مجلة كلية الآداب بقنا (دورية أكاديمية علمية محكمة)

التحيزات المعرفية وعلاقتها بالنوموفوبيا (الخوف من فقدان الهاتف المحمول) لدى عينة من طلاب الجامعة

د. خلف الله خلف عسران على

مدرس بقسم علم النفس

كلية الآداب – جامعة جنوب الوادي

DOI: 10.21608/qarts.2025.372640.2193

مجلة كلية الآداب بقنا – جامعة جنوب الوادي – المجلد (٣٤) العدد (٦٦) يناير ٢٠٢٥

الترقيم الدولي الموحد للنسخة المطبوعة ISSN: 1110-614X

الترقيم الدولي الموحد للنسخة الإلكترونية ISSN: 1110-709X

موقع المجلة الإلكتروني: https://qarts.journals.ekb.eg

التحيزات المعرفية وعلاقتها بالنوموفوبيا (الخوف من فقدان الهاتف المحمول) لدى عينة من طلاب الجامعة

الملخص:

هدفت الدراسة إلى التعرف على نسبة إسهام التحيزات المعرفية في التنبؤ بالنوموفوبيا لدى طلاب الجامعة. تكونت العينة من ٣١٨ طالبًا تتراوح أعمارهم بين ١٨ و٢٦ سنة (بمتوسط عمري ٢٠.٣ وانحراف معياري ١.٦). طُبِّق عليهم مقياس التحيزات المعرفية (إعداد رضوه عبد الفتاح، ٢٠٢٤) ومقياس النوموفوبيا (إعداد تامر كمال، ٢٠٢٣). وكشفت النتائج عن وجود علاقة إيجابية بين التحيزات المعرفية والنوموفوبيا ، بينما لم توجد فروق دالة في في التحيزات المعرفية وفقًا للنوع، بينما كانت الفروق دالة في النوموفوبيا في اتجاه الإناث ، أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق دالة وفقًا لمتغير محل الإقامة، بينما ظهرت فروق في المشكلات المعرفية الذاتية والسلوكيات الآمنة في اتجاه الفئة العمرية (١٨–٢٢)، دون وجود فروق في النوموفوبيا. كما كشفت النتائج عن فروق دالة في التحيزات المعرفية والنوموفوبيا حسب مدة استخدام الهاتف، في اتجاه من يستخدمونه لأكثر من خمس ساعات يوميًا، باستثناء جمود المعتقدات والسلوكيات الآمنة. وظهرت فروق في اتجاه طلاب الكليات العملية في أغلب المتغيرات، باستثناء بعض الأبعاد المعرفية والانفعالية. كما تبين وجود فروق في اتجاه الفئة ذات المستوى الاقتصادي المرتفع في أبعاد معينة، مثل جمود المعتقدات وفقدان الترابط. وأوضحت النتائج فروقًا دالة في التحيزات المعرفية في اتجاه الحاصلين على تقدير "مقبول"، باستثناء بعض الأبعاد، في حين كانت المشكلات المعرفية الاجتماعية في اتجاه فئة "جيد"، والنوموفوبيا وأبعادها في اتجاه فئة "مقبول"

الكلمات المفتاحية: التحيزات المعرفية، النوموفوبيا ، طلاب الجامعة.

مدخل إلى مشكلة الدراسة

تؤدي طريقة تفكير الإنسان وإدراكه لذاته وللعالم من حوله دورًا مؤثرًا في تقبله لشخصيته وبيئته، مما يسهم في تحقيق السعادة والتكيف إذا كانت أفكاره متزنة ومنطقية. أما في حال اضطرابها، فقد يواجه صعوبة في تقبل ذاته والتكيف مع محيطه الخارجي، مما يؤدي إلى المعاناة والرفض الذاتي (حسام جمال شعفوط ، ٢٠١٩).

ويُعد موضوع التحيزات المعرفية (Cognitive Biases) من الموضوعات الحديثة في مجال علم النفس التي حظيت باهتمام كبير من الباحثين، إذ تعكس هذه التحيزات نمطًا من الانحراف يؤدي إلى تشويه الإدراك الحسي أو إصدار أحكام غير دقيقة أو تفسيرات غير منطقية. ويؤثر التحيز المعرفي بشكل مباشر على معالجة المعلومات، مما يؤدي إلى إصدار أحكام سريعة، وبالتالي عدم الوصول إلى الحلول الصحيحة للمشكلات التي يواجهها الفرد (حنان حمادي، ٢٠٢١). كما أن التحيزات المعرفية تمثل أنماط تفكير ممنهجة تؤثر على الاستدلال البشري، وغالبًا ما تتعارض مع مبادئ المنطق والمعقولية. وتنبع هذه التحيزات من استخدام استدلال معرفي غير ملائم، يلجأ إليه الأفراد عند مواجهة قيود مرتبطة بالبيانات أو معالجة المعلومات (Alexander & Hanskorteling, 2022).

ومع التطور المتسارع للتكنولوجيا، شهدت حياة البشر تحسنًا ملحوظًا في مختلف المجالات، وخاصةً بفضل انتشار الهواتف المحمولة. فقد أصبحت هذه الأجهزة أداة أساسية في الاتصال، والتعليم، والتفاعل الاجتماعي، والأعمال التجارية. وتتميز الهواتف الحديثة، المعروفة بالهواتف الذكية، بتكاملها مع كافة التقنيات الذكية في القرن الحادي والعشرين، مما يجعلها جزءًا لا يتجزأ من الحياة الاجتماعية والثقافية للجيل الحالي. وعلى الرغم من المزايا العديدة التي توفرها الهواتف المحمولة، إلا أنها تحمل

في طياتها آثارًا سلبية، ومن أبرزها ظاهرة "النوموفوبيا" وهو مفهوم جديد يمثل الخوف من فقدان الاتصال بالهاتف (Sharma, 2024).

ومفهوم النوموفوبيا (Nomophobia)، وهو مصطلح يعبر عن الخوف المرضي من فقدان الهاتف المحمول أو عدم القدرة على استخدامه.وتُعد هذه الظاهرة من المشكلات النفسية المعاصرة، إذ قد تؤدي إلى شعور الأفراد الذين يعانون منها بالعزلة الاجتماعية، والقلق، والارتباك، فضلاً عن السلوك القهري المتمثل في التفقد المستمر للهاتف خشية فقدان القدرة على التواصل مع الآخرين (Yildirim et al., 2016). وقد أشارت نتائج العديد من الدراسات (يلدرم وآخرون، ٢٠١٦؛ جيزين وآخرون، ٢٠١٨؛ شارما وآخرون، ٢٠٢٠؛ **البوسعيدي**، Al Busaidi, (2024)) إلى الانتشار الملحوظ للنوموفوبيا بين طلاب المدارس الثانوية والجامعات، مع تفاوت درجات الاضطراب بين الخفيف والشديد. كما لوحظ تزايد عدد مستخدمي الهواتف الذكية وزيادة الإنفاق عليها، مما يعكس مدى ارتباط الأفراد بهذه الأجهزة، خاصة لدى الفئة العمرية ما بين ١٨ إلى ٢٤ عامًا(Schreiber, 2014).

وعادةً ما تكون سلوكيات الفرد انعكاسًا لخبراته المعرفية السابقة التي تشكل إدراكاته وانفعالاته واستجاباته. ومن هنا، قد تتكون أفكار غير منطقية نتيجة اختلال وظيفي في الجانب المعرفي للشخصية، مما قد يؤدي إلى تطرف في السلوك، وهو ما يؤثر سلبًا على التوازن النفسي، بغض النظر عن مستوى الذكاء أو التحصيل الأكاديمي للفرد(ناصر الدين إبراهيم مصطفي، ٢٠١٣).

وبالتالي، قد تعزز التحيزات المعرفية مشاعر القلق والاعتماد النفسي على الهاتف الذكي، مما يؤدي إلى تفاقم النوموفوبيا. ومن هذا المنطلق، فإن دراسة العلاقة بين التحيزات المعرفية والنوموفوبيا تُعد ضرورية لفهم هذه الظاهرة بين طلاب الجامعات، خاصة في ظل

الانتشار الواسع للهواتف الذكية وتأثيرها على الأداء الأكاديمي والصحة النفسية (Yildirim & Correia, 2015).

وبناءً على ذلك، تسعى هذه الدراسة إلى بحث العلاقة بين التحيزات المعرفية والنوموفوبيا لدى طلاب الجامعة. **ويمكن بلورة مشكلة الدراسة في التساؤلات التالية:**

١) ما العلاقة بين التحيزات المعرفية والنوموفوبيا لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة؟
٢) ما طبيعة الفروق في التحيزات المعرفية وأبعادها والنوموفوبيا وفقًا للمتغيرات الديموغرافية التالية: (الجنس، الإقامة، العمر، معدل الاستخدام اليومي للهاتف، الكلية، المستوى الاقتصادي، التقدير الأكاديمي)؟
٣) ما نسبة إسهام التحيزات المعرفية وأبعادها في التنبؤ بالنوموفوبيا لدى طلاب الجامعة؟

أهداف الدراسة وتتمثل في:

١) الكشف عن العلاقة بين التحيزات المعرفية والنوموفوبيا لدى عينة من طلاب الجامعة.
٢) الكشف عن الفروق في التحيزات المعرفية وأبعادها والنوموفوبيا وفقًا لبعض المتغيرات الديموغرافية، وهي: (الجنس، الإقامة، العمر، معدل الاستخدام اليومي للهاتف، طبيعة الدراسة، المستوى الاقتصادي، والتقدير الأكاديمي).
٣) الكشف عن نسبة إسهام التحيزات المعرفية وأبعادها في التنبؤ بالنوموفوبيا.

أهمية الدراسة

تكمن أهمية الدراسة في عدة جوانب، فهي تتناول موضوعاً مهمًا وحديث نسبياً، وهو العلاقة بين التحيزات المعرفية والنوموفوبيا. هذه القضية لم تحظ بالقدر الكافي من

البحث والدراسة، مما يجعل هذه الدراسة إضافة قيمة للمعرفة العلمية. وتُسهم الدراسة في التأصيل النظري لمفهومي التحيزات المعرفية والنوموفوبيا(الخوف من فقدان الهاتف)، حيث تقدم تعريفات واضحة ومفصلة لهذه المفاهيم، وتوضح العلاقة بينهما، كما تساهم الدراسة في توسيع الفهم العلمي حول دور التحيزات المعرفية في تعزيز النوموفوبيا (الخوف من فقدان الهاتف المحمول)، مما يساعد في تفسير هذه الظاهرة من منظور معرفي ونفسي.

كما تهدف هذه الدراسة إلى قياس مدى إسهام التحيزات المعرفية في التنبؤ بالنوموفوبيا، مما يسهم في تطوير استراتيجيات فعالة للتدخل المبكر والوقاية من هذه الظاهرة. كما تسعى الدراسة إلى تحليل الفروق في متغيرات البحث وفقًا لبعض العوامل الديموغرافية، مثل الجنس، والعمر، والحالة الاجتماعية، بهدف توفير فهم أعمق لكيفية تأثير هذه العوامل على العلاقة بين التحيزات المعرفية والنوموفوبيا. بالإضافة إلى ذلك، تركز الدراسة على شريحة طلاب الجامعة، نظرًا لأهمية هذه المرحلة العمرية في تكوين شخصية الأفراد وبناء مستقبلهم الأكاديمي والمهني. ويسهم فهم العوامل المؤثرة خلال هذه المرحلة في توجيه الشباب نحو تبني أنماط سلوكية صحية تسهم في تحسين جودة حياتهم وتعزيز اندماجهم المجتمعي.

مفاهيم الدراسة والإطار النظري

أولاً: التحيزات المعرفية

التحيزات المعرفية هي مجموعة من الأحكام غير المنطقية التي يتبناها الفرد بناءً على تصورات غير موضوعية وتوقعات ذاتية، دون مراعاة التغيرات المناسبة، مما يؤدي إلى تشويه الإدراك الحسي واتخاذ قرارات منحازة تخدم مصلحته الشخصية (عذراء خالد عبد الأمير، ٢٠١٧، ١٠).

كما تُعرّف التحيزات المعرفية بأنها أخطاء في التفكير تنشأ نتيجة معالجة المعلومات بطريقة غير دقيقة، وغالبًا ما تكون نتيجة لتمسك الفرد بمعتقداته وتفضيلاته الشخصية، أو بسبب قصور في الحصول على معلومات كافية حول الموقف. ويترتب على ذلك سوء فهم بين الأفراد واتخاذ أحكام غير دقيقة نتيجة لتفسيرات غير منطقية (سماح محمود ابراهيم، ٢٠٢٠). في السياق نفسه، يعرّفها جاي وسيفتاب (Gaye & Sevtap, 2022) بأنها نزعات ذهنية تدفع الأفراد إلى تبنّي أنماط استجابة محددة عند أداء المهام المعرفية. وتُعد التحيزات المعرفية تصورات مشوّهة للواقع، تؤثر على إدراك الفرد للأحداث وتفسيرها وفقاً لميوله الشخصية، مما يؤدي إلى معالجة سلبية للمعلومات بناءً على خبراته ومعارفه السابقة. ويتم قياس هذه التحيزات من خلال الدرجة التي يحصل عليها الفرد عند الإجابة على مقياس التحيزات المعرفية (رضوه عبد الفتاح الشهير، ٢٠٢٤).

ويعرف الباحث التحيزات المعرفية بأنها "أنماط منتظمة من الانحراف في المعالجة المعرفية تؤثر على إدراك الفرد وتفسيره للمعلومات واتخاذه للقرارات. وتنتج هذه التحيزات عن ميول معرفية لا واعية تؤدي إلى استنتاجات غير دقيقة أو غير منطقية، مما قد يؤثر على سلوك الأفراد واستجاباتهم للمواقف المختلفة، وتُعرف إجرائيا بأنها الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس التحيزات المعرفية.

أبعاد التحيزات المعرفية:

تؤدي التحيزات المعرفية دورًا جوهريًا في تشكيل إدراك الأفراد وتفسيرهم للمعلومات واتخاذهم للقرارات. وتُعرَّف هذه التحيزات بأنها أنماط تفكير غير موضوعية تؤثر على تحليل المعلومات بطريقة قد تؤدي إلى استنتاجات غير دقيقة أو غير عقلانية. في هذا السياق، قام **فان دير وآخرون (Van der et al., 2013)** بتحديد الأبعاد الأساسية التي تتسم بها التحيزات المعرفية، والتي تسهم في تشكيل طريقة تفكير

الأفراد واستجاباتهم للمواقف المختلفة. يساعد فهم هذه الأبعاد على تفسير العديد من الظواهر النفسية والسلوكية، وهي كالتالي:

١- **القفز إلى الاستنتاجات:** يميل الأفراد الذين لديهم هذا النوع من التحيز إلى تكوين استنتاجات سلبية مع غياب الأدلة المحددة التي تدعم هذا الاستنتاج؛ وكذلك التحيز عند جمع المعلومات، وهم يعطون تقييمات متحيزة، وسلبية للمواقف، وخاصة الغامضة منها.

٢- **جمود المعتقدات:** ويقصد بها، انحسار تفكير الفرد في زاوية محددة، وعدم القدرة على تغيير الاتجاه نحو زوايا أخرى.

٣- **الانتباه للمهددات:** ويقصد بها تركيز الانتباه نحو بعض أنواع المعلومات، والفرضيات، والتقليل من أهمية معلومات وفرضيات أخرى وتجاهلها.

٤- **العزو الخارجي:** ويقصد به أن يعزو الفرد أفكاره، وإخفاقاته وحالته الانفعالية التي يكون عليها إلى مصادر خارجية.

٥- **المشكلات المعرفية الاجتماعية:** ويقصد بها عجز الفرد في فهم، وتفسير مقاصد الغير، ودوافعهم، وعدم المقدرة على إدراك أفكار، ومشاعر الآخرين.

٦- **المشكلات المعرفية الذاتية :** ويقصد بها حالة من التشتت، وعدم القدرة على التركيز أثناء معالجة المعلومات وتنفيذ المهام المختلفة.

٧- **السلوكيات الآمنة:** الخشية عند التعامل مع بعض الناس، واتخاذ التدابير اللازمة بغية تجنب الوقوع في الأخطاء، والأخطار المحتملة.

النظريات المفسرة للتحيزات المعرفية

شهد مجال علم النفس العديد من المحاولات النظرية التي سعت إلى تفسير التحيزات المعرفية من زوايا مختلفة، وذلك نظرًا لأهميتها في فهم آليات التفكير واتخاذ القرار لدى الأفراد. وقد طُرحت العديد من النظريات التي تناولت هذا المفهوم من جوانب متعددة، موضحة أسبابه وتأثيراته على الإدراك والسلوك. وفيما يلي عرض لأبرز هذه النظريات:

أولًا: نظرية التوقع (Expectancy theory)

تُعد هذه النظرية من أكثر النظريات موضوعية وقبولًا في تفسير التحيزات المعرفية، وقد طُرحت من قبل العالم فيكتور فروم (Victor Vroom)، حيث تساعد في فهم العمليات النفسية التي تؤثر على الدافعية، والتصورات، والتفكير، والمعتقدات، والاحتمالات، وغيرها. تفترض نظرية التوقع أن سلوك الفرد يستند إلى عملية إدراك وتحليل للمواقف، حيث يقارن بين البدائل المتاحة ويوازن بين التكاليف والمنافع المتوقعة لكل منها. وبعد هذه العملية العقلانية، يتبنى الفرد السلوك الذي يعتقد أنه سيحقق له أكبر قدر من الفوائد، سواء كانت مباشرة مرتبطة بالعمل أو غير مباشرة مستمدة من البيئة المحيطة. كما تؤكد النظرية على دور الإدراك، حيث يتأثر دافع الفرد لأداء سلوك معين بتقييمه للأهمية النسبية المتوقعة لنتائج ذلك السلوك (عبد الحميد عبد المجيد قاسم,٢٠١٩:١٥).

ثانيًا: نظرية الاختيار العقلاني (Rational Choice Theory)

تشير نظرية الاختيار العقلاني إلى أن الأفراد قد يقعون في التحيزات المعرفية نتيجة لإدراكات غير دقيقة للمنافع التي يختارونها أو بسبب التشويه المعرفي الذي يحدث أثناء عملية تحديد تلك المنافع. وتفترض هذه النظرية أن الفرد يقوم بترتيب البدائل المتاحة وفقًا

للعوائد المتوقعة منها، مما يعكس أحد الجوانب الأساسية للاختيار العقلاني. وبناءً على ذلك، يحدث التحيز المعرفي وفقًا لهذه النظرية عندما يخطئ الفرد في تحديد المنافع التي يسعى لتحقيقها. كما أن عملية اتخاذ القرار غالبًا ما تكون محدودة بالمعلومات المتاحة، حيث لا يتمكن الأفراد من استيعاب جميع البيانات ذات الصلة بالمشكلة المطروحة، نظرًا للقيود التي تفرضها الذاكرة البشرية. ونتيجة لذلك، يعتمد الأفراد على العقلانية المحدودة، والتي تعكس كيفية تأثر عملية التفكير بالمعلومات المتاحة لديهم، مما قد يؤدي إلى تحيزات معرفية أثناء اتخاذ القرار (مصطفي خليل محمود،٢٠٢١).

