



**النموذج البنائي للعلاقات السببية بين اضطراب النوموفوبيا
وهوس السيلفي والشعور بالوحدة النفسية
لدى طلاب التعليم الفني**

إعداد

د. عزة حسن محمد رزق

مدرس الصحة النفسية

كلية التربية - جامعة العريش

مستخلص البحث:

هدف البحث الحالي إلى تحديد النموذج البنائي لعلاقة اضطراب النوموفوبيا بكل من هوس السيلفي والشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب التعليم الفني، والكشف عن الفروق في درجاتهم على اضطراب النوموفوبيا وفقاً لمتغيري النوع (ذكور - إناث)، والتخصص الدراسي: مدارس ثانوي فني (صناعي - تجاري - زراعي)، فضلاً عن مدى إسهام كل من هوس السيلفي والشعور بالوحدة النفسية في التنبؤ باضطراب النوموفوبيا. وقد تضمنت عينة البحث (٥٨٩) طالباً من طلاب مدارس التعليم الفني، بواقع (٢٠٩) طالباً وطالبة من طلاب التعليم الثانوي الصناعي، و(١٩٢) طالباً وطالبة من طلاب التعليم الثانوي التجاري، و(١٨٨) طالباً وطالبة من طلاب التعليم الثانوي الزراعي، بمتوسط عمري قدره (١٦.٩٥) عاماً، وانحراف معياري قدره (٠.٩٧). أما أدوات البحث فقد أعدت الباحثة مقياس اضطراب النوموفوبيا، مقياس هوس السيلفي، ومقياس الشعور بالوحدة النفسية. وقد أسفر البحث عن نتائج مؤداها: عدم وجود فروق دالة إحصائية في درجات عينة البحث على مقياس اضطراب النوموفوبيا تبعاً لمتغيري النوع (ذكور - إناث)، والتخصص الدراسي (صناعي - تجاري - زراعي). وأوضحت النتائج التطابق التام للنموذج البنائي المقترح مع مصفوفة الارتباط البسيط، كما كشف عنه التأثير السببي الموجب المباشر وغير المباشر لمتغيري هوس السيلفي والشعور بالوحدة النفسية على اضطراب النوموفوبيا، وأكدت النتائج إمكانية إسهام كل من هوس السيلفي والشعور بالوحدة النفسية في التنبؤ باضطراب النوموفوبيا. كما قدمت الباحثة في ضوء نتائج البحث عدداً من التوصيات والمقترحات البحثية.

الكلمات المفتاحية: اضطراب النوموفوبيا - هوس السيلفي - الشعور بالوحدة النفسية -

العلاقات السببية - طلاب التعليم الفني.

The constructive model of the causal relations between Nomophobia disorder, Selfie mania and Feeling of Loneliness among technical education students

Abstract:

The current research aimed to determining the constructive model of the relation of nomophobia disorder with both selfie mania and Feeling of Loneliness among technical education students, and to detect differences in their scores on nomophobia according to the gender variables (males-females), and academic specialization, technical secondary schools (industrial-commercial-agricultural). As well as the extent to which selfie obsession and loneliness contribute to predicting nomophobia. The research sample included (589) students from technical education schools, with (209) students from industrial secondary education, (192) students from commercial secondary education, and (188) students from agricultural secondary education. With a mean age of (16.95) years, and a standard deviation of (0.97). As for the research tools, the researcher prepared the nomophobia disorder scale, the selfie obsession scale, and the Feeling of Loneliness scale. The research resulted in results as follows: There are no statistically significant differences in the scores of the research sample on the nomophobia disorder scale, according to the variables of gender (male-female) and academic specialization (industrial-commercial-agricultural). The results showed the complete conformity of the proposed structural model with the simple correlation matrix, as revealed by the direct and indirect positive causal effect of the variables of selfie mania and Feeling of Loneliness on nomophobia disorder, and the results confirmed the possibility of contributing to both selfie mania and Feeling of Loneliness in predicting nomophobia disorder. In the light of the research results, the researcher presented a number of recommendations and research proposals.

Key words: Nomophobia disorder - Selfie mania - Feeling of Loneliness - causal relationships - technical education students.

أولاً- مقدمة البحث:

يُعد التعليم الفني أحد أهم روافد التعليم في مصر؛ لإسهامه في إعداد وتأهيل مخرجات بشرية لديها من المهارات ما يمكّن أصحابها من إحداث تغيير إيجابي في تطور المجتمع؛ وفي ذات السياق تُعد مرحلة التعليم الفني من أهم مراحل النمو التي يمر بها الطالب حيث مرحلة المراهقة التي تتصف بالعديد من التغيرات الجذرية والسريعة التي تنعكس آثارها على مظاهر النمو الجسمي والعقلي والنفسي والاجتماعي كافة؛ وتسبب هذه التغيرات اضطرابات ومشكلات انفعالية واجتماعية من خلال الانتقال السريع من الطفولة إلى المراهقة. ويواجه المراهق في هذه المرحلة العديد من المشكلات منها ما يتعلق بصحته البدنية أو النفسية أو الاجتماعية أو ما يتعلق بأسرته وبيئته، كما أن له أحوالاً تختلف باختلاف العادات والتقاليد والقيم البيئية، وتبعاً للفلسفة التي يتبناها المجتمع نحو رعاية أبنائه وتنشئتهم.

ومن بين الاضطرابات النفسية التي يعانها طلاب مرحلة المراهقة في عصرنا الحالي الذي يتسم بالسرعة والتطور التكنولوجي الهائل والمتلاحق الشعور بالوحدة النفسية؛ فهي حالة ينفرد بها الإنسان عن غيره من الكائنات الحية بسبب امتلاكه نظاماً اجتماعياً، يتأثر به ويؤثر فيه، وأي خلل قد يحدث في العلاقات التي تربط الإنسان بغيره من أبناء جنسه أو أي تغيير يحدث في النظام الاجتماعي، ينعكس على الفرد وينتج عنه اضطراباً في الطابع الاجتماعي المكتسب عند الأفراد؛ مما يولد لديهم شعوراً بالاغتراب أو الانعزال أو المعاناة من الوحدة النفسية. (Roman et al., 2019,2)

فالوحدة النفسية تعبر عن مدى إدراك الطالب الذاتي لنقص علاقاته الاجتماعية كما من حيث عدد الأصدقاء والأقارب، ونوعاً من حيث قيمة هذه العلاقات وعمقها. كما أن الشعور بالوحدة النفسية لا يعني بأن الفرد دائماً وحده؛ وإنما يعني أنه يشعر بالعزلة العاطفية حتى بوجود الآخرين. (Çiçek, 2021, 84)

في حين يرى (Gaye & Mehmet (2018 أن الوحدة النفسية عبارة عن حيلة توافقية تنقل الفرد من حالة يعايش فيها ضغطاً نفسياً من وجود نقص في اتصالاته البشرية، وبالتالي نقص المساندة الاجتماعية من الآخرين فيلجأ إلى الوحدة النفسية.

وقد بات من المؤكد أن خبرة الشعور بالوحدة النفسية، حالة واسعة الانتشار لدى أفراد الجنس البشري؛ لدرجة أنها أصبحت في واقع الأمر موجودة في حياتنا اليومية لا تعرف لنفسها

أي حدود؛ فهي قد توجد لدى الصغير والكبير والمتزوج وغير المتزوج، والغنى والفقير، والمتعلم وغير المتعلم، والشخص السليم والشخص المريض، ولدى الانبساطيين والانطوائيين، فهي في كل الأحوال توجد في كل مراحل الحياة وهي بصفة عامة تعتبر مدخلًا أساسيًا لفهم جميع الظواهر النفسية. (Tian, 2016, 5)

كما يمثل الشعور بالوحدة النفسية خبرة سلبية غير سارة تدل على سوء التوافق الاجتماعي لدى الفرد يصاحبها الفشل في الاندماج مع الآخرين على الرغم من وجود الفرد ضمن الجماعة، فالوحدة النفسية نقطة البداية لكثير من المشكلات والاضطرابات النفسية التي يمكن أن يعاني منها المراهقون ويتصدرها الشعور بعدم السعادة النفسية، فضلًا عن الإحساس القسري بالعجز والشعور بالخجل نتيجة الانعزال الاجتماعي. إذ أن الشعور بالوحدة النفسية شعور نفسي أليم قد يكون مسئولًا عن شتى أشكال المعاناة (Önder, 2019, 21).

كما يؤكد Barnett et al (2015) أن الوحدة النفسية من المشاكل الخطيرة والواسعة الانتشار في الوقت الحاضر، حيث أنها تنتج من خلال وجود تناقض بين علاقات الفرد الواقعية، والعلاقات التي يرغب في تحقيقها؛ مما يشكل مشكلة اجتماعية أو خبرة شخصية مؤلمة تولد لدى الفرد اضطرابات نفسية كالقلق والاكتئاب والانسحاب من العالم الاجتماعي والافتقار للإيجابية في المواقف الاجتماعية.

في حين يرى Błachnio & Przepiórka (2018) أن الشعور بالوحدة النفسية يُعد من بين الاضطرابات المؤثرة على حياة المراهق؛ لمساهمتها بشكل كبير في إبعاده عن الأسرة والمجتمع؛ رغم حاجته الشديدة لهما في هذه المرحلة التي تعتمد بشكل كبير على العلاقات الاجتماعية في تكوين الشخصية. كما يؤكد (Mahoney et al., 2019,7) بأن معظم المراهقين لا يستطيعون التعايش مع متطلبات التقدم التكنولوجي الهائل في عصرنا الراهن دون أن يتعرضوا لكثير من صور الإحساس بالوحدة النفسية؛ إذ أنه يُعد نقطة البدء لكثير من المشكلات التي يعاني منها الإنسان المعاصر لأن تأثيراتها تتبادل فيما بينها في حلقة دائرية إذ تؤثر الواحدة في الأخرى. أما (Erol & Cirak, 2019,158) فقد أشار إلى أن الشعور بالوحدة النفسية يمثل إحدى المشكلات الخطيرة في حياة إنسان هذا العصر؛ حيث تُعد هذه المشكلة النفسية نقطة البداية لكثير من المشكلات والاضطرابات التي يعانيها ويعيشها ويشكو

منها الفرد؛ ومن ثم تترك آثارها على الفرد حيث من شأنها أن تؤثر على مجمل نشاطاته، كما أنها تُعد نواة لمشكلات واضطرابات أخرى.

وتُعد تكنولوجيا الإعلام والاتصالات من أبرز مظاهر التطور التكنولوجي في القرن الحادي والعشرين وللذين أصبح العالم بسببهما قرية كونية صغيرة، مما سهّل التواصل بين الأفراد في مختلف أنحاء العالم، وبالتالي التأثير والتأثير في مجالات الحياة كافة على كل من الصعيد العلمي، والصعيدين الاجتماعي، والمهني. كذلك فإن لها تأثيرها السلبي المرتبط بالاستخدام المفرط وغير المناسب لهذه التكنولوجيا ومن نتاج هذا التطور: وسائل التواصل الاجتماعي التي جعلت الجيل الحاضر من طلاب التعليم الفني يختلف إلى حد ما عن الأجيال الماضية ومن أكثر الموضوعات انتشارًا وشهرة على وسائل التواصل الاجتماعي كالفيس بوك والإنستجرام صور السيلفي التي أصبحت ظاهرة ثقافية منتشرة في جميع أنحاء العالم بين مختلف الفئات الاجتماعية، والعمرية للتعبير عن الذات، والإفصاح عن الذات (Sorokowski et al., 2017, 126-127).

ومن أقوى وسائل الإعلام تأثيرًا في الطلاب المراهقين في الوقت الحاضر وسائل التواصل الاجتماعي لما لها من تأثير في كيفية إدراك الطالب لصورته الجسدية ودورها في تنظيم استجاباته السلوكية والانفعالية ومن أكثر الموضوعات انتشارًا على مواقع التواصل الاجتماعي "صورة السيلفي" التي أصبحت ظاهرة ثقافية جديدة في المجتمع والأكثر شعبية بين مختلف الفئات الاجتماعية؛ وهذا ما جعلها محط اهتمام الباحثين لإجراء العديد من الدراسات حولها، ومن هذه الدراسات دراسة الجمعية الأمريكية للطب النفسي التي صنفت "السيلفي" على أنه مرضًا نفسيًا يُسمى (selfis) والمقصود به "هوس السيلفي" (Ibrahim, 2021, 5).

ويُعد إدمان الانترنت والهواتف النقالة من أهم العوامل الرئيسية في ظهور إدمان السيلفي ويعود ظهور السيلفي إلى عام ٢٠٠٢ عندما استُخدم في المنتدى الأسترالي على شبكة الانترنت. وفي عام ٢٠١٣ تم اعتماد "السيلفي" ككلمة في قاموس أكسفورد، وتم تصنيفها على إنها اسم وكلمة غير رسمية وعرفها بأنها "الصورة التي يأخذها الفرد لنفسه بواسطة الهاتف المحمول أو الكاميرا، وتحميلها على مواقع وسائل التواصل الاجتماعي" (Youngsoo, 2017, 11).

كما أصبح السيلفي ظاهرة عالمية أو بمثابة هوسًا عالميًا يمارسه الجميع، وصارت صورة السيلفي في كل وقتٍ وحين، وحتى داخل غرفة العمليات، وقد أصبح التصوير الفوتوغرافي الرقمي وسيلة لتناقل الأحداث والأخبار فور وقوعها، ولربما يدفع الكثيرون حياتهم أحيانًا بسبب المغالاة والتهور في التقاط صور السيلفي؛ لأنهم يعتقدون أنها ستكون مميزة للغاية (Zeqaj, 2017, 4).

ولا يزال البحث في موضوع السيلفي (Selfie) حديثًا، ولكن الدراسات المتعمقة التي توسع أفق المعرفة العلمية حول هذه الظاهرة تظل محدودة، رغم أن السلوكيات المتعلقة بالصور السيلفي يمكن أن تظهر مشابهة لبعض أعراض الإدمان مثل: السلوك القهري الذي لا يمكن السيطرة عليه، والرغبة في مواصلة النشاط، وتكرار هذا النشاط، والوقت الذي يقضيه في القيام بهذا النشاط، والاعتماد وصعوبة التخلي عن هذا السلوك، وأثره على الحياة الاجتماعية للتقاط صور سيلفي (Selfie) مثالية، حيث يتم إلتقاط حوالي (٢٠٠) صورة سيلفي في اليوم؛ وهذا السلوك يتعارض مع مهام حياة الفرد اليومية مثل الذهاب إلى المدرسة، وأداء المهام الدراسية، والنزهة مع الأصدقاء (Shin et al., 2017, 141).

ويرى الباحثون في الصحة النفسية أن لظاهرة السيلفي مؤشرًا لحالة إدمان ناتجة عن تعويض النقص في محبة أو إعجاب الآخرين؛ فكلما حصلت الصورة على إعجابات أكثر، فسّر لها صاحب الصورة السيلفي بإعجاب الآخرين به، وهذه الظاهرة ربطها الكثيرون بالعديد من الاضطرابات النفسية وقد تتجاوز حدود المعقول والإدمان حيث أن خطورة هذا الإدمان قد يصل الأمر إلى حالة مزمنة أمام الرغبة الجامحة للشخص بتصوير نفسه على مدار الساعة ومشاركة الصور على مواقع التواصل الاجتماعي، والتي قد تصل إلى عدة مرات في اليوم وبشكل مستمر (Borissova, 2020, 157).

تقف الأسباب النفسية وراء هوس المستخدمين "بالسيلفي" ومنها أن يكون المستخدم فاقداً للثقة بالنفس، وخاصة فيما يخص النواحي الشخصية من جمال ومظهر، وهو ما ينعكس في عرض تلك الصور الذاتية على مواقع التواصل الاجتماعي، حيث يعتمد المستخدم إلى إظهار جماله بشكل يعتقد فيه أنه يمنحه الثقة والقوة، خاصة إذا نالت تلك الصور إعجاب الاصدقاء والمتابعين له؛ فهو بذلك يكون قد لفت أنظار الآخرين، وحصل على بعض القوة النفسية لتعويض ما به من نقصٍ في ثقته بنفسه، وشعوره بعدم القيمة والتهميش (Zeqaj, 2017, 8).

ولعل من أهم الاضطرابات التي وجد الباحثون أنها تميز عصرنا الحالي هو اضطراب النوموفوبيا فرغم الإمكانيات والوظائف التي توفرها الهواتف الذكية؛ فإن إدمان استخدامها وعدم القدرة على التحكم في هذا الاستخدام؛ قد ينتج عنه العديد من المشكلات وفي هذا الصدد أشارت منظمة الصحة العالمية عام (٢٠١١) إلى أن إدمان استخدام الهاتف الذكي يمكن أن يمثل عامل خطورة على صحة الفرد يتمثل فيما يُعرف "بالنوموفوبيا"، وهي الخوف من فقدان الهاتف المحمول.

فالنوموفوبيا مصطلح جديد يُعرف بأنه خوف الفرد من أن يكون خارج الاتصال بالهاتف المحمول خاصة المراهقون، إذ أنهم يشعرون بالقلق الشديد عندما يفتقدون هواتفهم المحمولة أو نفاذ البطارية أو بسبب عدم وجود تغطية للشبكة (Konok et al., 2017, 231).

ويشير مصطلح "النوموفوبيا" إلى الانزعاج والقلق والعصبية والألم النفسي الناتج عن الابتعاد عن الهاتف المحمول، فهو ناتج عن الاعتمادية على الهاتف المحمول الأمر الذي جعل أحد الباحثين يصف بدقة أن من لديهم هذا الاضطراب تُعد هواتفهم الذكية امتدادًا لجسدهم منذ اللحظة التي يستيقظون فيها حتي يقعون متعبين نومًا في نهاية اليوم؛ فهم في علاقة حب شديد مع الهواتف المحمولة. وقد ظهر هذا المصطلح بمسميات عديدة منها الخوف من فقدان الهاتف المحمول والاعتماد على الهاتف المحمول (Mobile phone dependence)، وإدمان استخدام الهاتف المحمول (Mobile phone addiction)، وعدم التواصل عبر شبكات الموبايل (Not to communicate via mobile networks)، والتواجد خارج نطاق التغطية (Presence outside the scope of coverage) ... وغيرها (Antonio et al, 2020, 421).

وفي ذات السياق أكد Phillips & Grieve (2021) على أنه مع التطور التكنولوجي الهائل في العصر الحالي وارتفاع عدد المستخدمين للهاتف المحمول لما يقدمه لمستخدميه من خدمات والتعرف على مستجدات وآخر الأخبار الجديدة حول العالم؛ أصبح الأفراد غير قادرين على الاستغناء عن هذه التكنولوجيا بمختلف أنواعها. فقد تغيرت ملامح الحياة البشرية تغيرًا جوهريًا ملموسًا وذلك مع تطور وسائل الاتصال الحديثة والمعاصرة؛ فالتطورات التكنولوجية التي دخلت مجالات النشاط الإنساني أصبحت سمة العصر الحاضر، وما إن وضع الهاتف المحمول وخاصة الذكي منه قدمه في حديقة الأدوات الإلكترونية؛ حتى مارس تأثيره على الجزء

الواعي والذكي من الدماغ البشري. وأصبحت الهواتف المحمولة اليوم جزءاً مهماً في ثقافتنا التقنية وخاصة بين المراهقين والشباب والذين تتمثل حاجاتهم الأساسية في الاختلاط الاجتماعي والتطلع للقبول الاجتماعي والإعجاب والرضا عن الذات. ومن ثم فقد أصبح الهاتف المحمول الذكي بالنسبة للكثيرين منهم امتداداً لأذنانهم منذ اللحظة التي يستيقظون فيها حتى اللحظة التي يسقطون فيها نائمون.

ويُعد الطلاب المراهقون من بين الفئات المُستهدفة بتكنولوجيا الاتصالات ومن أكثرهم إقبالاً على استخدامها، إذ تأثر المراهقون تأثراً بالغاً بدخول الهواتف الذكية إلى حياتهم، حيث يقضون جزءاً كبيراً من وقتهم في استخدامه والانشغال في عالم مستجداته وتطوراتها، هذا وقد توجهت إليهم شركات الهواتف المحمولة بالعديد من العروض والمزايا المُغرية التي تتمثل في توفير أجهزة ومكالمات بأسعار رخيصة؛ مما ساعد على الانتشار الواسع لها في وسط المراهقين؛ الأمر الذي عمل على زيادة عدد المستخدمين لها، وزيادة احتمالية الإدمان عليه وعلى الرغم من وجود تأثيرات سلبية للهاتف النقال في حياة الطلاب المراهقون؛ إلا أن ظاهرة الإدمان على الهاتف المحمول لم تحظ بالاهتمام الكبير من الباحثين باعتبارها ظاهرة نفسية لها سيكولوجية خاصة. وبناءً عليه أصبح ضحايا هذه الظاهرة يعيشون في عزلة تامة ومن ثم فقدان اتصالهم بالعالم الخارجي؛ الأمر الذي ينعكس على مستواهم وأدائهم الدراسي والتحصيلي (Longley et al., 2020, 70).

كما يشير (Stober 2018) إلى أن الاستخدام المتزايد والمفرط لتقنيات المعلومات والاتصالات الحديثة ذات الطابع الشخصي مثل أجهزة الكمبيوتر الشخصية والهواتف المحمولة الذكية؛ يتسبب في حدوث تغيرات في عادات وسلوكيات البشر اليومية وفي مدى إدراكهم للواقع المحيط، ويضيف بأن هذا يؤدي بدوره إلى تطوير أنواع مختلفة من المشكلات والاضطرابات النفسية يعبر عنها بمتلازمة إدمان الانترنت (IAS) والتي تُعد النوموفوبيا أهمها.

