية من طلاب الجامعات تم تقييمها في الأصل مع ASI. كانت النتائج في ASI تنبؤية بتواتر وشدة نوبات الهلع خلال فترة المتابعة. وكان أولئك الذين حصلوا على درجات عالية في ASI أكثر عرضة بخمس مرات للإصابة باضطراب القلق خلال فترة المتابعة. تقدم هذه النتائج أفضل ما يمكن أن تكون حساسية القلق بمثابة عامل خطر لأمراض القلق وقد تصف نظرية التوقع حساسية القلق بأنها عامل خوف من الخوف، وتستجيب

بحيث يكون الأفراد الذين يعانون من حساسية عالية للقلق أكثر عرضة للقلق بشأن القلق الناتج عن الإجهاد (ريس وماكنالي، ١٩٨٥).

-دراسة تايلور وزملاؤه (Taylor et al., 1996 : 474 :479) علي عينة قوامها ٥٢ من ذوي اضطراب الهلع و ٤٦ من ذوي الإكتئاب العظيم و ٣٧ من ذوي التشخيص المزدوج هلع مع اكتئاب وطبق الباحثون كلا من استبيان حساسية القلق ومقياس بيك للإكتئاب والمقابلات التشخيصية وأسفرت النتائج الي وجود ثلاث عوامل للحساسية للقلق وهي:

-أ- الخوف من أعراض ملحوظة

-ب- الخوف من إحتلال التحكم المعرفي

-ج - الخوف من الإحساسات البدنية

-وقد ارتبط الهلع ارتباطا موجبا جوهريا بكل من الخوف من الأعراض الملحوظة والخوف من الاحساسات البدنية بينما ارتبط الاكتئاب بالخوف من إحتلال التحكم المعرفي كما حصل المرضي ذوي التشخيص المزدوج (هلع مع اكتئاب) علي متوسط درجات حساسية القلق أكبر ويفرق جوهريا مع مرضي ذو التشخيص باضطراب الهلع دون إكتئاب.(ربيع ،شعبان،٢٠٢١).

-شميدت ، ليبرو ، وجاكسون ، ١٩٩٧ ، ١٩٩٩) . بحث حول حساسية القلق في مرحلة الطفولة وعلاقتها بالذعر عند الشباب آخذة في الظهور أيضًا (كيرني ، ألبانو ، Eisen، Allan، Barlow &، ١٩٩٧؛ Lau، Calamari، Waraczynski، ١٩٩٦(، Hayward، Killen، Kraemer، and Taylor (2000) قدموا مؤخرًا دليلًا على وجود ارتباطات محتملة بين حساسية القلق والذعر في مرحلة المراهقة. قام هؤلاء المحققون بفحص تنبؤات نوبات الهلع في عينة كبيرة (365،N 2) من المراهقين (الصفوف ٩ إلى ١٢ ، متوسط العمر عند دخول الدراسة ١٥.٤ سنة) الذين تمت متابعتهم على مدى ٤ سنوات. أشارت النتائج إلى أن حساسية القلق ، التي تم تقييمها باستخدام

حساسية القلق في dex (ASI، Peterson & Reiss، ١٩٨٧) ، تنبأت ببدء نوبات الهلع أثناء فترة الدراسة.

-شميت وآخرون. (٢٠٠٠) ذكر أن تجربة نوبات الهلع وكذلك الضغوطات العامة (مثل أعراض الاكتئاب) ارتبطت بزيادة في مستوى حساسية القلق ، كما تم تقييمها مع ASI ، في عينة من ١٢٩٦ شابًا متبوعًا بأكثر من ٥ فترة الأسبوع. في نموذج التعلم ، من المتوقع بشكل معقول أن تتغير مستويات حساسية القلق بمرور الوقت بسبب مجموعة متنوعة من تجارب التعلم الإدراكي أو الفعال أو المستجيب بما في ذلك تجربة الذعر نموذج الاستعداد ونموذج التعلم ليسا حصريين بالضرورة. نحن نقترب من فهم حساسية القلق من منظور علم النفس المرضي التنموي (Cicchetti، ١٩٩٣ ؛ Sroufe & Rutter، ١٩٨٤). يشير هذا المنظور إلى أنه قد يكون هناك كل من الاستعداد ومسارات التعلم لحساسية القلق المرتفعة وأن حساسية القلق والذعر وتجارب التعلم الأخرى تتفاعل بطرق معقدة بمرور الوقت .

-هناك دراسة اجرها موريس وزملاؤه ٢٠٠١ عن العلاقه بين حساسية القلق وسمه القلق واضطراب القلق حيث قام ب ١٠٠ دراسه ، وتبلغ عدد العينه قوامها (٨١٩) من المراهقين (٤٢٦ ذكرا،٣٩٣ انثى) تراوحت اعمارهم من سن ١٣-١٦ بمتوسط عمرى ١٤.٣ وانحراف معيارى ١.٠ وطبق الباحثون كلا من قائمة حساسية القلق وقائمه اضطراب القلق لدى الاطفال اصفرت النتائج عن وجود ارتباط موجب جوهرى بين حساسية القلق واضطراب القلق واضطراب الهلع والخوف من الاماكن الواسعه كما اتضح ان كلا من حساسيه القلق وسمه القلق يفسران نسبه فريده من التباين فى اعراض اضطراب القلق (فايد،٢٠٠٢)

-قام كل من (Lilienfeld & Penna ‘2001) بدراسة العلاقة بين الحساسية للقلق وسمات الشخصية السوية وغير السوية والوحدة النفسيه وهدفت دراستهما الي التعرف علي العلاقة بين مؤشر حساسية القلق وبعض

الاضطرابات النفسية وسمات الشخصية وتاثيرها على الوحدة النفسيه علي عينة بلغت ١١٤ طالبًا جامعيًا وتشير النتائج الي ان الحساسية للقلق إرتبطت إيجابيا بسمات الشخصية (قلق السمة ، الإغتراب ، العصابية) والوحدة النفسيه.(ربيع،شعبان،٢٠٢١).

-أجرت (تايلر،وآخرون ٢٠٠٢) دراسة جينية سلوكية شاملة للحساسية للقلق على عينه تبلغ(٢٣٢) زوجا من التوائم وتم استخدام مقياس للحساسية للقلق واسفرت النتائج انه وجد ان الوراثه تزيد الحساسية للقلق فى النساء بشكل وأشار إلى أن الاشكال الشديدة للحساسية للقلق قد تتاثر بشكل قوى بالعوامل الجينيه اكثر من الاشكال الخفيفه ويتاثر الناقل للحساسية للقلق في الرجال بالعوامل البيئية وليس بالعوامل الجينية توافقا مع النظريات السلوكية والمعرفيه كما وجد أن طالب الجامعة ذوي المعدلات المرتفعة من الحساسية للقلق كانوا يحظون بتعزيز أكبر لسلوكيات المرضي عندما كانوا أطفال من ذوي المستويات الحساسية للقلق المنخفضة وأن أبائهم كانوا مخيفون بالاعراض الجسدية ومن ثم فان دور التعلم في تطور الحساسية للقلق لا يمكن تجاهله(محمد. ٢٠١٤.).

-دراسة (Zvolensky, et al .,2003) هدفت إلي التعرف علي الإرتباط بين الحساسية للقلق والأعراض السيكلترية وأبعاد الشخصية وبلغت عينة الدراسة ٢٧٨٦ فردًا من دول أمريكا وهولندا وفرنسا وأسبانيا والمكسيك وكندا وتشير النتائج إلي ان البنية الكاملة للحساسية للقلق متشابهة مع الدول الست وتشير أيضاً إن أبعاد الحساسية للقلق إرتبطت إيجابيًا ببعد العصابية في حين لم يكن الارتباطات دالة مع بعد الانبساطية (ربيع،شعبان،٢٠٢١).

-في دراسة استكشافية، كلف برومان فولكس وزملاؤه (٢٠٠٤) الهدف من هذه الدراسة هو معالجة بعض هذه القضايا وزيادة تقييم فعالية التمارين الرياضية كخيار تدخل للأفراد الذين يعانون من حساسية عالية للقلق على عينه تبلغ ٥٤ مشاركا لإكمال ست جلسات مدتها ٢٠ دقيقة من التمارين الرياضية

عالية الكثافة أو النشاط غير الهوائي منخفض الكثافة. أشارت النتائج إلى انخفاض كبير في حساسية القلق لكلتا شرطي العلاج عند المتابعة. ومع ذلك، أنتج بروتوكول التمارين الرياضية تخفيضات أسرع في حساسية القلق والمزيد من المستجيبين للعلاج (الذين يعرفون بأنه انخفاض في درجات ASI من ١ SD) أكثر من النشاط غير الهوائي. وعلاوة على ذلك، فإن التمارين الرياضية عالية الكثافة هي وحدها التي أسفرت عن انخفاض كبير في المخاوف من الأحاسيس الجسدية المرتبطة بالقلق. وتمثل النتائج التي أبلغ عنها برومان فولكس وآخرون خطوة أولى هامة في تقييم التمارين الرياضية كتدخل محتمل لحساسية القلق. (جوشواج ج ،برومان فولكس، كاترلين م طابق.٢٠٠٨)

-هدفت دراسة (Motor et al., 2007) الي بناء اطار تنظيمي لاختبار العلاقة بين سمات الانفعالية السلبية و الانفعالية الايجابية والحساسية للقلق والحساسية للتقييم السلبي من ناحية وبين أربعة أعراض للقلق) الشعور المزمن بالهم، الاعراض الوسواسية القهارية، الهلع، القلق الاجتماعي) علي عينة بلغت ٩٠٧ من الطلاب الجامعيين وتشير النتائج الي قدرة الحساسية للقلق في التنبؤ بنوبات الهلع والشعور المزمن بالهم.(ربيع،شعبان،٢٠٢١).

-دراسة صلاح الدين محمد (٢٠١٤) هدفت الي اختبار ما اذا كانت الحساسية للقلق تلعب دورا في تنظيم الانفعال وأعراض القلق وعلاقته باستخدام الهاتف علي عينة بلغت ١٩١ طالبا وطالبة جامعيين وتشير النتائج الي ان متغير الحساسية للقلق يرتبط بتنظيم الإنفعال ويصاحبه القلق وتاثيره على الاستخدام المفرط للهاتف. (ربيع، شعبان، ٢٠٢١).

-هدفت دراسة عن الدكتور (كاراسلان ٢٠٢٠) لاستكشاف العلاقه بين الحساسية للقلق ومستويات الاكتئاب وسمات الشخصيه لدى عينه من مرضى يعانون من طنين الاذن وقد بلغت عدد العينه (٥٠) فردا ، واسفرت النتائج عن وجود علاقه ارتباطيه موجه بين الحساسية للقل والعصابيه وبين الحساسية للقلق واعراض القلق.(ربيع،شعبان،٢٠٢١).

-فقد أجرى العمراني (٢٠٠٢) دراسة تناولت العلاقة بين المساندة الاجتماعية ومستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة المدارس الثانوية والجامعات تكونت عينة البحث من (٥٠٠) طالب وطالبة، اختيرت بالطريقة الطبقية العشوائية منهم (٣١٤) طالب وطالبة من المدارس الثانوية الحكومية و(١٨٦) من طلبة كليني الآداب والعلوم جامعة صنعاء، أظهرت الدراسة وجود علاقة ارتباطيه سالبة دالة إحصائية بين المساندة الاجتماعية والشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة اليمنيين في مرحلتي الدراسة الثانوية والجامعية، في حين لم تظهر فروق دالة إحصائياً بين الشعور بالوحدة النفسية ومتغيرات الجنس والمرحلة الدراسية (ثانوي – جامعي)

-وأجرى سبيحت ،2005) (Speight دراسة حول الشعور بالوحدة النفسية والأكتاب وعلاقتها بالأوضاع الأسرية على عينة مكونة من (٣٠) طالباً من طلبة كواردو وأظهرت نتائج دراسته وجود ارتباط دال إحصائياً ما بين دوي الصعوبات المالية ودرجات الاكتاب والشعور الوحيدة النفسية

-كما أجرى مقدادي (٢٠٠٨) دراسة لاستقصاء العلاقة ما بين الوحدة النفسية والاكتئاب على عينة من طلبة جامعة آل البيت في الأردن، تكونت عينة الدراسة من (٥١٠) طالباً وطالبة منهم (٣١٢) إنات و(١٩٨) ذكور أظهرت نتائج الدراسة انتشار الظاهرة بين طلبة الجامعية، ولم تظهر فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في درجة الشعور بالوحدة النفسية وأكدت الدراسة على أهمية تقديم البرامج الإرشادية لطلبة الجامعات لزيادة الاتصال الاجتماعي بين الطلبة لوقايتهم من الشعور بالوحدة النفسية .

-دراسة أبو غزال وجودات (٢٠٠٩) التي هدفت إلى بحث علاقة أنماط تعلق الراشدين بتقدير الذات والشعور بالوحدة النفسية، على عينة مكونة من (٥٢٦) طالباً وطالبة من جميع كليات جامعة اليرموك بالأردن، أظهرت نتائج الدراسة أن كلا من عطي التعلق القلق والأمن قد ارتبط بشكل دال يتقدير الذات والشعوربالوحدة النفسية، في حين لم يظهر علاقة دالة بين نمط التعلق التجني

والشعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات، وأن كل من تمطي التعلق الأمن والقلق قد ساهما بشكل دال في التنبؤ بتقدير الذات والشعور بالوحدة النفسية

-وهناك دراسة قام بها كل من كريك ولاد (Crick & Ladd، ١٩٩٣) على مجموعة من تلاميذ الصف الثالث والرابع والخامس الابتدائي بلغ عددهم (٥٣٢) طفلاً، وذلك للتعرف على متغيرات الشعور بالوحدة النفسية والقلق الاجتماعي والتجنب الاجتماعي، وقد تبين من خلال استخدام عدد من المقاييس الاجتماعية أن مجموعة الأطفال المنبوذين يعانون من ارتفاع درجة الشعور بالوحدة النفسية،وكذلك ارتفاع درجة القلق، كما أنهم يدركون علاقاتهم الاجتماعية على أنها فاشلة، وذلك عند مقارنتهم مجموعة الأطفال غير المنبوذين.

-وأثبتت نتائج الدراسة التي أجراها كل من دانستان ونيفوت (١٩٩٤ ،Dunstan & Nieuwoult) على مجموعة مكونة من (٣٩) طفلا وطفلة من تلاميذ الصفين الثاني والرابع الابتدائي، واسفرت نتائج الدراسه أنه توجد علاقة ارتباطيه سالبة دالة إحصائية بين الشعور بالوحدة النفسية والنقل الاجتماعي من الآخرين وخاصة الأصدقاء.

-وأجرى المحارب، (١٩٩٤) دراسة على (٢٠٣) طالبة جامعة الملك سعود بالرياض للتعرف على الثبات والتغير في الحجل وعلاقته بالمجاراة والشعور بالوحدة النفسية، وقد كان من نتائج هذه الدراسة، واسفرت نتائج الدراسه أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة بين مستوى الخجل والشعور بالوحدة النفسية، ومن الدراسات التي تناولت الفروق بين الجنسين في الشعور بالوحدة النفسية

-قام كل من نيوكسي وينتر (Newcomb & Bentler، ١٩٩٦) بدراسة كان ضمن أهدافها الأساسية المقارنة بين المراهقين من الجنسين في درجة الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية، وقد تكونت عينة الدراسة من مجموعة من المراهقين والمراهقات بلغ عددها الإجمالي (٧٣٩) فرداً. وكان أهم

ما انتهت إليه هذه الدراسة من نتائج، هو أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً بين المراهقين من الذكور والإناث في كل من الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية.

- ودراسة كل من عبد المؤمن والزياني، (١٩٩٤) حيث أجريت بهدف التعرف على مدى انتشار الشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب مرحلة التعليم الجامعي بدولة البحرين، وقد تكونت عينة الدراسة من (٢٣٨) طالباً وطالبة من طلاب جامعة الخليج العربي وجامعة البحرين في التخصصات الأدبية والعلمية، ومن جنسيات أخرى من دول مجلس التعاون الخليجي، وأظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث وبين عينة طلاب البحرين وعينة دول مجلس التعاون الخليجي في درجة الشعور بالوحدة النفسية وذلك بسبب عامل العزلة الذي يواجهة طلبة دول الخليج كما لم تظهر فروق دالة إحصائياً على درجة الشعور بالوحدة النفسية في التخصصات الأكاديمية المختلفة .