ثالثاً: نظرية المقارنة الاجتماعية لفستنجر (Festinger, 1954)

تُعد نظرية المقارنة الاجتماعية التي قدمها ليون فستنجر من النظريات الأساسية في علم النفس الاجتماعي، حيث تفسر كيفية قيام الأفراد بتقييم ذواتهم من خلال مقارنة أنفسهم بالآخرين. تنطلق هذه النظرية من فرضية أن الأفراد يسعون إلى تقييم قدراتهم وآرائهم بدقة، ولكن نظرًا لعدم توافر معايير موضوعية في كثير من الأحيان، فإنهم يعتمدون على مقارنة أنفسهم بالآخرين كمصدر للتقييم. وتفترض النظرية أن لدى الأفراد دافعًا فطريًا للمقارنة الاجتماعية، مما يدفعهم إلى قياس قدراتهم وأفكارهم بناءً على أداء وسلوك الآخرين. وتنقسم هذه المقارنات إلى نوعين رئيسيين هما: أولاً :المقارنة التصاعدية: حيث يقارن الأفراد أنفسهم بمن هم أفضل منهم في مهارة أو صفة معينة، مما قد يؤدي إلى التحفيز والتطوير أو الشعور بالإحباط بناءً على إدراكهم لقدراتهم. ثانياً :المقارنة التنازلية: حيث يقارن الأفراد أنفسهم بمن هم أقل منهم كفاءة أو نجاحًا، مما قد يعزز الشعور بالرضا عن الذات ويقلل من القلق(Festinger, 1954).

تعقيب على النظريات المفسرة للتحيزات المعرفية:

تُظهر النظريات الثلاث (نظرية التوقع، ونظرية الاختيار العقلاني، ونظرية المقارنة الاجتماعية) إطارًا متكاملًا لفهم التحيزات المعرفية وتأثيرها على اتخاذ القرار والسلوك الإنساني. **فنظرية التوقع** توضح كيف تؤثر التصورات الذاتية والتوقعات حول النتائج على الدافعية والسلوك، مما يعكس دور العمليات الإدراكية في تشكيل القرارات. بينما **نظرية الاختيار العقلاني** تسلط الضوء على كيف يمكن أن تؤدي القيود المعرفية إلى تحيزات في تحديد المنافع، مما يجعل الأفراد يتخذون قرارات غير مثالية استنادًا إلى معلومات محدودة. من ناحية أخرى، تقدم **نظرية المقارنة الاجتماعية** تفسيرًا للدوافع التي تحكم تقييم الذات عبر مقارنة الأداء والسلوك مع الآخرين، مما يؤثر على تقدير الذات والتوجهات المعرفية للفرد.

بشكل عام، تؤكد هذه النظريات أن التحيزات المعرفية ليست مجرد أخطاء عشوائية، بل ناتجة عن آليات معرفية متأصلة في عملية الإدراك واتخاذ القرار، وهو ما يستدعي تطوير استراتيجيات للحد من آثارها في مختلف المجالات، لا سيما في البيئات الأكاديمية والاجتماعية.

الدراسات السابقة التي تناولت التحيزات المعرفية:

أجرت هبة السيد توفيق (٢٠١٩) دراسة للتعرف العلاقة بين التحيزات المعرفية والأساليب المزاجية ، وبلغت العينة في مجملها (٥٥٠) طالبا وطالبة. ولجمع البيانات تم استخدام أداتين: الأولى: مقياس التحيزات المعرفية (إعداد الباحثة) والثاني: مقياس الأساليب المزاجية مقتبس من اختبار Kerisey لتصنيف المزاج ترجمة وتعريب: عبد الهادي السيد. وأسفرت الدراسة عن النتائج التالية: يمتلك طلاب كلية التربية بجامعة أسوان مستوى مرتفعا من التحيزات المعرفية، وتوجد علاقات ارتباطية دالة إحصائيا بين

التحيزات المعرفية بأبعادها، والأساليب المزاجية بأبعادها، كما توصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق في التحيزات المعرفية وفقا للأسلوب المزاجي الحدس مقابل الإحساس في اتجاه الطلاب ذو الأسلوب المزاجي الإحساس، وتوجد فروق في التحيزات المعرفية وفقا للأسلوب المزاجي التفكير مقابل الشعور في اتجاه الطلاب ذوي الأسلوب المزاجي الشعور، كما توجد فروق في التحيزات المعرفية وفقا للأسلوب المزاجي إعطاء حكم مقابل الإدراك في اتجاه الطلاب ذوي الأسلوب المزاجي إعطاء الحكم، وتوجد فروق في التحيزات المعرفية وفقا للأسلوب المزاجي الانبساط مقابل الانطواء في اتجاه الطلاب ذوي الأسلوب المزاجي الانبساط.

بينما هدفت دراسة نادية مونيس (٢٠٢٠) إلى استكشاف أثر التحيزات المعرفية على تبني تكنولوجيا المعلومات والاتصالات لدى الأفراد. تناولت الدراسة العلاقة بين أنماط التفكير المتحيزة والعوامل التي تؤثر في استعداد الأفراد لاعتماد واستخدام تقنيات في حياتهم العملية والتعليمية، حيث تم قياس مستويات التحيزات المعرفية وعلاقتها بمستوى تبني تكنولوجيا المعلومات والاتصالات.و أظهرت النتائج وجود علاقة سلبية بين التحيزات المعرفية ومستوى تبني تكنولوجيا المعلومات. كما كشفت الدراسة عن تأثير عوامل ديموجرافية مثل العمر والخلفية التعليمية على هذه العلاقة، حيث كانت الفئات ذات المعايير المعرفية الأقل أو ذات الخبرات المحدودة أكثر تأثرًا بالتحيزات في عملية تبني التكنولوجيا.

وأجرى احمد مسلم سليمان (٢٠٢٢) دراسة هدفت إلى معرفة مستوى التحيزات المعرفية لدى طلاب المرحلة الثانوية في مديرية تربية قصبة المفرق، بالمملكة الأردنية الهاشمية، وفقا لمتغيري النوع والتخصص. تكونت عينة الدراسة من (٥٠٠) طالب وطالبة من طلبة المرحلة الثانوية، منهم (٢٩٠) طالبا و(٢١٠) طالبات، تم اختيارهم

بالطريقة المتيسرة، خلال الفصل الدراسي الثاني (٢٠١٩/٢٠٢٠). ولتحقيق أهداف الدراسة قام الباحث باستخدام المقياس الذي قام ببنائه فاندير جاج ورفاقه (Vander Gaag et al, 2013) ، وتوصلت نتائج الدراسة أن مستوى التحيزات المعرفية كان مرتفعا لدى طلبة المرحلة الثانوية، كما أسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية لأثر النوع و في اتجاه الإناث، وكذلك أسفرت نتائج الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية لأثر التخصص و في اتجاه التخصص الأدبي.

بينما أجرت انتصار محمد السيد (٢٠٢٣) دراسة بهدف استكشاف العلاقة بين قلق المستقبل، والتحيز المعرفي، والرضا عن التخصص الأكاديمي لدى طلاب قسم الإعلام التربوي في كلية التربية النوعية بجامعة الزقازيق. اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي التحليلي، حيث تم تطبيق مقاييس لقياس المتغيرات الثلاثة على عينة مكونة من ٤٣٨ طالبًا وطالبة، منهم ٦٠ ذكور و٣٧٨ إناث. أظهرت النتائج أن مستوى قلق المستقبل والتحيزات المعرفية كان مرتفعًا بين الطلاب، بينما كان مستوى الرضا عن التخصص الأكاديمي متوسطًا. تشير هذه النتائج إلى أهمية مراعاة هذه المتغيرات وتأثيراتها النفسية على طلاب الجامعات.

وهدفت دراسة رضوه عبد الفتاح (٢٠٢٤) إلى استكشاف العلاقة بين التحيزات المعرفية ومهارة اتخاذ القرار، و شملت العينة (٥٣٠) فردًا من طلاب، موظفين، واستخدمت الدراسة مقياسي التحيزات المعرفية لفان دير جاج وزملائه (ترجمة الباحثة) ومهارة اتخاذ القرار (إعداد الباحثة).و أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة عند دلالة بين التحيزات المعرفية ومهارة اتخاذ القرار، سواء على المستوى الكلي أو في الأبعاد الفرعية. كما تبين وجود تأثير سلبي دال لبعض التحيزات مثل جمود المعتقدات،

المشكلات الاجتماعية الذاتية، والعزو الخارجي على أبعاد مهارة اتخاذ القرار، مما يشير إلى أن زيادة التحيزات المعرفية تؤدي إلى ضعف في مهارة اتخاذ القرار.

وللتعرف على العلاقة بين التحيزات المعرفية والخوف من التقييم السلبي أجرت صفاء ماجد عبد الله (٢٠٢٤) دراسة على عينة تكونت من (٢٩٩) طالباً وطالبةً من طلبة السنة الأولى (بكالوريس/ دراسات عليا)، ولتحقيق أهداف الدراسة قامت الباحثة باستخدام مقياس التحيزات المعرفية للعادلي (٢٠١٧)، والمقياس الموجز للخوف من التقييم السلبي (Lear,1983). ، وأظهرت نتائج الدراسة وجود مستوى متوسط من التحيزات المعرفية على المقياس ككل، وعلى مجالاته الفرعية. ووجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لأثر التخصص و في اتجاه التخصصات الانسانية، ولأثر الجنس و في اتجاه الإناث، ولأثر المعدل وجاءت الفروق في اتجاه المقبول. كما أظهرت نتائج الدراسة وجود مستوى متوسط من الخوف من التقييم السلبي على المقياس ككل، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لأثر التخصص و في اتجاه التخصصات الانسانية، ولأثر الجنس و في اتجاه الإناث، ولأثر المعدل وجاءت الفروق في اتجاه المقبول. كما وأظهرت النتائج وجود علاقة إرتباطية موجبة بين التحيزات المعرفية والخوف من التقييم السلبي.

وهدفت دراسة رحاب محمد عبد التواب (٢٠٢٤) إلى الكشف عن العلاقة بين مفهوم التحيز المعرفي والعزلة الاجتماعية والوجدانية لدى الطالبات المعلمات وتتكون العينة من (١٤٠) من طالبات الفرقة الثالثة والرابعة بكلية التربية للطفولة المبكرة، وتمثلت أدوات البحث في: مقياس التحيز المعرفي لطلاب الجامعة، ومقياس العزلة الاجتماعية والوجدانية، والنتائج توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين التحيز المعرفي والعزلة الاجتماعية لدى الطالبات المعلمات، وتوجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيًا بين

التحيز المعرفي والعزلة الوجدانية لدى الطالبات المعلمات، ولا توجد فروق دالة إحصائيًا في درجة التحيز المعرفي بين الفرقة الثالثة والرابعة، ولا توجد فروق دالة إحصائيًا في درجة العزلة الاجتماعية بين الفرقة الثالثة والرابعة، ولا توجد فروق دالة إحصائيًا في درجة العزلة الوجدانية بين الفرقة الثالثة والرابعة، ويمكن التنبؤ العزلة الاجتماعية من خلال التحيز المعرفي لدى الطالبات المعلمات، ويمكن التنبؤ العزلة الوجدانية من خلال التحيز المعرفي لدى الطالبات المعلمات.

تعقيب على الدراسات التي تناولت التحيزات المعرفية:

توضح الدراسات السابقة أن التحيزات المعرفية تُشكل عاملاً مؤثراً في مختلف الجوانب النفسية والسلوكية، مما يعكس الحاجة إلى دراسات معمقة لفهم آليات تأثيرها، إضافة إلى تطوير استراتيجيات للحد منها. ويتضح من نتائج دراسة **هبة السيد توفيق (٢٠١٩)**أن التحيزات المعرفية ترتبط بأنماط الشخصية والأساليب المزاجية، وهو ما يشير إلى أن هذه التحيزات قد تكون جزءاً من التكوين المعرفي والانفعالي للأفراد. بينما قدمت نتائج دراسة **نادية مونيس (٢٠٢٠)** دليلاً على أن هذه التحيزات قد تعيق تبني التكنولوجيا، مما يبرز أهمية التفكير النقدي في مواجهة التحيزات التي قد تحد من الاستفادة من التطورات الرقمية. أما نتائج دراسة **أحمد مسلم (٢٠٢٢)** فقد كشفت عن تأثير النوع والتخصص على مستويات التحيزات، حيث كانت أعلى لدى الإناث وطلاب التخصصات الأدبية، مما يفتح المجال لدراسات تبحث في الأسباب الكامنة وراء هذه الفروقات، سواء أكانت ثقافية أم تعليمية. وفي ذات السياق، أبرزت نتائج دراسة **انتصار محمد (٢٠٢٣)** العلاقة بين التحيزات المعرفية وقلق المستقبل والرضا عن التخصص الأكاديمي، مما يشير إلى أن هذه التحيزات قد تؤدي دوراً في تشكيل توجهات الأفراد نحو مستقبلهم المهني. كما أظهرت نتائج دراسة **رضوه عبد الفتاح (٢٠٢٤)** العلاقة

السلبية بين التحيزات المعرفية ومهارة اتخاذ القرار، مما يدعم فكرة أن التحيزات قد تؤدي إلى قرارات غير عقلانية أو غير مستندة إلى تقييم دقيق للمعطيات. وهذا يختلف مع نتائج دراسة **صفاء ماجد (٢٠٢٤)** التي أوضحت العلاقة الإيجابية بين التحيزات المعرفية والخوف من التقييم السلبي، وهو ما يعكس دور هذه التحيزات في تشكيل القلق الاجتماعي لدى الطلاب. وأخيراً، كشفت نتائج دراسة **رحاب محمد (٢٠٢٤)** عن ارتباط التحيزات المعرفية بالعزلة الاجتماعية والوجدانية لدى الطالبات المعلمات، وهو ما يبرز تأثيرها السلبي على التفاعل الاجتماعي، وبالتالي أهمية البحث في كيفية تقليل آثارها على الصحة النفسية والاجتماعي.

ثانياً: النوموفوبيا (Nomophobia)

يُعد مفهوم النوموفوبيا من الاضطرابات الحديثة التي نشأت مع التطور التكنولوجي وانتشار الهواتف الذكية ووسائل الاتصال الرقمية. فقد عرّف كينج وآخرون (King et al., 2013) النوموفوبيا على أنها حالة من القلق أو عدم الارتياح التي تنجم عن فقدان القدرة على الاتصال عبر الهاتف المحمول أو الحاسوب أو أي وسيلة تواصل يعتمد عليها الأفراد بشكل أساسي.

وفي السياق ذاته، أشارت هبة محمود محمد (٢٠١٩) إلى أن النوموفوبيا تتمثل في الشعور بالقلق والتوتر عند فقدان الهاتف الذكي، سواء كان ذلك بسبب نسيانه، أو تعطله، أو فقدان الاتصال بالشبكة، مما يؤدي إلى اضطرابات نفسية وسلوكية واجتماعية لدى الأفراد.

أما شارما وآخرون (Sharma et al., 2020)، فقد أوضحوا أن مصطلح النوموفوبيا مشتق من كلمتي (No Mobile Phone) التي تعني "لا هاتف محمول" و(Phobia) التي تعني "الرهاب"، ويشير إلى القلق الشديد والانزعاج النفسي الناجم

عن فقدان الهاتف المحمول أو عدم القدرة على استخدامه. ويضيف تامر كمال مخامرة (٢٠٢٣) أن النوموفوبيا تتجلى في الشعور بالخوف الشديد أو الهلع عند عدم توفر الهاتف المحمول بالقرب من الفرد، أو عند انقطاع الاتصال بالشبكة، أو نفاد شحن البطارية، مما يسبب اضطرابًا نفسيًا ملحوظًا.

وفي ضوء ما سبق، يُعرّف الباحث النوموفوبيا على أنها "حالة من القلق المفرط أو الخوف الشديد من فقدان الاتصال بالهاتف المحمول، مما يؤدي إلى توتر واضطرابات نفسية وسلوكية نتيجة الاعتماد المفرط عليه". أما إجرائيًا، فتُقاس النوموفوبيا من خلال الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس النوموفوبيا المستخدم في هذه الدراسة.

أبعاد النوموفوبيا:

حدد يلدريم (Yildirim, 2014)، أربعة أبعاد للنوموفوبيا وهي كالتالي:

١.**فقدان القدرة على التواصل:** يشير إلى القلق الناجم عن عدم القدرة على إرسال أو استقبال المكالمات والرسائل النصية.

٢. **فقدان الاتصال والوصول إلى المعلومات:** يتعلق بالقلق من عدم القدرة على الوصول إلى المعلومات عبر الإنترنت عند الحاجة.

٣. **فقدان الراحة:** يتضمن الشعور بعدم الارتياح لعدم القدرة على استخدام الهاتف المحمول في أوقات الفراغ أو الترفيه.

٤. **فقدان الاتصال العام:** يرتبط بالقلق من عدم القدرة على البقاء على اتصال مع الآخرين.

النماذج النظرية المفسرة للنوموفوبيا

حظي اضطراب النوموفوبيا باهتمام الباحثين في مجال علم النفس، حيث سعت العديد من النظريات إلى تفسير آليات نشأته وتطوره. ومن بين هذه النماذج النظرية التي قدمت تفسيرات مختلفة للنوموفوبيا ما يلي:

١. النظرية السلوكية (Skinnerian Behaviorism)

ترى النظرية السلوكية، التي طورها سكنر، أن السلوك الإنساني يتشكل من خلال عمليات التعزيز، سواء الإيجابي أو السلبي. ووفقًا لهذه النظرية، فإن النوموفوبيا تنشأ نتيجة الاعتماد المتكرر على الهاتف المحمول، حيث توفر التطبيقات المختلفة، مثل وسائل التواصل الاجتماعي والألعاب والإنترنت، تعزيزات إيجابية مستمرة تدفع الفرد إلى الاستخدام المفرط للهاتف. وبمرور الوقت، قد يؤدي هذا التعزيز المستمر إلى تكوين نمط سلوكي قهري يجعل الفرد غير قادر على الانفصال عن هاتفه، مما يسهم في ظهور النوموفوبيا (Nawaz et al., 2017).

٢. نظرية التدفق النفسي (Flow Theory)

تُشير نظرية التدفق النفسي إلى أن الاستخدام المكثف للتكنولوجيا الرقمية قد يؤدي إلى حالة من الاندماج العميق، حيث يصبح الأفراد منغمسين في تجربة استخدام هواتفهم المحمولة لدرجة تجعلهم يفقدون الإحساس بالوقت والبيئة المحيطة بهم. وتفترض هذه النظرية أن الاستخدام المستمر للتكنولوجيا، نظرًا لما يوفره من متعة وإشباع لحاجات المستخدم، قد يؤدي إلى إهمال الأنشطة اليومية الأخرى، مثل التفاعل الاجتماعي أو الالتزامات الأكاديمية والمهنية. ويؤدي هذا الاندماج المستمر إلى نشوء حالة من القلق والتوتر عند فقدان القدرة على استخدام الهاتف، وهو ما يُفسر اضطراب النوموفوبيا (Salehan & Negahban, 2013).