ثانياً- مشكلة البحث:

إن مرحلة التعليم الثانوي الفني إحدى المراحل الهامة التي يكون فيها الطلاب في سن المراهقة؛ فهي فئة عمرية بالغة الأهمية لما يكتنفها من تغيرات جسمية ونفسية واجتماعية؛ مما يجعل المراهق عُرضة للمشكلات النفسية وذلك لأن المراهق يعيش فعلياً في مرحلتين في آن واحد: الطفولة وبداية المراهقة؛ مما يجعله غير مستقر، فلا هو متمتع بالأمان والطمأنينة كما

كان في فترة الطفولة، ولا هو قادر على تحمل مسؤوليات مرحلة البلوغ، أي أنه يعيش في فترة غموض غير مُحددة المعالم، ويكون مُعرضًا لكثير من المتناقضات بالنسبة لوضعه وعلاقاته الاجتماعية مع الأفراد والمجتمع. ومن ثم فمن خلال قيام الباحثة بعدة زيارات ميدانية لمدارس التعليم الثانوي الفني للوقوف وللمعرفة عن قرب على أبرز السلوكيات الشائعة التي يقومون بها هؤلاء الطلاب وذلك خلال استخدامهم لوسائل الاتصال التكنولوجية الحديثة، فمن خلال حديث الباحثة مع الكثير من هؤلاء الطلاب فقد وجدت ردودهم تشمل الآتي: إن الهاتف المحمول بالنسبة لهم بمثابة حياة وأنهم لا يستطيعون العيش بدونه أبدًا، وأن من أكثر المشكلات التي تقلقهم وهم بالمدرسة هي نفاذ بطارية الهاتف المحمول أو فقدان الرصيد، أو صعوبة اتصالهم بشبكة الهاتف أو شبكة الانترنت، وإن هذا الهاتف يمثل لهم مفرًا ومهربًا من حضور -الخصص المملة- حسب تعبيرهم، وأنه يشغل وقتهم بالمدرسة وذلك من خلال تبادل المعلومات والفيديوهات - والبوستات- أي المنشورات واستعراض حالاتهم على وسائل التواصل الاجتماعي (فيس بوك، واتس آب، انستجرام، وتيك توك) وغيرها، والبعض منهم يحملون فيديوهات ومسلسلات وأفلام على هواتفهم لمشاهدتها مع زملائهم وأصدقائهم بالمدرسة من أجل قضاء أجمل الأوقات معًا، هذا فضلًا عن الألعاب الالكترونية التي يندمجون معها فعليًا؛ مما يؤثر على الجوانب النفسية والاجتماعية لهم، ويظهر جليًا في خوفهم من التقييم السلبي لفقدانه أو الابتعاد عنه؛ مما يعيق اندماجهم مع بعضهم البعض، الأمر الذي بدوره ينعكس أيضًا على جودة الأداء، وعند سؤالهم عن أكثر استخدام للهاتف المحمول بالنسبة لهم يوميًا أجمعوا على أن النقاط الصور السيلفي يمثل متعة نفسية كبيرة رغم إنه يضيع الكثير من الوقت على حد قولهم ويشعرون بالسعادة لالتقاطها ومعاملتها بالفلاتر المتاحة على كاميرات هواتفهم لضبطها ومعالجتها وجعلها في أحسن شكل ممكن وذلك قبل مشاركتها عبر وسائل التواصل الاجتماعي لانتظار تعليقات الاعجاب من الأصدقاء والمتابعين لهم، وفي الوقت نفسه عبر كثير منهم تفضيل الجلوس منفردين وخاصة في المنزل وعدم اختلاطهم بالأسرة حتى أنهم لا يعلمون شيئًا عن أمور أسرهم ولا يشاركونهم أية مناسبة أو اتخاذ أي قرار فهم يفضلون الوحدة والعزلة مع هواتفهم المحمول وتواصلهم فقط عبر وسائل التواصل الاجتماعي، وبرجوع الباحثة لملفات مستوى هؤلاء الطلاب الدراسي وجدت أن غالبيتهم حاصلون على درجات متدنية في اختبارات الفصل الدراسي الأول بل كثير منهم يُعتبر راسب، وأن معظم أولياء أمورهم جاءوا إلى مدارس

أبنائهم من أجل معرفة أسباب هذا المستوى الدراسي غير المرضي. وبناءً على ذلك فقد ارتأت الباحثة القيام بهذه الدراسة للوقوف على نموذج بنائي للعلاقات السببية لاضطراب النوموفوبيا وهوس السيلفي والشعور بالوحدة النفسية.

ففي هذا السياق يرى (Zethren, 2018) أن خوف الطالب المراهق من فقدان هاتفه المحمول هو استجابة انفعالية وأن سوء استخدام الهاتف المحمول يمكن أن يكون له تأثير على الصحة النفسية والتوافق النفسي والاجتماعي لدى المراهقين، وأن كثرة استخدام الهاتف المحمول يُعد عاملاً خطراً لحدوث اضطرابات النوم، والقلق، وظهور أعراض الاكتئاب، وأيضاً ظهور سلوكيات مرضية تتضمن مشكلات شخصية في المدرسة أو المنزل، وتجاهل الأصدقاء والمسئوليات الأسرية والشخصية، وظهور أعراض الانسحاب التي تتجلى في سرعة الغضب والتغير في نمط الحياة، والانخفاض العام في الأنشطة الجسدية.

فالمراهقون الذين يستخدمون الهاتف المحمول لإقامة علاقات افتراضية عبر الشبكة العنكبوتية، ليسوا مُجبرين من خلالها على الظهور بصورهم الحقيقية، بل هم أسياد اللعبة يخفون ويعلنون ما يرونه مناسباً بالنسبة إليهم، ويجدون ما فقدوه في حياتهم الواقعية؛ لذا أصبح الهاتف المحمول جزءاً لا يتجزأ من شخصية المراهق نفسه، الأمر الذي جعله أكثر عرضة للتعلق بالهاتف المحمول، والتعلق بالأشخاص الذين يتواصلون معه من خلاله، سواء أقارب أو أصدقاء؛ فالمغريات التي يوفرها الهاتف المحمول لا سيما الذكي للفرد كثيرة كل على حسب ميوله؛ لذلك فالفرد يشعر بالمتعة والراحة وحرية التعبير عن رأيه، وتجعله في محاولة دائمة للظهور بصورة مثالية، وتقديم نفسه إلى العالم الافتراضي بصورة مغايرة للواقع عن طريق نشر صورته وأخباره، وما يحدث بحياته من أحداث مهمة، وينتظر حكم الأصدقاء عليه؛ وهو ما يؤدي إلى تزايد القلق والترقب الدائم للحكم الذي يصدره الأصدقاء على ما هو منشور على الصفحة الشخصية للمستخدم؛ وهو ما يشعره بالأمان والأهمية الوهمية. وقد نتج اضطراب "النوموفوبيا" من التطور المتمثل في ارتباط الأفراد بهواتفهم ثم الشعور بأنهم معتمدون عليها في سلوكهم وبنائهم المعرفي، وإلى الشعور بالغضب والخوف والتوتر عند مغادرة المنزل دون هواتفهم (Hughes, 2019, 2).

وعلى الرغم من تزايد الاهتمام الأكاديمي بالتحقيق في المشكلات الناجمة عن استخدام الهاتف المحمول؛ تندر الأبحاث والدراسات حول "النوموفوبيا".

وفي ذات السياق أجرى (Garbarino 2020) دراسة هدفت للتعرف على الأعراض المصاحبة لاضطراب النوموفوبيا وكشف مستوى العلاقة بين مظاهر الإدمان وبعض المتغيرات الأخرى مثل: هوس السيلفي.

فقد كان لدخول الهواتف الذكية والألواح الإلكترونية وغيرها من التقنيات الرقمية إلى عالمنا المعاصر، مضافاً إلى تطور وسائل التواصل الاجتماعي بكل أشكالها أثراً كبيراً في ظهور مجموعة من الممارسات غير المسبوقة، أبرزها ما صار يُعرف بظاهرة الصورة الملتقطة ذاتياً أو الصورة الذاتية، أو السيلفي "Selfie" (Miss et al., 2019, 62).

فالشخصية التي تأخذ صوراً سيلفي بصفة مستمرة ومعجبة بذاتها، يكون لديها إحساس متضخم بالعظمة ويعتقد صاحبها أنه فريد من نوعه، ولديه إحساس بالتأهيل وتوقعات بأفضلية الإستحقاق، ولديه الانشغال الدائم بخيالات النجاحات غير المحدودة والقوة والتألق والجمال ولديه الميل للاستعراض والرغبة في لفت الانتباه إليه والتلذذ بالمديح، ولديه غرور وتسلط، وافتقار للتعاطف مع الآخرين، وفي أغلب الأحيان هو حاسد للآخرين وقد يشعر أن الآخرين حاسدون له (مي خفاجة، ٢٠٢٠، ٢٨٨).

وتتجلى التأثيرات السلبية لهوس السيلفي في سعي بعض الأفراد لالتقاط الصور في أوضاع خطيرة كالمرتفعات والأمواج والأنهار، كما أنه يظهر الفوارق الاجتماعية بين الأفراد؛ مما يسبب الإحباط والكآبة لدى أفراد الطبقات الأقل في مستوى المعيشة، كما تدعم الصراع الطبقي الاجتماعي حيث أنها في كثير من الأحيان تعبر عن تقليدٍ أعمى للمشاهير والنجوم بدلاً من إظهار الذات الحقيقية، وتُعد صورة وهمية غير حقيقية، كما أنها يمكنها أن تهدد تقدير الذات من خلال التعليقات السلبية من الآخرين على الصورة، وتكون انطباعاً سلبياً من الآخرين عن شخصية الفرد. ومن ثم يتطلب ذلك دراسة وبحث العوامل والمتغيرات المتعددة التي تؤثر في هذه الظاهرة في محاولة لتوعية الأفراد بكيفية تجنب سلبيات التكنولوجيا الحديثة (Ersun & Meral, 2021, 1859).

وفي السياق نفسه أشارت بعض الدراسات لوجود علاقة تربط بين اضطراب النوموفوبيا وهوس السيلفي كدراسات كل من: (Delavar et al (2015)، (Oulasvirta et al (2018)، (Stober (2018)، (Williams (2019)، (Longley et al (2020)، (Antonio et al

(2020)، (Garbarino (2020)، (Tobari (2021)، والتي أشارت جميعها إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين اضطراب النوموفوبيا وهوس السيلفي.

كما أكدت نتائج دراسة Phillips & Grieve (2021) على أن هناك عديد من الآثار السلبية مرتبطة باضطراب النوموفوبيا كالاكتئاب والوحدة والقلق واضطراب صورة الجسم وانخفاض تقدير الذات، وهوس السيلفي كأحد أعراض اضطراب النوموفوبيا.

وعن دراسة الشعور بالوحدة النفسية كأحد المشكلات النفسية التي يعانيها المراهقون يُعرف الشعور بالوحدة النفسية بأنه إحساس المراهق بوجود هوة نفسية تباعد بينه وبين الأشخاص، أو موضوعات مجاله النفسي إلى درجة يشعر معها بافتقاد التقبل والحب والودّ من جانب الآخرين، مما يحرمه من القدرة على الانخراط والاندماج في علاقات مثمرة مع الأشخاص الموجودين ضمن الوسط الذي يعيش فيه. وتبرز أهمية دراسة الشعور بالوحدة النفسية لكونها تمثل خبرة غير سارة تدل على عدم وجود التوافق وينتج عنها العديد من حالات صعوبة الاندماج الاجتماعي على الرغم من وجود الفرد في الجماعة، وأن أهمية دراستها وتحديد مدى انتشارها يساعد في وضع المعالجات النفسية لها (Yildirim & Çelik, 2020, 11- 12).

ومن خلال الملاحظة للاستخدام المفرط للهاتف المحمول الذي يصل لمرحلة الإدمان - وبشكل خاص عند المراهقين - الأمر الذي قد يتسبب بالشعور بالوحدة النفسية حيث أشار (Navaei) إلى أن انخفاض المشاركة المجتمعية في جوانب الحياة الفعلية للمجتمع وفي التحصيل الأكاديمي والمشكلات التي تطرأ على العلاقات الإنسانية، هو ما يجعل منها مؤشراً على احتمالية التعرض للإدمان، ولما لمسناه من جوانب سلبية خفية للاستخدام المفرط للهاتف المحمول؛ فإن الآثار النفسية السلبية لاستخدام الهاتف المحمول أكثر من الإيجابية وتتمثل السلبية في إصابة المراهقون بالقلق والتوتر وعدم التركيز وأحياناً الاكتئاب وتراجع العلاقات الاجتماعية الصحية القائمة على التفاعل وجهاً لوجه (Delavar, 2015, 426).

ومن خلال استقراء العديد من الدراسات التي اهتمت بالبحث عن العلاقات بين متغير اضطراب النوموفوبيا وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية؛ فقد أجمعت نتائجها على وجود علاقة ارتباطية موجبة بين كل من اضطراب النوموفوبيا والشعور بالوحدة النفسية، كدراسات: Dennis & Walls (2015)، مصطفى عبدالنواب (٢٠١٨)، سمر شحاتة وآخرون (٢٠١٩)، Birle

Allen & Bosca (2019), & Navaei et al (2020)، إسلام عبدالوارث (٢٠٢٠)، Leary (2021).

وفي السياق نفسه أوضحت نتائج الدراسات التي بحثت علاقة النوموفوبيا بهوس السيلفي والشعور بالوحدة النفسية، أن هوس السيلفي والشعور بالوحدة النفسية يمكن أن يكونا نتيجة متزامنة مع اضطراب النوموفوبيا أو أنهما يساعدان على صقله Myers & Park (2015)، Zethren (2018)، Hughes (2019)، Rahimi (2020).

تلك الدراسات تناولت معظم متغيراتها من منظور ارتباطي وليس من منظور سببي يعطينا تفسيرات مقنعة عن اتجاهات التأثير والتأثر ودلالاته. من هذا المنطلق انصب اهتمام البحث الحالي على تحديد شكل النموذج البنائي السببي للعلاقة بين متغيرات الدراسة (اضطراب النوموفوبيا- هوس السيلفي- الشعور بالوحدة النفسية)، والكشف عن الفروق بين الطلاب في اضطراب النوموفوبيا وفقاً لمتغيري النوع (ذكور/ إناث)، والتخصص الدراسي بالمدارس الثانوية الفنية (الصناعية- التجارية- الزراعية)، والتحقق من إسهام كل من هوس السيلفي والشعور بالوحدة النفسية في التنبؤ باضطراب النوموفوبيا.

ولعل محاولة نمذجة العلاقات السببية بين متغيرات البحث الحالي قد تُشكل خطوة في سبيل إحداث نوع من التكامل في الرؤية لكيفية تفاعل هذه المتغيرات مع بعضها بعضاً. ومن ثم يتحدد هدف الدراسة الحالية على النحو الآتي: التحقق من "شكل النموذج البنائي الذي يفسر العلاقات السببية بين اضطراب النوموفوبيا وكل من هوس السيلفي والشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب التعليم الفني".

وللتحقق من الشروط المسبقة قبل اختبار النموذج البنائي من ناحية والامتداد بما يمكن أن تسفر عنه النتائج في هذا الصدد من ناحية أخرى؛ تسعى الدراسة الحالية إلى:

- التحقق المبدئي من وجود فروق في درجات اضطراب النوموفوبيا (المتغير محل اختبار النموذج)، والتي قد ترجع إلى اختلاف النوع (ذكور/ إناث)، والتخصص الدراسي بالمدارس الثانوية الفنية (الصناعية- التجارية- الزراعية) لدى عينة البحث.

- ثم التحقق من:

١- مدى إسهام هوس السيلفي في التنبؤ باضطراب النوموفوبيا لدى طلاب التعليم الفني.

٢- مدى إسهام الشعور بالوحدة النفسية في التنبؤ باضطراب النوموفوبيا لدى طلاب التعليم الفني.

وعلى هذا يمكن التحقق من الهدف الرئيس للبحث، وما يرتبط به من أهداف فرعية من خلال الإجابة عن التساؤلات الآتية، والتي تمثل مشكلة الدراسة الحالية:

١- هل توجد فروق دالة إحصائية في درجات اضطراب النوموفوبيا ترجع إلى اختلاف النوع (ذكور/ إناث)، والتخصص الدراسي المدارس الثانوية الفنية (الصناعية- التجارية- الزراعية) لدى طلاب التعليم الفني؟

٢- هل يسهم هوس السيلفي في التنبؤ باضطراب النوموفوبيا لدى طلاب التعليم الفني؟

٣- هل يسهم الشعور بالوحدة النفسية في التنبؤ باضطراب النوموفوبيا لدى طلاب التعليم الفني؟

٤- ما شكل النموذج البنائي الذي يفسر العلاقات الارتباطية السببية بين اضطراب النوموفوبيا، وكل من هوس السيلفي والشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب التعليم الفني؟

رابعاً- أهمية البحث:

تتمثل أهمية البحث الحالي في عدة اعتبارات نظرية وتطبيقية، وذلك كما يأتي:

(أ) الأهمية النظرية:

- إثراء المكتبة النفسية بأطر نظرية عن متغيرات البحث الحالي (اضطراب النوموفوبيا- هوس السيلفي- الشعور بالوحدة النفسية).
- أهمية الفئة التي يهتم بها البحث الحالي وهم - طلاب التعليم الفني- وهم فئة تستحق مزيداً من الاهتمام والبحث؛ نظراً لأهمية سماتهم وخصائصهم الشخصية.
- تناول البحث لمتغيرات اضطراب النوموفوبيا، وهوس السيلفي وهما من المتغيرات الحديثة، واللذان يعدان أحد المؤثرات المهمة في سلوك الطلاب المراهقون في عصرنا الحالي، ومن أهم العوامل المؤثرة في شخصيتهم وحياتهم.
- دراسة متغير الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلاب المراهقين والتي تُعد ظاهرة من ظواهر الحياة الانسانية يخبرها الإنسان بشكل ما، وتسبب له الشعور بالألم والضيق والأسى؛ فهي حقيقة حياتية لا مفر منها.

- يستمد البحث الحالي أهميته من ندرة الدراسات- في حدود اطلاع الباحثة- التي اهتمت بالكشف عن النموذج السببي لمتغيرات اضطراب النوموفوبيا، هوس السيلفي، والشعور بالوحدة النفسية.
- (ب) الأهمية التطبيقية:
- إعداد مقاييس لكلٍ من: اضطراب النوموفوبيا، هوس السيلفي، والشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب التعليم الفني؛ والذي يمكن الاعتماد عليهم واستخدامهم في دراسات وبحوث أخرى مستقبلية.
- الاستفادة من نتائج البحث الحالي في الخروج بتوصيات تفيد المرشدين النفسيين والآباء، المعلمون، التربويون، والقائمون على المؤسسات التربوية في إعداد برامج إرشادية لخفض اضطراب النوموفوبيا، وهوس السيلفي والشعور بالوحدة النفسية لدى فئات مختلفة من الطلاب.
- الاستفادة من نتائج البحث الحالي في توجيه أنظار المسؤولين والقائمين على رعاية المراهقين، والتعليم الفني إلى خطورة وأثار كلٍ من: (اضطراب النوموفوبيا- هوس السيلفي- الشعور بالوحدة النفسية).

خامساً- مصطلحات البحث:

أ- اضطراب النوموفوبيا: **Nomophobia Disorder**

تعرفه الباحثة إجرائيًا بأنه: "حالة من التشويش الذهني اللامبرر، والانزعاج غير المنطقي الذي يُصاب به الطالب المراهق؛ بسبب خوفه الدائم والمستمر من فقدان الهاتف المحمول، أو نسيانه، أو تعطله عن العمل، أو الاتصال بالإنترنت، أو نفاذ الرصيد، أو الباقية، أو عندما يُجبر على إغلاق الهاتف أثناء الامتحانات أو الحصص الدراسية؛ ومن ثم يعجز عن استقبال أو إجراء اتصالات سواءً كانت تليفونية أو محادثات نصية، ويُقاس بالدرجة الكلية التي يحصل عليها طالب التعليم الفني على مقياس اضطراب النوموفوبيا المُستخدم في البحث الحالي (من إعداد الباحثة)".

ب- هوس السيلفي: Selfie mania

تعرفه الباحثة إجرائيًا بأنه: "الشخصية التي تأخذ صور سيلفي باستمرار وتتعدى أكثر من عشر صور في اليوم الواحد في مختلف الأوضاع، وتتميز بالآتي: الشغف بالذات أو عشق الذات متفاوت في حدته ما بين السوية إلى المرضية، ويُقاس بالدرجة الكلية التي يحصل عليها طالب التعليم الفني على مقياس هوس السيلفي المُستخدم في البحث الحالي (من إعداد الباحثة)".

ج- الشعور بالوحدة النفسية: Feeling of Loneliness

تعرفه الباحثة إجرائيًا بأنه: "إحساس الطالب المراهق بوجود فجوة نفسية تباعد بينه وبين المحيطين به نتيجة افتقاده لإمكانية الانخراط في علاقات مشبعة ذات معنى معهم؛ مما يؤدي إلى شعوره بعدم التقبل والنبذ وإهمال الآخرين على الرغم من أنه مُحاط بهم، وإحساسه بعدم كفاءته إلى جانب شعوره بعدم الثقة في نفسه، وعدم تقدير الآخرين لآرائه، وانعدام القدرة لديه على الارتباط العاطفي والاجتماعي، ويُقاس بالدرجة الكلية التي يحصل عليها طالب التعليم الفني على مقياس الشعور بالوحدة النفسية المُستخدم في البحث الحالي (من إعداد الباحثة)".

سادساً- محددات البحث:

تحدد البحث الحالي بموضوعه الذي يتمثل في "بناء نموذج للعلاقات السببية بين اضطراب النوموفوبيا وهوس السيلفي والشعور بالوحدة النفسية"، وبمكانه في مدارس التعليم الفني (صناعي- تجاري- زراعي)- بمدينة العريش- محافظة شمال سيناء، وبزمانه في الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ٢٠٢٢ / ٢٠٢٣م، وبأدواته المتمثلة في مقياس اضطراب النوموفوبيا (إعداد الباحثة)، ومقياس هوس السيلفي (إعداد الباحثة)، ومقياس الشعور بالوحدة النفسية (إعداد الباحثة)، كما يتحدد منهج البحث الحالي في المنهج الوصفي.