-والختلفت نتائج الدراسة التي أجراها كل من نورمان وديواين (١٩٨٦ ،Norman & Dewayne) مع نتائج الدراسات الثلاث السابقة المتعلقة بالفروق بين الجنسين، حيث قاما بدراسة هدفت إلى التعرف على الفروق بين الجنسين من المراهقين في مستوى الشعور بالوحدة النفسية. والتي تكونت عيتها من (٥٩) مراهقاً، (٥٣) مراهقة من طلبة الجامعة، التهت نتائجها إلى أن الذكور من المراهقين أكثر شعوراً بالوحدة النفسية من الإناث المراهقات، وأيد هذه النتيجة الدراسة التي قام بها كل من ستوكس وليفين (١٩٨٦ ، Stokes & Levin) هدف الكشف عن الفروق بين الجنسين في الشعور بالوحدة النفسية، على عينة من طلبة وطالبات الجامعة، منهم (٩٧) طالية، (٨٢) طالية. فقد كانت أهم ما كشفت عنه نتائج تلك الدراسة هو وجود فروق دالة إحصائية بين الجنسين في الشعور بالوحدة النفسية لصالح الذكور، واتفقت هاتين الدراستين مع الدراسة التي قام بها نيكولاس (١٩٨٩ ،Necolas) لاختبار العلاقة بين

الشعور بالوحدة النفسية والفروق بين الجنسين وشبكة العلاقات الاجتماعية، وذلك على عينة من المراهقين والمراهقات بلغ إجمالي عددها (٧٢) فرداً، منهم (٣٦) ذكر و(٣٦) ألتي، حيث أشارت نتائج هذه الدراسة إلى أن المراهقين الذكور أكثر شعوراً بالوحدة النفسية من المراهقات الإناث.(المجالى، ٢٠١٤).

- بينما هدفت دراسة العلاوية (٢٠٠٥) التعرف إلى درجة الشعور الوحدة النفسية لدى طلاب وطالبات جامعة اليرمول لدي عينة مكونة من (٨١١) طالبا وطالبة، واظهرت نتائجها ان الطلبة في جامعة اليرموك يعانون من الشعور بالوحدة النفسية سواء كانوا مقيمين مع أسرهم أم لا، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق فيدرجة الشعور الوحدة النفسية لديهم مرتبطة بالجنس، أو المستوى الدراسي أو المعدل التراكمي.
- كما قام الطهراوي (٢٠٧) بدراسة هدفت التعرف إلى العلاقة بين الأمن النفسي والاتجاهات نحو الانسحاب الإسرائيلي من قطاع غزة على عينة تكونت من (٣٥٩) طالبا وطالبة من طلبة الجامعات الفلسطينية، أشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الأمن النفسي لدى الطلبة كان مرتفعا، وأن هناك ارتباطا والا حصائيا بين الأمن النفسي والاتجاهات نحو الانسحاب، وأشارت النتائج كذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الأمن النفسي تعزى لمكان السكن ولصالح سكان المناطق الحدودية، في حين لم توجد فروق ذات دلالة إحصائية في سوى الامن النفسي تعزي للجنس. (مصطفى، الشريفين، ٢٠١٣).
- وهدفت دراسة أوزديمير ٢٠٠٨ ،Orderإلى البحث عن مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من الطلبة الجامعيين في إحدى الجامعات التركية، بلغ عددهم (٧٢١) طالبا وطالبة، تراوحت أعمارهم من (١٨-٢٥) سنة (٦٧) منهم يعيشون في المساكن المستقلة للطلاب، أظهرت نتائج الدراسة أن (٤٦%) من الطلبة يعانون من الوحدة النفسية، كما أنهم يفتقرون للتفاعل الاجتماعي مع الآخرين و٣٥١ %) منهم يفتقرون

للدعم النفسي والاجتماعي من الأخرين.

- كما قام الشرايري (٢٠٠٩) بدراسة هدفت إلى معرفة مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة اليرموك بلغ عددهم (٥٦٥) طالبا وطالبة، أظهرت نتائج الدراسة وجود درجة متوسطة من الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة، كانت أعلاها في مجال المشاعر الدانية، تم مجال العلاقات الاجتماعية، تم مجال العلاقات الحميمة، وأخيرا في العلاقات الأسرية، في حين لم توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى الوحدة النفسية بين الذكور والإناث . (مصطفى، الشريفين، ٢٠١٣)
- اما دراسة ساوير سار حيلسون و وسيرت ونياله (Suwir. Marginson. Dumert, Nyland & Ramia, (2007 فقد هدفت إلى معرفة مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة مكونة من (٢٠٠) طالب وطالبة من (٣١٠) جنسية مختلفة يدرسون في إحدى الجامعات الاسترالية أظهرت نتائج الدراسة أن (٧٥) من الطلاب يعانون من مستوى مرتفه من الوحدة النفسية وتحديدا من المستجدين الذين لم يعش على وجودهم في استراليا اكثر من أشهر معدوده.(مصطفى، الشريفين، ٢٠١٣).

كما أجرت نشوى عبد الحميد (٢٠٠٢)،دراسة بهدف التعرف على مستوى الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى عينة من الأطفال المحرومين وغير المحرومين من الرعاية الأسرية ، وذلك على عينة مكونة من (١٤٨) طفلاً وطفلة من تلاميذ الصفين الرابع والخامس الابتدائي ، مقسمة إلى مجموعتين إحداهما تعيش وسط أسرها الطبيعية ، والثانية محرومة من الرعاية الأسرية . وقد توصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأطفال المحرومين وغير المحرومين من الرعاية الأسرية في الشعور بالوحدة والنفسية والتوافق النفسي الاجتماعي لصالح الأطفال المحرومين من الرعاية الأسرية لدى أفراد الجنسين (مصطفى، الشريفين، ٢٠١٣).

- وأجرى عبد الحميد وعمر (١٩٨٩) دراسة بدولة قطر على مجموعة من تلاميذ وتلميذات الصفين السادس الابتدائي والثاني المتوسط بلغ عددها (٢٢٦) فرداً . واستخدم الباحثان مقياساً للشعور بالوحدة النفسية ومقياساً آخر لقياس الحساسية الاجتماعية المدركة . وكان أهم ما انتهت إليه نتائج هذه الدراسة ، أن أفراد العينة الذين حصلوا على درجات مرتفعة في الحساسية الاجتماعية ، حصلوا على درجات مرتفعة في الشعور بالوحدة النفسية فيما يتعلق بالوالدين والأقران أقل ممن حصلوا على درجات منخفضة في الحساسيةالاجتماعية ، وذلك لدى أفراد العينة من الجنسين ، إضافة إلى تبين وجود فروق دالة بين الجنسين في الشعور بالوحدة النفسية .(منال، ٢٠١٣).
- اجرى ماركوين وآخرون (١٩٨٧)Marcoen et al دراسة شملت (٤٤٤) مراهقاً ، تراوحت أعمارهم مابين (١١-١٧) عاماً ، واستخدموا في دراستهم مقياساً للشعور بالوحدة النفسية يتضمن أربعة أبعاد فرعية لتحديد علاقة الابن بالأب وبالأصدقاء . وقد توصلت نتائج تلك الدراسة إلى أن الشعور بالوحدة النفسية لدى المراهقين يرتبط بالأبعاد الخاصة بالآباء أكثر من الأبعاد التي تتعلق بالأصدقاء أو الزملاء.
- وتركزت أهداف دراسة برادي (١٩٩٦)Brady حول الشعور بالوحدة النفسية لدى المراهقات وارتباطه ببعض المتغيرات الأسرية وذلك على عينة من المراهقات بلغ عددهن (١٥٠) مراهقة ، تراوحت أعمارهن مابين (١٥-١٨) سنة بولاية نيوجيرسي بالولايات المتحدة الأمريكية . وقد جاء ضمن نتائج الدراسة أن التعلق الأمن المستقر بالوالدين يرتبط بانخفاض مستوى الشعور بالوحدة النفسية ، كما أن ارتفاع مستوى الشعور بالوحدة النفسية يرتبط باضطراب العلاقات الأسرية وبصفة خاصة مع شخص الأم .
- وهناك دراسة قام بها مخيمر ، (٢٠٠٣) بهدف فحص العلاقة بين

إدراك الرفض الوالدي ورفض الأقران والشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من المراهقين ، حيث تكونت عينة الدراسة من (٢٩٥) فرداً ، منهم (١٤٧) مراهقاً و (١٤٨) مراهقة تراوحت أعمارهم مآبين (١٥-١٢) عاماً ، وقد كان ضمن من ما توصلت إليه هذه الدراسة من نتائج ما يلي :وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين الرفض الوالدي والشعور بالوحدة النفسية لدى كل من المراهقين والمراهقات وتزايد الشعور بالوحدة النفسية بفعل التأثير المشترك للرفض الوالدي ورفض الأقران لدى كل من المراهقين والمراهقات (منال، ٢٠١٣).

- وهناك دراسة قام بها كل من كريك ولاد (١٩٩٣)Crick & Ladd على مجموعة من تلاميذ الصف الثالث والرابع والخامس الابتدائي بلغ عددهم (٥٣٢) طفلاً، وذلك للتعرف على متغيرات الشعور بالوحدة النفسية والقلق الاجتماعي والتجنب الاجتماعي . وقد تبين من خلال استخدام عدد من المقاييس الاجتماعية أن مجموعة الأطفال المنبوذين يعانون من ارتفاع درجة الشعور بالوحدة النفسية، وكذلك ارتفاع درجة القلق، كما أنهم يدركون علاقاتهم الاجتماعية على أنها فاشلة، وذلك عند مقارنتهم بمجموعة الأطفال غير المنبوذين.
- وفي دراسة قام بها عطا ، (١٩٩٣) على مجموعة من طلاب الجامعة بمدينة الرياض بالمملكة العربية السعودية ، بلغ عددهم (١٣٦) طالباً ، بهدف التعرف على مدى تقدير الذات وعلاقته بالوحدة النفسية والاكتئاب ، وكان أهم ما توصلت إليه هذه الدراسة من نتائج ، هو وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين كل من الشعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات والاكتئاب .(منال، ٢٠١٣).
- وأجرى وودوارد (١٩٨٨)Woodward دراسة على مجموعة مكونة من (٣٨٧) طفلاً ومراهقاً ، تراوحت أعمارهم ما بين (٨-٢٠) عاماً ، حيث طبق عليهم مقياساً للشعور بالوحدة النفسية ومقياساً آخر لتقدير الذات ،

وقد بينت نتائج تلك الدراسة أن الأطفال والمراهقين الريفيين يعانون من ارتفاع مستوى الشعور بالوحدة النفسية ، وأن هناك علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين الشعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات .

- في دراسة شقير (١٩٩٣) بعنوان تقدير الذات و العلاقات الاجتماعية المتبادلة والشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من تلميذات المرحلة الاعدادية في كل من مصر و المملكة العربية السعودية ، هدفت الدراسة للكشف عن طبيعة العلاقة بين كل من تقدير الذات و العلاقات الاجتماعية و عن نوع الارتباط بين المجتمعين اشتملت عينة الدراسة على (٢٩٠) تلميذة بالمرحلة الإعدادية، استخدمت مقياس الوحدة النفسية وكذلك مقياس تقدير الذات و العلاقات الاجتماعية المتبادلة، حيث توصلت الى وجود ارتباط سالب بين تقدير الذات و الشعور بالوحدة النفسية لدى عينتي الدراسة(منال، ٢٠١٣)
- أما الدراسة التي أجراها كل من نورمان وديواين Norman & Dewayne 1986)) بهدف التعرف على الفروق بين الجنسين من المراهقين في مستوى الشعور بالوحدة النفسية ، والتي تكونت عينتها من (٥٩) مراهقا، (٥٣) مراهقة من طلبة الجامعة .انتهت نتائجها إلى أن الذكور من المراهقين أكثر شعوراً بالوحدة النفسية من الإناث المراهقات(منال، ٢٠١٣)
- كذلك فإن الدراسة التي قام بها كل من ستوكس وليفين (١٩٨٦ &Levin(Stokes بهدف الكشف عن الفروق بين الجنسين في الشعور بالوحدة النفسية ، على عينة من طلبة وطالبات الجامعة ، منهم (٩٧) طالباً، (٨٢) طالبة . فقد كانت أهم ما كشفت عنه نتائج تلك الدراسة هو وجود فروق دالة إحصائياً بين الجنسين في الشعور بالوحدة النفسية لصالح الذكور .(منال، ٢٠١٣)
- ولقد أيدت نتيجة الدراستين السابقتين ما توصلت إليه نتيجة الدراسة التي

قام بها نيكولاس (١٩٨٩)Necolas لاختبار العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والفروق بين الجنسين وشبكة العلاقات الاجتماعية ، وذلك على عينة من المراهقين والمراهقات بلغ ا جمالي عددها (٧٢) فرداً ، ، منهم (٣٦) ذكر و(٣٦) أنثى ، حيث أشارت نتائج هذه الدراسة إلى أن المراهقين الذكور أكثر شعوراً بالوحدة النفسية من المراهقا ت الإناث (منال، ٢٠١٣)

-دراسة كل من خضر والشناوي ، (١٩٨٨) الكشف عن العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية وبعض متغيرات الشخصية الأخرى . وقد طبقت هذه الدراسة على مجموعة مكونه من (٣٠٠) فردا ، منهم (١٥٠) طالباً بالمرحلة الثانوية و (١٥٠) طالباً جامعياً ، وكان أهم ما أظهرته نتائج دراستهما ، أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين درجات أفراد عينه الدراسه على مقياس الشعور بالوحده النفسيه ودرجاتهم على مقياس العصابية.

- دراسة عبدالحميد ، (١٩٩٤) معرفة العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية وبعض السمات الشخصية وهي السيطرة والاجتماعية والإتزان الإنفعالي ، هذا بالإضافة إلى معرفة أيهما أكثر شعورا بالوحدة النفسية من الجنسين . وتكونت عينة الدراسة من مجموعة مكونة من طالباً وطالبة من جامعة عين شمس منهم (٩٠) إناث ، (٩٢) ذكور. وقد توصلت نتائج تلك الدراسة إلى مايلي : - وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين الشعور بالوحدة النفسية من جانب وسه الشخصية الاجتماعية والاتزان الانفعالي والسيطرة لدى كل من الذكور والإناث أظهرت نتائج الدراسة أن الإناث أ شعوراً بالوحدة النفسية من الذكور (مخلف، فرحان. ٢٠١٣).

- اجري تشيفر وروزن وكارير وتشيفيز (٢٠١٤ ، Cheever, Rosen, Carrier, & Chavez) دراسة هدفت التعرف إلى العلاقة بين الاستخدام

المفرط للهاتف الخلوي والمشكلات النفسية وخاصة القلق عندما يترك الأفراد هواتفهم الخلوية، حيث طبقت الدراسة على عينة بلغت (١٦٣) من الكليات الأمريكية، والطلب من نصف الطلبة إغلاق هواتفهم الخلوية مع احتفاظهم بها، ولكن بعيدا عن أنظارهم والجلوس بهدوء مع عدم وجود أي تشويش في أثناء الدراسة، والمجموعة الثانية تم مصادرة هواتفهم الخلوية، وقد أظهرت النتائج أن أفراد العينة قد أظهروا قلقا متزايدا بمرور الوقت وخاصة الأفراد الذين يستخدمون الهواتف الخلوية بشكل كبير ولصالح المجموعة التي تم مصادرة هواتفهم، كما أظهرت النتائج أن زيادة الاعتماد على الهاتف النقال يؤدي إلى زيادة القلق في حال ابتعادهم عن الهاتف الخلوي. (عبدالرازق ،مصطفى،٢٠٢٠).

- كما اجريت دراسة (٢٠١٩) Coskum & Muslu هدفت الي التعرف على مشكلات استخدام الهواتف الذكية ومستويات الخوف من الضياع لدى المراهقين، وتكونت عينة الدراسة من (١٦٣٠) طالب وطالبة، وتمثلت الأدوات في مقياس الخوف من الضياع (إعداد : Przybylski et al., 2013)، ومقياس مشكلات استخدام الهاتف الذكي (إعداد: ٢٠١٤ Tekin et al.،) وأسفرت أهم النتائج عن وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين مشكلات استخدام الهاتف الذكي والخوف من الضياع، ووجود فروق دالة إحصائيا في مشكلات استخدام الهاتف الذكي تعزى إلى النوع، المرحلة العمرية، التحصيل الدراسي، كما أسفرت عن إسهام الخوف من الضياع في التنبؤ بمشكلات استخدام الهاتف الذكي.
- هدفت دراسة (دوكمو ٢٠١١) لمعهد أبحاث مجتمع الهاتف المحمول إلي إجراء المقارنات على أساس سنوي، حيث تم طرح أسئلة قياسية على الأطفال وآبائهم وأظهرت النتائج في ثلاثة من البلدان الاربعة التي شملتها الدراسة أن نسبة استخدامأجهزة الحاسوب اللوحي من قبل الاطفال أقل من ٦٪. وأظهرت نتائج مصر فقط أكبر نسبة استخدام،

حيث تصل نسبة الاطفال الذين يستخدمون أجهزة الحاسوب اللوحي إلى ١٨٪..ولا يوجد دليل على أن مستويات دخل الاسرة أو خلفية الوالدين التعليمية لها تأثير كبير في ملكية الأطفال للهواتف المحمولة أو استخدامها.وتختلف عادات الاتصال والرسائل النصية لدى الاشخاص من بلد لآخر وحسب العمر،وعموماً يستخدم الأطفال الصغار هواتفهم المحمولة لإجراءالمكالات بدل من إرسال رسائل نصية.ومع تقدمهم في السن، ترتفع نسبة الأطفال بشكل ثابت إلى ٢٧٪ في سن العاشرة يرسلون ست رسائل نصية أو أكثريوميا ،وتبلغ ذروتها بنسبة ٥٥٪في سن الخامسة عشرة.كما في السنوات السابقة، أظهرت الدراسةأن الأطفال يتواصلونعبر الرسائل النصية مع بعضهم، إلي أنهم يفضلون إجراء المكالمات عند الأتصال بوالديهم، عن استخدام الرسائلالنصية، تقول نسبة ٨٨٪ من الأطفال إن قائمة الصداقات الوثيقة الحالية تم تعزيزها وتقول نسبة ٧٦٪ منهم إن الصداقات الوثيقة قدّ قلت بشكل كبير أكثر وظائف الهاتف المحمول المستخدمة شعبية من قبل الأطفال هيالكاميرات ٥١٪ ، ومشغلات الموسيقى ٤٤٪ ، ومشغلات الأفلام والفيديو ٢٦٪. يستخدم الاطفال المزيد من وظائف الهاتف أكثر من آبائهم.(باسم،عبدرحمن،٢٠١٧)

تعقيب عام علي الدراسات السابقة

١-كشفت بعض نتائج الدراسات علي أن هناك ارتباط بين متغير العمر وعدد مرات التحقق من الهاتف.