٣. نظرية التعلق (Attachment Theory)

تقدم نظرية التعلق تفسيرًا آخر لظاهرة النوموفوبيا، حيث تفترض أن الأفراد يطورون ارتباطًا عاطفيًا بهواتفهم المحمولة يشابه ارتباطهم بالأشخاص المهمين في حياتهم. ووفقًا لهذه النظرية، فإن الأفراد الذين يعتمدون بشكل مفرط على هواتفهم المحمولة قد يشعرون بالقلق والتوتر عند الانفصال عنها، تمامًا كما يشعر الأطفال أو البالغون بالقلق عند الانفصال عن شخص عزيز لديهم. ونتيجة لهذا التعلق، يصبح الهاتف المحمول جزءًا أساسيًا من حياة الفرد، مما يجعله عرضة للإصابة بالنوموفوبيا عند فقدان الاتصال به (Bowlby, 1969).

تعقيب عام على النظريات المفسرة للنوموفوبيا:

من خلال استعراض النظريات الثلاثة المفسرة للنوموفوبيا، يتضح أن هذا الاضطراب النفسي لا ينشأ نتيجة عامل واحد، بل هو نتيجة تفاعل عدة عوامل نفسية وسلوكية واجتماعية. فوفقًا **للنظرية السلوكية**، فإن النوموفوبيا تتعزز من خلال التكرار المستمر لاستخدام الهاتف المحمول، حيث تُصبح المكافآت الفورية، مثل التفاعل الاجتماعي والترفيه، محفزًا للإدمان عليه. بينما تُفسِّر **نظرية التدفق النفسي** هذا الاضطراب من خلال الاندماج العميق في التكنولوجيا، بحيث يصبح استخدام الهاتف المحمول تجربة غامرة تدفع الأفراد إلى إهمال جوانب أخرى من حياتهم. أما **نظرية التعلق**، فتسلط الضوء على البعد العاطفي، حيث يرتبط الأفراد نفسيًا بهواتفهم كما لو كانت جزءًا من علاقاتهم الشخصية، مما يؤدي إلى الشعور بالتوتر عند فقدانها. وبناءً على هذه التفسيرات، يمكن القول إن النوموفوبيا ليست مجرد مشكلة سلوكية بسيطة، بل هي ظاهرة نفسية معقدة تستدعي اهتمام الباحثين لفهم آلياتها بشكل أعمق.

الدراسات السابقة:

أجرى يلدرين؛ وأخرون (Yildirim, et al,2016) دراسة للكشف عن مستوى النوموفوبيا (الخوف من فقدان الاتصال بالهاتف المحمول) بين طلاب الجامعات في تركيا. تم تطبيق استبيانه النوموفوبيا (NMP–Q) على ٥٣٧ طالبًا جامعيًا تركيًا. أظهرت النتائج أن ٤٢.٦٪ من الشباب يعانون من النوموفوبيا، وكانت أكبر مخاوفهم تتعلق بالاتصال والوصول إلى المعلومات. كما وجدت الدراسة أن الجنس ومدة امتلاك الهاتف الذكي لهما تأثير على سلوكيات النوموفوبيا لدى الشباب، في حين أن العمر ومدة امتلاك الهاتف المحمول لم يكن لهما تأثير.

بينما هدفت دراسة "جيزين؛ وأخرون (**Gezgin, et al ,2018**) إلى تحديد مستويات اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول (النوموفوبيا) لدى طلاب المدارس الثانوية، وعلاقته بإدمان الإنترنت. تكونت عينة الدراسة من (٩٢٩) طالبًا واظهرت النتائج أن مستويات إدمان الإنترنت بين طلاب المدارس الثانوية كانت أعلى بقليل من المتوسط. وأن الطالبات أكثر ميلًا لإظهار سلوكيات معادية للمخاوف مقارنة بالطلاب الذكور. ولم يكن لمستويات التحصيل الدراسي تأثير واضح على انتشار النوموفوبيا بين الطلاب. كلما زادت مدة استخدام الهاتف الذكي، زادت مخاطر الإصابة باضطراب النوموفوبيا.

في حين أجرت لولوه مطلق فارس (٢٠١٨) دراسة لبحث العلاقة بين اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول (النوموفوبيا) وبين التحصيل الدراسي لطلبه التعليم الثانوي بدوله الكويت ، وتمثلت عينة الدراسة في١٥٤ طالب وطالبة من الصفين الحادي والثاني عشر ، كما استخدمت الباحثة مقياسان هما: " النوموفوبيا " والتحصيل الدراسي ،.وأسفرت نتائج الدراسة عن انه توجد علاقة بين الخوف من فقدان الهاتف

المحمول ومستوى التحصيل الدراسي لطلبة التعليم الثانوي بدولة الكويت وهذه العلاقة سلبية بمعني كلما زاد الخوف من فقدان الهاتف المحمول انخفضت نسبة التحصيل الدراسي لدى الطلبة.

وأهتمت دراسة دوراك(Durak ,2019) بقياس مستويات النوموفوبيا (الخوف من فقدان الهاتف المحمول) وإدمان الهواتف الذكية لدى طلاب المرحلتين الإعدادية والثانوية الذين تتراوح أعمارهم بين ١٢ و١٨ عامًا،. وشملت عينة مكونة من ٦١٢ طالبًا، و كشفت النتائج عن وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين النوموفوبيا وإدمان الهواتف الذكية.

في حين هدفت دراسة شارما؛ وأخرون (sharma, et al.,2020)إلى تحديد مدى انتشار النوموفوبيا بين المراهقين، بالإضافة إلى دراسة علاقتها بكل من الاكتئاب، القلق، وجودة الحياة لدى طلاب المدارس الثانوية. وتكونت العينة من ١٣٨٦ طالبًا في المرحلة الثانوية، تم استخدام مقياس النوموفوبيا لتقييم مستوى النوموفوبيا ، في حين تم استخدام مقياس بيك للاكتئاب ، ومقياس بيك للقلق، بالإضافة إلى استبيان جودة الحياة ، وأظهرت النتائج أن (٤١.٠٥٪) يعانون من نوموفوبيا خفيفة، في حين أن (٢١.٨٦ %) لديهم نوموفوبيا متوسطة، و (٥.١٪) يعانون من نوموفوبيا شديدة. كما كشفت الدراسة عن انتشار النوموفوبيا بشكل أكبر بين الذكور. بالإضافة إلى ذلك، تم العثور على علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجة النوموفوبيا وكل من درجات الاكتئاب ، القلق، وجودة الحياة ، حيث أظهرت النتائج ارتباطًا إيجابيًا بين النوموفوبيا ومستويات الاكتئاب والقلق، وارتباطًا سلبيًا بين النوموفوبيا وجودة الحياة.

بينما هدفت دراسة إيسل؛ وأحرون (Essel, et al,2021) إلى استكشاف العلاقة بين مستويات النوموفوبيا (الخوف من فقدان الهاتف المحمول) لدى طلاب التعليم العالي

في غانا وأدائهم الأكاديمي. وشملت العينة على ٦٧٠ طالب. وأظهرت النتائج وجود علاقة سلبية بين النوموفوبيا والتحصيل الأكاديمي، يؤثر الاعتماد المفرط على الهواتف الذكية على قدرة الطلاب على التركيز أثناء المحاضرات والمذاكرة،. يشير البحث إلى أن الاستخدام غير المنضبط للهواتف الذكية قد يكون سببًا رئيسيًا في تشتيت انتباه الطلاب وانخفاض مستوى إنجازهم الدراسي.

وهدفت دراسة صافيناز أحمد كمال(٢٠٢٢) إلى استكشاف العلاقة بين العوامل الستة للشخصية واضطراب النوموفوبيا لدى طلاب جامعة الأزهر، وشملت العينة (٤٦٠) طالبًا وطالبةً. استخدمت الباحثة مقياسي النوموفوبيا (يلدرم، ٢٠١٤) والعوامل الستة للشخصية. وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين العوامل الستة للشخصية والنوموفوبيا. ووجود فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث في جميع أبعاد النوموفوبيا في اتجاه الذكور. وسجل الذكور درجات أعلى في أبعاد الضمير، المقبولية، الصدق، الانبساطية، والأصالة، بينما كان بعد المرونة في اتجاه الإناث. كما توصلت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة وفقًا لعدد سنوات امتلاك الهاتف في النوموفوبيا، لكن في بعض أبعاد الشخصية، كانت الفروق في اتجاه من امتلكوا الهاتف لأقل من أربع سنوات. وأمكن التنبؤ بارتفاع النوموفوبيا بانخفاض عاملي الصدق والأصالة، وارتفاع عاملي الضمير والدرجة الكلية.

ودراسة دينا علي السعيد (٢٠٢٣) هدفت إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين النوموفوبيا وكل من المرونة النفسية واليقظة العقلية لدى عينة من الشباب الجامعي، وتمثلت عينة البحث في (٤٠٠) من الجنسين ، واستعين بكل من: مقياس النوموفوبيا إعداد زينب شقير، ومقياس المرونة النفسية إعداد الباحثة ومقياس اليقظة وتوصلت النتائج إلى أن هناك علاقة ارتباطية سالبة بين النوموفوبيا وكل من المرونة النفسية واليقظة العقلية لدى طلاب

الجامعة، وأظهرت النتائج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في النوموفوبيا في اتجاه الإناث، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في المرونة النفسية في اتجاه الذكور، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في اليقظة العقلية، وأخيرًا يمكن التنبؤ بالنوموفوبيا من خلال المرونة النفسية واليقظة العقلية.

وهدفت دراسة نجوى على بهلول؛ ونجاح عواد السسميري(٢٠٢٢) إلى التعرف على العلاقة بين النوموفوبيا والاغتراب النفسي، واستخدمت الباحثتان مقياس النوموفوبيا ، ومقياس الاغتراب النفسي من إعدادهما، تم تطبيقهما على عينة من (٦٠٠) مراهقا ومراهقة من محافظة غزة، وأظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية بين النوموفوبيا والاغتراب النفسي، ووجود فروق تعزى لمتغير الجنس في النوموفوبيا والاغتراب النفسي في اتجاه الإناث، وأسهمت النوموفوبيا في التنبؤ بالاغتراب النفسي.

بينما هدفت دراسة ايمان محمد حسن(٢٠٢٣) إلى التحقق من العلاقة الارتباطية بين النوموفوبيا وسلوك المخاطرة لدى عينة من المراهقين والمراهقات، وتكونت عينة الدراسة من (٣١٠) مراهقا ومراهقة، واستخدمت الدراسة استبيان النوموفوبيا (إعداد وتعريب الباحثة)، ومقياس سلوك المخاطرة لدى المراهقين (إعداد الباحثة) ،وخلصت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المراهقين والمراهقات في النوموفوبيا في الدرجة الكلية والأبعاد الفرعية في اتجاه المراهقين، أيضا وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين المراهقين والمراهقات في سلوك المخاطرة في الدرجة الكلية والأبعاد الفرعية في اتجاه المراهقين فيما عدا البعد الثالث (أفكار انتحارية وإيذاء الذات) لم توجد فروق بين المراهقين والمراهقات، كما توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين كل من النوموفوبيا (الدرجة الكلية والأبعاد الفرعية)، وسلوك المخاطرة (الدرجة الكلية والأبعاد الفرعية)، وتوصلت الدراسة كذلك إلى أن بعض أبعاد النوموفوبيا (التخلي عن الراحة، وعدم القدرة على الوصول

للمعلومات، فقدان الاتصال بالشبكة) تنبئ دون غيرها بسلوك المخاطرة لدى المراهقين والمراهقات.

وهدفت دراسة البوسعيدي(AlBusaidi , 2024) إلى قياس مستوى النوموفوبيا بين طلاب الصفين الحادي عشر والثاني عشر في مدارس التعليم الأساسي والثانوي بسلطنة عمان،.وشملت عينة الدراسة (٤٠٠) طالبا وطالبة، استخدم الباحث مقياس اضطراب النوموفوبيا، وأظهرت النتائج أن مستوى انتشار الاضطراب كان متوسطًا. كما كشفت الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث، حيث كان الذكور أكثر عرضة للنوموفوبيا. في المقابل، لم تظهر فروق دالة إحصائيًا بين طلاب الصفين الحادي عشر والثاني عشر، مما يشير إلى تشابه الظروف المؤثرة على هذا الاضطراب بين الفئتين.

وللتعرف على طبيعة العلاقة بين النوموفوبيا والتجول العقلي أجرت جيهان عيد زيدان (٢٠٢٤) دراسة على عينة مكونة من (١٠٨٠) من طلاب وطالبات جامعة عين شمس، واستخدم البحث مقياس النوموفوبيا(إعداد الباحثة)، ومقياس التجول العقلي (إعداد الباحثة)، وتوصل البحث إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة بين النوموفوبيا والتجول العقلي لدى عينة من طلاب الجامعة، ووجود فرق دال إحصائياً بين النوموفوبيا والتجول العقلي في اتجاه الإناثوفي اتجاه المرحلة الأولى وفي اتجاه الكليات العملية.

تعقيب على الدراسات السابقة:

تشير الدراسات السابقة إلى أن النوموفوبيا أصبحت ظاهرة متزايدة بين فئات الشباب والمراهقين، حيث كشفت نتائج دراسة يلدرم وآخرون (٢٠١٦) عن انتشار واسع للنوموفوبيا بين طلاب الجامعات في تركيا، مع تركيز المخاوف على فقدان الاتصال والوصول إلى المعلومات. كما أكدت نتائج دراسة جيزين وآخرون (٢٠١٨) وجود علاقة بين النوموفوبيا

وإدمان الإنترنت لدى طلاب المدارس الثانوية، مما يعكس التأثير المتزايد للاعتماد على الهواتف الذكية في الحياة اليومية. أما على مستوى التحصيل الدراسي، فقد وجدت نتائج دراسة إيسل وآخرون (٢٠٢١) علاقة سلبية بين النوموفوبيا والأداء الأكاديمي لدى طلاب الجامعات في غانا، وهو ما أكدته نتائج دراسة لؤلؤة مطلق (٢٠١٨) في الكويت، حيث تبين أن زيادة الخوف من فقدان الهاتف المحمول يؤدي إلى تراجع في مستوى التحصيل الدراسي. ومن جهة أخرى، أوضحت نتائج دراسة شارما وآخرون (٢٠٢٠) وجود ارتباط بين النوموفوبيا وكل من القلق والاكتئاب وانخفاض جودة الحياة لدى المراهقين، مما يعكس الأثر النفسي العميق لهذا الاضطراب. كما تناولت دراسة إيمان محمد (٢٠٢٣) العلاقة بين النوموفوبيا وسلوك المخاطرة، حيث وجدت ارتباطًا إيجابيًا بينهما، مما يشير إلى أن النوموفوبيا قد تؤثر على اتخاذ قرارات غير محسوبة. وعلى المستوى الاجتماعي والنفسي، كشفت نتائج دراسة نجوى علي ونجاح عواد (٢٠٢٢) عن علاقة بين النوموفوبيا والاغتراب النفسي لدى المراهقين، مما يعزز فرضية أن الاستخدام المفرط للهواتف الذكية قد يؤثر على الشعور بالانتماء والتواصل الاجتماعي. وفي السياق ذاته، وجدت نتائج دراسة جيهان عيد (٢٠٢٤) علاقة ارتباطية بين النوموفوبيا والتجول العقلي لدى طلاب الجامعة، مما يعكس تأثيرها على التركيز والانتباه.

فروض الدراسة

١. توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين التحيزات المعرفية وأبعادها والنوموفوبيا.
٢. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات التحيزات المعرفية والنوموفوبيا تبعًا للمتغيرات الديموغرافية (الجنس، الإقامة، العمر، معدل الاستخدام اليومي للهاتف، الكلية ، المستوى الاقتصادي، والتقدير الأكاديمي).
٣. تُسهم التحيزات المعرفية وأبعادها في التنبؤ بالنوموفوبيا لدى عينة الدراسة.

المنهج والإجراءات

أولا: منهج الدراسة: اعتمدت الدراسة الراهنة على المنهج الوصفي الارتباطي المقارن؛ الذي يتناسب وأهداف الدراسة، ويتناسب مع طبيعة العينة.

ثانيًا: عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (٣١٨) طالبا من طلاب الجامعة ،في المدى العمرى من (١٧) إلى (٢٨) سنة، بمتوسط عمري قدره (٢٠.٨) وانحراف معياري (٣.١)؛ ، والجدول التالي يعرض لتوزيع العينة وفقًا لبعض المتغيرات الديموجرافية:

جدول (١) : توزيع أفراد العينة وفقاً للمتغيرات الديموجرافية

المتغيرات		(ن= ٣١٨)	النسبة المئوية
الجنس	ذكر	٦٧	٪٢١.١
	أنثى	٢٥١	٪٧٨.٩
العمر	١٨ إلى ٢٢ سنة	٢٦٠	٪٨١.٨
	٢٣ إلى ٢٦ سنة	٥٨	% ١٨.٢
محل الإقامة	ريف	١٠٧	% ٣٣.٦
	حضر	٢١١	% ٦٦.٤
طبيعة الدراسة	نظرية	٢٨٠	% ٨٨.١
	عملية	٣٨	% ١١.٩
الفرقة	الأولى	١٠٢	% ٣٢.١
	الثانية	٦٥	% ٢٠.٤
	الثالثة	٥٨	% ١٨.٢
	الرابعة	٩٣	٪٢٩.٢
التقدير العام للفرقة	مقبول	١٧	% ٥.٣
	جيد	١٠٣	% ٣٢.٤
	جيد جداً	١٦٥	% ٥١.٩
	ممتاز	٣٣	% ١٠.٤
المستوى الاقتصادي	منخفض	٣	% ٠.٠٩
	متوسط	٣٠٦	% ٩٦.٢
	مرتفع	٩	% ٢.٨

ثالثًا: أدوات الدراسة

١ـ مقياس التحيزات المعرفية (رضوه عبد الفتاح،٢٠٢٤)

مكونات المقياس: يتألف المقياس من (٤٢) عبارة موزعة على سبعة أبعاد رئيسية.

تصحيح المقياس: الاستجابة على هذا المقياس تتم عن طريق الاختيار من البدائل الثلاثة بوضع علامة (✓) على الاختيار المناسب الذي يتناسب مع حالة المفحوص وهذه البدائل هي (لا تنطبق، تنطبق بدرجة متوسطة، تنطبق بدرجة كبيرة) علماً بأن الدرجات المحتسبة لهذه الاستجابات الثلاث هي علي الترتيب (١ ، ٢ ، ٣)

مؤشرات سابقة لثبات وصدق المقياس

قامت رضوه عبدالفتاح (٢٠٢٤) ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية، حيث تراوح معامل ألفا كرونباخ بين (٠.٥٥٦ و٠.٦٨٤) للأبعاد، في حين بلغ للدرجة الكلية (٠.٨٥٣)، مما يشير إلى مستوى ثبات مقبول. أما التجزئة النصفية، فقد تراوحت معاملات الثبات للأبعاد بين (٠.٦٣٢ و٠.٦٣٣)، بينما بلغت للدرجة الكلية (٠.٨٦٣)، مما يؤكد تمتّع المقياس بدرجة ثبات جيدة. كما قامت الباحثة بحساب صدق المقياس باستخدام الاتساق الداخلي، حيث ارتبطت جميع العبارات بأبعادها والدرجة الكلية عند مستوى دلالة (٠.٠١)، مما يدل على مدى تناسق المقياس. أما الصدق التمييزي، فقد تم التحقق منه من خلال حساب القدرة التمييزية للبنود، حيث أظهرت غالبية البنود فروقًا دالة إحصائيًا بين الأفراد مرتفعي ومنخفضي الدرجات عند مستوى (٠.٠١)، مما يؤكد تمتع المقياس بدرجة جيدة من الصدق.