الإطار النظري ودراسات سابقة:**المحور الأول- اضطراب النوموفوبيا: Nomophobia Disorder****١- نشأة مصطلح النوموفوبيا:**

يُعد مصطلح النوموفوبيا (Nomophobia) حديثًا نسبيًا؛ حيث أن الفوبيا تعني الرُهاب وهي اضطراب نفسي يُعرف بأنه الخوف المتواصل من مواقف أو نشاطات معينة عند حدوثها أو مجرد التفكير فيها. أما النومو فهي اختصار الأحرف الأولى لـ NO Mobile

Phone، والنوموفوبيا هو نوع جديد من الرهاب أو الخوف المرضي الذي يصيب الفرد لمجرد التفكير بضياع هاتفه المحمول أو حتى نسيانه، والهلع الناجم عن التواجد خارج نطاق تغطية الشبكة، ومن ثم عدم القدرة على الاتصال أو استقبال الاتصالات. وقد تم تقديم مصطلح النوموفوبيا لأول مرة في الأدبيات النفسية من خلال الدراسة التي أجريت في إنجلترا عام ٢٠٠٨ من قبل منظمة You Gov، وهي منظمة بحثية مقرها بريطانيا على موظفي إدارة البريد البالغ عددهم (٢١٦٣) فردًا؛ بهدف تقييم اضطرابات القلق الناجمة عن الإفراط في استخدام الهواتف المحمولة، حيث أظهرت النتائج أن (٥٣٪) من عينة الدراسة والمستخدمين للهاتف المحمول تظهر عليهم مخاوف وقلق عندما يفقدوا هواتفهم المحمولة أو نفاذ شحن البطارية، أو نفاذ الرصيد، أو عدم وجود تغطية جيدة لشبكة الهاتف المحمول، كما كشفت نتائج الدراسة أن (٥٨٪) من الذكور و(٤٧٪) من الإناث يواجهون قلق الانفصال عن هواتفهم المحمولة، بالإضافة إلى أن (٥٥٪) من عينة الدراسة لا يغلقون هواتفهم نهائيًا، وأنهم كل خمس دقائق يقومون بتفحص هواتفهم للتأكد ما إذا كانت تعمل بشكل جيد أم لا، أو التحقق من المكالمات والرسائل النصية بواقع ٣٤ مرة في اليوم الواحد في المتوسط (Betoncu & Ozdamli, 2019, 599). (Dongre et al., 2017, 10).

٢- تعريف النوموفوبيا:

يعرف (Yildirim (2014) اضطراب النوموفوبيا بأنه الشعور بالخوف من فقدان الهاتف المحمول أو أجهزة الاتصال الذكية والرغبة من الاستمرار في النشاطات الطبيعية دون القدرة على استخدام هذه الأجهزة للتواصل أو الاتصال أو الدخول للمعلومات؛ مما قد يؤدي إلى تشويش ذهني واضطراب سلوكي أو نفسي.

كما يعرف (Farooqui et al (2018) بأنه خوف غير مُبرر يحدث للفرد عندما يتعذر عليه الوصول إلى الهاتف المحمول.

يعرف (Daei et al (2019) مصطلح النوموفوبيا بأنه اضطراب نفسي اجتماعي ويعني حالة من الخوف من فقدان القدرة للوصول للهاتف المحمول، وهو يُعد اضطراب عصري نتيجة إدمان المميزات التي وفرها التطور التكنولوجي الكبير، ويتسبب هذا الاضطراب في مخاطر صحية ونفسية سلبية على الفرد.

ويعرف (Galhardo et al (2020) اضطراب النوموفوبيا بأنه مجموعة من المؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات شعور الفرد بالخوف من فقدان الهاتف النقال، سواء

أكان بنسيانه في مكان ما، أم تعطله عن العمل أم الاتصال، أم السير بدونه، والذي قد يسبب حالة من عدم الارتياح، والقلق والعصبية، والخوف الناجم عن ذلك عند المستخدم. وتعرفه زينب شقير (٢٠٢١) بأنه الإفراط المرضي في استخدام الهاتف الذكي مصحوبًا بأفكارٍ ومعتقدات خاطئة وغير عقلانية عما يمكن أن يصيبه عند فقدان الهاتف أو نسيانه، أو نسيان مكان تواجده، أو صعوبة إرسال رسائل نصية أو تصفح مواقع التواصل الاجتماعي لبعض الوقت، يصحبها شعور بالهلع والذعر والتوتر والقلق، وشعور بعدم الأمان من تواجده خارج نطاق شبكة الهاتف أو انتهاء الشحن أو انتهاء باقة الإنترنت، وما يترتب على ذلك من إحداث الفرد لسلوكيات لا تكيفية كالعزلة والانسحاب من الحياة الاجتماعية، فضلًا عن إصابته ببعض الاضطرابات الصحية المرتبطة بالنوم وتناول الطعام وغيرها.

٣- تشابه النوموفوبيا مع اضطرابات أخرى:

أما عن الاضطرابات التي تتشابه مع النوموفوبيا فقد يتشابه مع اضطراب السلوك الاندفاعي من حيث التوتر قبل الفعل والاسترخاء أثناء القيام به، ولكنه يختلف عنه في رغبة الفرد في التحكم المستمر في الهاتف المحمول على عكس السلوكيات الاندفاعية التي يصاحبها فقدان السيطرة على السلوك، كما يتشابه أيضًا مع إدمان الانترنت في ممارسة الألعاب الإلكترونية والمقاومة والنشاط على مواقع التواصل الاجتماعي؛ إلا أنه يختلف عنه في أن إدمان الإنترنت لا يقتصر فقط على الهاتف المحمول وإنما يكون موجودًا أينما توفر إنترنت في أي مكان وعلى أي جهاز (Betoncu & Ozdamli (2019)، Tam، Dongre et al (2017)، et al (2018).

٤- انتشار النوموفوبيا:

تنتشر النوموفوبيا بصورة أكبر في المرحلة العمرية دون الـ (٢٥ عامًا)، وهناك عددًا من الدراسات التي تشير إلى نسب انتشار النوموفوبيا بين أفرادها، ففي الهند أشارت نتائج دراسة (Dixit et al., 2020) إلى أن جميع طلاب كلية الطب المشاركين بالدراسة لا يمكنهم الاستغناء عن الهاتف المحمول يوميًا واحدًا، كما أشارت دراسة (Tavolacci et al., 2015) في فرنسا أن ما يقارب من ثلث طلبة الجامعة المشاركين بالدراسة يعانون من النوموفوبيا، كما أجرى (Cheever et al., 2014) في الولايات المتحدة الأمريكية حيث أخذت الهواتف المحمولة من نصف الطلبة المشاركين بينما طُلب إلى النصف الآخر إغلاق هواتفهم. وخلال

تلك الفترة تم قياس مستوى القلق باستخدام (STAI) عدة مرات، وأظهرت النتائج أن مستويات القلق لدى الطلاب المشاركين قد تزايدت بشكل ملحوظ، وفي تركيا ظهر أن مستوى النوموفوبيا لدى طلاب الجامعة كان فوق المتوسط.

٥- أعراض اضطراب النوموفوبيا:

تعددت وجهات نظر وآراء الباحثين حول تحديد أعراض اضطراب النوموفوبيا فمنها: الاندفاع في استخدام الهاتف المحمول، حمل الشاحن بصورة دائمة وملفتة، الشعور بالقلق عند التفكير في فقدان الهاتف، عدم غلق الهاتف، تفقد الهاتف المحمول بشكل مستمر، الإمساك بالهاتف عند الاستيقاظ فوراً، الشعور بالضيق والغضب عند فقدان شبكة الاتصال، شحن الهاتف بصورة مستمرة، عدم مغادرة المنزل بدون الهاتف مطلقاً، تصبح تطبيقات الهاتف المحمول محوراً للحديث مع الزملاء، الانشغال أكثر بالحياة الافتراضية على حساب الحياة الواقعية، القلق المرتقب عند سماع رنة مشابهة لرنه الهاتف المحمول، الضيق في حال عدم التمكن من الاطلاع على البريد الإلكتروني وأيضاً التطبيقات الأخرى مثل Whats App، الضيق في حالة عدم القدرة على متابعة الإشعارات التي تأتي على الهاتف، الشعور بالقلق نتيجة فقد الاتصال بأفراد الأسرة أو الأصدقاء، وتزايد الإنفاق على الهاتف من إكسسوارات وموديلات وغيره . كما توجد مظاهر أخرى للنوموفوبيا مثل: زيادة ضربات القلب، واضطرابات في الجهاز التنفسي، التعرق والارتجاف، والاكتئاب والخوف، كما قد تكون أعراض النوموفوبيا حادة وقوية قد تصل إلى درجة التوجس وغصة بالحلق، الرعب، ارتجاف الأطراف، الغثيان والتقيؤ، آلام في المعدة، الدوخة وضيق التنفس (Bhattacharya, et al., 2019, 1297).

٦- أسباب ظهور النوموفوبيا:

أشار (Brafazzi & Puente, 2015) إلى عددٍ من الأسباب منها:

- الحصول على خدمات الإنترنت المفتوح وقتاً وكماً.
- الأوقات غير المنظمة (ضعف إدارة الوقت).
- الرغبة في الهروب من الضغوط النفسية والاجتماعية.
- التحرر من الرقابة.
- التخويف الاجتماعي والاعتراب.

- افتقاد السند العاطفي للمراهقين يجعلهم يلهثون وراء الإشباع الوهمي والتعويض المؤقت من خلال الدردشة مع الغرباء.
- انخفاض أسعار الهواتف المحمولة وتعدد مزاياها وخدماتها، وسهولة الوصول للشبكة الانترنت، وتوافر السيولة المادية للمراهقين.
- الحرية في التعبير وإطلاق الرغبات الدفينة عبر غرف الدردشة التي توفرها للشباب كفرصة ذهبية؛ للتخلص من القيود المجتمعية التي يرونها صارمة للغاية.
- التأثير بثقافات المجتمعات الأخرى خاصة في عصر التطور الهائل في الاتصالات.
- المفهوم السلبي للتحضر والانفتاح والقابلية للاستهواء.
- التخلص من حالات القلق وضغوطات الحياة التي يعانها المراهقين.
- تُعد غرف الدردشة وسيلة للتفريغ الانفعالي، وتفريغ شحنات الكبت والعذوانية؛ لذا تصبح تلك الغرف هي الملاذ الآمن لما يعتري النفس من مكبوتات اللاشعور وبكل ثقة مما يؤدي إلى توهم الألفة والحميمة.
- اعتبار الهاتف مثل غطاء الأمان حينما يعرفون أن بإمكانهم الاتصال لطلب المساعدة وقتما شاءوا.

٧- المحكات التشخيصية للنوموفوبيا:

أشارت العديد من الدراسات إلى عدة مظاهر سلوكية تصاحب الاستخدام المفرط للهواتف المحمولة؛ ومن ثم يمكن اتخاذها كمحكات تشخيصية للنوموفوبيا منها: فقد الشعور بالزمن أو تجاهل الأنشطة اليومية الأساسية كنتيجة للاستخدام المفرط للهاتف المحمول، ظهور أعراض انسحابية كمشاعر القلق والاكتئاب والعصبية عند فقد الهاتف المحمول أو شبكة الاتصال، الاحتفاظ بأكثر من هاتف محمول أو أكثر من شاحن، والشغف بكل جديد في تكنولوجيا الهواتف المحمولة، تفضيل التواصل الاجتماعي الافتراضي أكثر من الواقعي عبر شبكة الانترنت باستخدام الهاتف المحمول، قلق الرنة أي القلق المفاجئ المترقب والمتكرر عند سماع أية رنة مشابهة لهاتف محمول يخص شخص آخر، الحرص على أن يكون الهاتف المحمول متاحًا طوال اليوم وحتى أثناء النوم، والتزايد المفرط في الانفاق على الهاتف المحمول والإنترنت. وقد تم تضمين النوموفوبيا ضمن الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات العقلية- الإصدار الخامس (DSM- V) ككيان تشخيصي قائم بذاته وذلك بناءً على توصيات

العديد من الدراسات التي أُجريت في ثقافات مختلفة (Sharma et al., 2015)؛ (King et al., 2014)؛ (Tavolaccia et al., 2015)، والتي توصلت إلى شيوع وحدثة اضطراب النوموفوبيا (رهاب الخوف من فقدان الاتصال بالهاتف المحمول) في جميع أنحاء العالم؛ حيث اقترح تعديل معايير التشخيص الخاصة بمجموعة الرهاب وتضمينه فئة الرهاب المحدد، والذي يتميز: بخوف مفرط وغير عقلاني من كائن أو وضع محدد، والذي يتم تجنبه بأي ثمن أو تحمله بضيق وانزعاج شديد، ويؤدي إلى رد فعل قوي يمكن أن يكون جسماً وعاطفياً.

٨- الآثار المترتبة على النوموفوبيا:

لاضطراب النوموفوبيا تأثيراً كبيراً على الفرد؛ حيث أثبتت الدراسات تسبب السلوك الاعتمادي المبالغ فيه للهاتف المحمول في العديد من الأضرار على صحة الفرد، فضلاً عن تسببه في العديد من الحوادث المرورية نتيجة الانشغال المرضي بالهاتف المحمول كالتحدث أو المراسلة النصية مع شخص ما أثناء القيادة مما يجعل الأمر محفوفاً بالمخاطر، كما تسبب النوموفوبيا تشتت انتباه الأفراد المصابون بهذا الاضطراب، كذلك التسبب في آلام كبيرة في الرقبة والظهر نتيجة إساءة استخدام الهواتف المحمولة لفترات كبيرة، بالإضافة للتسبب في اضطرابات النوم والأكل، كذلك أيضاً تؤثر النوموفوبيا سلباً على الصحة النفسية للفرد؛ إذ أكدت الدراسات على أن النوموفوبيا تتسبب في زيادة أعراض الإصابة بالقلق والاكتئاب والضغط النفسية لدى الأفراد، وأيضاً شعورهم بالوحدة وانعدام الأمن وانخفاض تقدير الذات، هذا فضلاً عن التأثير السلبي الكبير للنوموفوبيا على التحصيل الأكاديمي والإنجاز للطلاب (Bhattacharya et al., 2019, 1230).

٩- أبعاد النوموفوبيا:

حدد (Yildirim, 2014) أربعة أبعاد لاضطراب النوموفوبيا:

١- عدم القدرة على التواصل: Not Being Able to Communicate

يشير هذا البعد إلى مشاعر فقدان التواصل اللحظي بالآخرين وكذلك الشعور بالقلق، الخوف، والانزعاج من فقدان وانقطاع الاتصال بالآخرين من الأصدقاء، أفراد الأسر، والآخرين من المحيط الخارجي، وعدم القدرة على استخدام إمكانيات الهاتف المحمول التي تسمح للفرد بالتواصل الفوري واستخدام جميع الخدمات التي تسمح بالتواصل وتبادل الرسائل وإجراء المكالمات.

٢ - فقدان الاتصال (الشبكة): Losing Connectedness

وهذا البعد يرتبط بمشاعر فقدان الاتصال في أي مكان، والذي يوفره الهاتف المحمول، والانفصال عن الهوية الشخصية عبر الإنترنت وخاصة على شبكات التواصل الاجتماعي. حيث يشعر الفرد هنا إذا انقطعت أنشطته على الشبكة بالقلق، إما بتعطل رسائل التواصل الاجتماعي فتؤدي إلى الخوف؛ لعدم التمكن من متابعة آخر الأخبار المحلية والعالمية، الأمر الذي يؤدي به إلى عدم التمكن من متابعة تجديد الإشعارات التي يهتم بها الفرد، كما يزداد التوتر إذا لم يُذكر الاسم الحقيقي أثناء التواصل الاجتماعي لما في ذلك من تمويه، كما يشعر الفرد بالقلق إذا لم يتمكن من مطالعة بريده الإلكتروني بسبب انقطاع الاتصال بشبكة الإنترنت، وعدم الوصول للتطبيقات الأخرى مثل: الفيس بوك Face book والواتس آب Whatsapp الذي يُستخدم بكثرة من قبله.

٣ - عدم القدرة على الوصول إلى المعلومات: Not Being Able to Access

Information

في هذا البعد يسعى الفرد للحصول على المعلومات بأية طريقة كانت، ومنها الهاتف المحمول الذي يرافقه في كل أوقاته؛ ولذا يشعر الفرد بالانزعاج إذا لم يتمكن من الحصول عليها ويشعر الفرد في حال عدم متابعته للمعلومات وفقدانها من الهاتف، خاصةً وقت الحاجة إليها، كما يزداد التوتر إذا لم يستطع معرفة الأخبار المتنوعة كأخبار الساعة وحالة الطقس وغيرها، فضلاً عن التطبيقات المتوفرة عليه.

٤ - التخلي عن الراحة: Giving Up Convenience

هذا البعد يرتبط بمشاعر القلق والتوتر عند شعور الفرد بقرب نفاذ الشحن أو نفاذه فعلياً، مما يعني فقدان الاتصال بالآخرين ويُصاب بنفس الشعور في حال اختفاء الإشارة الخاصة بالشبكة العنكبوتية أو الإشارة الخاصة بالهاتف المحمول، وأشد ما يظهر التوتر وشعور الفرد بعدم الراحة هو عدم قدرته على تفقد هاتفه باستمرار؛ ذلك لأنه جزء أساسي من حياته ومع هذه المشاعر فهو يتخلى عن راحته.

١٠- النظريات المفسرة للنوموفوبيا:

١- نظرية التدفق الأمثل: وتعني أن تكنولوجيا المعلومات تمثل خبرة ممتعة؛ تجعل المستخدم لها يحافظ على مكاسبه منها، حتى ولو بتكلفة أعلى، فالتكنولوجيا تستحدث الاعتماد عليها أو إدمانها، إذ تجعل المستخدمين لها يضحون ببعض الالتزامات أو يهملونها، أو تجعلهم يقصرون في بعض النشاطات الاجتماعية أو الصحية، (Konok & Miklósi, 2017, 230).

٢- النظرية المعرفية: تؤكد التأثيرات المعرفية حساسية الأفراد الخائفين أو المستهدفين للإصابة بالخوف والهلع لإدراك المؤشرات المنبئة للخطر أو التهديد، ويرى أصحاب هذه النظرية أن الأشخاص الذين يعانون من النوموفوبيا، يرون أن فقد الهاتف المحمول يمثل تهديدًا يؤدي إلى تفاقم الخوف والقلق لديهم.

٣- نظرية الإشراف الاجرائي: يمكن تفسير الاستخدام المفرط للهاتف المحمول في ضوء النظرية السلوكية على أساس أنه سلوك مُتعلم، وقد يكون قهريًا نتيجة لما يصحبه أو يسبقه من تدعيمات إيجابية قد تحدث تعلقًا شديدًا ببعض التطبيقات؛ مما يجعل من الصعب على المستخدم اتخاذ قرار واعٍ لإيقاف هذا السلوك (Galhardo et al., 2020, 8).

٤- نظرية التعلم الاجتماعي: وأصحاب هذه النظرية يفسرون النوموفوبيا باعتبارها سلوكًا تم اكتسابه بالنمذجة، فملاحظة المخاوف والتجنب لدى الأفراد الآخرين يمكن أن يكون نموذجًا للاستجابة.

٥- نظرية الامتداد الذاتي: وترى هذه النظرية أن الأفراد ينظرون إلى هواتفهم المحمولة على إنها امتداد لأنفسهم، لأنها تدمج المزيد من سماتهم وهويتهم وذكرياتهم في أجهزتهم (Han & Kim, 2017, 423).

٦- نموذج التحكم في المطالب: الذي يجسد الخوف من الرُهاب، عندما يواجه الأفراد تهديدًا اجتماعيًا سابقًا أدى به إلى التعرض للتوتر الزائد، فضلًا عن عدم الثقة في قدرتهم على التحكم في الظروف أو الوقت؛ لتلبية مطالبهم التي تمثل تهديدًا فيزيد بالتالي تعلقهم بهواتفهم، على اعتبار أنها وسيلة للتخلص من التهديد والشعور بالأمان (Tams et al., 2018, 84).

٧- نظرية التعلق (الارتباط): ووفقًا لها فإن الأفراد يتعلقون بهواتفهم المحمولة كما يفعلون مع البشر الآخرين؛ ومن ثم يشعرون بالتوتر عند الانفصال عنها (Konok & Miklósi, 2017, 233). وترى الباحثة إنه بالرغم من محاولات الباحثين السابقة إلا أننا ما زلنا في حاجة إلى تأسيس نظري نفسي يفسر النوموفوبيا بشكل أكثر عمقًا مع الأخذ في الاعتبار التأثيرات النفسية لها على كل من الأفراد والمجتمعات.

المحور الثاني- هوس السيلفي: Selfie mania

١- تعريف هوس السيلفي:

عرّفت قواميس أكسفورد عام ٢٠١٣ الصورة الذاتية "سيلفي" selfie على أنها صورة "العام" وهي صورة التقطها الشخص من نفسه، وعادةً ما يتم التقاطها باستخدام هاتف ذكي أو كاميرا ويب ومشاركتها عبر وسائل التواصل الاجتماعي (Oxford Dictionaries, 2013). كما يعرفه (Youngsoo et al (2017 بأنه عبارة عن صورة شخصية يقوم صاحبها بالتقاطها لنفسه باستخدام آلة تصوير أو باستخدام هاتف ذكي مُجهزة بكاميرا رقمية، ومن ثم يقوم بنشرها على الشبكات الاجتماعية (فيس بوك، تويتر، إنستغرام وغيرها)، وذلك لاعتمادها كصورة رئيسية في ملفه الشخصي أو لتسجيل حضوره في مكان مُعين أو إلى جانب أشخاص مُعينين، أو حتى للتعبير عن حالة نفسية مُعينة. عادة ما تكون هذه الصور عبارة عن صور عفوية لا تتسم بأية رسمية، ويقوم صاحبها بالتقاطها عبر الإمساك بآلة التصوير بيده وتوجيه الكاميرا إليه أو عبر توجيهها إلى مرآة عاكسة في حال ما إذا لم يتوفر الهاتف الذكي على كاميرا أمامية. ويمكن الاستعانة بعضا السلفي للحصول على زاوية رؤية أوسع، لالتقاط الصور الجماعية مثلًا.

كما يُعرف (Harley & Frith (2018 هوس السيلفي بأنه التقاط مجموعة من الصور الشخصية باستخدام الهاتف المحمول بهدف مشاركتها عبر مواقع التواصل الاجتماعي عادةً، وتُعد أكثر انتشارًا في مرحلة المراهقة، وبمعدل من (٣-٢٠) صورة يوميًا.

ويعرف (Boursierl (2018 الصور الذاتية "سيلفي" أنها الاتصال المرئي للأفراد لسرد خبراتهم والسياق اليومي، من خلال عرض صورهم الشخصية اليومية لتقييم وتعزيز الذات لديهم عن طريق رمزية (Like) أو تعليق على الصورة (Comment) أو القابلية للإعجاب Likeability أو القابلية للتصديق Believability فهي من خصائص الصور الذاتية السيلفي.