٢- اهتمت بعض الدراسات بإظهار الفروق بين الجنسين في متغير رهاب فقدان الهاتف وظهرت نتائج هذه الدراسات تعارض ف النتائج فمنهم من كشفت نتائجه ان هناك فروق بين الجنسين لصالح الذكور ودراسات اخري لصالح الإناث.

٣-اظهرت بعض الدراسات تعارض فيما بينها في فرض العلاقة بين رهاب

فقدان الهاتف والعمر

٤- ركزت اغلب الدراسات التي تناولت متغير رهاب فقدان الهاتف ، و الوحدة النفسية علي المراهقين و الكشف عن الفروق بين الجنسين

٥-وبعض الدراسات تناولت رهاب فقدان الهاتف والوحدة النفسية ومتغيرات اخرى وتوصلت نتائجها ان هناك علاقة ارتباطية بين رهاب فقدان الهاتف والوحدة النفسية وتعارضت هذه النتيجة مع دراسات اخري كشفت نتائجها ان الوحدة النفسية اقل المتغيرات في التنبؤ برهاب فقدان الهاتف

٦-ركزت بعض الدراسات علي متغير مدة استخدام الهاتف وعلاقته برهاب فقدان الهاتف

٧-توجد ندرة في الدراسات التي تناولت العلاقة بين رهاب فقدان الهاتف والحساسية للقلق.

٨-حيث ركزت الدراسات الحساسية للقلق في حدود الباحثة علي علاقة الحساسية للقلق بمتغيرات اخري مثل الهلع واضطراب القلق وظهرت نتائج هذه الدراسات بأن هناك علاقة ارتباطيه بينهم.

٩-ركزت دراسة لشمت واخرون علي علاقة الحساسية للقلق بمرحلة المراهقة وكشفت نتائجها بأن الحساسية للقلق تتنبأ بنوبات هلع اثناء فترة الدراسة.

١٠-هناك دراسة توصلت الي انه توجد علاقة ارتباطية بين الحساسية للقلق والوحدة النفسية

١١-كما ان هناك دراسات اظهرت ان الوراثة تزيد من الحساسية للقلق وان الأشكال الشديدة للحساسية للقلق تتعلق بالعوامل البيولوجية.

١٢-ركزت بعض الدراسات علي الكشف عن العلاقة بين الحساسية للقلق وابعاد الشخصية ودراسات اخري الوحدة النفسية مع متغيرات الشخصية وظهرت نتائج الأولي وجود علاقة بين الحساسية للقلق وبُعد العصابية، والثانية ان هناك علاقة ارتباطية بين درجات الوحدة النفسية ودرجاتهم

علي مقياس العصابية ، من هنا نستنتج ان من المحتمل ان الشخص الذي لدية حساسية للقلق لدية وحدة نفسية لاشتراك بُعد العصابية بينهما.

-كمان ان هناك دراسة اهتمت بالكشف عن علاقة الاعتماد علي الهاتف الذكي والحساسية للقلق وبينت نتائجها ان هناك زيادة الاستخدام اليومي للهاتف وزيادة الاعتماد علي الهاتف يرتبط بدرجات القلق ،واهتمت الدراسات بالفروق بين الطلاق من الجنسية في متغير الاعتماد علي الهاتف واظهرت النتائج ان هناك فروق لصالح الإناث

١٤-اظهرت نتائج دراسة Hawi,samaha) ان الطلاب الجامعين الذين لديهم استخدام مفرط للهاتف الذكي أظهروا احتمالات اكبر للحساسية للقلق الشديد.

١٥-اظهرت نتائج بعض الدراسات التي شملت علي متغير الوحدة النفسية كمتغير مستقل انه يرتبط ايجابيا بإدمان و زيادة استخدام الإنترنت لدي الجنسين ،وبعض الدراسات الاخرى الذي جعلت الوحدة النفسية متغير تابع كشفت نتائجها ان هناك علاقة ارتباطية بين استخدام الانترنت والافراط فيه والوحدة النفسية لدى المراهقين من الجنسين.

١٦-هناك تعارض في نتائج الدراسات التي تناولت فرض "توجد فروق بين الجنسين في الشعور بالوحدة النفسية " دراسات اسفرت نتائجها ارتفاع الشعور بالوحدة النفسية لدى الإناث اكثر من الذكور ،ودراسات اخري اظهرت نتائجها انه لا توجد دالة احصائيا بين الشعور بالوحدة النفسية ومتغيرات الجنس ،و من الممكن ان ترجع تعارض الدراسات الي بعض العوامل منها البيئة الاجتماعية والاستعداد البيولوجي او اختلاف المقاييس وثبات وصدق الأداة

١٧- كشفت نتائج الدراسات في حدود الباحثة علي ان هناك علاقة ارتباطية موجبة بين الخجل والشعور بالوحدة النفسية

١٨- ركزت معظم الدراسات السابقة علي المراهقين من عمر ١٣ الي ٢١ سنة ، فهي الفئة الاكثر استخداما للهاتف ،ومهيئة للاضطرابات النفسية و معرضة اكثر للوحدة النفسية والقلق من المستقبل وغيره من المشكلات النفسية التي تواجه المراهقين في هذه المرحلة

١٩-هناك دراسات تناولت الاستخدام المفرط للهاتف كمتغير مستقل وعلاقته بمتغيرات اخري ،مثل علاقته بالمشكلات النفسية خاصة القلق واظهرت نتائج الدراسة ان زيادة الاعتماد علي الهاتف النقال والابتعاد عنه يؤدي الي زيادة القلق

٢٠- بعض الدراسات اهتمت بالكشف عن العلاقة بين استخدام الهاتف الخلوي ومدي انتشار النوموفوبيا ودراسات اخري تناولت العلاقة بين مشكلات استخدام الهاتف والخوف من الضياع واسفرت نتائجها ان هناك دالة بينهما.

٢١-هناك دراسات اهتمت بالعلاقة بين مواقع التواصل الاجتماعي (الفيسبوك) والعزلة الاجتماعية لدي المراهقين واظهرت نتائجها علي ان هناك علاقة ارتباطية بينهما.

وكما يتبين من التعقيب انه لا توجد دراسة تناولت المتغيرات الثلاثة كمنبأت لرهاب فقدان الهاتف ، ولكن كل متغير كان علي حدة مع متغيرات اخري أو متغير واحد او اثنين ع الاكثر من متغيرات الدراسة .

فروض الدراسة

يمكننا صياغه فروض الدراسة الراهنه على النحو الاتى:ـ

١) توجد علاقه ارتباطية بين الاستخدام اليومي للهاتف والنوموفوبيا لدى المراهقين من الجنسين في ظل جائحه كورونا.

٢) توجد علاقه ارتباطية بين الوحدة النفسية والنوموفوبيا لدى المراهقين من الجنسين في ظل جائحه كورونا.

٣) توجد علاقه ارتباطية موجبه بين الحساسية لقلق والنومو فوبيا لدى المراهقين من الجنسين ف ظل جائحه كورونا.

٤) اي اي مدى يتنبأ متغيرات الدراسة برهاب فقدان الهاتف لدى المراهقين من الجنسين في ظل جائحه كورونا.

٥) توجد فروق بين متغيرات الدراسة للمراهقين من الجنسين.

٦) توجد فروق بين مراحل المراهقة في متغيرات الدراسة.

منهج الدراسة واجراءتها

يتضمن هذا الفصل بعرض المنهج المتبع فى الدراسة الراهنة،بلاضافة الى عرض مفصل للادوات التى تم الاعتماد عليها فى قياس المتغيرات محل اهتمام الدراسة الراهنة ، والتحقق من الكفاءة القياسية لهذه الادوات، من معاملات الصدق والثبات ، ثمرورا باجراءات التطبيق والفحص العيدى ، واخيرا عرض اساليب التحليل الاحصائية المستخدمة فى تحليل بيانات الدراسة.

منهج الدراسة

المنهج المتبع فى هذة الدراسة هو المنهج غير تجريبى (الوصفى ارتباطى مقارن) هذا المنهج غير التجريبى يهتم بوصف الراهن لخاصية او ظاهرة معينة ، وبالتالى تعتمد هذة الدراسة على هذا المنهج فى تصنيف المتغيرات موضع الاهتمام البحثى ، وتفسير العلاقات بلاضافة الى الكشف عن العلاقة بين بين الحساسية للقلق والوحدة النفسية والاستخدام المفرط للهاتف الذكى كمنبئات لرهاب فقدان الهاتف فى ظل جائجة كورونا.

التصميم البحثى

استخدم التصميم وصفى ارتباطى مقارن وبالتالى تعتمد هذه الدراسه على هذا المنهج فى تصنيف المتغيرات موضع الاهتمام البحثى لتفسير العلاقه بين الحساسية للقلق والوحدة النفسية والاستخدام المفرط للهاتف كمنبئات برهاب فقدان الهاتف.

وصف عينة الدراسة

تكونت عينه الدراسة من ١٢٠ من المراهقين والمراهقات، حيث انقسمت هذه العينة إلى ثلاث مراحل من المراهقة تراوحت أعمارهم (من ١٢ الي ٢٠) ومتوسط العمر ١٦ سنه، المرحله الأولى المراهقه المبكره تراوحت أعمارهم(من ١٢ الي ١٥ سنه) وشملت ٤٠ من طلاب وطالبات المرحلة الإعدادية انقسموا الي(٢٠ من الإناث، ٢٠ من الذكور) والمراحلة الثانية المراهقة المتوسطة و تراوحت أعمارهم (من ١٦ الي ١٨ سنه) و شملت ٤٠ من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية تم تقسيمهم الي(٢٠ من الإناث، ٢٠ من الذكور) والمرحلة الثالثة هي المراهقة المتاخره تراوحت أعمارهم (من ١٩ الي ٢٠سنه) وعددهم ٤٠ وقد تم تقسيمهم أيضا الي (٢٠ من الإناث، ٢٠ من الذكور) من المرحلة الجامعية وقد تكافئت هذه العينة في العمر والمستوى التعليمي وتم انتقاء هذه العينة بطريقة عشوائية من المدراس والجامعات.

ادوات الدراسة

بعد مراجعة الباحثات الإنتاج الفكرى موضع اهتمام الدراسة الحالية تم اتباع عدد من الإجراءات التي تمثلت في إعداد بعض الاستخبارات وتعديلها بما يتناسب مع طبيعة عينة الدراسة وفيما يلي عرض للادوات التي تم الاعتماد عليها ثم وصف كل منها بشكل تفصيلي:

الاختبارات التجريبية	الاختبارات المحكية
المقابلة المبدئية :أعداد الباحثات منار عبد الحميد، إسراء احمد، رضوي سيد، نيره بحيث، هدير محمود، مراجعة وتعديل أ. د هدى سعيد	
استخبار النوموفوبيا :ترجمة وإعداد الباحثات مراجعة وتعديل أ. د هدى سعيد	مقياس يلدريم
استخبار الحساسية لقلق :ترجمة وأعداد الباحثات، مراجعه وتعديل أ. د هدى سعيد	مقياس تيلور
استخبار الوحده النفسية :اعداد وترجمة الباحثات،	مقياس العزلة النفسية صالح

مراجعه وتعديل أ. د هدى سعيد	٢٠١٢،
استخبار فرط استخدام الهاتف : ترجمة وإعداد الباحثات، مراجعة وتعديل أ. د هدى سعيد	مقياس فرط استخدام الهاتف فريال ناجي ٢٠١٧

وفيما يلي وصف تفصيلي لأدوات الدراسة بما يتضمنة من اجراءات واعداد هذة الادوات ، ووصف للمقاييس الفرعية لها ، مع التعريفات الاجرائية وطريقة التصحيح وتفسير الدرجات علي هذة المقاييس وعرض لجداول المعايير والنقاط التشخيصية الفاصلة الخاصة بكل استخبار.

١-المقابله المبدئية

توفر هذه المقابله العديد من المعلومات عن فتره استخدام الهاتف (صباحا، مساءا، غير محدد) وتفضيل استخدام الهاتف(بمفردك، مع الأصدقاء، مع العائله) وأسباب اقتنانك الهاتف (الحاجه الي التواصل، الدراسة أو العمل، حب الظهور والتميز) والتطبيقات المستخدمة من أجل التواصل (فيسبوك، تويتر، واتساب، البريد الإلكتروني، المكالمات والرسائل) هل يمكنك الاستغناء عن الهاتف (نعم، لا) و دوافع استخدامك للهاتف الذكي(التواصل اليومي مع الأفراد، التعليم والتثقيف، التسليه والترفيه، تصفح الموقع الإلكتروني، أقامه علاقات عاطفيه، تسجيل محاضرات واللقاءات مع الاساتذه) وعدد ساعات استخدامك للهاتف الذكي (اقل من ساعه، من ساعه إلى ساعتين، اكثر من ساعتين) والاستخدامات (الحاجه للتواصل، تصفح الإنترنت عموما، تعدد التطبيقات المثبتة) وتم إلإعداد للمقابلة من قبل الباحثات ويتضح ذلك بالتفصيل من خلال الجدول الاتي لتوضيح للتكرارت :-

جدول يوضح التكرارت الخاصة بأسئلة الدراسة لدي العينة الكلية

الأسئلة	ن=120		
فترة استخدامك للهاتف	مساءاً	صباحاً	
التكرار	4	16	3
تفضل استخدام الهاتف	بمفردك	مع الاصدقاء	مع العائلة
التكرار	110	7	3
أسباب إقتنائك للهاتف	الحاجة الي التواصل	الدراسة أو العمل	حب الظهور والتميز
التكرار	70	27	22
التطبيقات المستخدمة من أجل التواصل	فيسبوك تويتر	الواتساب	المكالمات والرسائل البريد الالكتروني
التكرار : يوجد عدد أكبر من العينة بعض الأفراد إختاروا أكثر من بديل	43 / 3	75	16 / 1
هل يمكنك الإستغناء عن الهاتف الذكي	ذكور / إناث	نعم	لا
	45	14	43

		التكرار
دوافع إستخدامك للهاتف الذكي	التواصل اليومي مع الأفراد	33
	التعليم والتثقيف	20
	التسلية والترفية	64
	تصفح المواقع الالكترونية	25
	إقامة العلاقات العاطفية	5
	تسجيل المحاضرات واللقاءات مع الاساتذة	8

عدد ساعات استخدامك للهاتف الذكي	أقل من ساعة	من ساعة الي ساعتين	أكثر من ساعتين
التكرار	6	16	98
الإستخدامات	الحاجة الي التواصل	تصفح الانترنت عموما	تعدد التطبيقات المثبتة
التكرار	27	77	16

بناءا على ماتم عرضه فالتكرارت يتضح ان الأفراد الفتره التي يستخدمون فيها الهاتف كانت صباحًا اكثر من الفترات الأخرى ومن حيث تفضيل استخدام الهاتف اتضح انه يستخدمه بمفرده اكثر من البديلين الآخرين وسبب اقتنانه للهاتف كان لسبب الحاجه للتواصل اكثر من البديلين الآخرين وكان أعلى تكرار للتطبيقات المستخدمه من أجل التواصل هو الواتساب ومن حيث أن الأفراد هل يمكنها الاستغناء عن الهاتف الذكي ف كان الاجابه بنعم اقل الإناث كان عددهم ١٤ والذكور ١٧ ولكن الذين لا يقدورن الاستغناء كان لصالح الإناث ٤٥ عدد تكرارهم والدافع الذي يستخدمون الهاتف الذكي كان ادافع التواصل اليومي مع الأفراد بتكرار ٣٣ اكثر من البدائل الأخرى وعدد الساعات الذي يستخدمون فيها الهاتف كان أكثر تكرر للبديل الثالث انه اكثر من ساعتين ٩٨ وذلك يدل على أنه خلال الست شهور الذي اجريت فيها المقابله زاد الاستخدام في ظل انتشار فيروس الكورونا والتعليم الاونلاين والاستخدامات كان البديل الثاني اكثر تكرار وهو تصفح الإنترنت عموما التكرار =٧٧.