الكفاءة السيكومترية للمقياس في الدراسة الراهنة

١ـ الاتساق الداخلي: تحقق الباحث من الاتساق الداخلي للمقياس من خلال احتساب معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للبُعد الذي تنتمي إليه، بالإضافة إلى

معامل ارتباطها بالدرجة الكلية للمقياس، ومعامل الارتباط المقبول هو (٠.٣٠) وقد جاءت النتائج على النحو التالي:

الجدول (٢): الاتساق الداخلي لمقياس التحيزات المعرفية

العبارة	الارتباط مع البُعد	الارتباط مع الدرجة الكلية	العبارة	الارتباط مع البُعد	الارتباط مع الدرجة الكلية
١.	٠,٣٩٠**	٠,٣١٩**	٢٢.	٠,٥٥٩**	٠,٤٥٦**
٢.	٠,٤٤١**	٠,٣٧٢**	٢٣.	٠,٧٤٨**	٠,٥٠٨**
٣.	٠,٥٤٨**	٠,٣٥٩**	٢٤.	٠,٦٩٧**	٠,٥٠٠**
٤.	٠,٥٧١**	٠,٣٢٥**	٢٥.	٠,٦٦٥**	٠,٥١٥**
٥.	٠,٤٨٦**	٠,٣٧٩**	٢٦.	٠,٦٥١**	٠,٣٩٢**
٦.	٠,٤٦٧**	٠,٣٠١**	٢٧.	٠,٥٥٢**	٠,٥٧٩**
٧.	٠,٧٢٩**	٠,٥٢٧**	٢٨.	٠,٦٥٨**	٠,٣٨١**
٨.	٠,٥٢٤**	٠,٤٩٢**	٢٩.	٠,٦٤٤**	٠,٤٩٣**
٩.	٠,٤٨٣**	٠,٣٢٣**	٣٠.	٠,٥٩٨**	٠,٤١٤**
١٠.	٠,٦٢٠**	٠,٤٢٠**	٣١.	٠,٧١٩**	٠,٤٥٦**
١١.	٠,٧٦٠**	٠,٤٩٦**	٣٢.	٠,٦١٤**	٠,٤٣١**
١٢.	٠,٤٨٥**	٠,٣٨٤**	٣٣.	٠,٧٩٣**	٠,٤٨١**
١٣.	٠,٥٨٠**	٠,٣١٣**	٣٤.	٠,٦٨٩**	٠,٣٩٨**
١٤.	٠,٥١٦**	٠,٥٣٢**	٣٥.	٠,٦٠٠**	٠,٤٢٧**
١٥.	٠,٤٥٢**	٠,٣٤٢*	٣٦.	٠,٦٩٠**	٠,٤٥١**
١٦.	٠,٤٤١**	٠,٣٨٤**	٣٧.	٠,٥٩٩**	٠,٣٢٨**
١٧.	٠,٥٢١**	٠,٣٧٣**	٣٨.	٠,٥٨٩**	٠,٣٢٢**
١٨.	٠,٥٩٠**	٠,٣٦٣**	٣٩.	٠,٥٩٣**	٠,٥٠٣**
١٩.	٠,٦٥٦**	٠,٤٣٩**	٤٠.	٠,٥٠٨**	٠,٣٨٥**
٢٠.	٠,٦٤٠**	٠,٤٢١**	٤١.	٠,٦٤٩**	٠,٣٢٤**
٢١.	٠,٦٣٩**	٠,٤٨٤**	٤٢.	٠,٦٨٨**	٠,٣٥٦**

يوضح الجدول السابق وجود ارتباط دال إحصائيًا بين جميع العبارات والبُعد الذي تنتمي إليه، بالإضافة إلى ارتباطها بالدرجة الكلية للمقياس عند مستوى دلالة (٠.٠١)، مما يشير إلى مستوى مرتفع من الاتساق الداخلي للمقياس. وفيما يلي يوضح الجدول رقم (٣) معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس:

جدول (٣): الاتساق الداخلي للأبعاد والدرجة الكلية لمقياس التحيزات المعرفية

البُعد	عدد العبارات	ارتباط البُعد بالدرجة الكلية
القفز الى الاستنتاجات	٦	**٠,٥٠٦
جمود المعتقدات	٦	**٠,٧٠٦
الانتباه للمهددات	٦	**٠,٥٠١
العزو الخارجي	٦	**٠,٧١٦
المشكلات المعرفية الاجتماعية	٦	**٠,٧٣٣
المشكلات المعرفية الذاتية	٦	**٠,٦٤٢
السلوكيات الأمنة	٦	**٠,٥٥٥

يشير الجدول السابق إلى ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية عند مستوي دلالة (0.01) ، مما يعد مؤشر لثبات مقياس التحيزات المعرفية.

٢- **معامل ألفا كرونباخ والتجزية النصفية:** تم حساب معامل الثبات باستخدام طريقتي ألفا كرونباخ والقسمة النصفية، حيث قام الباحث بتقسيم الاختبار إلى عبارات فردية وزوجية، ثم تم حساب معامل الارتباط بين الجزأين للتحقق من ثبات الأداة. ويعرض الجدول (٤) معاملات الثبات المحسوبة باستخدام هذه الطرق:

جدول رقم (٤): قيم معاملات ثبات مقياس التحيزات المعرفية بطريقتي ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية

ابعاد المقياس	معامل ثبات ألفا	معامل ثبات القسمة النصفية
القفز الى الاستنتاجات	٠.٦٦٠	٠.٧٨٥
جمود المعتقدات	٠.٦٤١	٠.٦٥٦
الانتباه للمهددات	٠.٧٨٣	٠.٦٤١
العزو الخارجي	٠.٧٢٧	٠.٧٥٥
المشكلات المعرفية الاجتماعية	٠.٦٤٩	٠.٧٤٨
المشكلات المعرفية الذاتية	٠.٨٦٤	٠.٦٤٨
السلوكيات الأمنة	٠.٦٣٧	٠.٧٦٦
الدرجة الكلية للتحيزات المعرفية	٠.٨٢٥	٠.٦٥٥

يتضح من الجدول السابق تمتع مقياس التحيزات المعرفية وأبعاده على درجة جيدة من الثبات.

مقياس التحيزات المعرفية في صورته النهائية

بعد الانتهاء من إجراءات التحقق من الصدق والثبات، استقر المقياس في صورته النهائية على (٤٢) عبارة موزعة على سبعة أبعاد، وتتمثل الدرجة الكلية التي يمكن أن يحصل عليها المفحوص في حاصل ضرب أعلى قيمة على مقياس الشدة في عدد العبارات، أي (٣ × ٤٢ = ١٢٦) كحد أقصى، في حين أن الحد الأدنى للدرجة الممكنة هو (٤٢).

٢ـ مقياس النوموفوبيا (تامر كمال ،٢٠٢٣)

مكونات المقياس: يتألف المقياس من (٢٣) عبارة موزعة على أربعة أبعاد.

تصحيح المقياس: الاستجابة على هذا المقياس تتم عن طريق الاختيار من خمسة بدائل بوضع علامة (✓) على الاختيار المناسب الذي يتناسب مع حالة المفحوص

وهذه البدائل هي (موافق بشده، موافق، محايد، معارض، معارض بشدة) علماً بأن الدرجات المحتسبة لهذه الاستجابات الخمسة هي علي الترتيب (٥،٤، ٣، ٢، ١) .

مؤشرات سابقة لثبات وصدق المقياس: أجرى تامر كمال (٢٠٢٣) تحليلًا لثبات المقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ، حيث تراوحت قيمته بين ٠.٧٧ و٠.٨٦ لمختلف الأبعاد، بينما بلغت قيمته الكلية ٠.٨٢، مما يشير إلى مستوى ثبات جيد. كما تحقق من صدق المقياس من خلال الاتساق الداخلي، حيث أظهرت النتائج وجود ارتباط دال إحصائيًا بين جميع العبارات وأبعادها والدرجة الكلية عند مستوى دلالة ٠.٠١، مما يعكس مدى اتساق المقياس. بالإضافة إلى ذلك، أكد صدق المحكمين على صلاحية العبارات، حيث تراوحت نسب الموافقة عليها بين ٨٠٪ و١٠٠.%.

الكفاءة السيكومترية للمقياس في الدراسة الراهنة

١ـ الاتساق الداخلي: تحقق الباحث من الاتساق الداخلي للمقياس من خلال احتساب معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للبُعد الذي تنتمي إليه، بالإضافة إلى معامل ارتباطها بالدرجة الكلية للمقياس، ومعامل الارتباط المقبول هو (٠.٣٠) وقد جاءت النتائج على النحو التالي:

جدول (٥) : صدق الاتساق الداخلي لمقياس النوموفوبيا

العبارة	الارتباط مع البُعد	الارتباط مع الدرجة الكلية	العبارة	الارتباط مع البُعد	الارتباط مع الدرجة الكلية
١.	**٠,٧٢٩	**٠,٦٢٦	١٣.	**٠,٨٠٢	**٠,٧٨٤
٢.	**٠,٧٢٠	**٠,٦٤٤	١٤.	**٠,٧٤٠	**٠,٦٦٩
٣.	**٠,٥٢٠	**٠,٣٥٧	١٥.	**٠,٨٣٥	**٠,٧٦٨
٤.	**٠,٥٩٧	**٠,٦٠٢	١٦.	**٠,٨٧٩	**٠,٨٢٢
٥.	**٠,٨٠٧	**٠,٧٦١	١٧.	**٠,٨٥٣	**٠,٧٩٢

العبارة	الارتباط مع البُعد	الارتباط مع الدرجة الكلية	العبارة	الارتباط مع البُعد	الارتباط مع الدرجة الكلية
٦.	**٠,٧٦٩	**٠,٧٨١	١٨.	**٠,٨٥٥	**٠,٧٧٣
٧.	**٠,٧٣٢	**٠,٦٢١	١٩.	**٠,٤٨٧	**٠,٣٤٨
٨.	**٠,٨٥٠	**٠,٧٦٦	٢٠.	**٠,٧٦٣	**٠,٦٣٣
٩.	**٠,٨١٢	**٠,٧٤٥	٢١.	**٠,٧٧٣	**٠,٥٦٢
١٠.	**٠,٨٤١	**٠,٧٢٧	٢٢.	**٠,٦٦١	**٠,٤٨٥
١١.	**٠,٨٦٩	**٠,٨٠٦	٢٣.	**٠,٦٢٤	**٠,٣١٠
١٢.	**٠,٧٤٢	**٠,٦٩٨			

جدول (٦): الاتساق الداخلي للأبعاد والدرجة الكلية لمقياس النوموفوبيا

الأبعاد	عدد العبارات	الارتباط بالدرجة الكلية
عدم القدرة على التواصل	٧	.900**
فقدان الترابط	٥	.908**
التخلي عن الراحة	٦	.927**
المشكلات المرتبطة بالهاتف	٥	.674**

يشير الجدولين السابقين إلى وجود ارتباط دال إحصائيًا بين جميع العبارات والأبعاد والدرجة الكلية، إضافةً إلى ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس عند مستوى دلالة ٠.٠١، مما يدل على مستوى مرتفع من الاتساق الداخلي للمقياس.

٢- **معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية:** تم حساب معامل الثبات باستخدام طريقتي ألفا كرونباخ والقسمة النصفية، حيث قام الباحث بتقسيم الاختبار إلى عبارات فردية وزوجية، ثم تم حساب معامل الارتباط بين الجزأين للتحقق من ثبات الأداة، ويعرض الجدول رقم (٧) معاملات الثبات المحسوبة باستخدام هذه الطرق:

جدول رقم (٧): قيم معاملات ثبات مقياس النوموفوبيا وأبعاده بطريقة ألفا والتجزئة النصفية

الأبعاد والدرجة الكلية	عدد العبارات	معامل ثبات ألفا	معامل الثبات بالتجزئة النصفية
عد القدرة على التواصل	٧	٠.٨٢٥	٠.٧٥٩
فقدان الترابط	٥	٠.٨٧٩	٠.٨٢٩
التخلي عن الراحة	٦	٠.٩٠٧	٠.٨٦٧
المشكلات المرتبطة بالهاتف	٥	٠.٦٨٥	٠.٦٧٠
الدرجة الكلية	٢٣	٠.٩٤٠	٠.٩٠٤

يشير الجدول السابق إلى أن معاملات ثبات مقياس النوموفوبيا باستخدام ألفا كرونباخ تراوحت بين (٠.٦٨٥ و ٠.٨٧٩) لأبعاد المقياس، بينما بلغت للدرجة الكلية (٠.٩٤٠)، مما يشير إلى مستوى ثبات مرتفع. أما معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية فقد تراوحت بين (٠.٦٧٠ و٠.٨٦٧) على مستوى الأبعاد، وبلغت(٠.٩٠٤) للدرجة الكلية، مما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة جيدة من الثبات.

مقياس النوموفوبيا في صورته النهائية

بعد الانتهاء من إجراءات التحقق من الصدق والثبات، استقر المقياس في صورته النهائية على ٢٣ عبارة موزعة على أربعة أبعاد. وتُحدد الدرجة الكلية التي يمكن أن يحصل عليها المفحوص بناءً على حاصل ضرب أعلى قيمة في مقياس الشدة بعدد العبارات، بحيث يبلغ الحد الأقصى (٥ × ٢٣ = ١١٥)، في حين يصل الحد الأدنى إلى ٢٣.

رابعًا: الأساليب الاحصائية

١- معامل ارتباط بيرسون (Pearson's Correlation Coefficient)

٢- اختبار (Independent Samples T-Test)

٣- التباين الأحادي(One-Way ANOVA)

٤- الانحدار الخطي المتعدد (Multiple Linear Regression Coefficient)

عرض النتائج ومناقشتها

نتائج الفرض الأول ومناقشتها

ينص الفرض الاول على أنه " **توجد علاقة ارتباطية بين التحيزات المعرفية وأبعادها و النوموفوبيا** " وللتحقق من هذا الفرض تم استخدام معامل ارتباط بيرسون والجدول رقم(٨) يعرض لمعاملات الارتباط ، ومعامل الارتباط المقبول هو (٠,٣٠):

جدول (٨): معاملات ارتباط بيرسون بين التحيزات المعرفية و النوموفوبيا

الأبعاد والدرجة الكلية	عدم القدرة على التواصل	فقدان الترابط	التخلي عن الراحة	المشكلات المرتبطة بالهاتف	الدرجة الكلية
القفز الى الاستنتاجات	٠,١٠٩	٠,٠٧٨	٠,٠٨٥	٠,١٤٧	٠,١١٥
جمود المعتقدات	٠,١٦٦	٠,٢٥٤	٠,٢٩١	٠,٢٩٣	٠,٢٧٩
الانتباه للمهددات	٠,٢٦٠	٠,٢٧٢	**٠,٣٠٠	٠,٢٢٠	**٠,٣٠٢
العزو الخارجي	٠,٢٩٨	٠,٣٠٥	**٠,٣٥٥	٠,٢٧٨	**٠,٣٥٣
المشكلات المعرفية الاجتماعية	٠,٢٧٢	٠,٢٥٨	**٠,٣١٤	**٠,٣٠٧	**٠,٣٢٥
المشكلات المعرفية الذاتية	٠,١٥٨	٠,١٥٣	٠,١٨٥	٠,١٣٠	٠,١٨٠
السلوكيات الأمنة	٠,٢٧٦	٠,٢٦٣	**٠,٣١٧	٠,٢٨٧	**٠,٣٢٤
الدرجة الكلية للتحيزات المعرفية	**٠,٣٣٩	**٠,٣٥٥	**٠,٤١٧	**٠,٣٦٦	**٠,٤١٨

يوضح الجدول السابق تحقق الفرض القائل على أنه " **توجد علاقة بين التحيزات المعرفية وأبعادها والنوموفوبيا** " بشكل شبه كلي. فقد أظهرت النتائج وجود ارتباط دال إحصائيًا بين بُعد الانتباه للمُهددات وكل من التخلي عن الراحة والدرجة الكلية للنوموفوبيا. كما ارتبط بُعد العزو الخارجي بفقدان الترابط، والتخلي عن الراحة، والدرجة الكلية للنوموفوبيا. كذلك، أظهرت النتائج ارتباط بُعد المشكلات المعرفية الاجتماعية بالتخلي عن الراحة، والمشكلات المرتبطة بالهاتف، والدرجة الكلية للنوموفوبيا. كما ارتبط بُعد السلوكيات الآمنة بالتخلي عن الراحة والدرجة الكلية للنوموفوبيا. وأخيرًا، وُجد ارتباط بين الدرجة الكلية للتحيزات المعرفية وجميع أبعاد النوموفوبيا والدرجة الكلية لها عند مستوى دلالة (٠.٠١). في المقابل، لم يظهر أي ارتباط دال إحصائيًا بين كل من القفز إلى الاستنتاجات والمشكلات المعرفية الذاتية مع جميع الأبعاد والدرجة الكلية للنوموفوبيا.

وفي ضوء تفسير النتائج وفقًا لاتفاقها واختلافها مع نتائج الدراسات السابقة؛ اتّفقت نتائج الدراسة الراهنة مع نتائج دراسات شارما وأخرون (٢٠٢٠)، هبة السيد توفيق (٢٠١٩)، نادية مونيس (٢٠٢٠)، إيمان محمد (٢٠٢٣)، دينا علي (٢٠٢٣)، جيهان عيد (٢٠٢٤)، ورضوى عبد الفتاح (٢٠٢٤)، حيث أكدت هذه الدراسات على وجود علاقة ارتباطية بين النوموفوبيا ومفاهيم قريبة من التحيزات المعرفية مثل التجول العقلي، سلوك المخاطرة، القلق، والاكتئاب، مما يدل على تأثير العمليات المعرفية في زيادة مستوى النوموفوبيا لدى الأفراد.

في المقابل، اختلفت نتائج الدراسة الراهنة مع نتائج يلدرين وأخرون (٢٠١٦)، لؤلؤة مطلق (٢٠١٨)، هبة السيد توفيق (٢٠١٩)، نادية مونيس (٢٠٢٠)، والبوسعيدي (٢٠٢٤)، حيث لم تتناول هذه الدراسات العلاقة بين التحيزات المعرفية والنوموفوبيا بشكل مباشر، بل ركزت على عوامل أخرى مثل العوامل الديموغرافية، مدة

امتلاك الهاتف، والتحصيل الدراسي، مما يشير إلى الحاجة لمزيد من الدراسات التي تبحث في التأثير المباشر للتحيزات المعرفية على النوموفوبيا.

وفي ضوء مناقشة النتائج وفقًا للأُطر النظرية فقد أشارت دراسة (رضوه عبد الفتاح، ٢٠٢٤) أن الأفراد الذين يمتلكون مستويات مرتفعة من التحيزات المعرفية قد يواجهون صعوبة اتخاذ القرارات المناسبة وبالتالي الصعوبة في ضبط سلوكياتهم. ويؤكد ذلك ما أشارت اليه رحاب محمد (٢٠٢٤) حيث أن الأفراد الذين يعانون من تحيزات معرفية قد يكونون أكثر عرضة للشعور بالوحدة والانفصال الاجتماعي، وهو ما قد يعزز بدوره الاعتماد المفرط على الهاتف الذكي كوسيلة للتواصل والتفاعل، وبالتالي زيادة احتمالية الإصابة بالنوموفوبيا.