كما يعرف (Borissova, 2020) صور السيلفي على أنها الرغبة القهرية في التقاط صور للذات ونشرها عبر وسائل التواصل الاجتماعي كوسيلة ربما للتعويض عن نقص تقدير الذات أو تعويض النقص العاطفي.

وتعرف جمعية الطب النفسي الأمريكية (APA) في (Ersun & Meral, 2021) التصوير الذاتي "السيلفي" بأنه اضطراب عقلي، وقد أطلقوا عليه اسم إدمان الفرد على التصوير الذاتي "سيلفي" selfitis لأن هذا الاضطراب العقلي هو تأجيج في الأنا Is an inflammation of one's ego.

٢- أنواع السيلفي:

مع ظهور السيلفي تطورت طرق عرض السيلفي؛ فمنها ما يكون منفردًا، أو مع صديق واحد، أو مجموعة أصدقاء، أو سيلفي المرأة، وفيما يأتي عرض لأنواع السيلفي: ١- سيلفي **Couple**: وهي صورة تُلتقط مع شريك الحياة؛ فهذا النوع من الصور تعبير عن الحب، كما هناك سيلفي **Relationship** وهذا النوع يصف علاقة لم تتطور إلى علاقة مثبتة. ٢- سيلفي **Friend**: وفيه تكون الصورة مُلتقطة مع صديق عزيز في مواقع وأحداث وأماكن متنوعة. ٣- سيلفي **Makeup**: وهذا النوع خاص بالفتيات فقط وُسمى بسيلفي المكياج، وفيه تكون الفتاة تحب شكلها الخارجي وواثقة بنفسها. ٤- سيلفي **Belife**: وهي تلك الصور التي يتم بها استعراض جسم الفتاة، وهذا النوع من الصور يحث الجمهور على النظر إلى مفاتن الفتاة، كما أن هؤلاء الفتيات يملن لجذب انتباه الآخرين وعدم الشعور بالحرج. ٥- سيلفي **Badass**: وتعني أخذ الصور الشخصية مع سلاسل ذهبية وقبعات بيسبول وملابس سوداء كالمطربين السود. ٦- سيلفي **Braggie**: وتعني الميل لأخذ الصور في فندق فاخر أو على يخت فخم وذلك لإثارة حسد الآخرين وغيرتهم. ٧- سيلفي **Filtered**: وهو استعمال الفلترات أثناء التقاط الصورة ليبدو الشخص أصغر سنًا وأجمل شكلًا، فمثل هؤلاء الأفراد يعيشون كذبة حقيقية ولا يشعرون بالثقة والأمان. ٨- سيلفي **Goofy**: وهي الصورة الشخصية التي تُلتقط بمواقف مضحكة ساخرة؛ فهؤلاء الأفراد لديهم حس الدعابة. ٩- سيلفي **Usie**: وهو التقاط الصور مع الآخرين وهؤلاء يفضلون التواجد مع الأصدقاء ويستمتعون معهم أكثر من وجودهم في صور منفردة (Carbon, 2017,9)، (Raj, 2021, 554).

٣- مستويات هوس السيلفي:

لم يعد السيلفي مجرد صورة ذاتية يخلد بها المرء ذكرى من ذكرياته، بل تعداها ليصبح هوساً لدى كثير من الناس من مختلف الأعمار؛ فلا يكاد يخلو أي هاتف ذكي من الصور التي يلتقطها الشخص لنفسه أو بصحبة أصدقائه، وهو هوس ينم في الغالب الأعم عن عدم ثقة المرء بذاته، وقد حدد علماء النفس ثلاثة مستويات لهذا الهوس أو الاضطراب، وهي (Orlova, 2019, 3-4):

- **الاضطراب الخفيف:** وهو مرتبط بالأشخاص الذين يلتقطون صور السيلفي ثلاث مرّات أو أكثر في اليوم، ولا يقومون بنشرها على مواقع التواصل الاجتماعي.
- **الاضطراب الحاد:** ويتمّ تشخيصه عند الشخص الذي يلتقط صور السيلفي أكثر من ثلاث مرات باليوم، ويقوم بنشرها على مواقع التواصل الاجتماعي.
- **الاضطراب المزمن:** ويحصل عندما يفقد الشخص السيطرة على نفسه في التقاط الصور الذاتية على مدار الساعة، ويقوم بنشرها على مواقع التواصل الاجتماعي.

٤- أسباب التقاط صور السيلفي:

تعددت الأسباب التي تجعل الشخص يلتقط صوراً شخصية ثم ينشرها على مواقع التواصل الاجتماعي، ومنها ما ذكره (Eler, 2017, 4) أن صور السيلفي يمكن أن تكون طريقة جيدة للبقاء على اتصال مع الآخرين، كما أنها تُعد طريقة فعّالة لمشاركة لحظات حياة الأفراد اليومية مع الآخرين، حيث أنها تُعد جسراً يربط بين الآخرين بطريقة ذات معنى، كذلك أثبتت صور السيلفي أنها وسيلة للعديد من الأشخاص لإبراز جمالهم وحياتهم الشخصية، كما أن وسائل التواصل الاجتماعي أداة مفيدة لتمكين الذين يشعرون بإهمال أو سوء معاملة وكسر عزلة العديد ممن يشعرون بأنهم مختلفون عن الآخرين.

كما أشار عبد القادر بودريالة (٢٠١٨) إلى الأسباب النفسية التي يمكنها أن تقف خلف هوس السيلفي ومنها أن يكون الملتقط للصورة السيلفي فاقداً للثقة بالنفس، وخاصة فيما يتعلق بالشخصية من مظهر ومن جمال، وهو ما ينعكس في عرضه لصوره على مواقع التواصل الاجتماعي، حيث يعتمد المستخدم إلى إظهار جماله بشكل يعتقد فيه أنه قادراً على أن يمنحه القوة والثقة؛ خاصة إذا نالت صورته إعجاب الأصدقاء والمتابعين؛ فهو يكون بذلك قد نفت أنظار

الأخرين وحصل على بعض القوة النفسية لتعويض ضعف ثقته بنفسه، ومشاعر عدم التقدير بالقيمة والتهميش.

٥- خصائص الصور الذاتية (السيلفي):

وترى (إلهام علي، ٢٠٢٠، ٥٦٩) أن الصور الذاتية (السيلفي) تعتمد على خصائص تتمثل في: ١- القابلية للإعجاب **Like ability**: حيث أخذت رمزية الإعجاب "like" انتشارًا واسعًا على ساحات التواصل الاجتماعي، بما يعكس حاجة الفرد لأن يكون شخصًا محبوبًا؛ وذلك استنادًا إلى المستوى الثالث من مثلث "ماسلو" للحاجات وهو الحاجة إلى الانتماء المرتبط بحاجة الفرد إلى أن يكون محبوبًا، وغالبًا ما ينعكس على (تقدير الذات) وتعد القابلية للإعجاب شكلًا من أشكال التواصل الذاتي self-communication من المستقبل مع الصورة الذاتية عبر مواقع التواصل الاجتماعي. ٢- القابلية للتصديق **Believability**: تقديم الصورة الذاتية ترتبط بمدى مصداقية النص والرسالة المكتوبة، حيث تعد مصداقية الصورة الذاتية هي استجابة تقييمية من المتلقي أو المشاهد للصورة، ويتوقف على تصور المتلقي لمصداقية المصدر وفقًا لخبراته وثقة المصدر.

٦- استخدامات تصوير الذات (السيلفي):

ذكر كلاً من Toory (2017) و Miltner (2015) عدة استخدامات لتصوير الذات منها: ١- يُستخدم تصوير الذات (السيلفي) كأداة جنسية فيمكن أن تكون طريقة العرض الذاتي في الأساس عند المراهقين تحمي الغواية والإغراء؛ فقد أشارت (Tortajada et al., 2016) إلى أن ٤٠٪ من صور المراهقين تحمل طابعًا جنسيًا، إذ يظهر المراهقون الوضعيات الأكثر نشاطًا والأكثر إثارة بدنية باستعراض العضلات وارتداء الملابس المخصصة لتلك الغاية، في حين أن المراهقات تحمل صورهن أغراض الاستعراض الجسدي أيضًا، وذلك بهدف الترويج لأنفسهن أو تبادلها مع الأصدقاء. ٢- تصوير الذات (السيلفي) كعلامة مميزة للذات فلقد أنتجت ظاهرة الهوس بالسيلفي ما يُسمى بالعلامة الذاتية للفرد التي ترتبط بتغيير السلوك واختيار وانتقاء نوعية الاتصال بين الأفراد عبر مواقع التواصل الاجتماعي. ٣- تصوير الذات (السيلفي) كأداة لتدعم الثقة بالنفس، فالثقة بالنفس هي قدرة الفرد على أن يستجيب استجابات

توافقية تجاه المثيرات، وإدراكه تقبل الآخرين له وكذلك تقبله لذاته بدرجة مرتفعة. فالأفراد يستخدمون الصور الذاتية (السيلفي) لتعزيز الثقة بالنفس لديهم؛ ويظهر ذلك جلياً في متابعة عدد التعليقات الإيجابية.

٧- أعراض هوس السيلفي:

صنّف Galetta (2016) هوس السيلفي في ثلاثة مستويات هي: **خط الحدود: التقاط** صور لنفس الشخص ثلاث مرات على الأقل في اليوم مع عدم نشرها على وسائل التواصل الاجتماعي. **حاد:** التقاط صور ذاتية ثلاث مرات على الأقل في اليوم ونشرها جميعاً على وسائل التواصل الاجتماعي. **مُزمن:** دافع لا يمكن السيطرة عليه لالتقاط صور سيلفي بشكل مستمر على وسائل التواصل الاجتماعي أكثر من ست مرات في اليوم. ويشير (Kearney, 5, 2018) إلى أن التأثيرات السلبية لهوس السيلفي تتمثل في قيام بعض الأفراد بالتقاط الصور الذاتية في أوضاعٍ خطيرة كالمرتفعات والأنهار والأمواج، كما أنه يظهر الفوارق الاجتماعية بين الأفراد؛ مما يسبب الإحباط والكآبة لدى الطبقات الأقل معيشة.

بالإضافة إلى أنها تدعم الصراع الاجتماعي والطبقي؛ فإنها في كثير من الأحيان تعبر عن تقليد للمشاهير والنجوم بدلاً من إظهار الذات الحقيقية، وتعد صورة وهمية غير حقيقية وغير طبيعية، كما يمكن أن تهدد تقدير الذات من خلال التعليقات السلبية من الآخرين على الصورة، وتكوين انطباع سلبي من الآخرين عن شخصية الفرد (محمود أبو المجد ، ٢٠٢٠ ، ٧٣٢).

وترى الباحثة أن "السيلفي" يُعد بمثابة تواصل الأفراد مع الآخرين؛ وذلك بنشر مناسباتهم السعيدة والحزينة في شكل "صور" كنوع من الاحتياج للآخر، وذلك عن طريق التعليقات والإعجاب التي تمثل بالنسبة لهم نوعاً من الاهتمام والتقدير، ورفعاً من شأن الذات، كما تمثل نوعاً من المساندة للآخر، وهذا ما يفتقده البعض في الحياة بالواقع، كما أنه عن طريق التواصل الافتراضي بنشر صور السيلفي يصل الفرد للإشباع النفسي؛ لأنه من الممكن أن يكون من النوع الذي لا يكون صداقات في الحقيقة، بمعنى أنه لا يوجد لديه مهارات التواصل الاجتماعي، ولذلك يقوم الفرد بتصوير ذاته بأشكال وأوضاع مختلفة وربما في أماكن مختلفة كنوع من الإشباع النفسي بأنه يجيد التواصل الاجتماعي مع الآخرين وأنه لائق اجتماعياً؛ مما يحقق له

راحة وهدوءً نفسيًا لأن التواصل مع الآخرين مهم لدى الفرد ليشعر بأنه مقبول من الآخر، ومع وجود الهواتف الذكية الحديثة التي يوجد بها تحرير الصور التي تعمل على إخفاء العيوب وتجميلها، فهذا يسبب له رضا عن ذاته وإشباعًا نفسيًا.

٨- الآثار السلبية لاستخدام السيلفي:

أشار بعض الباحثين (Harris (2015) ، Massimo (2018) إلى أن النقاط العديد من صور السيلفي يؤدي لمجموعة من الآثار السلبية الأكاديمية، والنفسية، والاجتماعية مثل: ضعف إدارة الوقت (**Poor Time Management**) فالنقاط الطلبة للعديد من صور السيلفي، ومن ثم نشرها على مواقع التواصل الاجتماعي يقلل من الوقت المخصص لدراساتهم؛ مما قد يؤدي إلى مشكلات متعلقة بالأداء والتحصيل الأكاديمي، كما قد يؤدي إلى الأذى الجسدي حيث يؤثر النقاط الأشخاص لصور السيلفي في إلحاقهم الضرر بأنفسهم، كما أن هوس السيلفي قد يؤدي إلى أن النقاط صور تتناسب مع معايير أشكال الإدمان المتعارفة كإدمان الألعاب الإلكترونية والإنترنت، لأنه يؤدي إلى سلسلة من ردود الفعل تتضمن: النقاط صورًا شخصيةً وتحميلها على إحدى وسائل التواصل الاجتماعي، إذ يُعد من الأنشطة الممتعة والمهمة لدى الشخص، كما تتضمن انتظار تعليقات الأصدقاء والمتابعين، والنقاط الصور كوسيلة للهروب من المشكلات والتخلص من حدة المزاج والمشاعر الأليمة بسبب التوتر والخوف والاكنتاب، مما يؤدي إلى الإدمان، وهو ما دعا الجمعية الأمريكية للطب النفسي (APA) إلى تأكيد أن هوس السيلفي هو اضطراب نفسي، وأطلقت عليه مُسمى "إدمان السيلفي".

٩- أهم صفات الأفراد ذوي هوس السيلفي:

تعد صفات شخصية المهووس بالسيلفي كثيرة وملامحها متعددة، وقد لا تجتمع في شخص واحد؛ نظرًا لتفاوت الأفراد في كثير من الأمور، مثل: الذكاء والقدرات العقلية، والمهارات الاجتماعية، والإمكانات المادية... إلخ. ومن أهم الصفات أو الملامح ما يأتي (نجلاء المزين، ٢٠٢٢، ١٢):

- الإعجاب الزائد بالنفس والشعور بعظم شأنه وأهمية أمره.
- المبالغة في تلميع نفسه وإظهار ما عنده بأحسن صورة حتى في الملابس والمقتنيات.

- يمدح نفسه بتكرار واستمتاع (مباشرة أو غير مباشرة) أو بثناء الآخرين عليه ومدحهم له.
- يكثر من لفت الأنظار إليه، والمبالغة في طموحاته وأفكاره وأحلامه.
- الشغف بأن يمسك بزمام الحديث، ويتمركز حول ذاته، عدم الاعتراف بخطأ وقع فيه.
- تغليب المصلحة أهم عنده من أي شيء.

وترى الباحثة أن السيلفي سلاح ذو حدين، إما استمتاع وهمي مؤقت مرتبط ارتباطاً وثيقاً بمواقع التواصل الاجتماعي، وإما إفراط وإدمان وهوس بالتصوير الذاتي "السيلفي"، وإهمال الحياة الواقعية؛ لأنه كلما زاد الشيء عن حده انقلب لضده؛ لذلك يجب إلقاء الضوء على هذه الظاهرة؛ لتعرف هوس السيلفي؛ لأن البعض يرى أن التصوير الذاتي (السيلفي) شيء عادي وطبيعي للتقدم التكنولوجي، ولا يدركون مدى أبعاده عندما يزيد التصوير عن الحد المسموح ويصبح هوساً وإدماناً، ولا مدى خطورته إذا كان الفرد مهووساً بالسيلفي؛ لكي يحصل على صورة مثالية تجذب النظر، ويحصد التعليقات على مواقع التواصل الاجتماعي؛ لذلك يجازف بالتصوير في أماكن خطيرة، ويسبب أذى له؛ لأن المعنى الفعلي للتصوير هو الاحتفاظ باللحظات الجميلة للذكرى، وليس الهوس بالسيلفي على مدار اليوم كمادة لإبداء الإعجاب والتعليقات.

١٠- التوعية بظاهرة هوس السيلفي وتأثيرها النفسي:

للتوعية بظاهرة السيلفي وآثارها النفسية يمكن ذلك من خلال الآتي (مي خفاجة، ٢٠٢٠، ٣٠٤):

- عمل برامج توعية في المدارس والجامعات عن هوس السيلفي ومدى خطورته إذا زاد عن الحد.
- عمل برامج إرشادية لتنمية تقدير الذات ومفهومها والثقة بالنفس لدى المراهقين والشباب؛ لخفض حدة هوس السيلفي.
- تدريب الأمهات والآباء على التعامل مع هذه الظاهرة مع أبنائهم وملاحظة سلوكياتهم.
- عمل برامج تدريبية لتنمية الهوايات والمهارات كنوع من الإبداع والابتكار كمعالجة لهوس السيلفي حتى يتم نشرها على مواقع التواصل الاجتماعي؛ لرفع تقدير الذات والثقة بالنفس

بدلاً من نشر صور السيلفي لحصد التعليقات والإعجاب؛ وبذلك تكون قدوة حسنة لخفض السلوكيات السلبية على مواقع التواصل الاجتماعي.

١١- النظريات التي فسرت الإفراط في الشغف بالذات:

أ- نظرية التحليل النفسي:

لا يوجد أحد أقدر على تفسير هذا السلوك من فرويد؛ فإذا أحببت نفسي، ستحبني بدورك، كما استحدث فرويد التحليل النفسي، وأرسى العديد من القواعد مثل الذات، واللاداعي، والعلاج النفسي، وإحدى هذه الأفكار أو القواعد هي الإفراط في الشغف بالذات. ويجب الأخذ في الاعتبار أن فرويد بدأ عمله في نهاية القرن التاسع عشر، في فترة اتسمت بالقمع الجنسي أكثر من عصرنا الحالي، وكان الرجال والنساء يُعزلون عن بعضهم البعض، وينشئون على الخجل من التعبير عن رغباتهم الجنسية، أو حتى الاستمتاع بها، وعانى الكثير من مريضات فرويد اللاتي عشن في مدينة البندقية في إيطاليا، من حالة "الهوس بالشلل" وهي عدم القدرة على المشي بدون سبب جسدي واضح. ورأى فرويد أن هؤلاء النساء لا يمشين كنوع من طلب الاهتمام. فإذا كانت حاجة الفرد للاهتمام شديدة إلى هذه الدرجة، أليس من الأفضل مشاركة بعض الصور الذاتية (السيلفي)، يتعلق بتأثيرها على الآخرين بنفس قدر تأثيرها على من يلتقطونها فقد تظهر صور السيلفي الناس وهم يعيشون أفضل لحظات حياتهم، وتُلتقط وتُعدّل بحرص شديد، ويجعلنا هذا محاطين بصور لناس يعيشون حياة مثالية، ويتمتعون بأجسام مثالية. وأظهرت الدراسات مؤخرًا أن هذه الصور تزيد شعور الفرد بالغبطة، والعزلة، وعدم الأمان، وعدم الاندماج. ومن منظور فرويد يجعل هذا الأمر الفرد أكثر عُرضة للأمراض العصبية. ويقول فرويد: "الهدف من التحليل النفسي هو أن يحل الشعور الطبيعي بالسعادة محل الشقاء العصبي" (Ruoxu et al., 2017, 278).

ب- نظرية الاشتراط الكلاسيكي:

تركز هذه النظرية في تفسيرها للإفراط في الشغف بالذات على أساس العلاقة بين هذه الاستجابات وبين الأحداث التي تقع قبلها المقدمات، ويصور الاشتراط الكلاسيكي الإفراط في الشغف بالذات بأنه روابط مشروطة بين المثيرات والاستجابة، بمجرد أن يتم تكوين الروابط

خلال عملية المزوجة (الاقتران) والاشتراط؛ لهذا فإن الاستجابة تكون فعلاً منعكساً مشروطاً ينتج عنه وجود المثير المشروط وأن ضبط السلوك يتم عن طريق الأحداث التي تسبق السلوك والتي لها القدرة على توليد هذا السلوك. ويمكن تفسير هوس السيلفي حسب اعتقاد بافلوف إلى أن إدمان الفرد (أي الهوس) ما هو إلا مجموعة من الاستجابات؛ لذلك فإن الإدمان على الصور الشخصية "السيلفي" ما هو إلا مجموعة من الاستجابات المشروطة، وأن نمو الشخصية وتطورها يعتمد على عمليات التدريب والتعود في الصغر، وأن الإدمان (الهوس) ما هو إلا تعبيراً عن خطأ مزمن في عمليات الارتباط الشرطي وفي التنشئة الاجتماعية (Jennifer et al., 2018, 111).

ج- النظرية السلوكية:

ويشير ثورنديك إلى أن الإدمان ينطوي على عامل آخر غير ان التكرار يقوي الرابطة في حالة النجاح ويضعفها في حالة الفشل من خلال الأثر؛ فالفرد يميل إلى تكرار السلوك الذي يصحبه أو يتبعه ثواب أن ينزع إلى ترك السلوك الذي يصاحبه عقاب؛ فالعقاب ليس من الضروري أن يُضعف هذه الروابط الناتجة عنها. ويفسر ثورنديك الارتباط بين المثير والاستجابة ليس على أساس إنه علاقة جيدة ناشئة في الجهاز العصبي للكائن الحي بل هو تدعيم وتقوية للمسارات العصبية الموجودة بالفعل لديه؛ وحينها يحدث تعديل في مسار المثير والاستجابة الطبيعي. (Engeln, 2018, 42).