٢-مقياس النومو فوبيا

من إعداد الباحثات ،مقياس النوموفوبيا الأصلي هو مقياس محكي لهذه الدراسة وله ٤ أبعاد ،البعد الأول وهو عدم القدرة ع الوصول للمعلومات، البعد الثاني وهو فقدان الاتصال، والبعد الثالث وهو التخلي عن وسائل الرفاهية ،البعد الرابع وهو عدم القدرة علي الاتصال، المقياس المستخدم مع المقياس المحكي مقياس تم تعريبه وصيغته وتكون ف النهاية من ستة. ابعاد :البعد الأول وهو عدم القدرة علي الوصول للمعلومات من بند ١ الي ٧ ،البعد الثاني فقدتن الاتصال من بند ٨ الي ١٥ ،البعد الثالث استجابة القلق لفقد التواصل من بند ١٦ الي ٢٧ والبعد الرابع التخلي عن وسائل الراحة من بند ١٨ الي ٣٢ والبعد الخامس هو الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة من بند ٣٣ الي ٣٩، والبعد السادس وهو الدافع القهري للهاتف الذكي من بند ٤٠ الي ٤٨ وكل البنود ايجابية ويتم تصحيحها بمقياس ليكرت خماسي

٣-فى ضوء استعراض الباحثات لادوات قياس الحساسيه للقلق من خلال الدراسات والبحوث ذات الصله وجد ان هناك حاجة لاعداد مقياس لتقييم الخوف من الاحاسيس المرتبط بالاستثارة (اى حساسية القلق)

ويتكون مقياس الحساسيه للقلق من ثلاثه ابعاد وهم:

البعد الاول : يقيس المخاوف الجسمية من البند (١ الى البند ١٢).

البعد الثانى : يقيس المخاوف من الضبط المعرفى(صعوبات الضبط المعرفى) من البند (١٣ الى البند ١٨).

البعد الثالث : يقيس المخاوف الاجتماعيه من البند (١٩الى البند٢٩).

وتم الاستعانه بمقياس تيلور للقلق الصريح كمقياس محكى من اعداد الدكتور / مصطفى فهمى استاذ ورئيس الصحة النفسيه فى جامعه عين شمس ، والدكتور/ محمد احمد غالى استاذ قسم علم النفس فى جامعه الازهر .

وهذا المقياس يقيس بدرجة كبيرة من الموضوعيه مستوى القلق الذى

يعانيه الافراد عن طريق ما يشعرون به من اعراض ظاهره صريحه ويصلح هذا الاختبار ان يطبق على كل الاعمار.

٤-مقياس الوحدة النفسية

تكون مقياس الوحده النفسيه من ٢٠ بند وهو مقياس تم تعريبه وإعداده من قبل مجدي الدسوقي وقامت الباحثات بإجراء بعض التعديلات وتم الاجابه على عبارات المقياس من خلال خمس بدائل وهم (لا تنطبق وتنطبق بشكل بسيط وتنطبق بشكل متوسط وتنطبق بشكل كبير وتنطبق بشكل كبير جدا). ليكرت الخماسي، تم ارتباطه بمقياس محكي للعزله الاجتماعيه الذي تكون من ٧ ابعاد البعد الأول ادراك الذات والثقه بتقبل الآخرين والبعد الثاني الثقه بالنفس والبعد الثالث التواصل والاحتواء الأسرى والبعد الرابع التفاعل مع الأصدقاء والبعد الخامس المهارات الإنفعاليه والاجتماعيه والبعد السادس الانسحاب والأحجام التوادي والبعد السابع الخواء العاطفي

رابعا اجراءات الدراسة:-

تمثلت اجراءات تطبيق البطارية الخاصة بالدراسة الحالية فى مجموعة من الخطوات نعرض لها على النحو االاتى:

تم الحصول على عينة الدراسة من الأفراد الذين لديهم رهاب فقدان الهاتف من الذكور والاناث من خلال التطبيق في المدراس والجامعات والأفراد المحيطين استغرق التطبيق ٤٥ يوم، وكان التطبيق فردي وكان ظهرا أو على حسب وقت المشاركين، تبدا الجلسة بتهيئة الأفراد للاستعداد إلى تطبيق المقاييس وهي غير موفوته، وتم تقديم المقابلة المبدئية في البداية " والتي عليهم التعليمات الاتيه ،سجل بياناتك ثم أقرأ العبارات واختر الاجابة التي تعبر عنك ، بعد ذلك تم تقديم مقياس فرط استخدام الهاتف والقى عليهم التعليمات الانيه اليك مجموعة من العبارات التي تقيس استخدامك للهاتف خلال الستة اشهر الماضية ثم اضع علامة صح تحت الاجابة التي تعبر عنك، وبعد ذلك تم تقديم مقياس الوحدة النفسية والقي عليهم التعليمات الانية إليك عدد من العبارت

اقروها ثم اختر الاجابة التي تعبر عنك، وتم تقديم مقياس الحساسية المفتق وكان التعليمات نفسها وأنه اليك عدد من العبارات اقراها بعنايه ثم اختر الاجابة التي تعبر عنك وليس هناك إجابة صحيحه واگرى خاطنة ، وتم تقديم مقياس رهاب فقدان الهاتف وكانت التعليمات هي اليك عدد من العبارات التي تقيس استخدامك الهاتف خلال الستة اشهر الماضية اقراها واختر الاجابة التي تعبر عنك ، بعد ذلك يتم جمع المقاييس من الشخص ونشكره ع مشاركته وتطوعه.

خامساً: التحقق من الكفاءة القياسية لأدوات الدراسة .

أولا: الثبات.

يقصد بمفهوم ثبات درجات الاختبار ؛ مدي خلوها من الأخطاء غير المنتظمة التي تشوب عملية القياس، أي مدي قياس الاختبار للمقدار الحقيقي للسمة التي يهدف لقياسها ، والثبات أيضاً يعني التعرف علي العلاقة بين الاستجابة الحقيقية للفرد التي ينبغي الوصول إليها وبين استجابة الفرد علي المقياس ، كما يعني أيضاً الاتساق في النتائج والاستقرار بمعني حصول الفرد علي الدرجة نفسها في كل مرة يتم فيها إجراء الاختبار والدرجة التي يحصل عليها الفرد في مقياس معين تسمي (الدرجة الملاحظة) ، هذه الدرجة في كثير من الأحيان تكون مشوبة بأخطاء القياس التي إذا أمكن تحديد مقدارها (نحصل علي درجة الخطأ) ، وإذا طرحنا درجة الخطأ العشوائي من الدرجة الملاحظة فإننا نحصل علي الدرجة الحقيقية للفرد ومعامل الثبات يساوي تباين الدرجات الحقيقية / تباين الدرجات الملاحظة ، حيث تحدد نسبة تباين الدرجات الملاحظة للفرد التي تعزي إلى التباين الحقيقي للدرجات فيما يقيسه الاختبار ، وإذا طرحنا قيمته من الواحد الصحيح فإننا نحصل علي نسبة التباين في الدرجات الملاحظة التي تعزي إلى الأخطاء العشوائية (مثال: معامل ثبات قيمته ٠.٨٠ عند طرح القيمة من الواحد الصحيح تساوي ٠,٢٠ ، هذه النسبة هي نسبة التباين التي تعزي إلى الأخطاء العشوائية).

والقيم التقديرية لمعامل الثبات تتأثر بمصادر متعددة للأخطاء العشوائية ، والتي يصعب التنبؤ بها من موقف إلى آخر ، وهذه الأخطاء العشوائية قد ترجع إلى عوامل متعلقة بالاختبار ، أو عوامل تتعلق بسمات المشاركين في الدراسة ، أو عوامل متعلقة بالظروف البيئية، وتتعدد أساليب حساب الثبات ، ويختص كل أسلوب منها بتقدير نوعية محددة من تباين الخطأ ، وهو التبان العشوائي والدخيل ، والذي يؤثر في ثبات القياس الذي تحصل عليه في كل مرة نستخدم فيها المقاييس المختلفة ، ويمكن استخدام أكثر من أسلوب ثبات للاختبار الواحد ، بهدف التعرف علي مصادر تباين الخطأ الذي يؤثر في استقرار أو أنساق الدرجة التي تحصل عليها منه

وتم استخدام ثلاثه أساليب من الأساليب الإحصائية لتقدير ثبات استخبارات الدراسة كالآتي:

– ثبات ألفا كرونباخ.

– ثبات القسمة النصفية مع تصحيح الطول بمعادلة جوتمان: وفي هذه المعادلة يؤخذ في الاعتبار احتمال اختلاف تباين النصف الأول للاختبار عن تباين درجات النصف الثاني وتم اخذ أيضا تصحيح الطول بمعادله سبيرمان .

– ثبات اعادة الاختبار تم استخدامه بفارق اسبوعين لتأكد من الثبات عبر الزمن لنفس العينه وبنفس البنود.

وفيما يلي تعرض نتائج حساب معاملات الثبات الاستخبارات الدراسة وفقاً لطرق الإحصائية السابقة.

المقاييس	اعادة الاختبار	الفاكرونباخ	القسمة النصفية
الدرجة الكلية لمقياس الوحدة النفسية	0.66	0.5	0.4
الدرجة الكلية لمقياس الحساسية للقلق	0.70	0.9	0.70

المقاييس الفرعية

١- المخاوف الجسمية	0.65	0.8	0.90
٢- المخاوف من الضبط المعرفى	0.70	0.56	0.38
٣- المخاوف الاجتماعية	0.55	0.74	0.88
٤- الدرجة الكلية لمقياس فرط استخدام الهاتف	0.85	0.96	0.88

المقاييس الفرعية

١- المشكلات الصحية المتعلقة بفرط استخدام الهاتف	0.60	0.54	0.92
٢- المشكلات الشخصية المتعلقة بفرط استخدام الهاتف	0.64	0.78	0.97
٣- المشكلات الاجتماعية	0.65	0.53	0.94
٤- المشكلات الدراسية	0.72	0.43	0.18

بسبب فرط استخدام الهاتف			
٥- مشكلات العلاقات الاجتماعية عبر العالم الافتراضى	0.60	0.43	0.86
الدرجة الكلية لمقياس رهاب فقدان الهاتف	0.85	0.9	0.910

المقاييس الفرعية

١- عدم القدرة على الوصول الى المعلومات	0.65	0.41	0.82
٢- فقدان الاتصال	0.87	0.8	0.94
٣- استجابة القلق لفقد التواصل	0.63	0.60	0.94
٤- التخفى ن وسائل الراحة	0.78	0.37	0.96
٥- الانشغال الذهنى بتهديدات المتوقعة	0.71	0.47	0.94
٦- الدافع القهرى للهاتف الذكى	0.60	0.47	0.94

أظهرت نتائج الجدول أن معاملات ثبات الدرجات الكلية لاستخبارات الدراسة تراوحت ما بين المقبول والمرتفع ، مما يشير إلى تمنع أدوات الدراسة بدرجة من الاتساق الداخلي والاستقرار ، ويرجع انخفاض معاملات الثبات في بعض المقاييس الفرعية إلى عدة أسباب منها: قلة عدد مفردات الاستخبارات ، حيث بالنظر إلى الدرجة الكلية سنجد أن معاملات الثبات مقبولة ومرتفعة بالمقارنة بالمعاملات المنخفضة ، وذلك لأن معامل الثبات يتأثر بطول الاستخبار ، وكلما زاد عدد مفردات الاستخبار ، زادت قيمة معامل ثبات

درجاته، لأننا بذلك تحصل علي عينة أكبر من السلوك وبالتالي نصل إلي مقاييس أكثر اتساقاً واستقراراً.كما أن القيمة التقديرية لمعامل الثبات تعتمد بشكل كبير علي مدي الفروق بين أفراد العينة ، وكلما زادت هذه الفروق ، إزداد تباين الدرجات الحقيقية للأفراد ، وبالتالي تزداد قيمة معامل الثبات ، أما إذا كان أفراد العينة متجانسين في السمة التي يقيمها الاختبار فإن تباين الدرجات الحقيقية يقل ، وبالتالي تنخفض قيمة معامل الثباتوربما يرجع الإنخفاض إلى عوامل أخري لم تستطع الباحثة رصدها من الممكن أن تكون متعلقة بوجود بعض العوامل المرتبطة بالاستخبارات، أو متغيرات وسيطة متعلقة بمجموعتي الدراسة، وهذه المصادر من الأخطاء يصعب التحكم فيها لأنها متعلقة بالفرد نفسه.

ثانياً : الصدق.

يعرف الصدق بأنه قدرة الاختبار علي التنبؤ ببعض وظائف وأشكال السلوك المحددة ، والتي تعد محكاً لصدق الدرجة ، كما أن صدق الاختبار يتعلق بالهدف الذي يبني الاختبار من أجله، واحد المفاهيم الهامة لصدق الاختبار هو قدرته علي أن يميز بين طرفي القدرة التي يقيسها ، أو بمعني آخر إظهار الفروق الفردية في مجال هذه القدرة أو السمة (سعيد، ٢٠٢١).

واستعانت الباحثات لحساب معاملات صدق الاختبار بصدق التعلق بمحك ، والذي يشير إلي مدي صلاحية الاختبار أو المقياس في أغراض التنبؤ من أجل اتخاذ قرارات عملية ، ومن أنواع هذا الصدق (الصدق التنبؤي ، والصدق التلازمي) ، ولحساب معاملات صدق استخبارات الدراسة تم الاعتماد علي الصدق التنبوئ والذي يهتم بالتنبؤ بأداء الفرد فالمستقبل ، بينما يهتم الصدق التلازمي بالوصف و يطبق في الوقت نفسه تقريبا، وفيما يلي نتائج معاملات صدق التعلق بمحك خارجي لأدوات الدراسة :

جدول يوضح معاملات صدق التعلق بمحك خارجى لمتغيرت الدراسة لدى العينة

المقاييس	معاملات الصدق لدى عينة الدراسة
(١)الدرجة الكلية للوحدة النفسية	0.19
(٢)الحساسية للقلق	0.65

المقاييس الفرعية

١- المخاوف الجسمية	0.41
٢- المخاوف من الضبط المعرفى	0.53
٣- المخاوف الاجتماعية	0.63
(٣)الدرجة الكلية لمقياس فرط استخدام الهاتف	0.35

المقاييس الفرعية

١- المشكلات الصحية المتعلقة بفرط استخدام الهاتف	0.30
٢- المشكلات الشخصية المتعلقة بفرط استخدام الهاتف	0.27
٣- المشكلات الاجتماعية المتعلقة بفرط استخدام الهاتف	0.35
٤- المشكلات الدراسية بسبب فرط استخدام الهاتف	0.28
٥ – مشكلات العلاقات الاجتماعية عبر العالم الافتراضى	0.44
(٤) الدرجة الكلية لمقياس رهاب فقدان الهاتف الذكى	0.73

المقاييس الفرعية

١- عدم القدرة على الوصول الى المعلومات	0.62
٢- فقدان الاتصال	0.64
٣- التخلى عن وسائل الراحة	0.67
٤- الانشغال الذهنى بتهديدات المتوقعة	0.68
٥- الدافع القهرى للهاتف الذكى	0.64

(١) المحك الخارجى : مقياس العزلة الاجتماعية
(٢) المحك الخارجى: مقياس تايلور للقلق
(٣) المحك الخارجى:مقياس درجة استخدام الهاتف
(٤) المحك الخارجى : مقياس رهاب فقدان الهاتف الذكى اعداد يلدريم

ومن النتائج السابقة نجد أن معاملات صدق التعلق بمحك خارجي للدرجات الكلية لاستخبارات الدراسة كانت ما بين المقبولة والمرتفعة ، مما يشير إلي قدرة الاستخبارات علي إظهار الفروق الفردية في السمة المراد قياسها ، بينما كان هناك انخفاض في معاملات صدق المقاييس الفرعية وخاصه في ابعاد الوحده النفسية.

الاساليب الاحصائية

تم استخدام الاساليب الاحصائية الملائمة للتحقق من تساؤلات الدراسة وفروضها ومن بينها الاتى:-

(١) معامل الارتباط لبيرسون لفحص العلاقات الارتباطية بين الحساسية للقلق والوحدة النفسية وفرط استخدام الهاتف الذكى كمنبئات للنوموفوبيا.
(٢) معامل الانحدار البسيط
(٣) اختبارات الفروق T-Test

نتائج الدراسة

يعرض هذا الفصل نتائج الدراسة الراهنة بناء على ما تم استنتاجه من التحليلات الاحصائية للبيانات،ومدى اسهام النتائج فى الاجابة عن تساؤلات الدراسة، والتحقق من فروضها ، مع أضفاء المعاني والدلالات النفسية للنتائج

الفرض الأول ؛توجد علاقه ارتباطية بين الاستخدام اليومي للهاتف الذكي والنوموفوبيا لدى المراهقين من الجنسين في ظل جائحه كورونا.