ويحدث التحيز المعرفي عندما يواجه الأفراد صعوبة في تقييم المنافع الحقيقية لسلوكياتهم بسبب محدودية المعلومات المتاحة والقيود التي تفرضها الذاكرة، مما يؤدي إلى الاعتماد على عقلانية محدودة في اتخاذ القرارات. وفي سياق النوموفوبيا، يسهم هذا التحيز في تعزيز الشعور بالحاجة المفرطة للبقاء متصلًا، حيث يبالغ الأفراد في تقدير أهمية الهاتف الذكي ودوره في تجنب المشكلات أو تحقيق الأمان النفسي والاجتماعي (مصطفى خليل، ٢٠٢١).

فالتحيزات المعرفية تعبر عن أخطاء عقلية تؤثر على التفكير والتذكر والتقييم، مما يؤدي إلى قرارات غير دقيقة وتفسيرات غير منطقية. تنتج هذه التحيزات عن قناعات راسخة تجعل الأفراد يتمسكون بمعتقداتهم دون اعتبار للمعلومات الجديدة، مما يحد من مرونتهم الفكرية. ورغم أن العقل البشري خلاق، إلا أنه قد يكون عرضة لهذه التحيزات التي تؤثر على عملية اتخاذ القرار (عذراء خالد، ٢٠١٧، ٢٠).

وتستخلص الدراسة الراهنة وجود علاقة بين التحيزات المعرفية والنوموفوبيا لدى عينة من طلاب الجامعة، ويرى الباحث منطقية هذه العلاقة، إذ يرى الباحث أن الأفراد الذين يعانون من تحيزات معرفية يكونون أكثر عرضة لتفسير استخدامهم للهاتف الذكي بطريقة غير عقلانية، مما يعزز لديهم الشعور بالحاجة المستمرة للبقاء على اتصال. فالأفراد الذين لديهم تحيز الانتباه للمهددات يميلون إلى التركيز على الجوانب السلبية والمخاطر المحتملة في بيئتهم، مما يجعلهم أكثر حساسية لفكرة فقدان الهاتف أو عدم القدرة على استخدامه، نظرًا لدوره في توفير الطمأنينة والتواصل المستمر. كما أن الأفراد الذين يعتمدون بشكل مفرط على العزو الخارجي قد يعتقدون أن فقدان الهاتف أو انقطاع الاتصال بالإنترنت سيؤدي إلى فشلهم في التواصل الاجتماعي أو أداء مهامهم اليومية، مما يزيد من تعلقهم المفرط بالهاتف. بينما الأفراد الذين يميزون بوجود مشكلات معرفية اجتماعية يجدون صعوبة في تفسير الإشارات الاجتماعية والتفاعل المباشر، مما يدفعهم إلى الاعتماد المفرط على الهواتف الذكية كوسيلة أساسية للتواصل مع الآخرين. ويُعزز هذا الاعتماد الزائد احتمالية إصابتهم بالنوموفوبيا. كما أن الأفراد الذين يتبنون السلوكيات الآمنة، والتي تتسم بتجنب المخاطر واتخاذ التدابير الاحترازية، غالبًا ما يستخدمون الهواتف الذكية كأداة لتعزيز إحساسهم بالأمان الشخصي والاجتماعي. وهذا يدفعهم إلى الشعور بالقلق والاضطراب عند فقدان الهاتف أو عدم القدرة على استخدامه.

نتائج الفرض الثاني ومناقشتها

ينص الفرض الثاني على أنه" **توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات التحيزات المعرفية و النوموفوبيا تبعًا للمتغيرات الديموغرافية (الجنس، الإقامة، العمر، المدة الزمنية لاستخدام الهاتف، طبيعة الدراسة، المستوى**

الاقتصادي، والتقدير الأكاديمي)، وللتحقق من هذا الفرض تم استخدام اختبار (ت) والجداول التالية تعرض ذلك:

جدول رقم (٩): دلالة الفروق في متوسطات متغيرات الدراسة تبعًا للجنس(ن=٣١٨)

الأبعاد والدرجة الكلية	الذكور ن= ٦٧		الإناث ن= ٢٥١		قيمة ت	الدلالة
	م	ع	م	ع		
القفز إلى الاستنتاجات	٢,٠٣	٠,٦٢٧	١,٩٣	٠,٦٢٢	١,١٨٦	غ.د
جمود المعتقدات	٩,٥١	٢,٥٩٠	٨,٨٨	٢,٣٩٣	١,٨٨٤	غ.د
الانتباه للمهددات	٥,٧٣	١,٤٣١	٥,٧٥	١,٣٩٠	٠,٠٩٢	غ.د
العزو الخارجي	٩,٦٦	٢,٦٠٣	١٠,٠٢	٢,٦٤١	٠,٩٩٢	غ.د
المشكلات المعرفية الاجتماعية	٩,٣١	٢,٤٩٤	٩,٦٨	٢,٥٠٠	١,٠٧	غ.د
المشكلات المعرفية الذاتية	٧,٣٩	٢,٤٧٤	٨,٠٦	٢,٦٥١	١,٨٧٩	غ.د
السلوكيات الآمنة	٦,٧٠	٢,٠١٥	٦,٤٠	١,٨٢٧	١,١٦٥	غ.د
الدرجة الكلية للتحيزات المعرفية	٥٠,٣٣	١٠,٠٦٣	٥٠,٧٢	٩,٤٢١	٠,٢٩٦	غ.د
عدم القدرة على التواصل	٢٠,٨٤	٦,٠٠٧	٢٢,٦٣	٦,١٣١	٢,١٣٢	٠,٠٣٤
فقدان الترابط	١٢,٢١	٤,٩٦٨	١٤,٠٤	٥,٠٤٥	٢,٦٥٣	٠,٠٠٨
التخلي عن الراحة	١٥,٠٠	٥,٨٧٢	١٧,١٨	٦,٢٠٢	٢,٥٨٣	٠,٠١٠
مشكلات مرتبطة بالهاتف	١٠,٢١	٣,٢٩٦	١١,٧١	٤,٠٠٥	٢,٨٢١	٠,٠٠٥
الدرجة الكلية للنوموفوبيا	٥٨,٢٥	١٧,٣٩	٦٥,٥٥	١٨,٩٨	٢,٨٤٦	٠,٠٠٥

يشير الجدول السابق إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث في جميع أبعاد التحيزات المعرفية والدرجة الكلية. بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية في النوموفوبيا وأبعادها، عند مستوى دلالة يتراوح بين (٠.٠٥ ،٠.٠١)، حيث كانت هذه الفروق في اتجاه الإناث.

جدول رقم (١٠) : دلالة الفروق فى متوسطات متغيرات الدراسة تبعاً لمحل الإقامة

الأبعاد والدرجة الكلية	ريف ن= ١٠٧		حضر ن= ٢١١		قيمة ت	الدلالة
	م	ع	م	ع		
القفز إلى الاستنتاجات	١,٩٨	٠,٦٢٩	١,٩٣	٠,٦٢١	٠,٦٤٤	غ.د
جمود المعتقدات	٩,٣٦	٢,٦١١	٨,٨٣	٢,٣٤٣	١,٨٠٢	غ.د
الانتباه للمهددات	٥,٧٦	١,٤٧٨	٥,٧٤	١,٣٥٧	٠,١٠٦	غ.د
العزو الخارجي	٩,٧٢	٢,٦١٦	١٠,٠٥	٢,٦٤١	١,٠٦٤	غ.د
المشكلات المعرفية الاجتماعية	٩,٥١	٢,٢٢٩	٩,٦٥	٢,٦٣٠	٠,٤٥٥	غ.د
المشكلات المعرفية الذاتية	٧,٩٢	٢,٤٧٧	٧,٩٢	٢,٧٠٣	٠,٠٢٧	غ.د
السلوكيات الآمنة	٦,٦٧	١,٩٢٢	٦,٣٦	١,٨٣٧	١,٤١٢	غ.د
الدرجة الكلية للتحيزات المعرفية	٥٠,٩٢	٩,٣٩٢	٥٠,٤٩	٩,٦٤١	٠,٣٧٣	غ.د
عدم القدرة على التواصل	٢٢,٢١	٦,٤٠٠	٢٢,٢٧	٦,٠١٨	٠,٠٦٩	غ.د
فقدان الترابط	١٤,٠٧	٥,٠٠٨	١٣,٤٥	٥,١١٠	١,٠٢١	غ.د
التخلي عن الراحة	١٧,٠٩	٦,١١٣	١٦,٥٣	٦,٢٣٤	٠,٧٦٥	غ.د
المشكلات الهاتف	١١,٢٦	٣,٤٦٥	١١,٤٦	٤,١٢٣	٠,٤٢٦	غ.د
الدرجة الكلية للنوموفوبيا	٦٤,٦٣	١٨,٢٧٤	٦٣,٧٠	١٩,١٩٩	٠,٤١٤	غ.د

تشير نتائج الجدول السابق إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في كل من التحيزات المعرفية وأبعادها، و النوموفوبيا وأبعادها، تبعًا لمتغير محل الإقامة (الريف ، الحضر).

جدول رقم (١١): دلالة الفروق فى متوسطات متغيرات الدراسة تبعاً للعمر

الأبعاد والدرجة الكلية	(١٨ إلى ٢٢ سنة) ن= ٢٦٠		(٢٢ إلى ٢٦ سنة) ن= ٥٨		قيمة ت	الدلالة
	م	ع	م	ع		
القفز إلى الاستنتاجات	١,٩٥	٠,٦١٣	١,٩٣	٠,٦٧٢	٠,٢٥٢	غ.د
جمود المعتقدات	٩,٠٣	٢,٣٩٩	٨,٩٣	٢,٦٦١	٠,٢٧٠	غ.د
الانتباه للمهددات	٥,٧٥	١,٣٧٤	٥,٧٤	١,٥٠٥	٠,٠٢٤	غ.د
العزو الخارجي	٩,٨٩	٢,٥٨٢	١٠,١٦	٢,٨٦٤	٠,٦٨٧	غ.د
المشكلات المعرفية الاجتماعية	٩,٦٨	٢,٥١٢	٩,٢٤	٢,٤٣٠	١,٢٢٢	غ.د
المشكلات المعرفية الذاتية	٨,١٤	٢,٦٦٧	٦,٩٣	٢,١٩١	٣,٢٢٤	٠,٠٠١
السلوكيات الآمنة	٦,٥٨	١,٨٨٦	٥,٩٧	١,٧١٦	٢,٢٦٨	٠,٠٢٤
الدرجة الكلية للتحيزات المعرفية	٥١,٠٢	٩,٤١٣	٤٨,٩٠	١٠,٠١٧	١,٥٣٧	غ.د
عدم القدرة على التواصل	٢٢,٢٩	٦,١١٢	٢٢,٠٧	٦,٣١٠	٠,٢٤٦	غ.د
فقدان الترابط	١٣,٧٤	٥,٠٦٦	١٣,٢٩	٥,١٥٤	٠,٦٠٤	غ.د
التخلي عن الراحة	١٧,٠٢	٦,١٦٧	١٥,٣٨	٦,١٦٧	١,٨٣١	غ.د
مشكلات مرتبطة بالهاتف	١١,٤٩	٣,٨٦١	١٠,٩٧	٤,١٢٩	٠,٩٢١	غ.د
الدرجة الكلية للنوموفوبيا	٦٤,٥٣	١٨,٧٥٦	٦١,٧١	١٩,٣٦٧	١,٠٣٢	غ.د

أظهرت نتائج الجدول عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التحيزات المعرفية وأبعادها، باستثناء بعدي المشكلات المعرفية الذاتية والسلوكيات الآمنة، حيث كانت الفروق دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة يتراوح بين ٠.٠٥ و٠.٠١، وجاءت في اتجاه الفئة العمرية (١٨ إلى ٢٢ سنة). وفي المقابل، لم تكن الفروق دالة إحصائيًا فيما يتعلق بالنوموفوبيا وأبعادها.

جدول رقم (١٢): دلالة الفروق في متغيرات الدراسة وفقًا لمعدل الاستخدام اليومي للهاتف

الأبعاد والدرجة الكلية	(ساعة إلى ٥ ساعات) ن= ٧٠		(أكثر من خمسة ساعات) ن= ٢٤٨		قيمة ت	الدلالة
	م	ع	م	ع		
القفز إلى الاستنتاجات	٢,٠٩	٠,٥٥٨	١,٩١	٠,٦٣٦	٢,٠٧٨	٠,٠٣٩
جمود المعتقدات	٨,٩١	٢,١٢٥	٩,٠٤	٢,٥٣١	٠,٣٦٨	غ.د
الانتباه للمهددات	٥,١٧	١,٢٧٤	٥,٩١	١,٣٨٩	٣,٩٨٣	٠,٠٠٠
الغزو الخارجي	٩,٢٣	٢,١٠٧	١٠,١٤	٢,٧٣٤	٢,٥٨٣	٠,٠١٠
المشكلات المعرفية الاجتماعية	٨,٩٧	٢,٣٥٣	٩,٧٨	٢,٥١٥	٢,٤١٥	٠,٠١٦
المشكلات المعرفية الذاتية	٧,٣٤	٢,٢٧٧	٨,٠٨	٢,٦٩٧	٢,٠٩٩	٠,٠٣٧
السلوكيات الآمنة	٦,١١	١,٧٥٧	٦,٥٦	١,٨٩١	١,٧٨٦	غ.د
الدرجة الكلية للتحيزات المعرفية	٤٧,٨٣	٨,٥٨٧	٥١,٤٣	٩,٦٦٨	٢,٨١٦	٠,٠٠٥
عدم القدرة على التواصل	١٧,٥٩	٥,٥٤٧	٢٣,٥٦	٥,٦٤٦	٧,٨٥٤	٠,٠٠٠
فقدان الترابط	١٠,١٣	٣,٩٦٠	١٤,٦٥	٤,٩١٦	٧,٠٧٧	٠,٠٠٠
التخلي عن الراحة	١١,٨٧	٤,٦٤٧	١٨,٠٩	٥,٨٨١	٨,١٥٢	٠,٠٠٠
مشكلات مرتبطة بالهاتف	٨,٩٩	٣,١٢٣	١٢,٠٧	٣,٨٤٦	٦,١٦٤	٠,٠٠٠
الدرجة الكلية للنوموفوبيا	٤٨,٥٧	١٥,٣٩	٦٨,٣٨	١٧,٤٣	٨,٦٠٣	٠,٠٠٠

تشير نتائج الجدول إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع أبعاد التحيزات المعرفية والدرجة الكلية، وفقًا للمدة الزمنية لاستخدام الهاتف، حيث كانت هذه الفروق دالة عند مستوى دلالة يتراوح بين ٠.٠٥ و ٠.٠٠١، وجاءت في اتجاه الفئة الذين يستخدمون الهاتف لأكثر من خمس ساعات يوميًا، باستثناء بعدي جمود المعتقدات والسلوكيات الآمنة، حيث لم تكن الفروق دالة إحصائيًا. أما فيما يتعلق بالنوموفوبيا، فقد أظهرت النتائج فروقًا دالة إحصائيًا عند مستوى ٠.٠٠١ في جميع

الأبعاد والدرجة الكلية، وكانت هذه الفروق أيضًا في اتجاه الفئة التي تستخدم الهاتف لأكثر من خمس ساعات يوميًا.

جدول رقم (١٣): دلالة الفروق في متغيرات الدراسة وفقًا الكلية

الأبعاد والدرجة الكلية	نظرية (ن= ٢٨٠)		عملية (ن= ٣٨)		قيمة ت	الدلالة
	م	ع	م	ع		
القفز إلى الاستنتاجات	١,٩٢	٠,٦٢٠	٢,١٨	٠,٦٠٩	٢,٤٩٢	٠,٠١٣
جمود المعتقدات	٨,٨٠	٢,٤٣٠	١٠,٥٨	١,٩٥٤	٤,٣٣٤	٠,٠٠٠
الانتباه للمهددات	٥,٦٦	١,٣٩٧	٦,٣٤	١,٢٥٨	٢,٨٣٨	٠,٠٠٥
العزو الخارجي	٩,٨٢	٢,٦٥٤	١٠,٨٤	٢,٣٠٨	٢,٢٦٥	٠,٠٢٤
المشكلات المعرفية الاجتماعية	٩,٥٠	٢,٥٢٩	١٠,٣٤	٢,١٦٠	١,٩٤٩	غ.د
المشكلات المعرفية الذاتية	٧,٨١	٢,٦٠٩	٨,٧٤	٢,٦٣٧	٢,٠٥١	٠,٠٤١
السلوكيات الآمنة	٦,٣٨	١,٨٧٢	٧,١٣	١,٧٢٧	٢,٣٥٩	٠,٠١٩
الدرجة الكلية للتحيزات المعرفية	٤٩,٨٩	٩,٦١٦	٥٦,١٦	٦,٩١٥	٣,٨٨٥	٠,٠٠٠
عدم القدرة على التواصل	٢٢,٠٩	٦,٠٣٧	٢٣,٤٢	٦,٨٢١	١,٢٥٦	غ.د
فقدان الترابط	١٣,٣٨	٤,٩٣٩	١٥,٦٨	٥,٦٦٢	٢,٦٤٨	٠,٠٠٩
التخلي عن الراحة	١٦,٥١	٦,٠٩٧	١٨,٢٤	٦,٧٢٨	١,٦١٤	غ.د
مشكلات مرتبطة بالهاتف	١١,٢١	٣,٨٧٨	١٢,٧٦	٣,٩٢١	٢,٣١٨	٠,٠٢١
الدرجة الكلية للنوموفوبيا	٦٣,١٩	١٨,٣٣٧	٧٠,١١	٢١,٧٢٣	٢,١٣١	٠,٠٣٤

يوضح الجدول وجود فروق دالة إحصائيًا في التحيزات المعرفية والنوموفوبيا وفقًا لنوع الكلية، حيث كانت في اتجاه الكليات العملية عند مستوى دلالة بين ٠.٠٥ و

٠.٠٠١، باستثناء بُعد (المشكلات المعرفية الاجتماعية، وعدم القدرة على التواصل، والتخلي عن الراحة).