٣- النظرية التعلم الاجتماعي:

أشار روتر في كتابه التعلم الاجتماعي وعلم النفس الكلينيكي إلى كيفية تعلم بعض السلوكيات ومنها نستطيع أن نفهم كيفية حدوث الإدمان عند الأفراد. إن الإدمان مٌتعلم ومكتسب من خلال التعامل مع البيئة المحيطة بالفرد ولكي نُفهم كيفية حدوث الإدمان والتنبؤ به بشكل صحيح لابد من الرجوع المنظم الى ظروفه وبيئته ذات المعنى إن خبرات الشخص وتفاعله مع بيئته ذات معنى تؤثر إحداهما في الأخرى فالخبرات الجديدة تعد وظائف جزئية لمعاني مُكتسبة سابقاً، والمعاني المكتسبة تتغير هي الأخرى بالتجارب الجديدة والملاحظ أن هذا الافتراض يعكس التأثير بوجهة النظر السلوكية التي تعد الشخصية نتاجاً مستمراً متغيراً نتيجة

التأثر بالكم الهائل من المثيرات المتباينة الموجودة في بيئة الفرد ولكون الشخصية دائمة التغير. إن إدمان الفرد على التصوير الذاتي "سيلفي" لا يرتبط بطبيعة الأهداف وإنما يتوقع الفرد أن هذه الأهداف ستُحقق ويختلف الأفراد بالدرجة التي يقيمونها بها التعزيزات المختلفة تبعاً للأهداف أو الحاجات أو بتأثير تلك التقسيمات بتعزيزات مكتسبة أثناء حياة الفرد Coulthard (7, 2018, & Ogden).

المحور الثالث - الشعور بالوحدة النفسية: Feeling of Loneliness

١ - تعريف الشعور بالوحدة النفسية:

يعرف Ye & Lin (2015) الشعور بالوحدة النفسية بأنه الفشل في إشباع الحاجات الأساسية مثل الألفة، والمودة في أثناء المراهقة كما أن عدم رضا الفرد عن علاقاته بأقرانه يُعد من العوامل الفعالة في الإحساس بالوحدة النفسية.

ويعرف Tian (2016) الشعور بالوحدة النفسية بأنه عبارة عن حيلة توافقية تنقل الفرد من حالة يعيش فيها ضغطاً نفسياً من وجود نقص في اتصالاته البشرية، وبالتالي نقص المساندة الاجتماعية من الآخرين فيلجأ إلى العزلة والوحدة.

كما يعرف Özsarı & Karaduman (2016) الشعور بالوحدة النفسية بأنه إحساس الفرد بوجود فجوة نفسية تباعد بينه وبين المحيطين به نتيجة افتقاده لإمكانية الانخراط في علاقات مشبعة ذات معنى معهم مما يؤدي إلى شعوره بعدم التقبل والنبذ وإهمال الآخرين على الرغم من أنه مُحاط بهم.

ويعرفه Gaye & Mehmet (2018) بأنه اضطراب في علاقات الفرد مع الذات ومع المحيطين به، ويجعله في حالة عزلة اجتماعية، مما يؤدي إلى أعراض سيكوسوماتية تبدو في شكوى من الصداع والتعب وفقدان الشهية واضطراب النوم، مما يكون له بالغ الأثر على الأداء النفسي والأكاديمي بشكل عام.

كما يعرف Roman (2019) الشعور بالوحدة النفسية بأنه شعور مؤلم وناتج من شدة الإحساس بالعجز نتيجة الانعزال الاجتماعي والانفعالي لشعوره بأنه غير مرغوب فيه من الآخرين؛ مما يؤدي للإحساس بالتعاسة والتشاؤم والقهر والاكتئاب.

ويعرف (2019) Önder الشعور بالوحدة النفسية بأنه البعد وعدم الاكتراث واللامبالاة والفرع الذي تحدثه خبرات الفرد في علاقاته مع الآخرين.

في حين يعرفه (2020) Uba et al بأنه شعور الفرد بأنه وحيد رغم كثرة من حوله، وأنه غير منسجم معهم وهو في حاجة لأصدقاء، ويغلب عليه الإحساس بأنه ليس جزءاً من جماعة الأصدقاء، وأنه لا يوجد من يشاركه أفكاره واهتماماته، ولا يوجد من يشعر معه بالود والصدقة، وأنه يشعر بإهمال الآخرين له وأنه لا يوجد من يفهمه، ويشعر بالخجل، وأن الناس منشغلون عنه.

كما يعرف (2021) Çiçek الشعور بالوحدة النفسية بأنه نتيجة عزل الفرد لنفسه عن العالم الخارجي، وعزله للعالم الخارجي عن نفسه، وأنها حالة عاطفية تبدو كشكل من أشكال السلوك أو الإدراك التي من الممكن أن يتعرض لها الفرد في أية مرحلة عمرية.

٢- مفاهيم نفسية مرتبطة بمفهوم الوحدة النفسية:

يذكر كل من (2019) Erol & Cirak و (2020) Keles et al أن مفهوم الوحدة النفسية يتشابه مع العديد من المفاهيم النفسية الأخرى في الخصائص ومنها: ١- العزلة **Isolation** والتي تُعد انفصال الفرد فيزيائياً عن الآخرين بينما الوحدة النفسية يفتقد فيها الفرد من يلائمه في طبيعته ويشاركه في أفكاره. ٢- الانسحاب الاجتماعي **social withdrawal**: وهو نمط سلوكي يتميز بإبعاد الفرد نفسه عن القيام بالمهارات الاجتماعية الحياتية وعدم الشعور بالمسئولية والهروب من الواقع. ٣- الانسحاب النفسي **Psychological withdrawal**: وهو وسيلة دفاعية تلجأ فيها الأنا للدفاع عن نفسها وإزاحة القلق من خلال الانسحاب بعيداً عن المواقف المهددة. ٤- الاغتراب **Alienation**: وفيه تنفصل الذات عن هويتها وعن الواقع وعن المجتمع مع الإحساس بفقدان الجذور. ٥- الخجل **Shyness**: تميل الشخصية فيه إلى عدم القدرة على التكيف الاجتماعي ويكون بمحض إرادة الفرد دون شعور بالألم، إنما الوحدة النفسية فهي شعور مؤلم ضاغط. ٦- الانطواء **introversion**: وهو إحدى أنماط الشخصية يقابل الفرد فيه الغرباء بالحدز والتحفظ ويستسلم لأحلام اليقظة.

٣- مكونات الشعور بالوحدة النفسية:

تناول (Gaye & Mehmet (2018) مكونات الشعور بالوحدة النفسية كما يأتي:

- إحساس الفرد بالضجر نتيجة افتقاد التقبل والتواد والحب من قبل الآخرين.
- إحساس الفرد بوجود فجوة نفسية تباعد بينه وبين الوسط المحيط بصاحبها أو يترتب عليها فقد الثقة بالآخرين.
- معاناة الفرد لعدد من الأعراض العصابية كالإحساس بالملل وانعدام القدرة على تركيز الانتباه والاستغراق في أحلام اليقظة.
- إحساس الفرد بافتقاد المهارات الاجتماعية اللازمة لانخراطه في علاقات مشبعة مثمرة مع الآخرين.
- ويرى أن مشاعر الوحدة تنتج من الحاجة للارتباط مع آخرين على أساس من الود والمحبة وإلى مقدرة الفرد على التعبير عن أفكاره وعواطفه بحرية تامة، وبدون خوف من الفرض أو سوء الفهم، وأن الوحدة أو الإحساس بها لا تحدث لكون الإنسان منفردًا بل هي نتيجة لنقص العلاقة الوثيقة والودودة مع شخصٍ آخر، أو نتيجة نقص في نسيج العلاقات الاجتماعية التي يكون فيها الفرد جزءًا من مجموعة من الأصدقاء يشتركون في الاهتمامات والأنشطة.

٤- أنواع الوحدة النفسية:

يذكر كل من (Peighambari et al (2019) و (Sharifpoor et al (2017) أن أنواع الوحدة النفسية يمكن تقسيمها إلى: ١- الوحدة النفسية الأولية: وهي سمة سائدة في شخصيات ترتبط بالابتعاد وانعدام التجاوب الانفعالي والافتقاد إلى العلاقات السليمة والمشبعة، وثمة توجهان في تصور الخلل الكامن وراء الوحدة النفسية الأولية، وهما التوجه النمائي والتوجه النفسي الاجتماعي. فالتوجه النمائي: يؤكد تباطؤ أو تعثر التتابع الطبيعي لنمو الشخصية وأهمية الخبرات في مراحل النمو السابقة خاصة مراحل النمو الانفعالي والاجتماعي في ترسيب الشعور بالوحدة. أما التوجه النفسي الاجتماعي: ويؤكد اضطراب الوظائف النفسية التي تحكم عمليات الاتصال بين الشخصيات، ويشير إلى الخوف من الحب والنجسية والاضطرابات السيكودينامية التي تؤثر في قدرة الفرد على الانتباه والاهتمام بالآخرين. ٢- الوحدة النفسية

الثانوية: ويمثل الشعور بالوحدة النفسية الثانوية استجابة انفعالية في مواجهة التغيرات الحادثة في بيئة الفرد الاجتماعية، وهذه التغيرات التي تحول دون الاستمرار ومواصلة الانخراط في العلاقات المهمة السابقة، وفي الوحدة النفسية الثانوية عادةً ما نجد الفرد مفتقدًا للقدرة على الوفاء بمتطلبات الأداء الاجتماعي. ٣- الوحدة النفسية الوجودية: إن الشعور بالوحدة النفسية حالة إنسانية طبيعية وضرورة من ضروريات الوجود الإنساني، ووفقًا للوجودية، فإننا في صراع دائم، وأنا نحتاج بشدة إلي الشعور بالانتماء، وفي ذات الوقت وبنفس الدرجة نحتاج إلى تحقيق الهوية والوجود الفردي المستقل، ونتيجة الصراع نشعر بالوحدة والتوق الشديد للعودة إلى الجذور المفقودة، تلك التي ضاعت في غيابات مجتمع التكنولوجيا الحديث.

٥- أسباب الشعور بالوحدة النفسية:

الوحدة النفسية لها أسبابًا عديدة، بعضها يعود لطبيعة الأفراد أنفسهم، بينما يعود بعضها الآخر لاضطرابات كمية أو كيفية في شكل العلاقات الاجتماعية. كذلك قد تباينت آراء العلماء حول العوامل المسؤولة عن الوحدة النفسية، فهل هي ترجع للفرد نفسه أم للبيئة الاجتماعية المحيطة به أو إلى كليهما. فقد أشار (Pontes et al., 2014, 93) إلى مجموعتين من الأسباب التي تكمن وراء الشعور بالوحدة النفسية عند الفرد وهي: المواقف الاجتماعية المؤلمة وهي تركز على النواقص أو المشكلات والصعوبات القائمة في البيئة باعتبارها أسبابًا مؤدية للوحدة، الفروق الفردية بين الجنسين في مراحل العمر المختلفة أو ما يُعرف بمجموعة الخصائص الشخصية التي تؤدي بالأفراد إلى الوحدة النفسية مثل الخجل والانطواء، والعصابية مع وجود اختلافات في الفروق الفردية لدى الأفراد.

كما افترض (Wedaloka & Turnip (2019 أن الوحدة النفسية قد ترجع إلى الشخصية: كالقلق والخجل واضطرابات الذات وقلة الانبساطية، والوجدانية: كالشعور بالملل، الغضب، التوتر، العدوان، والأرق، مشكلات في العلاقة: كنقص الانتماء والمودة والحب بجانب العزلة والانفصال، الحالة الزوجية: الفشل في الزواج ونقص المودة بين الزوجين وترك الأسرة والهجرة، المرض والإعاقات الجسدية، نقص الوازع الديني والإيمان وانخفاض مستوى التحصيل الأكاديمي، سوء استغلال وقت الفراغ وجعله لمشاهدة التلفاز أو تصفح شبكة الأنترنت. وأشار (Lemay et al., 2019, 488) إلى إنه من أهم الأسباب الكامنة وراء الشعور بالوحدة

النفسية الفقدان بموت شخص ذو أهمية. كما أن خبرة فقدان الأطفال لأحد الوالدين في الطفولة بموت أو طلاق يجعله مستهدفاً للشعور بالوحدة النفسية. كما يُعد التطور والتقدم التكنولوجي مصدرًا للشعور بالوحدة النفسية وعدم الأمن أحياناً، فطبيعة التفاعل الإنساني في المجتمع التكنولوجي الحديث؛ أضعفت الروابط الاجتماعية بين أفراد المجتمع؛ مما قلل من أهمية دور الأسرة والقضاء على نسقها وبناءها، وكذلك أفقد الفرد كثيراً من مقومات بناء الشخصية السوية، وأيضاً انتشار وسائل مُعقدة في الاتصال الاجتماعي مع الآخرين كالإعلام والانترنت ما يجعل الفرد يكتسب قيماً وسلوكيات قد تخالف قيم وعادات مجتمعه.

٦- مظاهر الوحدة النفسية:

يعدد Felix (2021) عدداً من المظاهر للوحدة النفسية منها: الشعور بالاغتراب وفقدان المعنى والتبعية، الضعف وعدم القدرة والعزلة العاطفية والعزلة الاجتماعية، عدم التوافق الاجتماعي وقلة الثقة بالنفس قلة العلاقات الشخصية، وانخفاض احترام الذات، التمرکز الشديد حول الذات، الاكتئاب النفسي واحتقار الذات، والانطوائية وانعدام تقدير النفس.

٧- أبعاد الشعور بالوحدة النفسية:

- وضع Ayalon (2019) ثلاثة أبعاد أساسية لخبرة الشعور بالوحدة النفسية:
- **البعد الأول العاطفة:** حيث يحتاج الأفراد دائماً إلى الصداقة العاطفية الحميمة من الأشخاص المقربين وإلى التأييد الاجتماعي ويتولد الشعور بالوحدة النفسية نتيجة لفقد الأفراد الشعور بالعاطفة من قبل الآخرين.
 - **البعد الثاني فقدان الأمل (اليأس أو الإحباط):** وهو شعور الفرد بالقلق المرتفع والضغط النفسي عند التوقع لاحتياجات لا تتحقق، مما يولد الشعور بالوحدة النفسية.
 - **البعد الثالث: المظاهر الاجتماعية:** وهي أن شعور الفرد بالوحدة النفسية يقف حائلاً أمام تكوين الصداقات مع الآخرين؛ مما يولد الشعور بالاكنتاب ويجعل الفرد فريسة للإدمان وانحراف المراهقين وقيامهم بسلوك يتسم بالعنف والعدوان.

٨- أهم الأضرار النفسية الناتجة عن الشعور بالوحدة النفسية:

يشير (Balazova et al (2016) إلى أن الشخص الذي يشعر بالوحدة النفسية يكون وعيه العام بذاته مرتفعًا، ويكون قلبيًا اجتماعيًا، ولديه مستويات عالية من الخجل وعدم السواء، وذو تقدير للذات منخفضًا، ولا يُحب الآخرين وتقبله لهم ضعيفًا، كما أن ارتفاع مستوى الشعور بالوحدة النفسية يؤثر على قدرات التفكير لدى المراهقين . كما أن هناك عدة متغيرات سلبية تصاحب خبرة الشعور بالوحدة النفسية وترتبط بها وتتضمن هذه المتغيرات: الاكتئاب، الاغتراب والحزن والأسى والحاجة إلى الألفة الاجتماعية واللامبالاة والتبذل العاطفي. كما أن هناك عوامل أخرى معينة مرتبطة بالشعور بالوحدة النفسية، كالضغوط النفسية، القلق، الملل النفسي، كراهية الذات، فقدان المهارات الاجتماعية، والجُناح.

٩- التغلب على الوحدة النفسية:

قد طور يونج نموذجًا لعلاج مشكلة العزلة الذي تضمن ست مراحل متدرجة وذلك كما يأتي: أن يشعر الفرد بالرضا عن نفسه، أن يشترك في نشاطات مع عدد من الأصدقاء، أن يميل نحو صديق يشعر بإمكانية عقد صداقة حميمة معه، إرساء علاقة حميمة مع صديق مناسب من خلال الإفصاح عن الذات، أن يشترك في إفصاح متبادل عن الذات مع صديق موثوق فيه، ودعم الشعور بالالتزام الوجداني لصديق اعتر بصداقته (Wedaloka et al., 2019, 37).

١٠- النظريات النفسية المفسرة للوحدة النفسية:

تعددت النظريات التي تناولت تفسير الوحدة النفسية، ومنها ما يأتي Dell et al (2019) و (Elhai et al (2018) و (Ye & Lin (2015) و (Tian (2016):

١- نظرية التحليل النفسي:

فسر "فرويد" الشعور بالوحدة النفسية بأنها عملية تتأخر لمكونات داخل الفرد الهو، الأنا، والأنا العليا، مما يؤدي إلى سوء توافق الفرد مع نفسه ومع بيئته، ويكمن النظر إلى الشعور بالوحدة النفسية بأنها نتيجة القلق العُصابي الطفولي، وله وسيلة دفاعية نفسية تعمل للحفاظ

على الشخصية من التهديد الناشئ من البيئة الاجتماعية ويعبر عنه في صورة عزلة أو انسحاب.

٢- نظرية التحليل النفسي الاجتماعية:

يرى "أدلر" أن الوحدة النفسية هي حالة عرض مرضي عُصابي للفرد، بحيث يكون غير مرغوب فيه اجتماعياً، ويعبر عنه بأنه خطأ في أسلوب حياة الفرد الذي تكوّن في طفولته، ويرى سوليفان أن الوحدة النفسية هي خبرة مؤلمة تربك تفكير الفرد، وهي تتبع من افتقاد الفرد للعلاقات الاجتماعية ويرى علماء الاجتماع أن مفهوم الوحدة النفسية يتحدد بمدى عزلة الفرد اجتماعياً عن الآخرين أي في ضوء إشباع حاجة الفرد إلى الانخراط في علاقات اجتماعية مع الآخرين.

٣- نظرية السمات ألبورت:

عبر "ألبورت" عن الشعور بالوحدة النفسية في عدم قدرة الفرد على تحقيق الذات، وانعدام الاهتمام الحقيقي في مجال العلاقات الاجتماعية، مع تركيزه الكلي على دوافعه ومقاصده الخارجية، مع نظرة سلبية على نفسه بفقدان الأمن الانفعالي وعدم تقبل الذات.

٤- نظرية التدرج الهرمي للحاجات الإنسانية:

فسّر "ماسلو" الوحدة النفسية بأنها تحدث نتيجة عدم إشباع حاجات الانتماء والحب، والوحيد نفسياً يكون مدفوعاً بجوع للاحتكاك والصدقة الحميمة والانتماء، والحاجة إلى التغلب على مشاعر الاغتراب والعزلة التي سادت بسبب الحراك الاجتماعي وتحطم الجماعات التقليدية، وبعثرة الأسرة والفجوة بين الأجيال بسبب التحضر المستمر واختفاء علاقة الوجه لوجه.

٥- نظرية التعلم الاجتماعي:

يرى كل من "الترز" و"باندورا" أن الشعور بالوحدة النفسية ينشأ على أساس التعلم بالملاحظة، ويؤدى وظيفة، لأنه سلوك ارتبط بالتعزيز من خلال أنموذج حقق نتائج، وهو عبارة عن إحساس الفرد بضعف فعالية الذات وفقد الإحساس بالأمن النفسي، وتوقعه عدم القدرة على السيطرة في المواقف الاجتماعية بجهوده الذاتية.

وتتبنى الباحثة وجهة نظر كل من نظرية التعلم الاجتماعي ونظرية التدرج الهرمي لـ ماسلو في تفسير مفهوم الشعور بالوحدة النفسية؛ حيث أن الفرد الذي يشعر بالوحدة النفسية هي نتيجة طبيعية لضعف ذاته وعدم القدرة على وعى وتنظيم وضبط الذات مما ينتج عنه الشعور بالوحدة النفسية والعزلة الاجتماعية.

دراسات سابقة:

في محاولة لمسح الدراسات السابقة في موضوع البحث الراهن؛ أمكن تصنيفها إلى المحاور الآتية:

المحور الأول- دراسات اهتمت بمتغيري اضطراب النوموفوبيا وهوس السيلفي:

هدفت دراسة (Delavar et al (2015) إلى اختبار فعالية برنامج سلوكي جدلي في خفض اضطراب النوموفوبيا وأثره على هوس السيلفي لدى المراهقين، وأيضًا الكشف عن دور جودة الحياة النفسية كعامل وسيط في فعالية البرنامج والذي استمر شهر ونصف على عينة بلغت (٨٥) من طلاب المدارس الثانوية. وأسفرت النتائج عن فعالية البرنامج السلوكي الجدلي لدى المجموعة التجريبية حيث انخفض معدل اضطراب النوموفوبيا لدى المراهقين، في حين ارتفعت درجاتهم على مقياس جودة الحياة النفسية، وأيضًا انخفاض هوس السيلفي.

وقد سعت دراسة (Oulasvirta et al (2018) إلى التحقق من علاقة زهاب فقدان الهاتف الذكي بظاهرة هوس السيلفي لدى عينة من الشباب (الذين يعانون القلق والاكتئاب). وقد بلغت العينة (١٩٥) شابًا. وبحثت الدراسة ما إذا كان هوس السيلفي يتوسط العلاقة بين زهاب فقدان الهاتف الذكي والقلق والاكتئاب. وأشارت النتائج إلى أن هوس السيلفي يعمل كوسيط بين زهاب فقدان الهاتف الذكي وأعراض القلق، كما توسطت العلاقة بين زهاب فقدان الهاتف الذكي والاكتئاب.

وافترضت دراسة (Stober (2018) أن الأفراد مرتفعي النوموفوبيا أكثر قابلية لهوس السيلفي وأكثر انخفاضًا في الأمن النفسي بطريقة أكثر من الأفراد منخفضي النوموفوبيا، وتضمنت عينة الدراسة من (٨٠) مراهقًا بالمرحلة الثانوية، والذين شاركوا في برنامج علاجي جماعي استمر لـ ٢٢ جلسة. وأكدت النتائج صحة الفروض حيث حقق الطلاب ذوي النوموفوبيا

المرتفعة تحسناً ملحوظاً بالطلاب الأقل معاناة من النوموفوبيا؛ نتيجة للبرنامج العلاجي القائم على اليقظة العقلية.

وقد أجرى Williams (2019) دراسة لمعرفة العلاقة بين اضطراب النوموفوبيا وهوس السيلفي، وما إذا كانت صورة الجسم تتوسط هذه العلاقة، وذلك لدى طلاب الجامعة، وبلغت العينة (٢٥٣) طالباً جامعياً. وكشفت النتائج أن صورة الجسم تتوسط العلاقة بين النوموفوبيا وهوس السيلفي لدى الطلاب مرتفعي النوموفوبيا والذين لديهم مستويات منخفضة من إدراك صورة الجسم، كما أن هوس السيلفي يرتبط سالباً مع النوموفوبيا.