الفرض الثاني : توجد علاقه ارتباطية بين الوحدة النفسية والنوموفوبيا لدى المراهقين من الجنسين في ظل جائحه كورونا.

الفرض الثالث:-توجد علاقه ارتباطية موجبه بين الحساسية لقلق والنومو فوبيا لدى المراهقين من الجنسين ف ظل جائحه كورونا

و للتحقق من صحة هذه الفروض تم الاعتماد علي معامل ارتباط بيرسون لحساب الارتباطات بين الدرجة الكلية لكل مقياس و المقاييس الفرعية لرهاب فقدان الهاتف .

جدول (١) يوضح معاملات الارتباط بين متغيرات الدراسة والمقاييس الفرعية لمقياس رهاب فقدان الهاتف لدي عينة الدراسة

المقاييس	أبعاد رهاب فقدان الهاتف					
	عدم القدرة علي الوصل الي المعلومات	فقدان الاتصال	استجابة القلق لفقد التواصل	استجابة القلق لفقد التواصل	استجابة القلق لفقد التواصل	الانشغال الذهني بتهديدات المتوقعه	الدافع القهرى للهاتف الذكي
معاملات الارتباط							
الدرجة الكلية لمقياس الوحدة النفسية	٠.١٣	٠.١٦	٠.١٩	٠.١٨		٠.٢١	٠.٢٥
الدرجة الكلية لمقياس الحساسية للقلق	٠.٢٦	٠.٣٤	٠.٤١	٠.٣٩		٠.٤٤	٠.٤٦
المقاييس الفرعية							
المخاف الجسميه	٠.٠٨	٠.١٧	٠.٢٠	٠.١٥		٠.٢٠	٠.٢٤
المخاوف من الضبط المعرفي	٠.٢٤	٠.٢٥	٠.٣٥	٠.٣٣		٠.٣٨	٠.٣٧
المخاوف الإجتماعيه	٠.٢٤	٠.٢٥	٠.٣٥	٠.٣٣		٠.٣٨	٠.٣٧
الدرجة الكلية لمقياس فرط استخدام الهاتف	٠.٦٣	٠.٥٩	٠.٦٢	٠.٥٨		٠.٦٥	٠.٦٤
المقاييس الفرعية							
١-المشكلات الصحية المتعلقة بفرط استخدام الهاتف	٠.٥٦	٠.٥١	٠.٥١	٠.٤٨		٠.٥٢	٠.٥٣
٢-المشكلات الشخصية المتعلقة بفرط استخدام الهاتف	٠.٦٠	٠.٦٠	٠.٦٥	٠.٦٠		٠.٦٧	٠.٦٨
٣-المشكلات الاجتماعيو	٠.٥٥	٠.٥٣	٠.٥٣	٠.٥٠		٠.٥٨	٠.٥٢
٤-المشكلات الدراسية بسبب فرط استخدام الهاتف	٠.٤٥	٠.٤٣	٠.٤١	٠.٤٠		٠.٤٧	٠.٤٨
٥-مشكلات العلاقات الاجتماعية عبر العالم الافتراضى	٠.٥٥	٠.٣٩	٠.٤٩	٠.٤٥		٠.٥٠	٠.٤٢

نتيجة الفرض الأول :تكشف معاملات الارتباط عن وجود علاقة

ارتباطية بين الدرجة الكلية للوحدة النفسية و رهاب فقدان الهاتف ،وتحقق الفرض جزئيا اما عن ارتباط الوحدة النفسية بالمقاييس الفرعية لرهاب فقدان الهاتف فكانت ارتباطاتها ضعيفة

نتيجة الفرض الثاني : تحقق الفرض ، تظهر نتائج جدول (١) ان هناك علاقة قوية موجبة بين الدرجة الكلية لفرط استخدام الهاتف والدرجة الكلية لرهاب فقدان الهاتف ،اي كلما زادت درجة فرط استخدام الهاتف زادت درجة رهاب فقدان الهاتفان وان هناك علاقة ارتباطية موجبة قوية بين المقاييس الفرعية لفرط استخدام الهاتف وهي البعد الاول المتمثل في المشكلات الصحية المتعلقة بفرط استخدام الهاتف والبعد الثاني المتمثل في المشكلات الشخصية المتعلقة بفرط استخدام الهاتف والبعظ الثالث المشكلات الاجتماعية المتعلقة بفرط استخدام الهاتف والبعد الرابع المشكلات الدراسية بسبب فرط استخدام الهاتف ، البعد الخامس والاخير المتمثل في مشكلات العلاقات الاجتماعية عبر العالم الافتراضي ، وبين جميع ابعاد رهاب فقدان الهاتف

نتيجة الفرض الثالث: تحقق الفرض حيث أشارات النتائج ان هناك علاقة ارتباطية موجبة قوية بين الدرجة الكلية للحساسية للقلق ورهاب فقدان الهاتف ،اي ان كلما زادت درجة الحساسية لقلق زادت درجة رهاب فقدان الهاتف

جدول (٢) جدول يوضح معاملات الارتباط بين المقاييس الاساسية في الدراسة ورهاب فقدان الهاتف ومقاييسه الفرعية لدي الذكور و الإناث

المقاييس		المقاييس الفرعية لرهاب فقدان الهاتف					
		عدم القدرة علي الوصول الي المعلومات	فقدان الاتصال	استجابة القلق لفقد التواصل	- التخلي عن سائل الراحه	الانشغال الذهني بتهديدات المتوقعه	الدافع القهري للهاتف الذكي
	النوع	معاملات الارتباط					
الدرجة الكلية لمقياس الحساسية للقلق	ذكور -٦٠	٠.٢٩	٠.٣١	٠.٤٢	٠.٣٩	٠.٤٦	٠.٥٠
	إناث=٦٠	٠.٢٣	٠.٣٤	٠.٣٩	٠.٤٠	٠.٤٠	٠.٤٠
المقاييس الفرعية							
١- المخاوف الجسمية	ذكور	٠.١٢	٠.١٨	٠.١٩	٠.١٠	٠.١٨	٠.٢٦
	إناث	٠.٠٢	٠.١٥	٠.٢١	٠.١٩	٠.٢١	٠.٢٢
٢-المخاوف من الضبط المعرفي	ذكور	٠.٢٤	٠.٢٠	٠.٣٤	٠.٣١	٠.٤٢	٠.٤١
	إناث	٠.٢٣	٠.٢٨	٠.٣٥	٠.٣٦	٠.٣٣	٠.٣٣
٣-المخاوف الاجتماعية	ذكور	٠.٣٤	٠.٣٧	٠.٥٠	٠.٥٤	٠.٥٥	٠.٥٧
	إناث	٠.٣٤	٠.٤١	٠.٤٠	٠.٤٤	٠.٤٥	٠.٤٢
الدرجة الكلية لمقايس فرط استخدام الهاتف	ذكور	٠.٦٤	٠.٦٣	٠.٧٢	٠.٦٥	٠.٧٢	٠.٧٤
	إناث	٠.٦١	٠.٥٤	٠.٤٩	٠.٥١	٠.٥٧	٠.٥٢
المقاييس الفرعية							
١- المشكلات الصحية المتعلقة بفرط استخدام الهاتف	ذكور	٠.٥٤	٠.٥٢	٠.٦٠	٠.٥٣	٠.٥٢	٠.٥٧
	إناث	٠.٥٨	٠.٥٠	٠.٣٩	٠.٤٤	٠.٥١	٠.٤٨
٢-المشكلات الشخصية المتعلقة بفرط استخدام الهاتف	ذكور	٠.٦٣	٠.٦٥	٠.٧٦	٠.٦٧	٠.٧٣	٠.٧٦
	إناث	٠.٥٥	٠.٥٥	٠.٥٢	٠.٥٢	٠.٥٧	٠.٥٩
٣-المشكلات الاجتماعية	ذكور	٠.٥٣	٠.٥٩	٠.٦٢	٠.٥٧	٠.٦٧	٠.٦٤
	إناث	٠.٥٦	٠.٤٧	٠.٤٥	٠.٤٤	٠.٥٠	٠.٤٢
٤-المشكلات الدراسية بسبب فرط استخدام الهاتف	ذكور	٠.٥٠	٠.٤٨	٠.٥١	٠.٤٥	٠.٥١	٠.٦٠
	إناث	٠.٣٥	٠.٤٣	٠.٣٦	٠.٢٩	٠.٣٨	٠.٤٠
٥-مشكلات العلاقات الاجتماعية عبر العالم الافتراضى	ذكور	٠.٥٨	٠.٤٥	٠.٥٨	٠.٥٦	٠.٦٧	٠.٦٣
	إناث	٠.٥٢	٠.٣٣	٠.٤٠	٠.٣٥	٠.٣٣	٠.٢٢

الفرض الرابع : الي اي مدى يتنبأ متغيرات الدراسه برهاب فقدان الهاتف لدى المراهقين من الجنسين في ظل جائحه.

جدول يوضح نتائج الانحدار الخطي البسيط

		معاملات الانحراف						
المتغيرات المنبئه	المتغيرات المتنبأ بها	ر	ر٢	معامل بيتا	الخطأ الميارى	ف	الدلالة	ت	الدلالة
الدرجة الكلية للوحدة النفسية	الدرجة الكلية لرهاب فقدان الهاتف	٠.٢٢٢	٠.٠٤٠	١.٣١	٠.٤٦٤	٦.٠١١	٠.٠١٦	٢.٤٥٢	٠.٠١٦
الدرجة الكلية للحساسية للقلق	الدرجة الكلية لرهاب فقدان الهاتف	٠.٤٣	٠.١٩	٠.٩٠٠	٠.١٧٠	٢٨.١٢٧	٠.٠٠٠	٥.٣٠٣	٠.٠٠٠
	عدم القدرة علي الوصل الي المعلومات	٠.٢٦	٠.٠٧١	٠.٠٨٨	٠.٠٢٩	٩.٠٣٢	٠.٠٠٣	٣.٠٠٥	٠.٠٠٣
	فقدان الاتصال	٠.٣٤	٠.١١٨	٠.١٣٦	٠.٠٣٤	١٥.٧٢٨	٠.٠٠٠	٣.٩٦٦	٠.٠٠٠
	استجابة القلق لفقد التواصل	٠.٤١٤	٠.٧١	٠.٢١٢	٠.٠٤٣	٢٤.٣٨	٠.٠٠٠	٤.٩٣٨	٠.٠٠٠
	التخلي عن وسائل الراحه	٠.٣٩	١٥.	٠.١٠٦	٠.٠٢٣	٢١.٣٢٨	٠.٠٠٠	٤.٦١٨	٠.٠٠٠
	الانشغال الذهني بتهديدات المتوقعة	٠.٤٤٣	٠.١٩	٠.١٦	٠.٠٣٠	٢٨.٧٦١	٠.٠٠٠	٥٠.٣٦	٠.٠٠
	الدافع القهري للهاتف الذكي	٠.٤٦	٠.٢	٠.٢٢	٠.٠٣٩	٣٢.٤٦	٠.٠٠٠	٥.٦٩٨	٠.٠٠٠
المقاييس الفرعية									
١-المخاوف الجسمية	الدرجة الكلية لرهاب فقدان الهاتف	٠.٢٠٤	٠.٠٤٢	٠.٨٠٧	٠.٣٥٧	٥.١٢	٠.٠٢٥	٢.٢٦	٠.٠٢٥
	عدم القدرة علي الوصول الي المعلومات	٠.٠٨١	٠.٠٠٧	٠.٠٥٢	٠.٠٥٩	٠.٧٨٧	٠.٣٧٧	٠.٨٨	٠.٣٧٧
	فقدان الاتصال	٠.١٧	٠.٠٣٢	٠.١٣٧	٠.٠٧٠	٣.٨٥	٠.٠٥٢	١.٩٦	٠.٠٥٢
	استجابة القلق لفقد التواصل	٠.٢٠٧	٠.٠٤٣	٠.٢٠٤	٠.٠٨٩	٥.٢٦	٠.٠٢٤	٢.٢٩	٠.٠٢٤
	التخلي عن وسائل الراحة	٠.١٥٠	٠.٠٢٢	٠.٠٧٨	٠.٠٤٨	٢.٧٠٥	٠.١٠٣	١.٦٤٥	٠.١٠٣
	الأنشغال الذهني بتهديدات المتوقعة	٠.٢٠٠	٠.٠٤٠	٠.١٤٣	٠.٠٦٤	٤.٩١٨	٠.٠٢٨	٢.٢١٨	٠.٠٢٨
	الدافع القهرى للهاتف الذكي	٠.٢٤	٠.٠٦١	٠.٢٢٧	٠.٠٨٢	٧.٧١٨	٠.٠٠٦	٢.٧٧٨	٠.٠٠٦
٢-المخاوف من الضبط المعرفي	الدرجة الكلية لرهاب فقدان الهاتف	٠.٣٦٨	٠.١٣	٢.٥٠٠	٠.٥٨٢	١٨.٤٣١	٠.٠٠٠	٤.٢٩٣	٠.٠٠٠
	عدم القدرة علي الوصول الي المعلومات	٠.٢٤	٠.٠٦٠	٠.٢٦٩	٠.٠٩٨	٧.٥٢٣	٠.٠٠٧	٢.٧٤٣	٠.٠٠٧
	فقدان الاتصال	٠.٢٥	٠.٠٦٣	٠.٣٣١	٠.١١	٧.٩٠٤	٠.٠٠٦	٢.٨١١	٠.٠٠٦
	استجابة القلق لفقد التواصل	٠.٣٥	٠.١٢	٠.٥٩٤	٠.١٤٩	١٦.٥٢٢	٠.٠٠٠	٤.٠٦٥	٠.٠٠٠
	التخلي عن وسائل الراحة	٠.٣٣	٠.١١٥	٠.٣٠٥	٠.٠٧٨	١٥.٢٦	٠.٠٠٠	٣.٩٠٧	٠.٠٠٠
	الأنشغال الذهني بتهديدات المتوقعة	٠.٣٨٥	٠.١٤٨	٠.٤٧٢	٠.١٠٤	٢٠.٥٦٩	٠.٠٠٠	٤.٥٣	٠.٠٠٠
	الدافع القهرى للهاتف الذكي	خ.٣٧٩	٠.١٤٣	٠.٥٩٥	٠.١٤٣	١٩.٧٥٢	٠.٠٠٠	٤.٤٤	٠.٠٠
٣-المخاوف	الدرجة الكلية لرهاب فقدان	٠.٥١٠	٠.٢٦	٢.٣٩٧	٠.٣٧٢	٤١.٤	٠.٠٠٠	٦.٤٣	٠.٠٠٠