جدول رقم (١٤): دلالة الفروق في متغيرات الدراسة وفقًا للمستوى الاقتصادي

التباين / المتغيرات	مصدر الخطأ	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	ف	الدلالة
القفز إلى الاستنتاجات	بين المجموعات	٠.٢٨٠	٢	٠.١٤٠	٠.٣٥٩	غ.د
	داخل المجموعات	١٢٢.٩١٥	٣١٥	٠.٣٩٠		
جمود المعتقدات	بين المجموعات	٦٢.٨٥٤	٢	٣١.٤٢٧	٥.٤٠٣	٠.٠٠٥
	داخل المجموعات	١٨٣٢.١١٨	٣١٥	٥.٨١٦		
الانتباه للمهددات	بين المجموعات	٤.٧٥٧	٢	٢.٣٧٨	١.٢٢١	غ.د
	داخل المجموعات	٦١٣.٦١١	٣١٥	١.٩٤٨		
العزو الخارجي	بين المجموعات	٣٦.٥٤٥	٢	١٨.٢٧٢	٢.٦٦٣	غ.د
	داخل المجموعات	٢١٦١.٣٢٠	٣١٥	٦.٨٦١		
المشكلات المعرفية الاجتماعية	بين المجموعات	٢٣.٧٤٥	٢	١١.٨٧٣	١.٩١٢	غ.د
	داخل المجموعات	١٩٥٦.٣٣٠	٣١٥	٦.٢١١		
المشكلات المعرفية الذاتية	بين المجموعات	٠.٦٩٥	٢	٠.٣٤٧	٠.٠٥٠	غ.د
	داخل المجموعات	٢١٨٤.٣٤٠	٣١٥	٦.٩٣٤		
السلوكيات الآمنة	بين المجموعات	١٦.١٢٦	٢	٨.٠٦٣	٢.٣٢٨	غ.د
	داخل المجموعات	١٠٩٠.٩٩٣	٣١٥	٣.٤٦٣		
الدرجة الكلية	بين المجموعات	٥٢٨.٠٧٨	٢	٢٦٤.٠٣	٢.٩٣٣	غ.د
	داخل المجموعات	٢٨٣٥٣.٦٠	٣١٥	٩٠.٠١١		
عدم القدرة على التواصل	بين المجموعات	٣٤.٧٣٤	٢	١٧.٣٦٧	٠.٤٥٩	غ.د
	داخل المجموعات	١١٩١٢.٦٤	٣١٥	٣٧.٨١٨		
فقدان الترابط	بين المجموعات	٢٨٨.٦٨١	٢	١٤٤.٣٤	٥.٧٦٩	٠.٠٠٣
	داخل المجموعات	٧٨٨٠.٩٥٨	٣١٥	٢٥.٠١٩		
التخلي عن الراحة	بين المجموعات	٢٧٥.٠٩٨	٢	١٣٧.٥٤	٣.٦٥١	٠.٠٢٧
	داخل المجموعات	١١٨٦٨.٩٩	٣١٥	٣٧.٦٧٩		

التباين / المتغيرات	مصدر الخطأ	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	ف	الدلالة
مشكلات مرتبطة بالهاتف	بين المجموعات	٤٤.٦٤٦	٢	٢٢.٣٢٣	١.٤٦٥	غ.د
	داخل المجموعات	٤٨٠١.٢١٩	٣١٥	١٥.٢٤٢		
الدرجة الكلية	بين المجموعات	١٩٤٢.٧٦٣	٢	٩٧١.٣٨	٢.٧٥٨	غ.د
	داخل المجموعات	١١٠٩٢٩.١	٣١٥	٣٥٢.١٥		

أظهرت نتائج الجدول وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفقًا لمتغير المستوى الاقتصادي في بُعد "جمود المعتقدات"، حيث كانت هذه الفروق دالة عند مستوى دلالة (٠.٠١)، في حين لم تُظهر باقي أبعاد التحيزات المعرفية، بما في ذلك الدرجة الكلية، أي فروق ذات دلالة إحصائية. أما فيما يتعلق بالنوموفوبيا، فقد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة يتراوح بين (٠.٠٥ و ٠.٠١) في بُعدي "فقدان الترابط" و"التخلي عن الراحة"، بينما لم تكن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في باقي الأبعاد أو في الدرجة الكلية للنوموفوبيا. وللتأكد من دلالة هذه الفروق، تم إجراء اختبار "شيفيه"، ويعرض الجدول التالي رقم (١٥) نتائج هذا الاختبار بالتفصيل:

جدول رقم (١٥): اختبار شيفيه للفروق بين متوسطات متغيرات الدراسة وفقًا للمستوى الاقتصادي

الأبعاد	المستوي الاقتصادي	العدد	متوسط المجموعات	منخفض	متوسط	مرتفع
جمود المعتقدات	منخفض	٣	١١.٠٠	–	٢.٠٧٨	–
	متوسط	٣٠٦	٨.٩٢	–	–	–
	مرتفع	٩	١١.٣٣	٠.٣٣٣	٢.٤١٢*	–
فقدان الترابط	منخفض	٣	١٦.٣٣	–	٢.٨٥٩	–
	متوسط	٣٠٦	١٣.٤٧	–	–	–
	مرتفع	٩	١٩.٠٠	٢.٦٦٧	٥.٥٢٦*	–
التخلي عن الراحة	منخفض	٣	٢١.٣٣	–	٤.٧٩٧	–
	متوسط	٣٠٦	١٦.٥٤	–	–	–
	مرتفع	٩	٢١.٤٤	٠.١١١	٤.٩٠٨*	–

تشير نتائج الجدول إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفقًا لمتغير المستوى الاقتصادي في أبعاد "جمود المعتقدات"، و"فقدان الترابط"، و"التخلي عن الراحة"، حيث كانت هذه الفروق دالة عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في اتجاه الطلاب ذوي المستوى الاقتصادي المرتفع.

جدول رقم (١٦): دلالة الفروق في متغيرات الدراسة وفقًا للتقدير الأكاديمي

التباين / المتغيرات	مصدر الخطأ	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	ف	الدلالة
القفز إلى الاستنتاجات	بين المجموعات	٤,٠١٥	٣	١,٣٣٨	٣,٥٢٦	٠,٠١٥
	داخل المجموعات	١١٩,١٨٠	٣١٤	٠,٣٨٠		
جمود المعتقدات	بين المجموعات	١٣٣,٨٨٣	٣	٤٤,٦٢٨	٧,٩٥٧	٠,٠٠٠
	داخل المجموعات	١٧٦١,٠٨٨	٣١٤	٥,٦٠٩		
الانتباه للمهددات	بين المجموعات	٩,٤٥٢	٣	٣,١٥١	١,٦٢٥	غ.د
	داخل المجموعات	٦٠٨,٩١٦	٣١٤	١,٩٣٩		
العزو الخارجي	بين المجموعات	٩٢,٤٧٩	٣	٣٠,٨٢٦	٤,٥٩٧	٠,٠٠٤
	داخل المجموعات	٢١٠٥,٣٨٦	٣١٤	٦,٧٠٥		
المشكلات المعرفية الاجتماعية	بين المجموعات	٨١,٦٨٩	٣	٢٧,٢٣٠	٤,٥٠٤	٠,٠٠٤
	داخل المجموعات	١٨٩٨,٣٨٧	٣١٤	٦,٠٤٦		
المشكلات المعرفية الذاتية	بين المجموعات	٥٧,٨٧٢	٣	١٩,٢٩١	٢,٨٤٨	٠,٠٣٨
	داخل المجموعات	٢١٢٧,١٦٢	٣١٤	٦,٧٧٤		
السلوكيات الآمنة	بين المجموعات	٦٢,٠٩٠	٣	٢٠,٦٩٧	٦,٢١٩	٠,٠٠٠
	داخل	١٠٤٥,٠٢٩	٣١٤	٣,٣٢٨		

التباين / المتغيرات	مصدر الخطأ	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	ف	الدلالة
	المجموعات					
الدرجة الكلية للتحيزات المعرفية	بين المجموعات	٢٠٩٧,٦١٣	٣	٦٩٩,٢٠	٨,١٩٧	٠,٠٠٠
	داخل المجموعات	٢٦٧٨٤,٠٧	٣١٤	٨٥,٣٠٠		
عدم القدرة على التواصل	بين المجموعات	٢٣٣,١١٢	٣	٧٧,٧٠٤	٢,٠٨٣	غ.د
	داخل المجموعات	١١٧١٤,٢٦	٣١٤	٣٧,٣٠٧		
فقدان الترابط	بين المجموعات	٣٨٤,٧٠٨	٣	١٢٨,٢٣	٥,١٧٢	٠,٠٠٢
	داخل المجموعات	٧٧٨٤,٩٣٠	٣١٤	٢٤,٧٩٣		
التخلي عن الراحة	بين المجموعات	٥٣٦,١٨٤	٣	١٧٨,٧٢	٤,٨٣٥	٠,٠٠٣
	داخل المجموعات	١١٦٠٧,٩٠	٣١٤	٣٦,٩٦٨		
مشكلات مرتبطة بالهاتف	بين المجموعات	١٧٢,٧٥٣	٣	٥٧,٥٨٤	٣,٨٦٩	٠,٠١٠
	داخل المجموعات	٤٦٧٣,١١٢	٣١٤	١٤,٨٨٣		
الدرجة الكلية للنوموفوبيا	بين المجموعات	٤٨٣٩,٠٥٩	٣	١٦١٣,٠	٤,٦٨٨	٠,٠٠٣
	داخل المجموعات	١٠٨٠٣٢,٢	٣١٤	٣٤٤,٠٥		

تشير نتائج الجدول إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفقًا لمتغير التقدير الأكاديمي في جميع أبعاد التحيزات المعرفية والدرجة الكلية، وذلك عند مستوى دلالة يتراوح بين (٠.٠٥ و٠.٠٠١)، ماعدا بُعد "الانتباه للمهددات"، حيث لم تكن الفروق دالة إحصائيًا. أما فيما يتعلق بالنوموفوبيا، فقد كشفت النتائج عن فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) في جميع الأبعاد والدرجة الكلية، باستثناء بُعد "عدم القدرة على التواصل"، الذي لم تكن الفروق فيه دالة إحصائيًا. وللتحقق من دلالة هذه الفروق واتجاهاتها بين فئات التقدير الأكاديمي، تم إجراء اختبار "شيفيه"، ويوضح الجدول التالي رقم (١٧) نتائج هذا الاختبار بالتفصيل:

جدول رقم (١٧): اختبار شيفيه للفروق بين متوسطات متغيرات الدراسة وفقًا للتقدير الأكاديمي

المتغيرات	التقدير الاكاديمي	العدد	الفروق بين المتوسطات	(١)	(٢)	(٣)	(٤)
القفز إلى الاستنتاجات	مقبول (١)	١٧	٢,١٢	–	٠,٠٩٨	٠,٢٦٩	٠,٠٣٤
	جيد (٢)	١٠٣	٢,٠٢	–	–	٠,١٧١	٠,١٣٢
	جيد جداً(٣)	١٦٥	١,٨٥	–	–	–	٠,٣٠٣
	ممتاز(٤)	٣٣	٢,١٥	–	--	–	–
جمود المعتقدات	مقبول (١)	١٧	١٠,٩٤	–	١,٣٨٨	*٢,٣٧	*٢,٤٢
	جيد (٢)	١٠٣	٩,٥٥	–	–	*٠,٩٨	١,٠٣٨
	جيد جداً(٣)	١٦٥	٨,٥٧	–	–	–	٠,٠٥٥
	ممتاز(٤)	٣٣	٨,٥٢	–	–	–	–
العزو الخارجي	مقبول (١)	١٧	١١,٩٤	–	١,٨٢٥	*٢,١٧	*٢,٦٩
	جيد (٢)	١٠٣	١٠,١٢	–	–	٠,٣٥٣	٠,٨٧٤
	جيد جداً(٣)	١٦٥	٩,٧٦	–	–	–	٠,٥٢١
	ممتاز(٤)	٣٣	٩,٢٤	–	–	–	–
المشكلات المعرفية الاجتماعية	مقبول (١)	١٧	١٠,٣٥	–	٠,١٥٩	١,٠٢٦	١,٥٩٥
	جيد (٢)	١٠٣	١٠,١٩	–	–	٠,٨٦٧	*١,٤٣
	جيد جداً(٣)	١٦٥	٩,٣٣	–	–	–	٠,٥٧٠
	ممتاز(٤)	٣٣	٨,٧٦	–	–	–	–
المشكلات المعرفية الذاتية	مقبول (١)	١٧	٩,٦٥	–	١,٧٥٤	١,٧٩٩	٢,١٦٢
	جيد (٢)	١٠٣	٧,٨٩	–	–	٠,٠٤٥	٠,٤٠٨
	جيد جداً(٣)	١٦٥	٧,٨٥	–	–	–	–
	ممتاز(٤)	٣٣	٧,٤٨	–	–	٠,٣٦٤	–
السلوكيات الآمنة	مقبول (١)	١٧	٨,٢٤	–	*١,٧٠	*١,٩٢	*٢,١٤
	جيد (٢)	١٠٣	٦,٥٣	–	–	٠,٢١٩	٠,٤٤٣
	جيد جداً(٣)	١٦٥	٦,٣٢	–	–	–	–
	ممتاز(٤)	٣٣	٦,٠٩	–	–	٠,٢٢٤	–

المتغيرات	التقدير الاكاديمي	العدد	الفروق بين المتوسطات	(١)	(٢)	(٣)	(٤)
الدرجة الكلية للتحيزات المعرفية	مقبول (١)	١٧	٥٩,٧١	–	٧,٦٨*	١٠,٣٣*	١١,٧٦*
	جيد (٢)	١٠٣	٥٢,٠٢	–	–	٢,٦٤٤	٤,٠٨٠
	جيد جداً(٣)	١٦٥	٤٩,٣٨	–	–	–	١,٤٣٦
	ممتاز(٤)	٣٣	٤٧,٩٤	–	–	–	–
فقدان الترابط	مقبول (١)	١٧	١٧,٨٨	–	٣,٩٤١*	٤,٨٨٢*	٤,٠٠٤
	جيد (٢)	١٠٣	١٣,٩٤	–	–	٠,٩٤٢	٠,٠٦٣
	جيد جداً(٣)	١٦٥	١٣,٠٠	–	–	–	–
	ممتاز(٤)	٣٣	١٣,٨٨	–	–	٠,٨٧٩	–
التخلي عن الراحة	مقبول (١)	١٧	٢١,٧٦	–	٤,٧٦٥*	٥,٧٩٥*	٤,٧٦٥
	جيد (٢)	١٠٣	١٧,٠٠	–	–	١,٠٣٠	٠,٠٠٠
	جيد جداً(٣)	١٦٥	١٥,٩٧	–	–	–	–
	ممتاز(٤)	٣٣	١٧,٠٠	–	٠,٠٠٠	١,٠٣٠	–
مشكلات مرتبطة بالهاتف	مقبول (١)	١٧	١٤,٢٤	–	٢,٧٦٠	٣,٢٦٦*	٢,٤٤٧
	جيد (٢)	١٠٣	١١,٤٨	–	–	٠,٥٠٦	–
	جيد جداً(٣)	١٦٥	١٠,٩٧	–	–	–	–
	ممتاز(٤)	٣٣	١١,٧٩	–	٠,٣١٢	٠,٨١٨	–
الدرجة الكلية للنوموفوبيا	مقبول (١)	١٧	٧٨,٨٢	–	١٤,٢٤*	١٧,١٤*	١٢,٤٩٠
	جيد (٢)	١٠٣	٦٤,٥٨	–	–	٢,٩٠٤	–
	جيد جداً(٣)	١٦٥	٦١,٦٨	–	–	–	–
	ممتاز(٤)	٣٣	٦٦,٣٣	–	١,٧٥١	٤,٦٥٥	–

* دال عن مستوي ٠.٠٥

يشير الجدول السابق إلى وجود فروق دالة إحصائيًا بين المجموعات في جميع أبعاد التحيزات المعرفية والدرجة الكلية عند مستوى (٠.٠٥)، و في اتجاه التقدير الأكاديمي (مقبول)، باستثناء بُعدي القفز إلى الاستنتاجات والمشكلات المعرفية الذاتية. كما توجد فروق في بُعد المشكلات المعرفية الاجتماعية في اتجاه التقدير الأكاديمي (جيد). أما بالنسبة للنوموفوبيا فوُجدت فروق دالة إحصائيًا بين المجموعات، وكانت في اتجاه التقدير الأكاديمي (مقبول).

من خلال الجداول السابقة يتضح تحقق الفرض القائل " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات التحيزات المعرفية و النوموفوبيا تبعًا للمتغيرات الديموغرافية (الجنس، الإقامة، العمر، المدة الزمنية لاستخدام الهاتف، طبيعة الدراسة، المستوى الاقتصادي، والتقدير الأكاديمي)، بشكل جزئي؛ حيث بينت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث في جميع أبعاد التحيزات المعرفية والدرجة الكلية. بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية في النوموفوبيا وأبعادها، و في اتجاه الإناث. وأوضحت النتائج عدم وجود فروق في التحيزات المعرفية، والنوموفوبيا وفقًا لمحل الاقامة (ريف، حضر)، كما أسفرت النتائج أيضًا عن عدم وجود فروق دالة إحصائيًا في التحيزات المعرفية وأبعادها، باستثناء بعدي المشكلات المعرفية الذاتية والسلوكيات الآمنة، حيث جاءت الفروق في اتجاه الفئة العمرية (١٨ إلى ٢٢ سنة).

فى حين لم توجد فروق دالة في النوموفوبيا وأبعادها. وأظهرت النتائج فروقًا دالة إحصائيًا في جميع أبعاد التحيزات المعرفية والنوموفوبيا والدرجة الكلية، في اتجاه من يستخدمون الهاتف لأكثر من خمس ساعات يوميًا، باستثناء جمود المعتقدات والسلوكيات الآمنة.

فى حين أسفرت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائيًا في التحيزات المعرفية والنوموفوبيا وفقًا لنوع الكلية، و في اتجاه الكليات العملية، باستثناء أبعاد المشكلات المعرفية الاجتماعية، وعدم القدرة على التواصل، والتخلي عن الراحة. بينما كشفت النتائج عن فروق دالة إحصائيًا وفقًا للمستوى الاقتصادي في أبعاد جمود المعتقدات، وفقدان الترابط، والتخلي عن الراحة، في اتجاه الفئة ذات المستوى الاقتصادي المرتفع. وأخيراً، أظهرت النتائج فروقًا دالة إحصائيًا في التحيزات المعرفية والنوموفوبيا، و في اتجاه التقدير الأكاديمي (مقبول)، باستثناء القفز إلى الاستنتاجات والمشكلات المعرفية الذاتية، حيث لم تكن الفروق دالة. بينما كانت الفروق دالة في المشكلات المعرفية الاجتماعية و في اتجاه التقدير الأكاديمي (جيد).

وفي ضوء تفسير النتائج وفقًا لمدى اتفاقها واختلافها مع نتائج الدراسات السابقة فمن حيث الدراسات التى تناولت التحيزات المعرفية، فقد اتفقت نتائج الدراسات الراهنة مع دراسة رحاب محمد (٢٠٢٤) حيث توصلت الى عدم وجود فورق بين الذكور والإناث فى التحيزات المعرفية، بينما اختلفت نتائج الدراسة الراهنة مع نتائج دراسة كل من أحمد مسلم (٢٠٢٢)، صفاء ماجد (٢٠٢٤)، حيث تشير هذه الدراسات إلى أن الإناث يُظهرن مستوى أعلى من التحيزات المعرفية مقارنة بالذكور.

أما من حيث الدراسات التي تناولت النوموفوبيا، فاتفقت نتائج الدراسة الراهنة مع دراسات جيزين وآخرين (٢٠١٨)، نجوى علي ونجاح عواد (٢٠٢٢)، وجيهان عيد (٢٠٢٤) في تفوق الإناث على الذكور في مستوى النوموفوبيا. بينما اختلفت مع دراسات شارما وآخرين (٢٠٢٠)، صافيناز أحمد (٢٠٢٢)، والبوسعيدي (٢٠٢٤) التي أشارت إلى انتشارها الأكبر بين الذكور. في حين أظهرت دراسات يلدرين وآخرين

(٢٠١٦)، دوراك (٢٠١٩)، وإيسل وآخرين (٢٠٢١) ، ونورا احمد (٢٠٢١)عدم وجود فروق بين الجنسين.