اهتم Longley et al (2020) بدراسة دور النوموفوبيا وعلاقتها بكل من تصوير الذات "السيلفي" والثقة بالنفس، وافترضت الدراسة أن المستويات المرتفعة من النوموفوبيا يمكن أن ترتبط بدوافع أخذ صور السيلفي، وكذلك الثقة بالنفس، وذلك على عينة من المراهقين بلغت (١٥٥) (٧٠) من الذكور و (٧٥) من الإناث، وأظهرت النتائج أن النوموفوبيا ارتبطت بهوس السيلفي، كما ارتبطت بمستويات منخفضة من الثقة بالنفس، وأن تصوير الذات "السيلفي" يمكن أن يتوسط العلاقة بين النوموفوبيا والثقة بالنفس، وأن تصوير الذات "السيلفي" ارتبط بمستويات منخفضة من الثقة بالنفس.

كما فحصت دراسة Antonio et al (2020) العلاقة بين اضطراب النوموفوبيا وإدمان الانترنت وهوس التقاط الصور الذاتية لدى طلاب المرحلة الثانوية، وبلغت عينة الدراسة (٢٢٠) طالباً، بهدف الكشف عن حجم العلاقة بين اضطراب النوموفوبيا وهوس التقاط الصور الذاتية، وما إذا كان إدمان الانترنت يتوسط العلاقة بين اضطراب النوموفوبيا وهوس التقاط الصور الذاتية، وقياس مدى الفروق بين الطلاب في مستوى اضطراب النوموفوبيا وفقاً للتخصص، وكشف تحليل المسار عن وجود علاقة اضطراب النوموفوبيا وهوس التقاط الصور الذاتية، في حين كانت العلاقة بين اضطراب النوموفوبيا وإدمان الانترنت غير دالة إحصائياً.

كما بحثت دراسة Garbarino (2020) فحص العلاقة بين رهاب الخوف من فقدان الاتصال بالهاتف المحمول والتقاط صور السيلفي ومفهوم الذات لدى عينة من المراهقين بمرحلة التعليم المتوسطة، وبلغت العينة (٣٣٨) مراهقاً، وقد أجاب المراهقون عن مقياس للرهاب من فقدان الهاتف المحمول ومقياس لهوس التقاط صور السيلفي، ومفهوم الذات. وأوضحت النتائج

أن اضطراب النوموفوبيا يتنبأ بهوس التقاط صور السيلفي من خلال التقارير الذاتي للمراهقين وتقييم الوالدين لدوافع أبنائهم لالتقاط صور ذاتية.

كما درس (Tobari (2021) العلاقة بين إدمان الانترنت والهاتف المحمول والقلق الاجتماعي وهوس تصوير الذات لدى عينة بلغت (٣٧٠) من الراشدين اليابانيين. وطُبق عليهم مقياسًا لإدمان الانترنت والهاتف المحمول وآخر للقلق الاجتماعي ومقياسًا لهوس تصوير الذات. وأوضحت النتائج أن إدمان الانترنت والهاتف المحمول يرتبطان بالقلق الاجتماعي وهوس تصوير الذات، كما كشفت النتائج أن إدمان الانترنت والهاتف المحمول يتوسطا العلاقة بين القلق الاجتماعي وهوس تصوير الذات.

في حين هدفت دراسة (Phillips & Grieve (2021) الكشف عن العلاقة بين زُهاب فقدان الهاتف المحمول والصحة النفسية واضطراب هوس السيلفي لدى البالغين ذوي اضطرابات نفسية وسلوكية، وبلغت العينة (١٤٨) فردًا، وأشارت النتائج إلى وجود ارتباط إيجابي بين زُهاب فقدان الهاتف المحمول واضطراب هوس السيلفي، ووجود ارتباط سلبي بين زُهاب فقدان الهاتف المحمول والصحة النفسية، كما ظهرت الصحة النفسية كعامل وسيط في العلاقة بين زُهاب فقدان الهاتف المحمول واضطراب هوس السيلفي.

المحور الثاني - دراسات اهتمت بمتغيري اضطراب النوموفوبيا والوحدة النفسية:

وبحثت دراسة (Dennis & Walls (2015) علاقة زُهاب فقدان الهاتف المحمول والوحدة النفسية والأداء الأكاديمي لدى طلاب الجامعة في الهند، بلغت عينة الدراسة (٢٩٥) طالبًا طُبق عليهم مقياس زُهاب فقدان الهاتف المحمول ومقياس الوحدة النفسية، وأسفرت النتائج عن معاناة الطلاب من الوحدة النفسية يصاحبه انخفاض في الأداء الأكاديمي، كما أن هناك علاقة موجبة بين زُهاب فقدان الهاتف المحمول والوحدة النفسية، وأن النوموفوبيا والشعور بالوحدة النفسية يتنبأان بالأداء الأكاديمي.

كما هدفت دراسة مصطفى عبدالنواب (٢٠١٨) إلى التحقق من صحة النموذج البنائي للعلاقات السببية بين إدمان الهاتف المحمول والإفصاح عن الذات عبر الهاتف المحمول والشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب الجامعة، وأيضًا الكشف عن الفروق في إدمان الهاتف المحمول طبقًا للمتغيرات الديموغرافية (النوع، الفرقة الدراسية، ومنطقة السكن)، والسمات النفس - اجتماعية المميزة لطلاب الجامعة ذوي إدمان الهاتف المحمول، وأسفرت النتائج عن

وجود فروق دالة إحصائية على مقياس إيمان الهاتف المحمول تُعزى للنوع وذلك في اتجاه الإناث، كما اوضحت النتائج أن حوالي ٤٤٪ من عينة الدراسة مدمنون للهاتف المحمول. كما هدفت دراسة هبة محمد (٢٠١٩) إلى التنبؤ بالنوموفوبيا (أو الخوف من فقدان الهاتف والقلق المُصاحب له) في ضوء عدد من المتغيرات الشخصية (الوحدة النفسية، والسعادة الشخصية، والاندفاعية)، وعدد آخر من المتغيرات الديموجرافية (النوع، والعمر، والتخصص الدراسي، وعدد سنوات امتلاك الهاتف، ونمط استخدام الهاتف الذكي)، وذلك لدى عينة من طلاب الجامعة. مع محاولة التعرف على الفروق في النوموفوبيا بين الطلاب وفقاً للمتغيرات الديموجرافية محل الاهتمام. واشتملت عينة الدراسة الإجمالية على (٢٦٣)، وتم استخدام كل من مقياس النوموفوبيا (من إعداد الباحثة)، ومقياس الوحدة النفسية (من إعداد الدسوقي (٢٠١٣) ومقياس الاندفاعية (ترجمة زيادة (٢٠١٨)). وبينت النتائج أن الاندفاعية كانت أكثر المتغيرات تنبؤاً بالنوموفوبيا مقارنة بالوحدة النفسية والسعادة الشخصية. وكذلك كان نمط استخدام الهاتف والتخصص أكثر تنبؤاً بالنوموفوبيا من متغيرات: النوع والعمر وعدد سنوات امتلاك الهاتف. ووجدت فروقاً دالة إحصائية في النوموفوبيا في اتجاه الطلاب الأصغر سناً مقارنة بالطلاب الأكبر سناً. ووجدت الأعمار من فروق دالة إحصائية بين درجات الطلاب في النوموفوبيا وفقاً لنمط استخدام الطلاب للهاتف الذكي في اتجاه من يستخدمونه لقتل الوقت والملل.

كما هدفت دراسة سمر شحاتة وآخرون (٢٠١٩) إلى التعرف على النوموفوبيا وبعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلبة كلية التربية بجامعة المنوفية، دراسة تنبؤية. وتمثلت أدوات البحث في مقياس النوموفوبيا، ومقياس الشعور بالوحدة النفسية، ومقياس تقدير الذات، ومقياس القلق الاجتماعي، ومقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، وتم تطبيقها على عينة من طالبات الفرقة الثالثة شعبة الطفولة بكلية التربية جامعة المنوفية، والبالغ قوامها (٢٤٠) طالبة. وجاءت نتائج البحث مؤكدة على وجود علاقة موجبة دالة بين درجات الطلاب على مقياس النوموفوبيا ودرجاتهم على مقياس الوحدة النفسية، ووجود علاقة سالبة بين درجات الطلاب على مقياس النوموفوبيا ودرجاتهم على مقياس تقدير الذات. في حين أجرى (Birle & Bosca (2019) دراسة عن النوموفوبيا والوحدة النفسية، واستكشاف الطرائق التي تعزز الشفقة بالذات لدى طلاب الجامعة، وبلغت العينة (١٧٥) طالباً،

كما افترضت الدراسة أن الوحدة النفسية تعمل وسيطاً محتملاً بين النوموفوبيا والشفقة بالذات، وكشف تحليل المسار عن العلاقات بين المتغيرات، وأن كلاً من النوموفوبيا والوحدة النفسية عملوا كوسيطين لتحقيق الشفقة بالذات، ووضعوا نموذجاً يصور العلاقة المتبادلة بين النوموفوبيا والوحدة النفسية كعوامل مستقلة والشفقة بالذات كعامل تابع.

كما قارن (Navaei et al (2020) من خلال دراستهم بين الوحدة النفسية والنوموفوبيا وعدم الصلابة النفسية كؤشرات لجودة الحياة النفسية لدى عينة بلغت (٣٣٠) مراهقاً، وأكدت النتائج أن الوحدة النفسية لديها قدرة تنبؤية أكبر من النوموفوبيا على جودة الحياة النفسية. كما تنبأت عدم الصلابة النفسية بالمؤشرات السلبية لجودة الحياة النفسية، في حين أظهرت النتائج أن الوحدة النفسية وعدم الصلابة النفسية كشفوا عن علاقتهم بجودة الحياة النفسية بشكل أوضح مقارنة بالنوموفوبيا.

أجرى إسلام عبدالوارث (٢٠٢٠) دراسة هدفت إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين النوموفوبيا وكل من الشعور بالوحدة النفسية والأداء الأكاديمي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، وتحديد ما إذا كانت هناك فروق في النوموفوبيا، والشعور بالوحدة النفسية، والأداء الأكاديمي ترجع إلى متغير الجنس (ذكور - إناث) بالمرحلة الابتدائية، وقد تكونت عينة البحث من (١٢٠) تلميذ وتلميذة من تلاميذ الصف السادس الابتدائي (٦٠) ذكور، و(٦٠) إناث، وتم تطبيق: مقياس النوموفوبيا، ومقياس الشعور بالوحدة النفسية، وتوصل النتائج إلى أنه: توجد علاقة ارتباطية دالة بين النوموفوبيا والشعور بالوحدة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث على مقياس النوموفوبيا لصالح الإناث. وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث على مقياس الشعور بالوحدة النفسية لصالح الإناث.

كما هدفت دراسة (Allen & Leary (2021) إلى استكشاف ما إذا كان زهاب فقدان الهاتف المحمول والوحدة النفسية يتوسطان العلاقة بين الشعور بالتماسك والأمل، لدى عينة قوامها (٤١٠) من الشباب البالغين. وأسفرت النتائج عن أن بعدين من ابعاد مقياس زهاب فقدان الهاتف المحمول وبعدين من ابعاد الوحدة النفسية يتنبأ بالشعور بالتماسك مباشرة، وبالأمل بطريقة غير مباشرة، وأن زهاب الهاتف المحمول والوحدة النفسية يُعدان كوسيطين للعلاقة بين الشعور بالتماسك والأمل.

المحور الثالث- دراسات اهتمت باضطراب النوموفوبيا وهوس السيلفي والوحدة النفسية: أما (Myers & Park 2015) فقد أجرى دراسة هدفت إلى استكشاف علاقة النوموفوبيا، والعزلة النفسية- الاجتماعية وظاهرة هوس السيلفي، لدى عينة من الراشدين، بلغت عينة الدراسة (٤٤٢) فردًا طُبّق عليهم مقياسًا للنوموفوبيا، ومقياسًا للوحدة النفسية- الاجتماعية، وآخر لقياس ظاهرة هوس السيلفي، وأسفرت النتائج عن أن هوس السيلفي والعزلة النفسية- الاجتماعية تتنبأ باضطراب النوموفوبيا لدى عينة الدراسة، وأن العزلة النفسية- الاجتماعية تتوسط جزئيًا العلاقة بين النوموفوبيا وهوس السيلفي.

فحصت دراسة (Zethren 2018) العلاقة الارتباطية والقدرة التنبؤية لكل من زهاب فقدان الهاتف المحمول وهوس تصوير الذات والاعتراب النفسي لدى المراهقين، وبلغت عينة الدراسة (١١٠) مراهقًا، وأظهرت النتائج أن معدلات هوس السيلفي والاعتراب النفسي تتنبأ بمعدلات زهاب فقدان الهاتف المحمول، وأن هوس تصوير الذات كان مؤشرًا أفضل للوحدة النفسية من زهاب فقدان الهاتف المحمول، كما وجدت فروق بين الذكور والإناث في الاعتراب النفسي، وأن الإناث حققن مستويات مرتفعة من هوس تصوير الذات ومن زهاب فقدان الهاتف المحمول.

في حين أجرى (Hughes 2019) دراسة لقياس مستويات زهاب فقدان الهاتف المحمول وهوس التقاط الصور الذاتية وأثرهم في العزلة والانطواء لدى عينة من المراهقين، وبلغت العينة (١٤٢) مراهقًا من الذكور والإناث في الصين، طُبّق عليهم مقياسًا زهاب فقدان الهاتف المحمول ومقياس هوس التقاط الصور الذاتية، ومقياس العزلة والانطواء كلها (من إعداد الباحث). وأظهرت النتائج ارتباط العزلة والانطواء بهوس التقاط الصور الذاتية بدرجة أكبر مقارنة بعلاقة العزلة والانطواء بزهاب فقدان الهاتف المحمول لدى عينة الدراسة، كما أشارت إلى أن زهاب فقدان الهاتف المحمول يرتبط إيجابيًا بتصوير الذات (السيلفي)، وارتبط سلبًا بالعزلة والانطواء.

كما اختبرت دراسة (Rahimi 2020) أثر برنامج إرشادي بالمعنى لخفض مظاهر الخوف المرضي من فقدان الهاتف الذكي والوحدة النفسية واضطراب هوس السيلفي لدى عينة من الشباب الجامعي في إيران، وبلغت عينة الدراسة (٢٣٠) طالبًا، وأظهرت النتائج من خلال الجلسات التي تضمنها برنامج الإرشاد بالمعنى، والذي استمر ستة أسابيع أظهرت المجموعة

التجريبية انخفاض في مستوى النوموفوبيا والوحدة النفسية، كما انخفض اضطراب هوس السيلفي نتيجة للبرنامج الارشادي الذي حقق نتائج إيجابية على الجوانب السلوكية والمعرفية والانفعالية. التعقيب على الدراسات السابقة:

يتضح من العرض السابق لدراسات سابقة قد أُجريت في هذا السياق النقاط الآتية:

- اتفقت عديد من الدراسات السابقة على وجود علاقة ارتباطية بين النوموفوبيا والعديد من المتغيرات النفسية السلبية كهوس السيلفي، القلق الاجتماعي، الاكتئاب، انخفاض إدراك صورة الجسم، والأمن النفسي، وإدمان الانترنت، انخفاض الثقة بالنفس، كما في دراسات كل من: (Phillips & Grieve (2021)، (Williams (2017)، (Oulasvirta et al (2018)، (Williams (2019)، (Longley et al (2020)، (Antonio et al (2020)، (Tobari (2021).
- أشارت نتائج بعض الدراسات إلى أهمية استخدام برامج إرشادية لخفض اضطراب النوموفوبيا وهوس السيلفي كدراسة: (Rahimi (2020، كما أنهما يُعدان عوامل وسيطة للوصول إلى مفهوم الذات والثقة بالنفس، وجودة الحياة النفسية كما في دراسات: (Garbarino (2020، (Longley et al (2020)، (Navaei et al (2020).
- أبرزت معظم نتائج الدراسات قدرة هوس السيلفي على التنبؤ بالنوموفوبيا كدراسة: (Rahimi (2020).
- أبرزت معظم نتائج الدراسات قدرة الشعور بالوحدة النفسية على التنبؤ بالنوموفوبيا كدراسة: (Navaei et al., 2020).
- يتضح من العرض السابق عدم توافر بحوث عربية- في حدود ما اطلعت عليه الباحثة- تناولت العلاقات السببية بين متغير النوموفوبيا ومتغيرات البحث الحالي الأخرى، كما أن معظم البحوث الأجنبية اهتمت بدراسة العلاقة بين المتغيرات دون الالتفات إلى وضع نموذج بنائي للعلاقات السببية بين هذه المتغيرات، فضلاً عن أن الاهتمام بطلاب التعليم الفني كما عكسته الدراسات السابقة كان نادراً.

أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة:

تمثلت في تحديد مشكلة البحث، واختيار العينة، حيث جاءت من طلاب التعليم الفني، كما ظهرت أوجه الاستفادة في صياغة المفاهيم الإجرائية، وإثراء الإطار النظري للبحث، وصياغة الفروض في ضوء ما أسفرت عنه الدراسات السابقة من نتائج، وإعداد أدوات البحث، فضلاً عما يمكن استخلاصه من تعزيزات للنتائج عند مناقشتها لاحقاً، وأيضاً في صياغة التوصيات والمقترحات.

أما عن الجديد الذي يضيفه البحث الحالي فيتمثل فيما يأتي:

- من حيث الموضوع: أظهرت الدراسات السابقة – وإن كانت قليلة – اهتماماً ملحوظاً بدراسة كل من اضطراب النوموفوبيا وهوس السيلفي والوحدة النفسية – كل على حدة – في علاقتهما ببعض المتغيرات الأخرى إلا أنه قد تبين ندرة الدراسات التي بحثت العلاقة السببية بين المتغيرات الثلاثة التي تناولها البحث الراهن.
- من حيث العينة: عدم وجود دراسة عربية – في حدود علم واطلاع الباحثة – اهتمت ببناء نموذج للعلاقات السببية بين متغيرات البحث الراهن لدى طلاب التعليم الفني.
- من حيث الأدوات: تم إعداد مقاييس لتقدير كل من اضطراب النوموفوبيا وهوس السيلفي والوحدة النفسية؛ بما يتفق وخصائص عينة البحث من طلاب التعليم الفني.

فروض البحث:

- ١- لا يوجد تأثير دال لمتغير النوع (ذكور/ إناث)، والتخصص (صناعي – تجاري – زراعي)، والتفاعل بينهم على درجات مقياس اضطراب النوموفوبيا لدى طلاب التعليم الفني.
- ٢- يُسهم هوس السيلفي إسهاماً دالاً إحصائياً في التنبؤ بمتغير اضطراب النوموفوبيا لدى طلاب التعليم الفني.
- ٣- يُسهم الشعور بالوحدة النفسية إسهاماً دالاً إحصائياً في التنبؤ بمتغير اضطراب النوموفوبيا لدى طلاب التعليم الفني.
- ٤- تُشكل متغيرات الدراسة نموذجاً بنائياً يفسر العلاقات السببية بين متغيرات الدراسة (اضطراب النوموفوبيا، هوس السيلفي، الوحدة النفسية) لدى طلاب التعليم الفني.

إجراءات البحث وخطواته:

أولاً- منهج البحث:

تقوم البحوث الوصفية الارتباطية بدراسة العلاقة بين المتغيرات المختلفة، أو تتنبأ بحدوث متغيرات من متغيرات أخرى؛ وتستخدم في ذلك أساليبًا إحصائية متقدمة؛ مثل التحليل العاملي، تحليل المسار، والانحدار المتعدد وغيرها. وبما أن هدف البحث الراهن الوصول إلى نموذج بنائي للعلاقات بين متغيرات النوموفوبيا وهوس السيلفي والشعور بالوحدة النفسية؛ فإن المنهج الوصفي هو الأكثر ملائمة لأهداف وفروض البحث الحالي.

ثانياً- عينة البحث:

أ- عينة تقنين أدوات البحث:

أختيرت عينة تقنين أدوات البحث بطريقة عشوائية من طلاب وطالبات مدارس التعليم الثانوي الفني (الصناعي، التجاري، الزراعي) ذو نظام الثلاث سنوات، بمدينة العريش - محافظة شمال سيناء، وتكونت العينة من (١٦٧) طالبًا وطالبة منهم (٥٧) طالبًا، و (١١١) طالبة، بمتوسط عمري قدره (١٦.٧١) عامًا، وانحراف معياري قدره (٠.٨٣)؛ وذلك بهدف تقنين أدوات البحث، والوقوف على بعض الصعوبات التي يمكن أن تظهر عند التطبيق النهائي، ومن ثم التغلب عليها.

ب- العينة الأساسية:

تم تطبيق أدوات البحث على عينة مكونة من (٥٨٩) طالبًا من طلاب مدارس التعليم الفني، بواقع (٢٠٩) طالبًا وطالبة من طلاب التعليم الثانوي الصناعي، و (١٩٢) طالبًا وطالبة من طلاب التعليم الثانوي التجاري، و (١٨٨) طالبًا وطالبة من طلاب التعليم الثانوي الزراعي، بمتوسط عمري قدره (١٦.٩٥) عامًا، وانحراف معياري قدره (٠.٩٧)، والجدول الآتي يوضح توزيع أفراد العينة الأساسية وفقًا للنوع والتخصص:

جدول (١) توزيع أفراد العينة الأساسية وفقًا للنوع والتخصص الدراسي

| النوع / التخصص | ذكور | إناث | العينة ككل | النسبة المئوية |
|-----------------|------|------|------------|----------------|
| الثانوي الصناعي | ٧٥ | ١٣٤ | ٢٠٩ | ٣٥.٤٨% |
| الثانوي التجاري | ٧١ | ١٢١ | ١٩٢ | ٣٢.٦٠% |

| | | | | |
|-----------------|-----|-----|-----|--------|
| الثانوي الزراعي | ٦٢ | ١٢٦ | ١٨٨ | ٣١.٩٢% |
| العينة ككل | ٢٠٨ | ٣٨١ | ٥٨٩ | ١٠٠% |

ثالثاً- أدوات البحث:

لتحقيق أهداف البحث الحالي والتحقق من فروضه، قامت الباحثة بإعداد ما يأتي من

أدوات:

- ١- مقياس اضطراب النوموفوبيا لدى طلاب التعليم الفني. "إعداد/ الباحثة"
 - ٢- مقياس هوس السيلفي لدى طلاب التعليم الفني. "إعداد/ الباحثة"
 - ٣- مقياس الشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب التعليم الفني. "إعداد/ الباحثة"
- وفيما يأتي وصفاً للإجراءات التي قامت بها الباحثة لإعداد أدوات البحث، وحساب الخصائص السيكومترية لكل أداة من الأدوات:

١- مقياس اضطراب النوموفوبيا لدى طلاب التعليم الفني (إعداد/ الباحثة)

تضمن إعداد المقياس الخطوات الآتية:

أ- الهدف من المقياس:

يهدف المقياس الحالي إلى قياس مستوى اضطراب النوموفوبيا لدى طلاب التعليم الفني، وتوفير أداة سيكومترية مقننة ومناسبة للبيئة المصرية ولأهداف البحث وعينته.