الاجتماعية	الهاتف				٢٧			
	عدم القدرة علي الوصول الي المعلومات	٠.٢٤	٠.١١	٠.٢٦٣	٠.٠٦٦	١٦.٠٠٦	٠.٠٠٠	٤.٧	٠.٠٠٠
	فقدان الاتصال	٠.٤٠	٠.١٦	٠.٣٦٧	٠.٠٧٧	٢٢.٧٣٢	٠.٠٠٠	٤.٧٦٨	٠.٠٠٠
	استجابة القلق لفقد التواصل	٠.٤٦١	٠.٢١٣	٠.٥٤١	٠.٠٩٦	٣١.٩٢	٠.٠٠٠	٥.٦٠٥٠	٠.٠٠٠
	التخلي عن وسائل الراحة	٠.٤٨٦	٠.٢٣	٠.٣٠٢	٠.٠٥٠	٣٦.٣٩٢	٠.٠٠٠	٦.٠٣٣	٠.٠٠٠
	الأنشغال الذهني بتهديدات المتوقعة	٠.٥١١	٠.٢٦	٠.٤٣٣	٠.٠٦٧	٤١.٧٦٦	٠.٠٠٠	٦.٤٦	٠.٠٠٠
	الدافع القهرى للهاتف الذكي	٥٠.٩	٠.٢٥٣	٠.٥٥٣	٠.٨٦	٤١.٢٩	٠.٠٠٠	٦.٤٢٦	٠.٠٠٠
الدرجة الكلية لفرط اسخدام الهاتف	الدرجة الكلية لرهاب فقدان الهاتف	٠.٧٠١	٠.٤٩١	٠.٧٧	٠.٠٧٣	١١٣.٩٩	٠.٠٠٠	١٠.٦٧٧	٠.٠٠٠
	عدم القدرة علي الوصول الي المعلومات	٠.٦٤١	٠.٣٩٩	٠.١١٣	٠.٠١٣	٧٨.٢٧	٠.٠٠٠	٨٠.٨٤	٠.٠٠٠
	فقدان الاتصال	٠.٥٩	٠.٣٥	٠.١٢٨	٠.٠١٦	٦٤.٢٦	٠.٠٠٠	٨.٠١٧	٠.٠٠٠
	استجابة القلق لفقد التواصل	٠.٦٢٥	٠.٣٩	٠.١٧٣	٠.٠٢٠	٧٥.٦٧	٠.٠٠٠	٨.٦٩٩	٠.٠٠٠
	التخلي عن وسائل الراحة	٠.٥٨	٠.٣٤٣	٠.٠٨٦	٠.٠١١	٦١.٥٩	٠.٠٠٠	٧.٨٤	٠.٠٠٠
	الأنشغال الذهني بتهديدات المتوقعة	٠.٦٥	٠.٤٢	٠،١٣١	٠.٠١٤	٨٨.٤	٠.٠٠	٩.٤٠٣	٠.٠٠٠
	الدافع القهرى للهاتف الذكي	٠.٦٤٠	٠.٤١٠	٠.١٦٤	٠.٠١٨	٨٢.٠٨٠	٠.٠٠٠	٩.٠٦٠	٠.٠٠٠
المقاييس الفرعية									
١-المشكلات الصحية المتعلقة بفرط استخدام الهاتف	الدرجة الكلية لرهاب فقدان الهاتف	٠.٣٤٧	٠.٣٤٢	٢.٨٤٣	٠.٣٥٩	٦٢.٧٤	٠.٠٠٠	٧.٩٢١	٠.٠٠٠
	عدم القدرة علي الوصول الي المعلومات	٠.٥٦٥	٠.٣١	٠.٤٤	٠.٠٥٩	٥٥.٢١	٠.٠٠٠	٧.٤٣١	٠.٠٠٠
	فقدان الاتصال	٠.٥١٨	٠.٢٦	٠.٤٨	٠.٠٧٤	٤٣.٣٥٠	٠.٠٠	٦.٥٨	٠.٠٠
	استجابة القلق لفقد التواصل	٠.٥١٣	٠.٢٦	٠.٦١	٠.٠٩٥	٤٢.٢٠	٠.٠٠٠	٦.٤٩	٠.٠٠٠
	التخلي عن وسائل الراحة	٠.٤٨٨	٠.٢٣٨	٠.٣١٠ .٠٥١٢	٠.٠٥١	٣٦.٤٦٠	٠.٠٠٠	٦.٠٧١	٠.٠٠٠
	بتهديدات المتوقعة الأنشغال الذهني	٠.٥٢٢	٠.٢٧	٠.٤٥٣	٠.٠٦٨	٤٤.١٢	٠.٠٠٠	٦.٦٤٣	٠.٠٠٠
	الدافع القهرى للهاتف الذكي	٠.٢٩١	٠.٢٩١	٠.٢٠١	٠.٠٨٦	٨٤.٣٩٢	٠.٠٠٠	٦.٩٥٦	٠.٠٠٠
٢-المشكلات الشخصية المتعلقة بفرط استخدام الهاتف	الدرجة الكلية لرهاب فقدان الهاتف	٠.٧٢٢	٠.٥٢١	٢.٠٣٩	٠.١٨٠	٦٢.٧٤	٠.٠٠	٧.٩٢١	٠.٠٠
	عدم القدرة علي الوصول الي المعلومات	٠.٦٠٠	٠.٣٦٠	٠.٢٧٤	٠.٠٣٤	٦٦.٣٦٨	٠.٠٠٠	٨.١٤	٠.٠٠٠
	فقدان الاتصال	٠.٦٠٦	٠.٣٦	٠.٣٣٢	٠.٠٤٠	٦٨.٥٠١	٠.٠٠٠	٨.٢٧٧	٠.٠٠٠
	استجابة القلق لفقد التواصل	٠.٦٥	٠.٤٢	٠.٤٦٤	٠.٠٤٩	٩٠.٤٩٠	٠.٠٠٠	٩.٥١٣	٠.٠٠٠
	التخلي عن وسائل الراحة	٠.٦٠	٠.٣٦	٠.٢٢٦	٠.٠٢٧	٦٨.٢٢	٠.٠٠٠	٨.٢٦٠	٠.٠٠٠
	الأنشغال الذهني بتهديدات المتوقعة	٠.٦٧	٠.٤٥٠	٠.٣٤١	٠.٠٣٥	٩٦.٥٥٩	٠.٠٠٠	٩.٨٢٦	٠.٠٠٠
	الدافع القهرى للهاتف الذكي	٠.٦٨	٠.٤٦	٠.٤٤	٠.٠٤٤	١٠٣.٥١	٠.٠٠٠	١٠.١٧	٠.٠٠٠
٣-المشكلات	الدرجة الكلية لرهاب	٠.٦٠٩	٠.٣٧١	٣.٢٢١	٠.٣٨٧	٦٩.٥٣٤	٠.٠٠٠	٨.٣٣٩	٠.٠٠٠

الاجتماعية المتعلقة بفرط استخدام الهاتف	فقدان الهاتف								
	عدم القدرة علي الوصول الي المعلومات	٠.٥٥١	٠.٣٠٤	٠.٤٧٣	٠.٠٦٦	٥١.٥٧	٠.٠٠٠	٧.١٨٢	٠.٠٠٠
	فقدان الاتصال	٠.٥٣	٠.٢٨	٠.٥٤٦	٠.٠٨٠	٤٦.١٧	٠.٠٠٠	٦.٧٩	٠.٠٠٠
	استجابة القلق لفقد التواصل	٠.٥٣٨	٠.٢٩٠	٠.٧١٢	٠.١٠٣	٤٨.١٩٢	٠.٠٠٠	٦.٩٤٢	٠.٠٠٠
	التخلي عن وسائل الراحة	٠.٥٠٨	٠.٢٥٨	٠.٣٥	٠.٥٦	٤٠.٩٤٠	٠.٠٠٠	٦.٣٩	٠.٠٠
	الأنشغال الذهني بتهديدات المتوقعة	٠.٥٨	٠.٤٣	٠.٥٦٣	٠.٠٧١	٦٢.٥٩٠	٠.٠٠٠	٧.٩١١	٠.٠٠٠
	الدافع القهرى للهاتف الذكي	٠.٥٢٧	٠.٢٧٨	٠.٦٤٦	٠.٠٩٦	٤٥.٣٣٩	٠.٠٠٠	٦.٧٣٣	٠.٠٠٠

اظهر جدول نتائج الانحدار بتفسير الدرجة الكلية للحساسية للقلق وتنبؤها برهاب فقدان الهاتف بنسبة ١٩٪ وكان قيمتا tgf داله عند ٠٠٠. عدا البعد الاول للحساسية المتمثل في المخاوف الصحية لم يتنبأ بالبعد الاول لرهاب فقدان الهاتف المتمثل في عدم القدرة علي الوصول الي المعلومات بينما تنبأ البعد الاول للحساسة بالبعد الثاني لرهاب فقدان الهاتف المتمثل في فقدان الاتصالو

واستطاع الانحدار تفسير الدرجة الكلية لفرط استخدام الهاتف وتنبؤها بهراب فقدان الهاتف بنسبة٤٩٪ وكانت قيمتا gf وt دالة عند ٠٠٠٠

اظهر جدول الانحدار البسيط ان تنبؤ الوحدة النفسية بالدرجة الكلية لرهاب فقدان الهاتف ضعيفة

جدول الانحدار البسيط وتنبؤ متغيرات الدراسة بالدرجة الكلية لرهاب فقدان الهاتف و المقاييس الفرعية الخاصه به لدي العينة ذكور =٦٠ إناث=٦٠

					معاملات الانحراف				
المتغيرات المنبئة	المتغيرات المتنبأ بها	النوع	ر	ر٢	معامل بيتا	الخطأ المعياري	ف	الدلاله	ت	الدلاله
الدرجة الكلية للوحدة النفسية	الدرجة الكلية لرهاب فقدان الهاتف	ذكور	٠.٢٠٨	٠.٢٧	١.١٢٤	٠.٦٩٤	٢.٦٢٧	٠.١١٠	١.١٦٢١	٠.٠٣١
		إناث	٠.٢٤٢	٠.٠٥٩	١.١٩٢	٠.٦٢٧	٣.٦١٩	٠.٠٩٢	١.٩٠٢	٠.٠٦٢
الدرجة الكلية للحساسية للقلق	الدرجة الكلية لرهاب فقدان الهاتف	ذكور	٠.٤٦٠	٠.٢٢١	٠.٩٤٧	٠.٢٤٠	١٤.٥٤	*٠.٠٠٠	٣.٩٤	٠.٠٠٠
		إناث	٠.٤٠٥	٠.١٦٤	٠.٨٥٠	٠.٢٥٢	١١.٣٦	٠.٠٠١	٣.٣٧١	٠.٠٠١
	عدم القدرة علي الوصول الي المعلومات	ذكور	٠.٢٩٠	٠.٠٨٤	٠.٠٩٤	٠.٠٤١	٥.٣٣٠	٠.٠٢٥	٢.٢٠٩	٠.٠٢٥
		إناث	٠.٢٣١	٠.٠٥٣	٠.٠٨١	٠.٠٤٥	٣.٢٦٦	٠.٠٧٦	١.٨٠٧	٠.٠٧٦
	فقدان الاتصال	ذكور	٠.٢١٨	٠.١٠١	٠.١٢٠	٠.٤٧	٦.٥٢	٠.٠١٣	٢٠٥٥٤	٠.٠١٣
		إناث	٠.٢٤٧	٠.١٢١	٠.١٤٩	٠.٠٥٣	٧.٩٥٧	٠.٠٠٧	٢.٨٢	٠.٠٠٧
	استجابة القلق لفقد التواصل	ذكور	٠.٤٢٢	٠.١٧٨	٠.٢٢٧	٠.٠٦٤	١٢.٥٧	٠.٠٠١	٣.٥٤٦	٠.٠٠١
		إناث	٠.٢٩٩	٠.١٥٩	٠.١٩٧	٠.٠٦٠	١٠.٩٩٦	٠.٠٠٢	٣.٢١٦	٠.٠٠٢
	التخلي عن وسائل الراحة	ذكور	٠.٢٩٠	٠.١٥	٠.١٠٧	٠.٠٣٣	١٠.٣٨	٠.٠٠٢	٣.٢٢	٠.٠٠٢
		إناث	٠.٤٠٢	٠.١٦١	٠.١١١	٠.٠٣٣	١١.١٥	٠.٠٠١	٣.٣٣	٠.٠٠١
	الإنشغال الذهني بالتهديدات المتوقعه	ذكور	٠.٤٦٦	٠.٢١	٠.١٨	٠.٠٤٥	١٦.٠٨	*٠.٠٠٠	٤.٠١٠	٠.٠٠٠
		إناث	٠.٤٠٩	٠.١٦	٠.١٤	٠.٠٤٣	١١.٦٨	٠.٠٠١	٣.٤١٨	٠.٠٠١
	الدافع القهري للهاتف الذكي	ذكور	٠.٥٠٨	٠.٢٥	٠.٢٤٣	٠.٠٥٤	٢٠.١٥	٠.٠٠٠	٤.٤٩٠	٠.٠٠٠
		إناث	٠.٤٠١	٠.١٦١	٠.١٩٣	٠.٠٥٨	١١.١٠٩	٠.٠٠٢	٣.٣٣٢	٠.٠٠٢
الدرجة الكلية لفرط استخدام الهاتف	الدرجة الكلية لرهاب فقدان الهاتف	ذكور	٠.٧٨٧	٠.٦١٣	٠.٨٧٨	٠.٠٩٠	٩٤.٢٩	*٠.٠٠٠	٩.٧١٩	٠.٠٠٠
		إناث	٠.٦٠٣	٠.٣٦٤	٠.٦٦٥	٠.١١٥	٣٣.١٥٤	*٠.٠٠٠	٥.٧٥٨	*٠.٠٠٠٠
	عدم القدرة علي الوصول الي المعلومات	ذكور	٠.٦٤٤	٠.٤١٥	٠.٢٧٩	٠.١١٣	٤١.١٤	٠.٠٠٠	٦.٤١٤	٠.٠٠٠
		إناث	٠.٦١	٠.٣٧٩	٠.١١٣	٠.٠١٩	٣٥.٤٠	٠.٠٠٠	٥.٩٥٠	٠٠٠.
	فقدان الاتصال	ذكور	٠.٦٣٩	٠.٤٠٨	٠.١٣١	٠.٠٢١	٣٩.٩٥١	٠.٠٠٠	٦.٣١٢	٠.٠٠٠
		إناث	٠.٥٤٥	٠.٢٩٧	٠.١٢٢	٠.٠٢٥	٢٤.٤٨٨	٠.٠٠٠	٤.٩٤٨	٠.٠٠٠
	استجابة القلق لفقد التواصل	ذكور	٠.٧٢٨	٠.٥٣١	٠.٢١٣	٠.٠٢٦	٦٥.٥٩٠	٠.٠٠٠	٨.٠٩٩	٠.٠٠٠
		إناث	٠.٤٩٨	٠.٢٤٨	٠.١٢٩	٠.٠٣٠	١٩.١٥	٠.٠٠٠	٤.٣٧٧	٠.٠٠٠
	التخلي عن وسائل الراحة	ذكور	٠.٦٥٣	٠.٤٢	٠.٠٩٧	٠.٠١٥	٤٣.١٠٩	٠.٠٠٠	٦.٥٦٦	٠.٠٠٠
		إناث	٠.٥١٢	٠.٢٦٣	٠.٠٢٥	٠.٠١٦	٢٠.٦٥٣	٠.٠٠٠	٤.٥٤٥	٠.٠٠٠
	الإنشغال الذهني بالتهديدات المتوقعه	ذكور	٠.٧٢٣	٠.٥٢	٠.١٥٣	٠.٠١٩	٦٢.٤٦٩	٠.٠٠٠	٧.٩٦٧	٠.٠٠٠
		إناث	٠.٥٧	٠.٣٢٦	٠.١٠٧	٠.٠٢٠	٢٧.٩٩٢	٠.٠٠٠	٥.٢٩١	٠.٠٠٠
	الدافع القهري للهاتف الذكي	ذكور	٠.٧٤٤	٠.٥٥	٠.١٩٣	٠.٦٨٨	٧١.٨	٠.٠٠٠	٧١.٨٠٣	٠.٠٠٠
		إناث	٠.٥٢	٠.٢٧١	٠.١٣١	٠.٠٢٨	٢١.٥٧٢	٠.٠٠٠	٤.٦٤	٠.٠٠٠

الفرض الخامس :الذي ينص علي توجد فروق بين مراحل المراهقه في متغيرات الدراسه.

جدول يوضح الفروق بين مراحل المراهقة

		م	ع	مستوي الدلالة
الدرجة الكلية للحساسية للقلق	المراهقة المبكرة ن=٤٠	٨٨.٦	٢٤.٣	٠.٠٤
	المراهقة المتوسطة ن=٤٠	٧٨.٧	١٩.٠	٠.٦
	المراهقة المتأخرة ن=٤٠	٨١.٢	٢٥.٦	٠.٦
المقاييس الفرعية				
١-المخاوف الجسمية	المراهقة المبكرة	٣٤.٩	١١.٤	٠.٠٤
	المراهقة المتوسطة	٢٧.٥	١٠.٨	٠.١
	المراهقة المتأخرة	٣١.٤	١٣.٠	٠.١

-تحقق الفرض جزئيا حيث اشار جدول (ت) انهناك فروق دالة بين مراحل المراهقة في الحساسية للقلق والبعد الاول للحساسية المتمثل في المخاوف الصحية لصالح المراهقة المبكرة.