وفيما يخص الفروق في متغيرات الدراسة وفقا للمتغيرات الديموجرافية (محل الإقامة، والعمر) فتوجد ندرة فى الدراسات التي تناولت هذه المتغيرات ما عدا دراسة (Yildirim, et al,2016) حيث اختلفت مع نتائج الدراسة الراهنة حيث توصلت إلى أن العمر ليس له تأثير على النوموفوبيا. وكذلك دراسة (Schreiber, 2014) حيث لوحظ تزايد عدد مستخدمي الهواتف الذكية وزيادة الإنفاق عليها، مما يعكس مدى ارتباط الأفراد بهذه الأجهزة، خاصة لدى الفئة العمرية ما بين ١٨ إلى ٢٤ عامًا.

أما الفروق في التحيزات المعرفية والنوموفوبيا من حيث مدة استخدام الهاتف ، فاتفقت نتائج دراسات يلدرين وأخرون (Yildirim, et al, 2016)، وجيزين وأخرون (Gezgin, et al, 2018) مع الدراسة الراهنة فى أن مدة امتلاك الهاتف الذكي تؤثر على سلوكيات النوموفوبياوكذلك إدمان الانترنت له دور فى ظهور النوموفوبيا. أما الفروق فى التحيزات المعرفية فتوجد ندرة شديدة فى الدراسات التي تناولت هذه الفروق.

وبالنسبة للفروق فى التحيزات المعرفية وفقًا لمتغير للكلية (نظرية، عملية)، فتوجد ندرة فى الدراسات التي اتفقت مع نتائج الدراسة الراهنة، أما من حيث الاختلاف ، فقد اختلفت نتائج دراسة أحمد مسلم (٢٠٢٢)،صفاء ماجد (٢٠٢٤)، حيث تشير النتائج إلى أن طلاب **التخصصات الأدبية** يميلون إلى امتلاك مستوى أعلى من التحيزات المعرفية مقارنة بطلاب التخصصات العلمية. يمكن تفسير ذلك بأن التخصصات العلمية قد تتطلب نهجًا أكثر موضوعية وتحليلًا منطقيًا، مما قد يقلل من تأثير التحيزات المعرفية. وفيما يخص الفروق فى النوموفوبيا فقد اتفقت نتائج دراسة جيهان عيد (٢٠٢٤) مع الدراسة الراهنة، حيث أشارت إلى أن طلاب الكليات العملية أكثر عرضة للنوموفوبيا، مما قد يكون مرتبطًا

بطبيعة دراستهم التي تتطلب الاعتماد بشكل أكبر على الأجهزة الذكية والتكنولوجيا، فى حين اختلفت مع نتائج دراسة نورا احمد(٢٠٢١)، حيث توصلت إلى أنه لا توجد فروق بين التخصصات الادبية والعلمية فى النوموفوبيا وأبعادها.

وبالنسبة للفروق فى التحيزات المعرفية والنوموفوبيا وفقًا للمستوى الاقتصادي (منخفض، متوسط، مرتفع)، فتوجد ندرة فى الدراسات التي تناولت الفروق فى التحيزات المعرفية والنوموفوبيا وفقًا المستوي الاقتصادي. وأخيراً، فيما يخص الفروق وفقًا للتقدير الأكاديمي فى التحيزات المعرفية، فقد اتفقت نتائج الدراسة الراهنة مع دراسة هبة السيد توفيق (٢٠١٩) حيث توصلت إلى أن طلاب كلية التربية لديهم مستوى مرتفع من التحيزات المعرفية، مما قد ينعكس على أدائهم الأكاديمي، وكذلك دراسة صفاء ماجد (٢٠٢٤)، حيث التحيزات المعرفية ترتبط إيجابيًا بالخوف من التقييم السلبي، مما قد يؤثر على التحصيل الأكاديمي من خلال زيادة القلق لدى الطلاب. وأما من حيث الدراسات التي تناولت النوموفوبيا، فقد اتفقت نتائج الدراسة الراهنة مع دراسات لؤلؤة مطلق (٢٠١٨)، وإيسل وآخرون (Essel, et al., 2021)، حيث أشارت إلى وجود علاقة سلبية بين النوموفوبيا والتحصيل الأكاديمي، حيث كان الطلاب الذين يعانون من مستويات عالية من النوموفوبيا يحققون معدلات أكاديمية أقل. أما حيث الدراسات التي اختلفت مع نتائج الدراسة الراهنة فتوجد ندرة فى الدراسات التي تناولت متغير التقدير الأكاديمي فى دراسة التحيزات المعرفية والنوموفوبيا.

وفي ضوء تفسير النتائج وفقًا للأُطر النظرية تشير (رضوه عبد الفتاح، ٢٠٢٤) إلى أن التحيزات المعرفية هي تصورات مشوّهة للواقع، تؤثر على إدراك الفرد للأحداث وتفسيرها وفقاً لميوله الشخصية، مما يؤدي إلى معالجة سلبية للمعلومات بناءً على خبراته ومعارفه السابقة.

ويمكن تفسير التحيزات المعرفية في ضوء كونها أخطاء منتظمة في عمليات التفكير، تنشأ نتيجة معالجة غير دقيقة للمعلومات المتاحة. وفقًا لما أشار إليه سماح محمود (٢٠٢٠)، فإن هذه التحيزات غالبًا ما تعود إلى تمسك الأفراد بمعتقداتهم وتفضيلاتهم الشخصية، أو إلى نقص المعلومات الكافية حول الموقف، مما يؤدي إلى سوء الفهم واتخاذ قرارات غير دقيقة قائمة على تفسيرات غير منطقية. وهذا ما تؤكده نظرية التوقع حيث تفترض النظرية أن سلوك الأفراد يعتمد على تحليلهم للمواقف، حيث يوازنون بين التكاليف والمنافع المتوقعة لكل خيار، مما يؤثر على قراراتهم. كما تؤكد على دور الإدراك في توجيه الدافعية، إذ يرتبط أداء الفرد بتوقعاته حول النتائج المحتملة لسلوكه (عبد الحميد عبد المجيد، ٢٠١٩).

وأشار فستنجر (Festinger, 1954) في نظريته المقارنة الاجتماعية إلى أن الأفراد، بغض النظر عن جنسهم، يسعون إلى تقييم قدراتهم وآرائهم من خلال مقارنة أنفسهم بالآخرين. ونظرًا لأن هذه المقارنات تعد آلية معرفية شائعة بين جميع الأفراد، فقد يكون لها تأثير مماثل على الذكور والإناث فيما يتعلق بالتحيزات المعرفية. وأشار "سكنر" إلى أن السلوك البشري يتشكل من خلال عمليات التعزيز الإيجابي والسلبي، حيث يؤدي الحصول على مكافآت مستمرة، مثل الشعور بالارتباط الاجتماعي أو الترفيه، إلى تعزيز استخدام الهاتف المحمول. وبالمقابل، يؤدي غياب الهاتف أو انقطاع الاتصال إلى استجابات انفعالية سلبية مثل القلق والتوتر، مما يدفع الفرد إلى العودة سريعًا لاستخدامه لتجنب هذه المشاعر. ووفقًا لهذا المنظور، يمكن تفسير النوموفوبيا كنتيجة لتكرار عمليات التعزيز، حيث يصبح الهاتف عنصرًا أساسيًا في تحقيق الشعور بالراحة وتجنب المشاعر السلبية، مما يسهم في الاعتماد المفرط عليه ويؤدي إلى تطور هذا الاضطراب(Nawaz et al., 2017).

ويستخلص الباحث أن عدم وجود فروق في التحيزات المعرفية بين الذكور والإناث يعود إلى تعرضهم لتجارب متشابهة تشكل أنماط تفكيرهم وتحيزاتهم المعرفية، وذلك نتيجة لتشابه أساليب التنشئة الاجتماعية. أما من حيث تفوق الإناث على الذكور فى مستوي النوموفوبيا، فهذا بسبب اعتمادهن العاطفي والاجتماعي على الهاتف، وحرصهن على التواصل المستمر، والتفاعل مع المحتوى الرقمي، واستخدامه في الدراسة والتسوق الإلكتروني. كما أن التوتر والضغوط النفسية تدفعهن لاستخدام الهاتف كوسيلة للراحة والهروب. وهذا ما تؤكده دراسة تامر كمال(٢٠٢٣) حيث تفوقت الإناث على الذكور فى مستوى القلق الاجتماعي.

ويرى الباحث أن عدم وجود فروق في التحيزات المعرفية والنوموفوبيا بين الريف والحضر يرجع إلى التشابه بين البيئتين من حيث العادات والقيود الاجتماعية والثقافية. بالإضافة إلى ذلك، أدى انتشار التكنولوجيا ووسائل التواصل المتنوعة إلى تعزيز التفاعل وتبادل الأفكار والعادات بين الأفراد، مما ساهم في التقارب بين سكان الريف والحضر من حيث الأنماط السلوكية والتأثيرات النفسية. كما أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق دالة إحصائيًا في التحيزات المعرفية والنوموفوبيا وفقًا للعمر، باستثناء بعدي المشكلات المعرفية الذاتية والسلوكيات الآمنة، حيث كانت الفروق في اتجاه الفئة العمرية الأكبر. فالمشكلات المعرفية الذاتية تشير إلى الشعور بالتشتت وضعف القدرة على التركيز أثناء معالجة المعلومات وتنفيذ المهام، وهو ما قد يعكس الضغوط الأكاديمية والاجتماعية المتزايدة التي يواجهها الطلاب مع اقترابهم من التخرج. أما السلوكيات الآمنة فترتبط بالنزعة إلى الحذر في التفكير واتخاذ القرارات. ويُرجح أن يكون لدى الشباب في هذه الفئة العمرية وعي أكبر بالمخاطر، نظرًا لاستعدادهم لدخول الحياة العملية وما يرافق ذلك من قلة الخبرة والقلق بشأن المستقبل.

فـى حـين أشـارت النتـائج إلـى وجـود فـروق دالـة إحصـائيًا فـي التحيـزات المعرفيـة والنوموفوبيا، في اتجاه من يستخدمون الهاتف لأكثر من خمس ساعات يوميًا، فهذا يعكس مـدى تـأثير الاسـتخدام المفرط للهـاتف علـى التركيـز ومعالجـة المعلومـات، ممـا يزيـد مـن التشـتت والتفكيـر غيـر المنطقـي. كمـا يـؤدي الاعتمـاد المتزايـد علـى الهـاتف إلـى ارتفـاع مستويات القلق والخوف من فقدانـه، ممـا يعزز مستوى النوموفوبيـا. وتشير النتـائج إلـى أن طـلاب الكليات العملية يظهرون مستويات أعلـى من التحيزات المعرفية والنوموفوبيا مقارنـة بطـلاب الكليـات النظريـة. يمكـن تفسير ذلـك بزيـادة الضـغوط الأكاديميـة ومتطلبـات الدراسـة العمليـة، ممـا يـؤدي إلـى ارتفـاع التشـتت والتحيـزات المعرفيـة نتيجـة الحاجـة لاتخـاذ قـرارات سريعة. كما أن الاعتماد الكبير علـى التكنولوجيا فـي التعلم والتواصل الأكاديمي قد يزيد من الارتباط بالهاتف، مما يرفع من مستويات النوموفوبيا لديهم.

أظهـرت النتـائج أن الطـلاب ذوي المسـتوى الاقتصـادي المرتفـع سـجلوا درجـات أعلى في جمود المعتقدات، مما يشير إلى محدودية تفكيرهم في زوايا محددة دون مرونة في تغيير الاتجاهات. قد يكون ذلك ناتجًا عن التنشئة في بيئات تُعزز التمسك بأنماط فكرية معينة، إضافةً إلى توفر مصادر دخل مرتفعة تقلل حاجتهم للتفكير في بدائل أو تحديات أخرى. أما بالنسبة لفقدان الترابط والراحة (القلق من الانفصال عن الهاتف)، فقد يكون مرتبطًا بامتلاكهم أجهزة تكنولوجية حديثة والاعتماد الكبير عليها في حياتهم اليومية، إلى جانب انشغالهم بنمط حياة تنافسي يتطلب تواصلًا مستمرًا عبر الهواتف الذكية.

وتُظهـر نتـائج الدراسـة أيضًـا أن المسـتوى الأكـاديمي يـؤثر فـى مسـتوى التحيـزات المعرفيـة والنوموفوبيـا، حيـث يميـل الطـلاب الحاصـلون علـى تقـدير "مقبـول" إلـى امـتلاك مستويات أعلى من التحيزات المعرفية والنوموفوبيا ويعود ذلك إلى زيادة الضغوط الأكاديمية

التي يواجهونها، مما يدفعهم إلى الاعتماد المتزايد على الهواتف الذكية كوسيلة للهروب من التوتر أو للحصول على الترفيه، الأمر الذي يسهم في ارتفاع مستويات النوموفوبيا لديهم. وهذا ما شارت اليه دراسات لؤلؤة مطلق (٢٠١٨)،إيسل وآخرون (٢٠٢١)،دينا علي (٢٠٢٣)، نادية مونيس (٢٠٢٠)، حيث تؤثر النوموفوبيا سلبًا على التحصيل الأكاديمي بسبب تشتيت الانتباه وقلة التركيز أثناء الدراسة.

الفرض الثالث ومناقشتها

ينصُّ الفرض الثالث على أنّهَ " تسهم **التحيزات المعرفية بأبعادها في التنبؤ بالنوموفوبيا لدى عينة الدراسة**"، وللتحقق من صحة هذا الفرض، استخدم الباحث تحليل الانحدار الخطي المتعدد، وتعرض الجداول التالية رقم (١٨، ١٩) نتائج تحليل الانحدار:

جدول رقم (١٨): نتائج تحليل الانحدار المتعدد للتحيزات المعرفية وأبعادها في التنبؤ بالنوموفوبيا

الأبعاد المنبئة	مصدر التباين	مجموع المربعات	د.ح	متوسط المربعات	ف	مستوى الدلالة	الارتباط	مربع الارتباط
القفز الى الاستنتاجات	الانحدار	١٤٨٢,٠٩٧	١	١٤٨٢,٠	٤,٢٠	٠,٠٤	٠,١١	٠,٠١٣
	الخطأ	١١١٣٨٩,٧	٣١٦	٣٥٢,٤				
جمود المعتقدات	الانحدار	٨٧٧١,٣٥٤	١	٨٧٧١,٣	٢٦,٦	٠,٠٠٠	٠,٢٧	٠,٠٧٨
	الخطأ	١٠٤١٠٠,٥٣	٣١٦	٣٢٩,٤				
الانتباه للمهددات	الانحدار	١٠٢٦٥,٧٧	١	١٠٢٦٥,٧	٣١,٦	٠,٠٠٠	٠,٣٠	٠,٠٩١
	الخطأ	١٠٢٦٠٦,١١	٣١٦	٣٢٤,٧٠				
العزو الخارجي	الانحدار	١٤٠٦٢,٠٤٢	١	١٤٠٦٢,٠	٤٤,٩	٠,٠٠٠	٠,٣٥	٠,١٢٥
	الخطأ	٩٨٨٠٩,٨٤٥	٣١٦	٣١٢,٦				
المشكلات الاجتماعية	الانحدار	١١٩٠١,٠٥١	١	١١٩٠١,٠	٣٧,٢	٠,٠٠٠	٠,٣٢	٠,١٠٥
	الخطأ	١٠٠٩٧٠,٨	٣١٦	٣١٩,٥				
المشكلات	الانحدار	٣٦٦٩,١٥٦	١	٣٦٦٩,١	١٠,٦	٠,٠٠١	٠,١٨	٠,٠٣٣

الأبعاد المنبئة	مصدر التباين	مجموع المربعات	د.ح	متوسط المربعات	ف	مستوى الدلالة	الارتباط	مربع الارتباط
الذاتية	الخطأ	١٠٩٢٠٢,٧٣	٣١٦	٣٤٥,٥				
السلوكيات الآمنة	الانحدار	١١٨٥٧,٤	١	١١٨٥٧,٤	٣٧,٠٩	٠,٠٠٠	٠,٣٢	٠,١٠٥
	الخطأ	١٠١٠١٤,٤	٣١٦	٣١٩,٦				
الدرجة الكلية	الانحدار	١٩٧٦٤,٦٥	١	١٩٧٦٤,٦	٦٧,٠٨	٠,٠٠٠	٠,٤١	٠,١٧٥
	الخطأ	٩٣١٠٧,٢٢	٣١٦	٢٩٤,٦				

جدول رقم (١٩): نسب إسهام التحيزات المعرفية وأبعادها في التنبؤ بالنوموفوبيا

الأبعاد المنبئة	ثابت الانحدار			بيتا	المعامل البنائي B	قيمة (ت)	الدلالة	إسهام
	المعامل B	قيمة ت	الدلالة					
القفز الى الاستنتاجات	٥٧,٢٥	١٦,٥٣	٠,٠٠٠	٠,١١٥	٣,٤٦٩	٢,٠٥٠	٠,٠٤١	٪١
جمود المعتقدات	٤٤,٦٣	١١,٤٦	٠,٠٠٠	٠,٢٧٩	٢,١٥١	٥,١٦٠	٠,٠٠٠	٪٧
الانتباه للمهددات	٤٠,٦١٠	٩,٤٧٩	٠,٠٠٠	٠,٣٠٢	٤,٠٧٤	٥,٦٢٣	٠,٠٠٠	٪٩
العزو الخارجي	٣٨,٨٧	١٠,٠٤	٠,٠٠٠	٠,٣٥٣	٢,٥٢٩	٦,٧٠٦	٠,٠٠٠	٪١٢
المشكلات الاجتماعية	٤٠,٤٧	١٠,١٥	٠,٠٠٠	٠,٣٢٥	٢,٤٥٢	٦,١٠٣	٠,٠٠٠	٪١٠
المشكلات الذاتية	٥٣,٧٥	١٦,١٩	٠,٠٠٠	٠,١٨٠	١,٢٩٦	٣,٢٥٨	٠,٠٠١	٪٣
السلوكيات الآمنة	٤٢,٨٦	١١,٨٥	٠,٠٠٠	٠,٣٢٤	٣,٢٧٣	٦,٠٩٠	٠,٠٠٠	٪١٠
الدرجة الكلية	٢٢,١٣	٤,٢٥٣	٠,٠٠٠	٠,٤١	٠,٨٢٧	٨,١٩٠	٠,٠٠٠	٪١٧

يتضح من الجدولين السابقين تحقق الفرض القائل على أنه " **تسهم التحيزات المعرفية وأبعادها فى التنبؤ بالنوموفوبيا لدى عينة من طلاب الجامعة**" بشكل كلي؛ حيث أسفرت النتائج عن إسهام التحيزات المعرفية وأبعادها في التنبؤ بالنوموفوبيا ؛ وجاءت نسبة الإسهام من (١٪ إلى ١٧٪) على مستوى الأبعاد والدرجة الكلية، مما يعني أن التحيزات المعرفية وأبعادها تُعد مؤشرً فعال في التنبؤ بالنوموفوبيا لدى عينة من طلاب الجامعة .