ب- مصادر إعداد المقياس:

(أ) قامت الباحثة بمراجعة محتوى الدراسات والبحوث السابقة والأطر النظرية (عربياً وأجنبياً) والتي تناولت مفهوم النوموفوبيا ومنها دراسات: (Dongre et al (2017)، (Han & Kim (2017)، (Oulasvirta et al (2018)، (Farooqui et al (2018)، سمر شحاتة وآخرون (٢٠١٩)، هبة محمد (٢٠١٩)، (Daei et al (2019)، (Williams (2019)، (Bhattacharya et al (2019)، (Galhardo et al (2020)، إسلام عبدالوارث (٢٠٢٠).

(ب) تم الاطلاع على مجموعة من المقاييس والاختبارات التي تقيس اضطراب النوموفوبيا ومنها: مقياس (Allen & Leary (2021)، ومقياس زهاب فقدان الهاتف المحمول إعداد هبة محمد (٢٠١٩)، ومقياس النوموفوبيا إعداد (Dennis & Walls (2015)، ومقياس النوموفوبيا إعداد (Tavolacci et al (2015)، ومقياس زهاب فقدان الهاتف المحمول إعداد

Tobari (2021)، وPhillips & Grieve (2021)، ومقياس إدمان الانترنت والهاتف المحمول إعداد Antonio et al (2020)، ومقياس رُهاب فقدان الهاتف المحمول إعداد Zethren (2018)، ومقياس النوموفوبيا إعداد Tams et al (2018)، ومقياس الخوف المرضي من فقدان الهاتف الذكي إعداد Rahimi (2020)، ومقياس النوموفوبيا إعداد هناء شوقي (٢٠٢٢).

ج- وصف المقياس:

وفي ضوء ذلك قامت الباحثة بتحديد أبعاد مقياس اضطراب النوموفوبيا في أربعة أبعاد هي: عدم القدرة على التواصل (١٠) عبارات، فقدان الاتصال (١١) عبارة، عدم القدرة على الوصول إلى المعلومات (١٢) عبارة، التخلي عن وسائل الراحة (١١) عبارة. وبذلك تضمن المقياس في صورته الأولية (٤٤) عبارة.

د- الخصائص السيكومترية لمقياس اضطراب النوموفوبيا لدى طلاب التعليم الفني:

قامت الباحثة بحساب صدق وثبات مقياس اضطراب النوموفوبيا من خلال تطبيقه على عينة التقنين وقوامها (١٦٧) طالبًا وطالبة من طلاب مدارس التعليم الفني بمدينة العريش- محافظة شمال سيناء، وتم استبعاد هذه العينة من العينة الكلية التي أُختيرت منها عينة البحث الأساسية وفيما يأتي عرض لنتائج التقنين:

(١) صدق المقياس: تم حساب صدق المقياس بالطرق الآتية:

▪ صدق المحكمين وصدق المحتوى بمعادلة Lawshe Content Validity

:Ratio (CVR)

قامت الباحثة بعرض المقياس في صورته الأولية المُكونة من (٤٤) عبارة على (٩) محكمين من أساتذة الصحة النفسية وعلم النفس بالجامعات المصرية للحكم على المقياس، ومدى مناسبته لعينة البحث من طلاب التعليم الفني، ومدى صلاحية العبارات ودقة صياغتها، ومدى انتماء كل عبارة إلى البُعد الخاص بها، واقتراح التعديلات المناسبة، والملاحظات حول المقياس. وتم حساب نسب اتفاق المحكمين على كل مفردة من مفردات المقياس من حيث: مدى تمثيل مفردات المقياس لقياس اضطراب النوموفوبيا. وقد تضمن المقياس التعريف الإجرائي لاضطراب النوموفوبيا ولكل بعد من أبعاده على حدة. وكذلك قامت الباحثة بحساب

صدق المحتوى باستخدام معادلة Lawshe Content Validity Ratio (CVR) لكل مفردة من مفردات مقياس النوموفوبيا.

ويوضح الجدول الآتي نسب اتفاق السادة المحكمين ومعامل صدق لوش Lawshe لمفردات مقياس اضطراب النوموفوبيا لدى طلاب التعليم الفني.

جدول (٢) نسب اتفاق المحكمين ومعامل صدق لوش لمفردات مقياس اضطراب

النوموفوبيا ن = (١٦٧)

| م | العدد الكلي للمحكمين | عدد مرات الاتفاق | عدد مرات الاختلاف | نسبة الاتفاق % | معامل صدق لوش CVR | القرار الخاص بالمفردة |
|----|----------------------|------------------|-------------------|----------------|-------------------|-----------------------|
| ١ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠ | ١.٠٠٠ | تُقبل |
| ٢ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتُقبل |
| ٣ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠ | ١.٠٠٠ | تُقبل |
| ٤ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠ | ١.٠٠٠ | تُقبل |
| ٥ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتُقبل |
| ٦ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠ | ١.٠٠٠ | تُقبل |
| ٧ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠ | ١.٠٠٠ | تُقبل |
| ٨ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُقبل |
| ٩ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠ | ١.٠٠٠ | تُقبل |
| ١٠ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠ | ١.٠٠٠ | تُقبل |
| ١١ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُقبل |
| ١٢ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتُقبل |
| ١٣ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠ | ١.٠٠٠ | تُقبل |
| ١٤ | ٩ | ٩ | ١ | ١٠٠.٠٠ | ١.٠٠٠ | تُقبل |
| ١٥ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتُقبل |
| ١٦ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠ | ١.٠٠٠ | تُقبل |
| ١٧ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠ | ١.٠٠٠ | تُقبل |
| ١٨ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠ | ١.٠٠٠ | تُقبل |
| ١٩ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠ | ١.٠٠٠ | تُقبل |

| م | العدد الكلي للمحكمن | عدد مرات الاتفاق | عدد مرات الاختلاف | نسبة الاتفاق % | معامل صدق لوش CVR | القرار الخاص بالمفردة |
|---|---------------------|------------------|-------------------|----------------|-------------------|-----------------------|
| ٢٠ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتقبل |
| ٢١ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تُقبل |
| ٢٢ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتقبل |
| ٢٣ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتقبل |
| ٢٤ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تُقبل |
| ٢٥ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تُقبل |
| ٢٦ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تقبل |
| ٢٧ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تقبل |
| ٢٨ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتقبل |
| ٢٩ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تقبل |
| ٣٠ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تقبل |
| ٣١ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتقبل |
| ٣٢ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتقبل |
| ٣٣ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تقبل |
| ٣٤ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتقبل |
| ٣٥ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تقبل |
| ٣٦ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تقبل |
| ٣٧ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تقبل |
| ٣٨ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تقبل |
| ٣٩ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تقبل |
| ٤٠ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتقبل |
| ٤١ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تقبل |
| ٤٢ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تقبل |
| ٤٣ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتقبل |
| ٤٤ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتقبل |
| متوسط النسبة الكلية للاتفاق على المقياس | | | | | | %٩٥.٤٧٦ |

| م | العدد الكلي للمحكمن | عدد مرات الاتفاق | عدد مرات الاختلاف | نسبة الاتفاق % | معامل صدق لوش CVR | القرار الخاص بالمفردة |
|---|--|------------------|-------------------|----------------|-------------------|-----------------------|
| | متوسط نسبة صدق المحتوى بمعادلة لوش ككل | | | | | |
| | | | | | ٠.٩٨١ | |

يُلاحظ من الجدول السابق أن نسب اتفاق السادة المحكمن على مفردات مقياس اضطراب النوموفوبيا لدى طلاب التعليم الفني تراوحت بين (٨٨.٨٨ - ١٠٠٪). كما اتضح اتفاق المحكمن على مفردات المقياس بنسبة اتفاق كلية بلغت (٩٥.٤٧٦٪). وعن نسبة صدق المحتوى بمعادلة لوش (CVR) اتضح أن جميع مفردات المقياس تمتعت بقيمة صدق محتوى مقبولة. كما بلغ أيضًا متوسط نسبة صدق المحتوى للمقياس ككل (٠.٩٨١)؛ وهي بذلك تُعد نسبة صدق جيدة.

وفي ضوء توجيهات السادة المحكمن؛ قامت الباحثة بإعادة صياغة بعض عبارات المقياس، ونقل بعض العبارات من بعدٍ لآخر أكثر مناسبة لها. ثم رتبت الباحثة عبارات المقياس بعد إجراء جميع التعديلات، وكل عبارة لها اختيار من خمسة، وفقًا لتدرج ليكرت الخماسي وهي (دائمًا-غالبًا- أحيانًا- نادرًا- أبدًا)، لكل منها درجة معينة (١-٢-٣-٤-٥) وذلك بناءً على مفتاح التصحيح.

▪ الصدق العاملي:

استخدمت الباحثة التحليل العاملي الاستكشافي Exploratory factor Analysis لحساب صدق المقياس؛ وذلك بوصفه أسلوبًا إحصائيًا؛ يهدف إلى رد الكثير من المتغيرات إلى عدد مُحدد من العوامل، واستخدم هذا الأسلوب وفقًا لطريقة المكونات الأساسية Components Principal Method، التي وضعها (Hotelling)، وقد تم تدوير المحاور تدويرًا متعامدًا بطريقة الفاريماكس Varimax Rotation وفقًا لمحك كاييزر (Kaiser)، وبما أنه كان الهدف يتمثل في استخراج عوامل عريضة تتسم بالاستقرار وعدم التغير؛ لذا فقد وُضعت معايير تحكيمية وهي: العامل الجوهري ما كان له جذر كامن < 0.01 ومحك التشعب للبناء على العامل < 0.3 ، وأن يتشعب جوهريًا على العوامل (٣) بنود على الأقل.

إذ أنها تُعد بمثابة معيارٍ له استقرار، وقد تم إجراء التحليل العاملي لعدد (٤٤) مفردة، وقد بلغت عينة التحليل كذلك (١٦٧) من طلاب التعليم الفني، وقد أسفرت نتائج التحليل العاملي لعبارات المقياس عن وجود (٤) عوامل جذرها الكامن أكبر من الواحد الصحيح، وقد

فسرت (٦٨.٧٤٪) من التباين الكلي، والجدول الآتي يوضح مصفوفة العوامل الدالة إحصائيًا وتشبعاتها بعد تدوير المحاور تدويرًا متعامدًا، وأيضًا الجذر الكامن، ونسبة التباين لكل عامل ونسب الشيوخ لعبارات المقياس.

جدول (٣) نتائج التحليل العاملي الاستكشافي لمقياس اضطراب النوم فوبيا ن = (١٦٧)

| نسبة الشيوخ | العوامل | | | | المفردات | نسبة الشيوخ | العوامل | | | | المفردات |
|-------------|---------|--------|--------|-------|----------|-------------|---------|--------|--------|-------|----------|
| | الرابع | الثالث | الثاني | الأول | | | الرابع | الثالث | الثاني | الأول | |
| .٦٥١ | | | | .٤٤٥ | ٣ | .٣٩٠ | .٥٣٣ | | | | |
| .٦٦٧ | .٦٩٥ | | | | ٤ | .٦١٩ | .٧٦٥ | | | | |
| .٧٠٨ | | | .٥٦١ | | ٥ | .٥٢٠ | | | .٦٠٩ | | |
| .٦٠١ | | | | .٦٠٩ | ٦ | .٤١٥ | | .٧١٣ | | | |
| .٤٣١ | | .٧١٨ | | | ٧ | .٥١٥ | .٦١٩ | | | | |
| .٤٧٥ | | .٦٣٤ | | | ٨ | .٣٣٦ | | | .٧١٢ | | |
| .٥٢١ | .٧٤٠ | | | | ٩ | .٥١٦ | .٤٠٤ | | | | |
| .٥٢٤ | | | | .٧٢٤ | ١٠ | .٣٩٠ | .٧٠١ | | | | |
| .٦٥١ | | | | .٥١٤ | ١ | .٤٩١ | | .٥٠٩ | | | |
| .٨٦٣ | .٦٤٥ | | | | ٢ | .٤٨٦ | .٤٧١ | | | | ٠ |
| .٣٣٦ | | | .٧٧٦ | | ٣ | .٥٥٣ | .٤٦٥ | | | | ١ |
| .٤٧٣ | | | .٦٩١ | | ٤ | .٧٣٠ | | | .٧٢٠ | | ٢ |

| | | | | | |
|---|------|------|---|------|------|
| ٣ | .٦٢٤ | .٦٩١ | ٥ | .٨١٩ | .٦٥٢ |
| ٤ | .٦٦٥ | .٧٩٩ | ٦ | .٦١٣ | .٧٣٠ |
| ٥ | .٧٠٦ | .٥٢٨ | ٧ | .٦٤٠ | .٥١١ |
| ٦ | .٧٨٥ | .٤٨٣ | ٨ | .٤٤٣ | .٥٦٦ |
| ٧ | .٤٧٩ | .٦٤٠ | ٩ | .٧٢٠ | .٦٧٨ |
| ٨ | .٤٠٦ | .٨٢٥ | ٠ | .٨٢٣ | .٤٧٣ |
| ٩ | .٤١٨ | .٣٣٦ | ١ | .٤٤٧ | .٤٧٦ |
| ٠ | .٤٤٦ | .٤٧٢ | ٢ | .٧٦٥ | .٥٣٨ |
| ١ | .٦٩٧ | .٤٤٤ | ٣ | .٦٤٠ | .٧٠٨ |
| ٢ | .٤٤٦ | .٤٠٣ | ٤ | .٧٥١ | .٦٠٧ |

جدول (٤) الجذور الكامنة ونسب التباين للعوامل المستخلصة من التحليل العاملي لعبارات
المقياس بعد التدوير

| العوامل | الأول | الثاني | الثالث | الرابع |
|---|--------|--------|--------|--------|
| الجذور الكامنة | ٣.٦٦ | ٤.٧٩ | ٤.٧٧ | ٥.٦٩ |
| نسبة التباين | %١١.٤١ | %١٣.٢٥ | %١٦.٣٩ | %١٩.٥٢ |
| النسبة المئوية للتباين الكلي للعوامل الأربعة المستخلصة %٧١.٦٤ | | | | |

ومن جدول (٤) يمكن استخلاص العوامل الآتية:

العامل الأول: تشبع بهذا العامل (١٠) مفردات، امتدت تشبعاتها من (٠.٤٤٥ - ٠.٧٢٤) ونسبة التباين المفسر (١١.٤١٪) من نسبة التباين الكلي للمصفوفة والجذر الكامن لهذا العامل (٣.٦٦)، وتقيس عبارات هذا البعد الشعور بفقدان الاتصال الفوري مع الآخرين، وعدم القدرة على استخدام خدمات الاتصال الآني، وشعور الفرد بفقدان قدرته على الاتصال بالآخرين أو حتى اتصالهم به، وقد سُمي هذا العامل بـ "عدم القدرة على التواصل".

العامل الثاني: تشبع بهذا العامل (١١) مفردة، امتدت تشبعاتها من (٠.٥٠٩ - ٠.٧٧٦) ونسبة التباين المفسر (١٣.٢٥٪) من نسبة التباين الكلي للمصفوفة والجذر الكامن لهذا العامل (٤.٧٩)، وتقيس عبارات هذا البعد الشعور بفقدان الاتصالات التي توفرها الهواتف المحمولة في كل مكان، والشعور أيضاً الناتج عن الانقطاع عن الهوية الشخصية أو المستعارة عبر الانترنت (خاصة في وسائل التواصل الاجتماعي) وقد سُمي هذا العامل بـ "فقدان الاتصال".

العامل الثالث: تشبع بهذا العامل (١٢) مفردة، امتدت تشبعاتها من (٠.٤٠٤ - ٠.٧١٨) ونسبة التباين المفسر (١٦.٣٩٪) من نسبة التباين الكلي للمصفوفة والجذر الكامن لهذا العامل (٤.٧٧)، وتقيس عبارات هذا البعد الانزعاج والضيق من فقدان القدرة على الوصول الدائم للمعلومات من خلال الهاتف المحمول، وعدم القدرة على استرجاع المعلومات، والبحث عنها. وقد سُمي هذا العامل بـ "عدم القدرة على الوصول إلى المعلومات".

العامل الرابع: تشبع بهذا العامل (١١) مفردة، امتدت تشبعاتها من (٠.٤١٨ - ٠.٨٢٣) ونسبة التباين المفسر (١٩.٥٢٪) من نسبة التباين الكلي للمصفوفة والجذر الكامن لهذا العامل (٥.٦٩)، وتقيس عبارات هذا البعد مشاعر التخلي عن الراحة التي يقدمها الهاتف المحمول، وتعكس الرغبة المتعلقة بالاستفادة من الراحة التي يوفرها. وقد سُمي هذا العامل بـ "التخلي عن وسائل الراحة".

■ الاتساق الداخلي:

تم التحقق من الاتساق الداخلي لمقياس اضطراب النوم فوبيا، وذلك بحساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة، وكانت معاملات الارتباط الخاصة بجميع مفردات المقياس دالة عند مستوى (٠.٠١)، باستثناء ثلاث مفردات

كانت دلالتهم عند مستوى (٠.٠٥)؛ مما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة مقبولة من الاتساق الداخلي، وبالتالي لم تُحذف أية مفردة من مفردات المقياس. وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط الناتجة بين (٠.٢٥٧ - ٠.٦٩٦)؛ ويوضح الجدول الآتي ذلك:

جدول (٥) معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والبعد الذي تندرج تحته على مقياس اضطراب

النوموفوبيا

| التخلي عن وسائل الراحة | | عدم القدرة على الوصول إلى المعلومات | | فقدان الاتصال | | عدم القدرة على التواصل | |
|------------------------|-----------|-------------------------------------|-----------|----------------|-----------|------------------------|-----------|
| معامل الارتباط | رقم البند | معامل الارتباط | رقم البند | معامل الارتباط | رقم البند | معامل الارتباط | رقم البند |
| **٠.٥٥٣ | ١٢ | **٠.٤٧٣ | ٢ | *٠.٢٨٤ | ١ | **٠.٤٧٩ | ١٣ |
| **٠.٣٨٨ | ١٩ | *٠.٢٥٦ | ٣ | **٠.٤٩٣ | ٧ | **٠.٣٦٩ | ١٦ |
| **٠.٥٣٨ | ٢٤ | **٠.٣٩٦ | ٤ | **٠.٤٦٥ | ١١ | **٠.٥١١ | ١٩ |
| **٠.٤٩٣ | ٢٥ | **٠.٦٢١ | ٥ | **٠.٥٢٢ | ١٤ | **٠.٣٩٨ | ٢٧ |
| **٠.٥١٢ | ٢٦ | **٠.٥١٠ | ٦ | **٠.٤٣٠ | ١٥ | **٠.٤١٣ | ٣٠ |
| **٠.٤٦٦ | ٣٥ | **٠.٣٨٩ | ٨ | **٠.٦١١ | ١٧ | **٠.٥٤٧ | ٣٢ |
| **٠.٦٩٥ | ٣٦ | **٠.٣٩٧ | ٩ | **٠.٤٧٣ | ١٨ | *٠.٢٩٧ | ٣٤ |
| **٠.٥٨١ | ٣٧ | **٠.٤٨٤ | ١٠ | **٠.٣٦٩ | ٢٠ | **٠.٤٤٨ | ٣٩ |
| **٠.٤٤٨ | ٣٨ | **٠.٥١٣ | ٢٢ | **٠.٥٨١ | ٢١ | **٠.٦٧١ | ٤١ |
| **٠.٤٧٣ | ٤٠ | **٠.٥٨١ | ٢٣ | **٠.٤٣٠ | ٣١ | **٠.٣٦٥ | ٤٢ |
| **٠.٦٨٥ | ٤٣ | **٠.٦٢٤ | ٢٨ | **٠.٦٠٠ | ٣٣ | | |
| **٠.٤٨٥ | ٤٤ | **٠.٤١٤ | ٢٩ | | | | |

* دال عند مستوى (٠.٠٥) ، ** دال عند مستوى (٠.٠١)

كما تم حساب معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للبعد والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك معاملات الارتباط بين الأبعاد بعضها وبعض مع بيان مستوى الدلالة في كل حالة، وانحصرت قيم معاملات ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية بين (٠.٥٥ - ٠.٨٧) وجميعها دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١)، وذلك كما هو موضح بالجدول الآتي:

جدول (٦) معامل الارتباط بين درجة الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس اضطراب

النوموفوبيا

| الدرجة الكلية | التخلي عن وسائل الراحة | عدم القدرة على الوصول إلى المعلومات | فقدان الاتصال | عدم القدرة على التواصل | الأبعاد |
|---------------|------------------------|-------------------------------------|---------------|------------------------|-------------------------------------|
| | | | | **٠.٦٤ | عدم القدرة على التواصل |
| | | | | **٠.٦٧ | فقدان الاتصال |
| | | | **٠.٦٦ | *٠.٥٦ | عدم القدرة على الوصول إلى المعلومات |
| | | **٠.٧١ | *٠.٥٥ | **٠.٥٧ | التخلي عن وسائل الراحة |
| | **٠.٨٧ | **٠.٧٥ | **٠.٦٧ | **٠.٧٨ | الدرجة الكلية |

* دال عند مستوى (٠.٠٥) ، ** دال عند مستوى (٠.٠١)

■ ثبات مقياس اضطراب النوموفوبيا لدى طلاب التعليم الفني:

لحساب معاملات الثبات لمقياس اضطراب النوموفوبيا استخدمت الباحثة طريقة التجزئة النصفية وقد خضعت جميع الاستمارات للتحليل وكان ذلك بقسمة مفردات المقياس إلى نصفين (زوجية وفردية)، ولتحقق من تجانس نصفي المقياس استخرجت نسبة (ف) لاختبار دلالة الفروق بين نصفي المقياس، واستخراج معامل ارتباط بيرسون بين درجات النصفين فبلغ (٠.٧٦٢). وباستخدام معادلة سييرمان- براون التصحيحية بلغ معامل الثبات (٠.٨٥٣)، وذلك على الدرجة الكلية للمقياس؛ وهي معاملات مرتفعة وعلى درجة مقبولة، كما تم استخدام طريقة إعادة تطبيق الاختبار على عينة التقنين بفاصل زمني قدره أسبوعان بين التطبيق الأول والثاني، وبلغ معامل الارتباط للدرجة الكلية للمقياس (٠.٧١٩)، والجدول الآتي يوضح ذلك:

جدول (٧) قيم معاملات الثبات بطريقتي التجزئة النصفية وإعادة الاختبار

| إعادة الاختبار | التجزئة النصفية | | الأبعاد |
|----------------|-----------------------------------|-----------------------|-------------------------------------|
| | معامل الارتباط سبيرمان - براون | معامل الارتباط بيرسون | |
| ٠.٨١٢ | ٠.٧١٤ | ٠.٧٣٦ | عدم القدرة على التواصل |
| ٠.٦٦٨ | ٠.٨٢١ | ٠.٦٣٤ | فقدان الاتصال |
| ٠.٨١٧ | ٠.٨١٢ | ٠.٧١٨ | عدم القدرة على الوصول إلى المعلومات |
| ٠.٦٦٤ | ٠.٧٨٥ | ٠.٦٨٢ | التخلي عن وسائل الراحة |
| ٠.٧١٩ | ٠.٨٥٣ | ٠.٧٦٢ | المقياس ككل |

يتضح من جدول (٧) أن جميع معاملات ثبات التجزئة النصفية وإعادة تطبيق الاختبار هي قيم دالة إحصائيًا عن مستوى (٠.٠١)؛ مما يدل على درجة مقبولة من الثبات تقى بمتطلبات البحث.