الفرض السادس : توجد فروق بين الجنسين في متغيرات الدراسة

ولمعرفة صحة هذا الفرض تم استخدام (ت) للفروق بين المجموعات كما يوضح الجدول التالي الفروق بينهما

جدول (ت)لإظهار الفروق بين الجنسين في الدرجة الكلية لكل مقياس والمقاييس الفرعية

المقاييس		م	ع	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية لمقياس الوحدة النفسية	ذكور	٥٥.٧	٩.١	٠.٥
	إناث	٥٤.٧	٩.٤	٠.٥
الدرجة الكلية لمقياس رهاب فقدان الهاتف	ذكور	١.٤	٤٩.٢	٠.٤
	إناث	١.٥	٤٦.٦	٠.٤
المقاييس الفرعية				
١-عدم القدرة علي الوصل الي المعلومات	ذكور	١٩.١	٧.٧	٠.٥
	إناث	٢٠.١	٧.٧	٠.٥
٢-فقدان الاتصال	ذكور	٢٥.٠	٩.٠	٠.٢
	إناث	٢٦.٩	٩.٥	٠.٢
١-استجابة القلق لفقد التواصل	ذكور	٣٥.٥	١٢.٨٨	٠.٥
	إناث	٣٦.٨	١٠.٩٨	٠.٥
٤-التخلي عن سائل الراحه	ذكور	١٦.٢	٦.٥	٠.٨
	إناث	١٦.٣	٦.١	٠.٨
الانشغال الذهني بتهديدات المتوقعه ٥-	ذكور	٢٤.١	٩.٣	٠.٥
	إناث	٢٥.١	٧.٩	٠.٥
٦- الدافع القهري للهاتف الذكي	ذكور	٣٢.٥	١١.٤	٠.٣
	إناث	٣٤.٤	١٠.٦	٠.٣
الدرجة الكلية لمقايس فرط استخدام الهاتف	ذكور	١.١	٤٤.٠	٠.٤
	إناث	١.١	٤٢.٣	٠.٤
المقاييس الفرعية				
١- المشكلات الصحية المتعلقة بفرط استخدام الهاتف	ذكور	٢٤.٢	١٠.٢	٠.١
	إناث	٢٦.٧	٩.٥	٠.١

٢-المشكلات الشخصية المتعلقة بفرط استخدام الهاتف	ذكور	٤٢.٨	١٧.٩	٠.٥
	إناث	٤٤.٥	١٥.٨	٠.٥
٣-المشكلات الاجتماعية المتعلقة بفرط استخدام الهاتف	ذكور	١٩.٥	٨.٥	٠.٧
	إناث	٢٠.٠	٩.٥	٠.٧
٤-المشكلات الدراسية بسبب فرط استخدام الهاتف	ذكور	١٥.١	٧.١	٠.٥
	إناث	١٥.٨	٧.٢	٠.٥
٥-مشكلات العلاقات الاجتماعية عبر العالم الافتراضي	ذكور	١٠.٧٦	٥.٤	٠.٢
	إناث	١١.٨	٦.٢٠	٠.٢
الدرجة الكلية لمقياس الحساسية للقلق	ذكور	٧٨.٧	٢٣.٩	٠,٠٥
	إناث	٨٧.٠	٢٢.٢	٠,٠٥
المقاييس الفرعية				
١-المخاوف الجسمية	ذكور	٣٠.٠	١١.٩	٠.٢
	إناث	٣٢.٥	١٢.٢	٠.٢
٢-المخاوف من الضبط المعرفي	ذكور	١٨.٢	٧.٠١	٠.٦
	إناث	١٨.٨	٧.١	٠.٦
٣-المخاوف الاجتماعية	ذكور	٣٠.٤	١٠.٧	٠.٠٠٤
	إناث	٣٥.٤	٨.٩	٠.٠٠٤

نتيجة الفرض السادس ، تحقق الفرض جزئيا حيث ان جدول (ت) يظهر ان هناك فروق بينهما في متغير الحساسية للقلق لصالح الإناث

مناقشة النتائج

يختص هذا الفصل بمناقشة النتائج التى توصلت اليها الدراسة الراهنة ،وذلك من حيث تحقق الفروض الدراسة واتساقها او تعارضها مع نتائج الدراسات السابقة ،مع ربطها بالنظريات والنماذج المفسرة لها ،كما تناول هذا الفصل الاسهام النظرى والتطبيقى لهذه النتائج التى ممكن ان تساهم فى اثراء الانتاج البحثى والفكرى النفسى فى المستقبل.

مناقشة الفرض الأول : الذي ينص علي انه توجد علاقة ارتباطية بين فرط استخدام الهاتف و رهاب فقدان الهاتف لدي المراهقين من الجنسين ، تحقق الفرض حيث كشفت نتائج الدراسة الحالية ان هناك علاقة ارتباطية قويه بين متغير فبط استخدام الهاتف و رهاب فقدان الهاتف كما بينت ان هناك علاقة ارتباطية موجبة بين المقاييس الفرعية لفرط استخدام الهاتف وبين جميع ابعاد رهاب فقدان الهاتف ، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة جيرجين و كاكير ويلدريم التي اظهرت نتائجها ان كلما كانت مدة استخدام الهاتف طويلة ،زادت مخاطر ظهور سلوكيات النوموفوبيا واتفقت ايضا مع دراسة شارما ،شارما و شارما و ويفر التي كشفت نتائجها ان جميع الطلبة يمتلكون هاتف خلوي مخدوم بالإنترنت ، وان منهم من يمتلك هاتفين وان ٧٣٪ من الطلبة يعانون من النوموفوبيا وان ٨٣٪ من الطلبية يظهر عليهم المخاوف والذعر عندما يفقدون هاتفهم، وهذا العرض ظهور المخاوف والذعر من فقدان الهاتف عرض من اعراض النوموفوبيا ، اتفقت دراسة جيزجاني وآخرون مع الفرض حيث أشارت نتائجها الي انه كلما زاد استخدام الهاتف الذكي زادت النوموفوبيا، اتفقت دراسة جيرجين وكاكير ويلدريم مع الفرض حيث أسفرت نتائجها انه كلما طالت مده الاستخدام زادت مخاطر ظهور سلوكيات النوموفوبيا، اتفقت دراسة Santana-Vega, Gomez-Munoz, & Feliciano-Garcia مع نتائج الدراسة حيث أسفرت نتائجها بأنه يوجد علاقه ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الاستخدام المشكل للهواتف الذكيه والخوف من الضياع، اتفقت دراسة Coskum مع نتائج الدراسة الحالية بوجود علاقة ارتباطية دالة بين مشكلات استخدام الهاتف والخوف من الضياع. اتفقت نظرية الاتجاه السلوكي في ان النومو فوبيا تنتج عن السلوك المتكرر لاستخدام الهاتف الذكي، و نظرية الاتجاه الثقافي الاجتماعي ان الأفراد يستخدمون الهاتف من أجل التواصل والتفاعل الاجتماعي وهو بعد من ابعاد النوموفوبيا، تتفق نظرية التعلق مع دراستنا ان النومو فوبيا نتيجة تعلق الأفراد بهواتفهم المحمولة الذكية ويرتبط هذا التعلق

براحتهم النفسية ويفسر David Green Field فإن تعلق الفرد بالهاتف المحمول يشبه أنواع الإدمان الأخرى حيث يتضمن خللا في الدوبامين وهو أحد الناقلات العصبية والمسئولة عن تنظيم مركز مكافأة المخ أي إنه يقوم بدفع وتعزيز الأشخاص للقيام بالأشياء التي يعتقدون أنها مصدر المكافأة ففي كل مرة يستقبل الشخص إشعارا جديدا على هاتفه المحمول تحدث زيادة طفيفة في الدوبامين، تلزم الشخص بفتح الإشعار فورا والرد عليه في الوقت نفس. واتفقت

نظرية التدفق الأمثل : وتفترض هذه النظرية أن تكنولوجيا المعلومات تمثل خبرة ممتعة تجعل المستخدم لها يحافظ على مكاسبه منها حتى ولو بتكلفة أعلى فالتكنولوجيا تحدث الاعتماد عليها أو إدمانها اذ تجعل المستخدمين لها يضحون ببعض الالتزامات أو تجعلهم يقصرون أداء بعض النشاطات الاجتماعية أو الصحية. ولا توجد من الدراسات السابقة في حدود الباحثات ما يعارض هذه النتيجة والباحثات يروا ان هذا يرجع ان الافراط في استخدام الهاتف جزء من رهاب فقدان الهاتف لذلك فهو يرتبط ارتباط قوي برهاب فقدان الهاتف.

مناقشة الفرض الثاني : ينص علي انه توجد علاقة ارتباطية بين الحساسية للقلق و رهاب فقدان الهاتف ،تحقق الفرض حيث اظهرت نتائج الدراسة الراهنه الي وجود علاقه ارتباطية بين الحساسية للقلق ورهاب فقدان الهاتف اي كلما زادت درجة رهاب فقدان الهاتف وبينت النتائج ايضا بوجود علاقة ارتباطية بين ابعاد الحساسية للقلق جميع ابعاد رهاب فقدان الهاتف، ف حدود الدراسات التي أتت بيها الباحثة لم توجد دراسات تناولت الحساسية للقلق و رهاب فقدان الهاتف ولهذا السبب اهتمت دراستنا الحالية بتناول المتغيرين .

وفي ضوء النظريات اتفق نموذج التحكم في المطالب: الذي يجسد الخوف من الرهاب عندما يواجه الأفراد تهديدا اجتماعيا سابقاً أدى إلى التعرض للتوتر الزائد، علاوة على عدم الثقة في قدرتهم على التحكم في الظروف أو الوقت لتلبية المطالب التي تمثل تهديداً، فيزيد تعلقهم بهواتفهم، على اعتبار

أنها وسيلة للتخلص من التهديد، والشعور بالأمان وهذا يؤيد نتائج دراستنا في انه يوجد علاقه ارتباطيه بين الحساسية والرهاب، ولنظرية المعرفية : تحظي التأثيرات المعرفية للسلوك بقدر كبير من الاهتمام ، وبخاصة عند تفسير المخاوف و القلق واضطرابات الهلع وعلاجها، إذ تؤكد التفسيرات المعرفية حساسية الناس الخائفين والمستهدفين للهلع لإدراك المؤشرات المنبئة بالخطر أو التهديد مثل فقدان التحكم أو الحرج أو الموت أحياناً ، وتفسر النوموفوبيا باعتبار أن فقد الهاتف الذكي يمثل خبرة مهددة تؤدي إلى تفاقم القلقين، فوفقا لنظرية بك Becl وأمري Emery فان القلقين من الجمهور هم سريعي التأثر و يرون العالم مصدراً للخطر والتهديد ومن ثم يظل شديدي التيقظ باستمرار لمواجهة أي تهديد محتمل من العالم، بينما يتجاهلون أو يهملون الهاديات الايجابية أو المطمئنة، ومن النظريات التي تفسر متغير الدراسة الذي هو سبب فالنومو فوبيا هو متغير الحساسية لقلق وهي النظرية التوقع والنظرية المعرفية والسلوكية للحساسية للقلق.

مناقشة الفرض الثالث :ينص علي توجد علاقة ارتباطية بين الوحدة النفسية ورهاب فقدان الهاتف لدي المراهقين من الجنسين ،وكشفت نتائج الدراسة الراهنة تحقق الفرض جزئيا حيش اشارات الي ان هناك علاقة بين الوحدة النفسية ورهاب فقدان الهاتف ،واتفقت هذه النتيجة مع دراسة سمر عبد السلام ٢٠١٨) الذي اسفرت نتائجها الي انه توجد علاقة موجبة بين النوموفوبيا و الوحدة النفسية اتفقت أيضا هذه الدراسه في استخدام الأدوات التي استخدمت في دراستنا وهي مقياس راسيل ترجمه مجدي الدسوقي ومقياس النوموفوبيا ليلديم ،واتفقت هذه الدراسة مع دراسة يلدز٢٠١٨)حيث اشارت نتائج الدراسة الي ان توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة بين الوحدة النفسية و رهاب فقدان الهاتف ،واتفقت الدراسة ايضا مع دراسة جيزين وكاكير ويلدريم، جيزين وزملاؤه أسفرت نتائجهم الي انه توجد علاقة ارتباطية موجبة بين الوحدة النفسية والنوموفوبيا .ولا توجد دراسات ف حدود الباحثات تعارض هذه النتيجة

.

في ضوء النظريات التي فسرت العلاقة بين الوحدة النفسية و رهاب فقدان الهاتف هي نظرية المحددات الذاتية فالنوموفوبيا قد تحدث لأن الأفراد يفتقرون إلى الكفاءة والارتباط واحتياجات الاستقلال الذاتي

و قد يشعر الناس بشعور بالتعلق بهواتفهم لأنه يزودهم بمجموعة كبيرة من المعلومات التي يمكن استرجاعها في أي وقت معين،

ونظرية الذات الممتده تفسر ان الأفراد يشعرون الضيق والانفعالات السلبية الأخرى عندما ينفصلون عن ممتلكاتهم خاصة التي تعكس هويتهم وهو هاتفهم الذكي. تعارضت النظرية التفاعلية للوحدة النفسية في كون الوحده النفسية سبب وفسرت هذه النظرية ان الوحدة هي نتيجة لمجموعه من التأثيرات وهي العوامل الشخصية والاجتماعية وترى ايظا نظرية التصور الاجتماعي ان الوحدة النفسية نتيجة وليست سبب.

مناقشة الفرض الرابع : الذي ينص علي الي اي مدى يتنبأ متغيرات الدراسه برهاب فقدان الهاتف لدى المراهقين من الجنسين في ظل جائحه.

-تحقق الفرض ،استطاع نموذج الانحدار البسيط بتفسير الدرجة الكلية للحساسية للقلق وتنبؤها برهاب فقدان الهاتف بنسبة ١٩٪ وكان قيمتا tوf داله عند ٠٠٠. عدا البعد الاول للحساسية المتمثل في المخاوف الصحية لم يتنبأ بالبعد الاول لرهاب فقدان الهاتف المتمثل في عدم القدرة علي الوصول الي المعلومات بينما تنبأ البعد الاول للحساسة بالبعد الثاني لرهاب فقدان الهاتف المتمثل في فقدان الاتصال و استطاع نموذج الانحدار البسيط بتفسير الدرجة الكلية لفرط استخدام الهاتف في التغير الذي يحدث في رهاب فقدان الهاتف بمسبة ٤٩٪ وكانت قيمتا f وt دلالة معنوية عند ٠٠٠.

وبين نموذج الانحدار البسيط إن ابعاد فرط استخدام الهاتف التي سبق وذكرناها

تتنبأ جميعها بأبعاد رهاب فقدان الهاتف الذي سبق واشرنا اليها.

الدراسات التي تناولت تنبؤات متغيرات الدراسه طبقا للدراسات السابقه التي تم مراجعتها هي دراسه العكوم التي اسفر نتائجها ان عدد سنوات امتلاك الهاتف يرتبط طرديا بالنومو فوبيا كما اسهم هذا المتغير الاستخدام اليومي للهاتف بنسبه ٤،١٦٪ في التنبؤ بالنوموفوبيا.

كما أشارت نتائج دراسه يلدز الي ان متغير الوحده النفسيه اقل تنبأ من متغيرين وسائل التواصل ووجهه الضبط وان نسبه التي تتنبأ بها الوحده النفسيه بالنوموموبيا هي ٤١٪.

كما أشارت دراسه ليبرو وجاكسون الي ان حساسيه القلق التي تم تقييمها باستخدام مقياس حساسيه القلق في ASI الذي اتفق مع الاداه التي استخدمت في دراستنا مقياس الحساسيه للقلق حيث تنبأت الحساسيه لقلق ببدء نوبات الهلع أثناء فتره الدراسه. كما أسفرت نتائج دراسه Coskum&muslu في اسهام الخوف من الضياع في التنبؤ بمشكلات استخدام الهاتف الذكي، كما أشارت نتائج دراسه (motore٢٠٠٧) الي قدره الحساسيه للقلق في التنبؤ بنوبات الهلع والشعور بالهم ودراسة(جيزجين وزملاؤه ٢٠١٨) أسفرت نتائجها الي ان الوحدة النفسية تتنبأ بمستويات النوموفوبيا لدي المراهقين بنسبة ٢٠٪.

في ضوء ماتم مراجعته من الدراسات السابقه من قبل الباحثات لا يوجد مايجمع بين متغيرات دراستنا الحاليه (اي ندره في الدراسات السابقه) لهذا السبب اهتمت دراستنا الحاليه بتناول تلك المتغيرات مع بعضها البعض للاضافه للاطار الفكرى بما أتت بها نتائج دراستنا الراهنه.

.مناقسة الفرض الخامس :الذي ينص علي توجد فروق بين مراحل المراهقه في متغيرات الدراسه.

–تحقق الفرض جزئيا، هناك فروق دالة بين مراحل المراهقة في الحساسية للقلق والبعد الاول للحساسية المتمثل في المخاوف الصحية لصالح

المراهقة المبكرة.