وفي ضوء اتفاق واختلاف النتائج مع الدراسات السابقة ، توجد ندرة فى الدراسات التي تناولت إسهام التحيزات المعرفية في التنبؤ بالنوموفوبيا بشكل مباشر، مع ذلك، توجد دراسات مقاربة تسلط الضوء على الجوانب ذات الصلة كدراسة رحاب محمد (٢٠٢٤)، والتي أشارت إلى إمكانية التنبؤ بالعزلة الاجتماعية من خلال التحيزات المعرفية لدى الطالبات المعلمات، مما قد يرتبط بالاستخدام المفرط للهاتف كوسيلة للهروب من العزلة. وكذلك أوضحت دراسة صفاء ماجد (٢٠٢٤) أن التحيزات المعرفية تسهم في التنبؤ بالخوف من التقييم السلبي، مما قد يدفع الطلاب إلى البحث المستمر عن الطمأنينة عبر التحقق المتكرر من الهاتف، مثل مراجعة الرسائل والتفاعل على وسائل التواصل الاجتماعي. و دراسة رضوى عبد الفتاح (٢٠٢٤) التي كشفت عن وجود علاقة سلبية بين التحيزات المعرفية والقدرة على اتخاذ القرار، مما يشير إلى أن التحيزات المعرفية قد تعيق قدرة الطلاب على اتخاذ قرار الحد من استخدام الهاتف. وفي هذا السياق، توصلت دراسة انتصار محمد (٢٠٢٣) إلى إمكانية التنبؤ بقلق المستقبل من خلال التحيزات المعرفية، وهو ما قد يرتبط بالنوموفوبيا، حيث تعكس النوموفوبيا شكلًا من القلق المرتبط بفقدان الهاتف في المستقبل. وبالتالي، يمكن اعتبار

التحيزات المعرفية عاملاً مسهمًا في تعزيز الشعور بالخوف والقلق المستمر من فقدان القدرة على استخدام الهاتف.

وفي ضوء تفسير النتائج وفقًا للأُطر النظرية تشير التحيزات المعرفية إلى أنماط ثابتة من الانحراف في المعالجة الإدراكية، مما يؤثر على فهم الفرد للمعلومات وتفسيرها واتخاذ القرارات. وتنتج هذه التحيزات عن ميول معرفية غير واعية تؤدي إلى استنتاجات قد تكون غير دقيقة أو غير منطقية، مما ينعكس على سلوك الأفراد واستجاباتهم تجاه المواقف المختلفة(رضوه عبد الفتاح،٢٠٢٤).

وتشير نظرية الاختيار العقلاني إلى أن التحيزات المعرفية تؤثر فى عملية اتخاذ القرار. حيث يميل الأفراد إلى المبالغة في تقدير أهمية الهاتف كوسيلة أساسية للتواصل والطمأنينة، مما يجعل فقدانه يبدو كمصدر تهديد كبير. كما أن العقلانية المحدودة تجعلهم يركزون على المنافع الآنية للهاتف، متجاهلين تأثيره السلبي على التركيز والتحصيل الدراسي (مصطفي خليل،٢٠٢١)..

فالتحيزات المعرفية ظاهرة متأصلة في النفس البشرية، ولها انعكاسات سلبية على المجتمع والطلاب على وجه الخصوص. فقد تؤثر على إرادة التفاهم والتعايش والحوار داخل المجتمع، كما قد تؤدي إلى انحراف الطلاب عن المسار الصحيح في تعاملهم مع المعرفة والمواقف الحياتية. ورغم اكتسابهم كمًا هائلًا من المعلومات من خلال المؤسسات التعليمية والتجارب اليومية، فإن هذه المعرفة قد لا تكون خالية من التحيزات والعيوب، مما يجعلهم عرضة لاتخاذ قرارات غير عقلانية. ويواجه المتحيزون ذاتيًا معارضة من الآخرين، مما قد يدفعهم إلى الانعزال والانطواء وتجنب التواصل الاجتماعي المباشر، وهو ما قد ينعكس سلبًا على تحصيلهم الأكاديمي وتفاعلهم الاجتماعي (عذراء خالد،٢,٢٠١٧).

ويستخلص الباحث من النتائج أن التحيزات المعرفية تؤدي دورًا أساسيًا في تشكيل النوموفوبيا وتعزيزها لدى الأفراد، حيث تؤثر الأنماط الإدراكية المشوهة على طريقة تعاملهم مع الهواتف الذكية. فقد يؤدي **القفز إلى الاستنتاجات** إلى تضخيم المخاوف المتعلقة بفقدان الهاتف، بينما يعزز **جمود المعتقدات** الشعور بعدم القدرة على التأقلم بدونه. كما يساهم **الانتباه للمهددات** في زيادة القلق بشأن العزلة أو فقدان المعلومات المهمة، في حين يؤدي **العزو الخارجي** إلى عزو الشعور بالقلق والخوف الناتج عن فقدان الهاتف على الظروف الخارجية. أما **المشكلات المعرفية الاجتماعية** فتؤدي إلى ضعف مهارات التواصل المباشر، مما يدفع الأفراد إلى الاعتماد الزائد على الهاتف، بينما تؤدي **المشكلات المعرفية الذاتية** إلى التشتت وصعوبة التركيز، مما يجعل الهاتف وسيلة للهروب من الواقع. وأخيرًا، فإن **السلوكيات الآمنة** تساهم في الاحتفاظ الدائم بالهاتف كإجراء وقائي، وبدوره تعزيز زيادة الاعتماد على الهاتف، وبالتالي الخوف من فقدانه.

توصيات الدراسة

في ضوء نتائج الدراسة، يوصي الباحث بالآتي:

١) تنظيم ورش عمل ودورات تدريبية تساعد الطلاب على التعرف على أنماط التحيز المختلفة، مما يمكنهم من اتخاذ قرارات أكثر موضوعية.

٢) دمج استراتيجيات التفكير النقدي في المناهج الدراسية، لمساعدة الطلاب على تقييم المعلومات بوعي أكبر، وتقليل تأثير التحيزات المعرفية على أدائهم الأكاديمي وسلوكهم اليومي.

٣) تعزيز التوعية بمخاطر النوموفوبيا لدى طلبة الجامعات، من خلال ورش عمل وبرامج توعوية تسلط الضوء على تأثير الاستخدام المفرط للهواتف الذكية على الصحة النفسية والتحصيل الأكاديمي.

٤) تصميم برامج إرشادية وعلاجية تهدف إلى مساعدة الطلبة على تنظيم وقتهم، وتقليل الاعتماد على الهواتف الذكية، وتعزيز مهارات إدارة الانتباه والتركيز أثناء الدراسة.

٥) تنمية المهارات الاجتماعية والتواصلية لدى الطلبة من خلال البرامج الجامعية، لمساعدتهم على تقليل الاعتماد على التواصل الرقمي وتعزيز التفاعل الاجتماعي الواقعي.

مقترحات الدراسة

بناءً على نتائج الدراسة، يمكن تقديم المقترحات التالية لدراسات مستقبلية أو تطبيقية محددة:

١) دراسة العلاقة بين التحيزات المعرفية والنوموفوبيا في مراحل تعليمية مختلفة، مثل المدارس الثانوية والتعليم المهني.

٢) بحث العلاقة بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والتحيزات المعرفية والنوموفوبيا.

٣) تصميم برامج تدريبية لطلاب الجامعات تهدف إلى خفض مستوى التحيزات المعرفية والنوموفوبيا.

٤) دراسة الفروق التحيزات المعرفية والنوموفوبيا وفقًا لمتغيرات ديموجرافية جديدة.

٥) بحث دور العوامل النفسية مثل القلق والتوتر في التفاعل بين التحيزات المعرفية والنوموفوبيا.

المراجع

المراجع العربية:

احمد مسلم سليمان. (٢٠٢٢). التحيزات المعرفية لدى طلبة المرحلة الثانوية وفقًا لمتغيري النوع والتخصص. *مجلة جامعة حفر الباطن للعلوم التربوية والنفسية*، (٤)، ٢٣٥-٢٧٠.

انتصار محمد السيد سالم. (٢٠٢٣). 'قلق المستقبل لدى طلاب الإعلام التربوي وعلاقته بالتحيز المعرفي والرضا عن التخصص الأكاديمي.' *المجلة المصرية لبحوث الرأي العام*،٣ (٢٢)، ٣٩-١٠٧.

ايمان جمعه فهمي.(٢٠١٩). النوموفوبيا وعلاقته بقلق الانفصال عن الأسرة لدى المراهقات: دراسة سيكومترية إكلينيكية. *مجلة كلية التربية*، ٣٠ (١٢٠)،٥٩٠-٥٢٥.

ايمان محمد حسن. (٢٠٢٣). النوموفوبيا وعلاقتها بسلوك المخاطرة لدى المراهقين والمراهقات. *مجلة كلية الآداب جامعة الفيوم، ١٥* (٢)، ١٧٠٤-١٧٦٠.

تامر كمال مخامرة. (٢٠٢٣). *النوموفوبيا وعلاقتها بالقلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة الخليل* (رسالة ماجستير غير منشورة) جامعة الخليل.

جيهان عيد زيدان. (٢٠٢٤). النوموفوبيا وعلاقتها بالتجول العقلي لدى عينة من طلاب الجامعة. *مجلة كلية الآداب بقنا*، ٣٣ (٦٣)، ٢٨٢-٣٤٢.

حسام جمال شعفوط .(٢٠١٩). *الأفكار العقلانية واللاعقلانية وعلاقتها بسمتي الانبساط والانطواء لدى عينة من الممرضين العاملين في مستشفيات الخليل*(رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية الدراسات العليا، جامعة الخليل فلسطين.

حنان حمادي سليم. (٢٠٢٢). القدرة التنبؤية للتحيزات المعرفية من خلال أساليب اتخاذ القرار لدي طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة في ضوء بعض المتغيرات. *المجلة التربوية جامعة سوهاج*, ٣ (٩٣)، ١٩٤٢-١٩٨٤.

دينا علي السعيد. (٢٠٢٣). المرونة النفسية واليقظة العقلية كعوامل منبئة بالنوموفوبيا لدى الشباب الجامعي. *المجلة التربوية*، ١٠٧(١٠٧)، ٧٧٣-٨٣٤.

رحاب محمد عبد التواب. (٢٠٢٤). *التحيز المعرفي وعلاقته بالعزلة الاجتماعية والوجدانية لدى الطالبة المعلمة بكلية التربية للطفولة المبكرة* (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية التربية للطفولة المبكرة، جامعة بني سويف.

رضوه عبد الفتاح أحمد الشهير. (٢٠٢٤). التحيزات المعرفية وعلاقتها بأساليب حل المشكلات لدى فئات مختلفة من المجتمع. *مجلة كلية الآداب بقنا*، ٣٣ (٦٤)، ٩٤٣-٩٨٦.

سماح محمود إبراهيم. (٢٠٢٠). فعالية برنامج تدريبي قائم علً نموذج تجهيز المعلومات الاجتماعية في تعديل التحيزات المعرفية وتحسين الاندماج الجامعي لدي طلاب السنة الأولى بالمرحلة الجامعية. *المجلة التربوية، كلية التربية، جامعة سوهاج*، (٨٠)، ٧٤٩- ٨٢٨.

صافيناز احمد كمال. (٢٠٢٢). النوموفوبيا وعلاقتها بالعوامل الستة للشخصية لدى طلاب الجامعة. *مجلة قطاع الدراسات الإنسانية*، ٣٠ (١)، ١٦٥١. -١٧٧٤.

صفاء ماجد عبد الله يدك. (٢٠٢٤). التحيزات المعرفية وعلاقتها بالخوف من التقييم السلبي لدى طلبة السنة الأولى في ضوء بعض المتغيرات في جامعة القصيم. *مجلة الآداب للدراسات النفسية والتربوية*، ٦ (٣)، ١٠-٤٦.

عبد الحميد عبد المجيد قاسم.(٢٠١٩). *التحيزات المعرفية لدى طلبة جامعة مؤتة* (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية الدراسات العليا، جامعة مؤتة.

عذراء خالد عبد الأمير.(٢٠١٧). *الانحياز المعرفي وعلاقته بالأسلوب المعرفي (العياني,التجريدي) لدى طلبة الجامعة* (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية التربية، جامعة القادسية.

لولوه مطلق فارس الجاسر. (٢٠١٨). اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول (النوموفوبيا) وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلبة التعليم الثانوي بدوله الكويت. *مجلة البحث العلمي فى التربية، ١٩* (١٧)، ٥٩١-٦١٢.

مصطفي خليل محمود.(٢٠٢١). فعالية التدريب على مهارات العلاج الجدلي السلوكي في خفض التحيزات المعرفية لدى المراهقين المكفوفين ذوي اضطراب القلق الاجتماعي. *مجلة علوم ذوي الاحتياجات الخاصة، كلية التربية جامعة بني سويف*، ٣(٦)٢٦٥٦-٢٥٩٩.

نادية مونيس .(٢٠٢٠). أثر التحيزات المعرفية لدى الفرد على تبني تكنولوجيا المعلومات والاتصالات (TIC). *مجلة آفاق للبحوث والدراسات*، ٣ (٢)، ٢٤٧-٢٦٣.

ناصر الدين إبراهيم مصطفى. (٢٠١٣). المناخ الاسرى لدى الفتيات الجانحات وعلاقته بالتشوه الاسري. *مجلة دراسات تربوية واجتماعية، ١٩* (٤)، ٥١٤-٤٥١.

نجوى على بهلول ونجاح عواد السميري. (٢٠٢٢). النوموفوبيا وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى المراهقين. *المجلة الإفريقية للدراسات المتقدمة في العلوم الإنسانية والاجتماعية*، ١ (٤)، ٣٤٨-٣٦٣.

نورا أحمد الباز عثمان. (٢٠٢١). النوموفوبيا (الخوف من فقدان الهاتف المحمول) وعلاقته بنمط الحياة والصحة النفسية لدى عينة من المراهقين فى ظل جائحة كورونا. *مجلة كلية التربية فى العلوم النفسية*،٤٥ (٢)، ٤٨٧-٥٦٦.

هبة السيد توفيق. (٢٠١٩). الأساليب المزاجية وعلاقتها بالتحيزات المعرفية لدى طلاب كلية التربية بجامعة أسوان. *مجلة كلية التربية بأسوان*، ٣٤ (٣٤)، ١٠٥-١٤٢.

هبة محمود محمد. (٢٠١٩). دور الوحدة النفسية والسعادة الشخصية والاندفاعية وبعض المتغيرات الديموجرافية في التنبؤ بالنوموفوبيا لدى الشباب الجامعي. *مجلة دراسات نفسية*، ٢٩ (٤)، ٧٦١-٨٣١.

المراجع الأجنبية:

Al Busaidi, K. A. S. (2024). The extent of the prevalence of fear of losing a mobile phone disorder (nomophobia) among eleventh and twelfth grade students in basic education schools in the Sultanate of Oman. *RIMAK International Journal of Humanities and Social Sciences*, *6*(4), 103:124.

Alexander Toetg& Hans korteling .(2022). *Cognitive Biases. Encyclopedia of Behavioral Neuroscience*. Elsevier Ltd.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss*. London: Hogarth Press.

Durak, H. (2019) Investigation of Nomophobia and Smartphone Addiction Predictors among Adolescents in Turkey: Demographic Variables and Academic Performance. *The Social Science Journal, 56*, 492-517.

Essel, H., Vlachopoulos, D., & Tachie-Menson, A. (2021). The relationship between the nomophobic levels of higher education students in Ghana and academic achievement. *International Journal of Educational Technology in Higher Education, 18*(1), 1-16.

Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations, 7*(2), 117–140.

Gaye-Özen, & Sevtap, C. (2022). People with jumping to conclusions bias tend to make context-independent decisions rather than context-dependent decisions. *Consciousness and Cognition*, 98, 3-14.

Gezgin, D. M., Cakir, O., & Yildirim, S. (2018). The relationship between levels of nomophobia prevalence and internet addiction among high school students: The factors influencing nomophobia. *International Journal of Research in Education and Science (IJRES), 4*(1), 215-225.

King, A. L. S., Valença, A. M., & Nardi, A. E. (2013). Nomophobia: Dependency on virtual environments or social phobia? *Computers in Human Behavior, 29*(1), 140-144.

Nawaz, R., Kadir, M. A., & Ahmed, S. (2017). Nomophobia: A study of its prevalence and predictors among Pakistani students. *Computers in Human Behavior*, 75, 1–9.

Salehan, M., & Negahban, A. (2013). Social networking on smartphones: When mobile phones become addictive. Computers in Human Behavior, 29(6), 2632–2639.

Schreiber, K. (2014). Nomophobia: Are Smartphones Causing Addiction? *Journal of Behavioral Addictions, 3*(2), 123-129.

Sharma, M., Amandeep, D. M., Mathur, & Jeenger, J. (2020). Nomophobia and its relationship with depression, anxiety, and quality of life in adolescents. *Industrial Psychiatry Journal, 28*(2), 231–236.

Sharma, S. (2024). Nomophobia: Rising concern for Indian youth. *Bloomsbury Publishing India Pvt Ltd*, .215-223.

van der Gaag, M., Schütz, C., Ten Napel, A., Landa, Y., Delespaul, P., Bak, M., ... & De Hert, M. (2013). Development of the Davos assessment of cognitive biases scale (DACOBS). *Schizophrenia Research, 144*(1-3), 63-71.

Yildirim, C. (2014). *Exploring the dimensions of nomophobia: Developing and validating a questionnaire using mixed methods research* (Unpublished Master Thesis). Iowa State University.

Yildirim, C., & Correia, A.-P. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: Development and validation of a self-reported questionnaire. *Computers in Human Behavior, 49*, 130-137.

Yildirim, C., Sumuer, E., Adnan, M., & Yildirim, S. (2016). A growing fear. Prevalence of nomophobia among Turkish college students. *Information Development, 32*(5), 1322–1331.

Cognitive Biases and their Relationship with Nomophobia (Fear of Losing a Mobile Phone) among a Sample of University Students

Abstract

The study has aimed to explore the contribution of cognitive biases in predicting nomophobia among university students. The sample has consisted of 318 students aged between 18 and 26 years (with a mean age of 20.3 and a standard deviation of 1.6). The Cognitive Biases Scale (developed by Radwa Abdel-Fattah, 2024) and the Nomophobia Scale (developed by Tamer Kamal, 2023) have been applied. The results have revealed a positive relationship between cognitive biases and nomophobia, while no significant differences have been found in cognitive biases according to gender. However, significant differences in nomophobia have been found in favor of females. The study has also revealed no significant differences according to the place of residence, but significant differences in self-referential cognitive problems and safe behaviors have been found in favor of the age group (18–22), with no significant differences in nomophobia. Furthermore, significant differences have been found in cognitive biases and nomophobia based on

the duration of mobile phone use, with differences in favor of those using their phones for more than five hours daily, except for belief rigidity and safe behaviors. Differences have also been found in favor of students from practical colleges in most variables, except for some cognitive and emotional dimensions. Additionally, significant differences have been found in the higher economic level group in certain dimensions, such as belief rigidity and loss of connection. The results have also indicated significant differences in cognitive biases in favor of students with a "Pass" grade, except for some dimensions, while social cognitive problems have been found in favor of the "Good" grade group, and nomophobia and its dimensions have been found in favor of the "Pass" grade group.

Keywords: Cognitive Biases, Nomophobia, University Students.