اتفقت نتائج دراسة يلدريم وزملاؤه مع نتائج دراستنا الحاليه حيث أسفرت نتائج دراستنا الي عدم فروق بين مراحل المراهقه في درجات النوموفوبيا واسفرت نتائج هذه الدراسة إلى عدم وجود فروق داله إحصائياً في درجات النومو فوبيا بين الطلاب الأصغر سنا (٢٠ سنه ف أقل) والطلاب الأكبر سناً (اكثر من ٢٠ سنة)، تعارضت نتائج دراسه جيزجاني مع نتائج دراستنا حيث أسفرت الي انه كلما كان عمر الطالب كبير قلما نقصت النوموفوبيا ولكن كلما زاد استخدام الهواتف الذكية زادت النوموفوبيا، تعارضت دراسه جيرجين وكاكير ويلدريم مع نتائج دراستنا حيث أسفرت نتائجها الي وجود فروق بين مراحل المراهقه (اي العمر) واشارت نتائج هذه الدراسه الي ان العمر لم يكن له تأثير دال على انتشار النوموفوبيا، اتفقت دراسه ليبرو وجاكسون وكيري والبانو مع دراستنا في متغير الحساسيه للقلق وفي مرحله المراهقه حيث أسفرت نتائجها مؤخرا على وجود ارتباطات محتمله بين الحساسيه لقلق والذعر في مرحله المراهقه، اتفقت نتائج دراسه العمراني مع نتائج دراستنا حيث أسفرت نتائج دراستنا على أنه لم تظهر فروق داله احصائيا في الشعور بالوحده النفسيه في مراحل المراهقة كما أشارت نتائج هذه الدراسه الي انه لم تظهر فروق داله إحصائياً بين الوحده النفسية و المرحله الدراسية (ثانوي – جامعي) كما اتفقت هذه الدراسه في تقسيم المراحل كما في دراستنا ولكن الاختلاف ف العينه في دراستنا الراهنه هي(مرحله الإعداديه)، كما اتفقت دراسه العلاوية مع نتائج دراستنا في عدم وجود فروق في درجه الشعور بالوحده النفسية وفقا للمستوى الدراسي أو المعدل التراكمي، دراسه Feliciano-Garcia Gomez-Munoz&Santana-Vega اتفقت هذه الدراسه مع دراستنا من حيث متغيري استخدام الهاتف الذكي والنوموفوبيا واتفقت في تناول العينه محل الاهتمام ومنها المرحله الثانوية، دراسة خضر والشناوي اتفقت هذه الدراسه مع دراستنا من حيث العينه محل الاهتمام وهي المراهقة (المرحله الثانويه) ومتغير

الشعور بالوحده النفسيه، كما تعارضت نتائج دراسة وودوارد مع نتائج دراستنا حيث لا توجد فروق ف دراستنا في متغير الوحده النفسيه عبر مراحل المراهقه في حين أسفرت نتائج وودوارد ان الأطفال والمراهقين الريفين يعانون من ارتفاع مستوى الوحده النفسية، اتفقت دراسه شقير مع دراستنا الحاليه من حيث دراسه العينه محل الاهتمام ومنها المرحلة الإعدادية وفي المتغير أيضا وهو متغير الوحده النفسية، تعارضت دراسة Coskum&muslu مع نتائج دراستنا حيث أسفرت نتائج الدراسه الحاليه الي انه لا يوجد فروق في الاستخدام اليومي تبعا لمراحل المراهقه في حين جاءت نتائج هذه الدراسه المعارضه نتائجها بوجود فروق داله إحصائياً في مشكلات استخدام الهاتف الذكي تعزي الي المرحله العمرية، ومن خلال عرض الدراسات التي تشابهت والتي أيدت الفرض والتي أتت بها الباحثه يمكن القول انه يوجد ندره في الدراسات التي تناولت العينه محل الاهتمام كما لم تقسم مراحل المراهقه في الدراسات السابقه كما تم تقسيمها في دراستنا الحاليه الي (مرحله مراهقه مبكره، مرحله مراهقه متوسطه، مرحلة مراهقة متأخره) لذلك تم الاهتمام بهذه العينه ومراحلها الثلاث في دراستنا الحاليه والتي قسمت أيضا الي (مرحله اعداديه، ثانويه، جامعية) حيث تأتي نتائج دراستنا بالاضافه ولو جزئيا في التراث الفكرى.

وفي ضوء ماتم مراجعته من النظريات اتضح ان انصار الاتجاه الاجتماعي الثقافي طبقا للنوموفوبيا انه لا يمكن فهم أي اضطراب نفسي إلا عندما ينظر إليه في إطار البيئة الثقافية، وقد تمسكوا بحقيقة أن انتشار العديد من الاضطرابات النفسية تختلف وفقا للعمر وللطبقة الاجتماعية والخلفية الثقافية. ويتفق هذا الإطار النظري في انه يختلف الإضطراب وفقا للعمر ويويد هذا نتائج دراستنا التي قسمت الي ثلاث مراحل عمرية وتختلف وظهر دلك في متغير الحساسية للقلق لصالح المرحلة المراهقة المبكره .

مناقشة الفرض السادس : الذي ينص علي توجد فروق بين متغيرات الدراسه للمراهقين من الجنسين .

-تحقق الفرض جزئيا حيث وجد ان هناك فروق بين الجنسين في متغير الحساسية للقلق لصالح الإناث والبعد الثالث المتمثل في المخاوف الاجتماعية.

– أيدت الدرسات السابقه فرض الدراسه وهي دراسه تايلور وآخرون حيث أسفرت نتائجها ان الحساسيه لقلق تزيد لدى النساء بشكل اكبر، كماتعارضت دراسه كلا من ابراهام وماتياس ووليام مع نتائج دراستنا الراهن حيث أشارت نتائج دراستنا بعدم وجود فروق داله ف متغير النومو فوبيا بين الجنسين ف حين أشارت نتائج هذه الدراسه الي وجود فروق بين الجنسين لصالح الذكور. كما تعارضت أيضا دراسه يلدريم وزوملاءه مع نتائج دراستنا الراهنه حيث أسفرت نتائجها الي وجود فروق داله احصائياً في سلوكيات النوموفوبيا بين طلاب الجامعات التركيه في اتجاه الإناث حيث يمكن أنه يرجع اختلاف النتائج إلى حدود المكان التي اجريت كما أنه يوجد اتفاق بين هذه الدراسه من حيث استخدام نفس الاداه مقياس النوموفوبيا، كما تعارضت دراسه جيزجاني واخرون أيضا مع نتائج دراستنا حيث أسفرت نتائجها الي ان النوموفوبيا تنتشر بدرجه أعلى عند الإناث بالمقارنه بالذكور، تعارض دراسه جيرجين وكاكير ويلدريم مع الدراسة الحالية حيث أسفرت نتائجها بوجود فروق داله احصائيا في النوموفوبيا وفقا للنوع في اتجاه الإناث. كما تعارضت نتائج دراسه leekim&Ha مع نتائج دراستنا حيث أسفرت نتائج دراستنا بعدم فروق دالة احصائيا بين الجنسين في الاستخدام للهواتف الذكية واشرت نتائج هذه الدراسه بأن الطالبات اكثر اعتماداً على الهواتف الذكية من الرجال واتفقت هذه الدراسه مع دراستنا في المنهج وصفي ارتباطي وفي الأدوات أيضا حيث تم استخدام مقياس الاستخدام المفرط للهاتف ومقياس الحساسيه لقلق ومقياس القلق، اتفقت دراسه هوان وآخرون مع نتائج دراستنا حيث أسفرت الي الشعور بالوحده النفسيه لا يختلف لدى جميع افراد العينه من المراهقين من الجنسين،تعارضت دراسه Coskum&muslu مع نتائج دراستنا حيث أسفرت الي وجود فروق داله

إحصائياً في مشكلات استخدام الهاتف الذكي التي تعزي الي النوع، كما تعارضت نتائج دراسه بريزا وآخرون مع نتائج دراستنا حيث أسفرت نتائجها الي ارتفاج الشعور بالوحده النفسيه لدى المراهقات الإناث اكثر من قرئانهم من المراهقين الذكور، اتفقت نتائج دراسه العمراني مع نتائج دراستنا حيث أسفرت نتائجها الي انه لم تظهر فروق دالة إحصائياً بين الشعور بالوحدة النفسية و متغيرات الجنس (ذكور، إناث)، كما اتفقت نتائج دراسه مقدادي مع نتائج دراستنا حيث أسفرت الي انه لم تظهر فروق دالة إحصائياً بين الذكور والاناث في درجه الشعور بالوحده النفسيه، كما اتفقت نتائج دراسه نيوكسي وينتر مع نتائج دراستنا حيث أسفرت الي عدم وجود فروق داله إحصائياً بين المراهقين من الجنسين في كل من الشعور بالوحده النفسيه والمسانده الاجتماعية، اتفقت أيضا نتائج دراسه عبد المؤمن والزياني مع نتائج دراستنا حيث أسفرت نتائجها بعدم وجود فروق داله إحصائياً بين الذكور والاناث في درجه الشعور بالوحده النفسية،

اتفقت نتائج دراسة اوزديمير مع نتائج دراستنا حيث أسفرت الي عدم وجود فروق داله إحصائياً في مستوى الوحده النفسية بين الذكور والاناث، تعارضت نتائج دراسه كلا من نورمان وديواين مع نتائج دراستنا حيث أسفرت الي وجود فروق داله إحصائياً بين الجنسين في الشعور بالوحدة النفسية لصالح الذكور، كما تعارضت أيضا نتائج دراسه نيكولاس مع نتائج دراستنا حيث أشارت نتائج هذه الدراسه الي ان المراهقين الذكور اكثر شعوراً بالوحده النفسية من المراهقات الإناث، كما تعارضت نتائج دراسه ستوكس وليفين مع نتائج دراستنا حيث أسفرت الي وجود فروق داله .

الأهمية النظرية :تكمن اهميه هذا البحث سيضيف معلومات جديدة الي السياق العلمي وسيساعد علي اكتساب فهم جديد من منظور اخر للدراسة حيث ان اغلب الدراسات السابقة التي تناولت متغير الوحدة النفسية علي سبيل المثال كانت تركيزها بشكل اساسي علي علاقة الوحدة بالاكتئاب وكذلك الدراسات

التي تناولت الحساسية للقلق درست هذا المتغير مع علاقته بالاضطرابات العصابية والادمان لكن لم يتم الاشارة اليه في علاقة بالهاتف المحمول او اضطراب النوموفوبيا.

الاهمية التطبيقية تكمن في ان هذه الدراسة سيكون لها تأثير حقيقي علي أرض الواقع حيث نأمل ان يزداد الاهتمام بالدراسة وبنتائجها وان يتوفر دراسات اخري وبرامج تساعد علي مساعدة الاشخاص الدين يعانون من رهاب فقدان الهاتف وان تفيد هذه الدراسة المجتمع ويمكن توضيح الاهمية العلمية في النقاط التالية

١- تحقيق فائدة علمية والتعريف بها للباحثين ومعرفة كيفية إجراء الدراسة

٢- التعريف بمدي امكانية وقابلية تطبيق النتائج التي توصل اليها الباحثين علي ارض الواقع

٣-توضيح المبررات للقيام بهذه الدراسة واجراء القسم العملي التطبيقي والاجابة علي التساؤلات واسكات الغافلين والمشككين.

قائمة المراجع

١-ابو مطير،محمد على،(2013). **قلق المستقبل لامهات الايتام وعلاقته بالطموح والحساسية الانفعاليه لابنائهن،جامعة الاسلاميه:**غزة الدراسات العليا.

٢-الجاسر، لولوه مطلق فارس .(٢٠١٨).**اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول (النوموفوبيا) وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدي طلبة التعليم الثانوي بدولة الكويت.** مجلة البحث العلمي في التربية .ع ١٩. ٥٩١: ٦١٢ ص.

٣-الحربي ،سندس عبد الرحمن.(٢٠٢٠). **النوموفوبيا وعلاقتها بالقلق لدي عينة من طلاب جامعة الملك عبد العزيز**.المجلة الالكترونية الشاملة متعدد التخصصات.(ع٢٥).١: ٢٩ص.

٤-العودات،ولاء عبد الرؤوف، الدلالعة أسامة محمد .(٢٠٢٠).**تطوير مقياس الخوف من فقدان الهاتف (النوموفوبيا)**.مجلة الجامعة الاسلامية للدراسات التربوية والنفسية. (٢٨)،٨٢٠- ٨٣٨ص.

٥-العطيان. تركي محمد، ٢٠١٧).**الشعور بالوحدة النفسيه وعلاقته بإدمان استخدام الإنترنت لدي طلاب جامعه شقراء.**

٦-المجالي. مصلح مسلم (٢٠١٤).**مستوى الشعور بالوحدة النفسية وعلاقه بتقدير الذات لدى طلبه جامعه حائل في المملكه العربيه السعوديه واستراتيجيات التدخل العلاجي.** مجلة الدراسات النفسيه،(٣٠).ع(٢) جامعه أسيوط. كليه التربيه

٧-الامير، جواد كاظم،(2019)**ثنائيه الانبساط والانطواء للشخصيه فى النص المسرحى العراقى** ،جامعة بابل:كليه الفنون الجميله.

٨-باسم،اسماء،عبدرحمن،ايمان،(2018)،**التاثيرات السلبيه لاستخدام الهةاتف الذكية على الاطفال من وجهه نظر الامهات**،جامعة النجاح الوطنيه.

٩-تواتى ، خضؤ،سايغى،احمد،(2015)،**استخدام الهاتف النقال واثؤه على التواصل الاجتماعى داخل الاسره**،جامعه الشهيد حمه لخضر الوادى.

١٠-حميدة ،رانيا جمال،(2018)،**البناء العاملى لمقياس القلق الاجتماعى لدى الطلاب المعلمين**،مجلة جامعة الفيوم للعلوم والتربوية والنفسية 2(10)، 167.

١١-محمد، هدي جمال.(٢٠٢٠). **النوموفوبيا (رهاب فقدان الهواتف الذكية) لدي عينة من الأباء والأمهات وعلاقتها بالأمن النفسي لدي ابنائهم في المرحلة العمرية من (٩-١٢)سنة** .حوليات أداب عين شمس ،٤٨(عدد يناير-مارس)

١٢-شكر ،ايمان جمعة فهمي. (٢٠١٩).**النوموفوبيا وعلاقته بقلق الانفصال عن الأسرة لدي المراهقات "دراسة سيكومترية- اكلينيكية** ". مجلة كلية التربية ببنها .٤(١٢٠). ٥٢٥- ٥٩٠ص.

١٣-شيرين بن دهنون، ساميه.(٢٠١٧) .**بعض الخصائص النفسيه (الاكتئاب، الوحدة النفسيه) وعلاقتها بتقدير الذات في ضوء متغير الجنس والمستوى التعليمي**. رساله دكتوراه (غير منشوره) جامعه وهران كليه العلوم الاجتماعية قسم علم النفس والارطوفرنيا.

١٤-عمر،محمود ،عوض ،كرم الدين،(2019)،**العزلة الاجتماعيه والنفسيه للاطفال المودعين فى مؤسسات الايواء** ،جامعه عين شمس:كليه الدراسات العليا للطفولة.

١٥-عبد الوارث ،اسلام حسن محمود .(٢٠٢٠). **النوموفوبيا وعلاقتها بكل من الشعور بالوحدة النفسية والأداء الاكاديمي لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية** .مجلة التربية جامعة الاسكندرية .٣٠(٣).٢٣٩: ٢٨١ص.

١٦-عثمان،انور احمد الباز.(٢٠٢١).**النوموفوبيا (الخوف من فقدان الهاتف المحمول) وعلاقته بنمط الحياة والصحة النفسية لدي عينة من**

المراهقين في ظل جائحة كورونا.مجلة كلية التربية في العلوم النفسية ،٤٥(٢)، ٤٨٧ :٥٦٦ص.

١٧-عبد الرازق،محمد،عمرو ،(2020)،**الخوف من الضياع وعلاقته برهاب فقدان الهاتف المحمول لدى المراهقين المغتربين**،جامعه سوهاج:كليه التربيه.

١٨-فايد،حسين على ،(2002)،**العلاقة بين الحساسية للقلق وكل من سمه القلق والهلع والاكتئاب لدى عينه غير اكلينكيه**،جامعة حلوان:كليه الاداب.

١٩-مصطفى، منار سعيد بني ، الشريفين احمد عبد الله. ٢٠١٣(). **الشعور بالوحده النفسيه والامن النفسي والعلاقه بينهما لدى عينه من الطلبه الوافدين في جامعه اليرموك**. مجلة جامعة اليرموك،(٩)ع(٢). ١٤١ – ١٦٢ص.

٢٠-محمد ، هبه محمود .(٢٠١٩). **دور الوحدة النفسية و السعادة الشخصية والاندفاعية و بعض المتغيرات الديموجرافية في التنبؤ بالنوموفوبيا لدي الشباب الجامعي**. مجله دراسات نفسية. ٢٩ (٤٤). ٧٦١- ٨٣١ص

٢١- محمد،صلاح الدين ،(2014)،**حساسية للقلق وعلاقتها بكل من تنظيم الانفعال واعراض القلق لدى عينه من طلاب الجامعة**،جامعة بنها:كليه التربية.

٢٢- مخلف، منتهي، فرحان، صباح (٢٠١٣).**الاغتراب النفسي وعلاقته بالوحده النفسيه لدى عينه من طلاب المرحله الإعداديه في قضاء الفلوجة**. مجله جامعه الانبار للعلوم البدنيه والرياضه، (٢). ٨. ١: ١٠.

٢٣-معالى،ابراهيم ،(2013).**فاعليه برنامج علاجى فى خفض القلق النفسى**

وتنميه مفهوم الذات لدى الطلبه المتميزين.جامعة العلوم الاسلاميه العالميه:كليه العلوم التربوية.

٢٤-منال. حدواس(. ٢٠١٣).**الشعور بالوحدة النفسيه وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي ومستوى تقدير الذات لدى المراهق الجانح.** (رساله ماجستير غير منشوره) جامعه مولود معمري. كليه العلوم الإنسانية والاجتماعية. قسم علم النفس.

1-Norman B .Schmidt and Darin R .Lerew،Robert J . Jackson).1997.(The Role of Anxiety Sensitivity in the Pathogenesis of Panic :Prospective Evaluation of Spontaneous Panic Attacks During Acute Stress،Uniformed Services University of the Health Sciences،United States Air Force Academy.

2-Chris Hayward ،Joel Killen ،and C .Barr Taylor ،Carl F . Weems).2002.(A longitudinal investigation of anxiety sensitivity in adolescence،Journal of Abnormal Psychology.

3-JOSHUA J .BROMAN-FULKS & ،KATELYN M . STOREY).2008.(Evaluation of a brief aerobic exercise intervention for high anxiety sensitivity،Department of Psychology ،Appalachian State University ،USA.