■ الصورة النهائية للمقياس وطريقة تصحيحه:

ينكون المقياس في صورته النهائية من (٤٤) مفردة، ووضِع أمام كل مفردة خمسة بدائل للإجابة يختار الطالب فيما بينها وهي: (دائمًا - غالبًا - أحيانًا - نادرًا - أبدًا)، وعند التصحيح تُعطى خمس درجات للإجابة بـ دائمًا، وأربع درجات للإجابة بـ غالبًا، وثلاث درجات للإجابة بـ أحيانًا، ودرجتان للإجابة بـ نادرًا، ودرجة واحدة للإجابة بـ أبدًا وذلك بالنسبة للمفردات الموجبة (التي تعكس ارتفاع مستوى النوموفوبيا)، والمفردات السلبية (التي تعكس انخفاض مستوى النوموفوبيا) تُعكس فيها طريقة التصحيح، ومن ثم تتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (٤٤ : ٢٢٠) درجة، ويمكن معرفة مستوى اضطراب النوموفوبيا الدُّنيا والعُلِّيا عن طريق جمع درجات المقياس لتعطي الدرجة الكلية لاضطراب النوموفوبيا؛ فالدرجة العُلِّيا تعني ارتفاع مستوى النوموفوبيا والدرجة الدُّنيا تعني انخفاض مستوى النوموفوبيا. والجدول الآتي يوضح توزيع عبارات مقياس اضطراب النوموفوبيا وفقًا لأبعاده:

جدول (٨) توزيع عبارات مقياس اضطراب النوموفوبيا وفقاً لأبعاده

| م | الأبعاد | أرقام العبارات | عدد العبارات |
|---------------------------|-------------------------------------|---|--------------|
| ١ | عدم القدرة على التواصل | (١*، ٢، ٩، ١٠، ١٧، ١٨*، ٢٥، ٢٦، ٣٣، ٣٤*) | ١٠ |
| ٢ | فقدان الاتصال | (٣، ٤*، ١١، ١٢، ١٩، ٢٠*، ٢٧، ٢٨*، ٣٥*) (٣٦، ٤١) | ١١ |
| ٣ | عدم القدرة على الوصول إلى المعلومات | (٦، ٥، ١٣*، ١٤*، ٢١، ٢٢، ٢٩، ٣٠، ٣٧، ٣٨) (٤٢، ٤٣*) | ١٢ |
| ٤ | التخلي عن وسائل الراحة | (١٥، ٨، ٧، ١٦*، ٢٣، ٢٤، ٣١، ٣٢*، ٣٩، ٤٠) (٤٤*) | ١١ |
| إجمالي عدد عبارات المقياس | | | ٤٤ |

• الأرقام التي أعلاها علامة * هي العبارات العكسية.

(إعداد/ الباحثة)

٢- مقياس هوس السيلفي لدى طلاب التعليم الفني

تضمن إعداد المقياس الخطوات الآتية:

أ- الهدف من المقياس:

يهدف المقياس الحالي إلى قياس مستوى هوس السيلفي لدى طلاب التعليم الفني،

وتوفير أداة سيكومترية مقننة ومناسبة للبيئة المصرية ولأهداف البحث وعينته.

ب- مصادر إعداد المقياس:

(١) قامت الباحثة بمراجعة محتوى الدراسات والبحوث السابقة والأطر النظرية (عربياً

وأجنبياً) والتي تناولت هوس السيلفي ومنها دراسات: (Harris (2015، Tortajada et al

(2016)، (2016)، Galetta (2016)، Eler (2017)، Toory (2017)، عبد القادر بودريالة

(2018)، (2018)، Kearney (2018)، Orlova (2019)، Borissova (2020)، Raj et al

(2021)، نجلاء المزين (٢٠٢٢).

(٢) تم الاطلاع على مجموعة من المقاييس والاختبارات التي تقيس هوس السيلفي

ومنها: مقياس اضطراب هوس السيلفي (Miltner & Baym (2015، Ruth et al

(2017)، ومقياس اضطراب تصوير الذات (السيلفي) إعداد Carbon (2017)، ومقياس

هوس السيلفي إعداد Jennifer et al (2018)، مقياس تصوير الذات السيلفي إعداد نوره أبو

الغيظ (٢٠١٨)، ومقياس هوس السيلفي إعداد Massimo (2018)، ومقياس هوس التقاط

صور السيلفي إعداد (McLean et al (2019)، ومقياس هوس تصوير الذات إعداد Ersun et al (2019)، ومقياس إيمان التصوير السيلفي إعداد إسراء سليمان (٢٠٢٠)، مقياس تصوير الذات السيلفي إعداد (Rahimi (2020)، ومقياس السيلفي إعداد (Ibrahim (2021)، ومقياس إيمان الصور الذاتية (السيلفي) إعداد سلمى محمود (٢٠٢١)، ومقياس إيمان تصوير الذات (السيلفي) إعداد أسماء حسنين (٢٠٢٢).

ج- وصف المقياس:

وفي ضوء ذلك قامت الباحثة بتحديد أبعاد مقياس هوس السيلفي في أربعة أبعاد هي: تقدير الذات (٩) عبارات، إهدار الوقت (٩) عبارات، تحسين المزاج (٨) عبارات، البحث عن الاهتمام (٩) عبارات. وبذلك تضمن المقياس في صورته الأولية (٣٥) عبارة.

د- الخصائص السيكومترية لمقياس هوس السيلفي لدى طلاب التعليم الفني:

قامت الباحثة بحساب صدق وثبات مقياس هوس السيلفي من خلال تطبيقه على عينة التقنين وقوامها (١٦٧) طالبًا وطالبة من طلاب مدارس التعليم الفني بمدينة العريش- محافظة شمال سيناء، وتم استبعاد هذه العينة من العينة الكلية التي أختيرت منها عينة البحث الأساسية وفيما يأتي عرض لنتائج التقنين:

صدق المقياس: تم حساب صدق المقياس بالطرق الآتية:

▪ صدق المحكمين وصدق المحتوى بمعادلة Lawshe Content Validity

:Ratio (CVR)

قامت الباحثة بعرض المقياس في صورته الأولية المكونة من (٣٥) عبارة على (٩) محكمين من أساتذة الصحة النفسية وعلم النفس بالجامعات المصرية للحكم على المقياس، ومدى مناسبته لعينة البحث من طلاب التعليم الفني، ومدى صلاحية العبارات ودقة صياغتها، ومدى انتماء كل عبارة إلى البُعد الخاص بها، واقتراح التعديلات المناسبة، والملاحظات حول المقياس. وتم حساب نسب اتفاق المحكمين على كل مفردة من مفردات المقياس من حيث: مدى تمثيل مفردات المقياس لقياس هوس السيلفي. وقد تضمن المقياس التعريف الإجرائي لهوس السيلفي ولكل بعد من أبعاده على حدة. وكذلك قامت الباحثة بحساب صدق المحتوى باستخدام معادلة Lawshe Content Validity Ratio (CVR) لكل مفردة من مفردات مقياس هوس السيلفي.

ويوضح الجدول الآتي نسب اتفاق السادة المحكمين ومعامل صدق لوش Lawshe لمفردات مقياس هوس السيلفي لدى طلاب التعليم الفني.

جدول (٩) نسب اتفاق المحكمين ومعامل صدق لوش لمفردات مقياس هوس السيلفي

ن = (١٦٧)

| م | العدد الكلي للمحكمين | عدد مرات الاتفاق | عدد مرات الاختلاف | نسبة الاتفاق % | معامل صدق لوش CVR | القرار الخاص بالمفردة |
|----|----------------------|------------------|-------------------|----------------|-------------------|-----------------------|
| ١ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتُقبل |
| ٢ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تقبل |
| ٣ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تقبل |
| ٤ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتُقبل |
| ٥ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تقبل |
| ٦ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتُقبل |
| ٧ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تقبل |
| ٨ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتُقبل |
| ٩ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتُقبل |
| ١٠ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتُقبل |
| ١١ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تقبل |
| ١٢ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تقبل |
| ١٣ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تقبل |
| ١٤ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تقبل |
| ١٥ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتُقبل |
| ١٦ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تقبل |
| ١٧ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتُقبل |
| ١٨ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تقبل |
| ١٩ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تقبل |
| ٢٠ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتُقبل |
| ٢١ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تقبل |
| ٢٢ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تقبل |

| م | العدد الكلي للمحكمن | عدد مرات الاتفاق | عدد مرات الاختلاف | نسبة الاتفاق % | معامل صدق لوش CVR | القرار الخاص بالمفردة |
|----|---------------------|------------------|-------------------|---|-------------------|-----------------------|
| ٢٣ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠٠ | تقبل |
| ٢٤ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠٠ | تُقبل |
| ٢٥ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠٠ | تُقبل |
| ٢٦ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتُقبل |
| ٢٧ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠٠ | تقبل |
| ٢٨ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠٠ | تقبل |
| ٢٩ | ٩ | ٨ | ١ | ١٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتُقبل |
| ٣٠ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠٠ | تقبل |
| ٣١ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠٠ | تقبل |
| ٣٢ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتقبل |
| ٣٣ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتُقبل |
| ٣٤ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠٠ | تقبل |
| ٣٥ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتُقبل |
| | | | | متوسط النسبة الكلية للاتفاق على المقياس | | |
| | | | | متوسط نسبة صدق المحتوى بمعادلة لوش ككل | | |
| | | | | ٩٤.٣٦٨% | | |
| | | | | ٠.٨٨٩ | | |

يُلاحظ من الجدول السابق أن نسب اتفاق السادة المحكمين على مفردات مقياس هوس السيلفي لدى طلاب التعليم الفني تراوحت بين (٨٨.٨٨ - ١٠٠٪). كما اتضح اتفاق المحكمين على مفردات المقياس بنسبة اتفاق كلية بلغت (٩٤.٣٦٨٪). وعن نسبة صدق المحتوى بمعادلة لوش (CVR) اتضح أن جميع مفردات المقياس تمتعت بقيم صدق محتوى مقبولة. كما بلغ أيضاً متوسط نسبة صدق المحتوى للمقياس ككل (٠.٨٨٩)؛ وهي بذلك تُعد نسبة صدق جيدة. وفي ضوء توجيهات السادة المحكمين؛ قامت الباحثة بإعادة صياغة بعض عبارات المقياس، ونقل بعض العبارات من بعدٍ لآخر أكثر مناسبة لها. ثم رتب الباحثة عبارات المقياس بعد إجراء جميع التعديلات، وكل عبارة لها اختيار من خمسة، وفقاً لتدرج ليكرت الخماسي وهي (دائماً-غالبًا- أحياناً- نادراً- أبداً)، لكل منها درجة معينة (١-٢-٣-٤-٥) وذلك بناءً على مفتاح التصحيح.

▪ الصدق العاملي:

استخدمت الباحثة لحساب صدق المقياس التحليل العاملي الاستكشافي بطريقة المكونات الأساسية (Principal-Component) لـ هوتلنج؛ لاستخلاص العوامل الأساسية، وقد أُسخدم محك الجذر الكامن كايزر (Kaiser) لاستخراج العوامل، واستخدام التدوير المتعامد لـ فاريماكس Varimax، وكان محك التشبع للبند هو (٠.٣) أو أكثر. وقد أظهرت النتائج تشبع المكونات الفرعية على (٤) عوامل تفسر (٥٨.٦٦٪) من التباين الكلي للكلية، والجدول الآتي يوضح نتائج التحليل العاملي الاستكشافي لمقياس هوس السيلفي:

جدول (١٠) نتائج التحليل العاملي الاستكشافي لمقياس هوس السيلفي ن =

(١٦٧)

| نسبة الشيوع | العوامل | | | | المفردات | نسبة الشيوع | العوامل | | | | المفردات |
|-------------|---------|--------|--------|-------|----------|-------------|---------|--------|--------|-------|----------|
| | الرابع | الثالث | الثاني | الأول | | | الرابع | الثالث | الثاني | الأول | |
| .٧٣٢ | | .٦٣٥ | | | ١ | .٤٧٣ | | | | .٤٣٧ | |
| .٥٤٧ | | | .٧١٩ | | ٢ | .٧٣٠ | | | .٦١٥ | | |
| .٦٠٤ | .٦٦٨ | | | | ٣ | .٨٦٣ | .٧٧١ | | | | |
| .٥٥٩ | | | .٧٠٧ | | ٤ | .٧٣٠ | | | .٤٤٨ | | |
| .٣٣٨ | .٦٢٩ | | | | ٥ | .٦٥١ | | | | .٦١٣ | |
| .٦٠٧ | | | | .٦٤٧ | ٦ | .٦٠١ | .٦٤٤ | | | | |
| .٧٣١ | | | .٧٤٩ | | ٧ | .٥٢٤ | | | .٥١٨ | | |
| .٥٨٥ | | .٧٠٧ | | | ٨ | .٧٠٨ | .٦٤٩ | | | | |
| .٧٨٤ | | | | .٦٢٥ | ٩ | .٥٢١ | .٥٣٩ | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|------|------|------|------|------|---|------|------|------|------|------|---|------|------|---|----|
| .٦٦٢ | | .٧٣٣ | | | ٠ | .٤٣١ | .٦٩٨ | | | | ٠ | | | | |
| .٧٥٩ | .٧٦٩ | | | | ١ | .٦٥٢ | | | .٤٧٤ | | ١ | | | | |
| .٦٠٣ | .٦٨٧ | | | | ٢ | .٦٦٧ | | | .٦٩١ | | ٢ | | | | |
| .٨٢٤ | | | .٦١٥ | | ٣ | .٥١١ | .٧٢٤ | | | | ٣ | | | | |
| .٧٤١ | | | | .٧١٩ | ٤ | .٤٧٥ | | | | .٧٥٢ | ٤ | | | | |
| .٥٥٨ | | | | .٦٥٧ | ٥ | .٣٣٦ | | .٤١٨ | | | ٥ | | | | |
| | | | | | | .٥٧٦ | .٦٧٨ | | | | ٦ | | | | |
| | | | | | | .٧١٤ | | | .٨١٩ | | | | | ٧ | |
| | | | | | | .٥٩٦ | | | | | | | .٥٤٠ | | ٨ |
| | | | | | | .٤٢٨ | | | | | | | .٥٥٥ | | ٩ |
| | | | | | | .٥٦١ | | | | | | .٧١٣ | | | ١٠ |

جدول (١١) الجذور الكامنة ونسب التباين للعوامل المستخلصة من التحليل العاملي

لعبارة المقياس بعد التدوير

| العوامل | الأول | الثاني | الثالث | الرابع |
|---|--------|--------|--------|--------|
| الجذور الكامنة | ٤.٥٤ | ٥.٦٨ | ٥.٩٣ | ٤.٨٧ |
| نسبة التباين | %١٤.٥٣ | %١٦.٧٤ | %١٨.٤٩ | %٢٠.٣١ |
| النسبة المئوية للتباين الكلي للعوامل الأربعة المستخلصة %٧٩.٣١ | | | | |

ومن جدول (١١) يمكن استخلاص العوامل الآتية:

العامل الأول: تشبع بهذا العامل (٩) مفردات، امتدت تشبعاتها من (٠.٤٣٧-٠.٧٥٢) ونسبة التباين المفسر (١٤.٥٣٪) من نسبة التباين الكلي للمصفوفة والجذر الكامن لهذا العامل (٤.٥٤)، وتقيس عبارات هذا البعد شعور الفرد بأنه أكثر ثقة بنفسه، وأكثر جاذبية وأناقاة، كما يتضمن إبداء إعجاب الآخرين به وشعوره بالإيجابية، وقد سُمي هذا العامل بـ "تقدير الذات".

العامل الثاني: تشبع بهذا العامل (٩) مفردات، امتدت تشبعاتها من (٠.٤٤٨-٠.٨١٩) ونسبة التباين المفسر (١٦.٧٤٪) من نسبة التباين الكلي للمصفوفة والجذر الكامن لهذا العامل (٤.٧٩)، وتقيس عبارات هذا البعد عدم تخطيط الفرد لإدارة وقته، وانشغاله بمواقع التواصل الاجتماعي والألعاب الالكترونية، ووجود فوضى في الإفادة من الوقت، وعدم وجود جدول لتنظيم الوقت واستغلاله. وقد سُمي هذا العامل بـ "إهدار الوقت".

العامل الثالث: تشبع بهذا العامل (٨) مفردات، امتدت تشبعاتها من (٠.٤١٨-٠.٧٣٣) ونسبة التباين المفسر (١٨.٤٩٪) من نسبة التباين الكلي للمصفوفة والجذر الكامن لهذا العامل (٥.٩٣)، وتقيس عبارات هذا البعد شعور الفرد بتحسين حالته المزاجية عند التقاط السيلفي، ونسيان مشاكله الشخصية وتقليل توتره وقلقه، مع شعور غامر بالسعادة. وقد سُمي هذا العامل بـ "تحسين المزاج".

العامل الرابع: تشبع بهذا العامل (٩) مفردات، امتدت تشبعاتها من (٠.٦٢٩-٠.٧٦٩) ونسبة التباين المفسر (٢٠.٣١٪) من نسبة التباين الكلي للمصفوفة والجذر الكامن لهذا العامل (٤.٨٧)، وتقيس عبارات هذا البعد مشاعر انعدام الثقة بالنفس، وعدم الشعور بالأمن ما يجعل الفرد يسعى باستمرار لجذب الانتباه والاهتمام من المحيطين به أو عبر وسائل التواصل الاجتماعي. وقد سُمي هذا العامل بـ "البحث عن الاهتمام".

■ الاتساق الداخلي:

تم التحقق من الاتساق الداخلي لمقياس هوس السيلفي، وذلك بحساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة، وكانت معاملات الارتباط الخاصة بجميع مفردات المقياس دالة عند مستوى (٠.٠١)، باستثناء (٢) مفردة، كانت دلالتهم عند مستوى (٠.٠٥)؛ مما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة مقبولة من الاتساق الداخلي، وبالتالي

لم تُحذف أية مفردة من مفردات المقياس. وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط الناتجة بين (٠.٢١٢ - ٠.٦٩٨)؛ ويوضح الجدول الآتي ذلك:

جدول (١٢) معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والبعد الذي تندرج تحته على مقياس هوس

السيلفي

| تقدير الذات | | إهدار الوقت | | تحسين المزاج | | البحث عن الاهتمام | |
|-------------|----------------|-------------|----------------|--------------|----------------|-------------------|----------------|
| رقم البند | معامل الارتباط | رقم البند | معامل الارتباط | رقم البند | معامل الارتباط | رقم البند | معامل الارتباط |
| ٥ | **٠.٦١١ | ١٤ | **٠.٣٦٩ | ١١ | **٠.٤١٣ | ١ | **٠.٤٩٣ |
| ١٣ | **٠.٣٩٦ | ٢٠ | **٠.٤٩٣ | ٣٠ | **٠.٤٨٣ | ٢٢ | *٠.٢١٢ |
| ٩ | **٠.٣٨٥ | ٢٥ | **٠.٤٧٩ | ١٩ | **٠.٣٩٨ | ٤ | **٠.٤٣٧ |
| ١٨ | **٠.٤٨٤ | ٧ | **٠.٤٦٧ | ٢ | *٠.٢٩٧ | ١٧ | **٠.٥١١ |
| ٢٧ | **٠.٣٩٧ | ٣٢ | **٠.٦٩٨ | ١٥ | **٠.٤٧٣ | ٣٣ | **٠.٦٢١ |
| ٦ | **٠.٦٧١ | ٢٨ | **٠.٥١٣ | ٢٦ | **٠.٥٥٣ | ٨ | **٠.٥١٠ |
| ٢٣ | **٠.٣٨٩ | ١٠ | **٠.٣٦٩ | ٣٤ | **٠.٥٨١ | ٢٤ | **٠.٥٤٧ |
| ٣١ | **٠.٥٢٨ | ٣٥ | **٠.٤٤٨ | ٣ | **٠.٥٣٨ | ٢٩ | *٠.٣٨٤ |
| ١٢ | **٠.٤٦٦ | ١٦ | *٠.٢٥٦ | ٢١ | **٠.٥٨١ | | |

* دال عند مستوى (٠.٠٥) ، ** دال عند مستوى (٠.٠١)

كما تم حساب معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للبعد والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك معاملات الارتباط بين الأبعاد بعضها وبعض مع بيان مستوى الدلالة في كل حالة، وانحصرت قيم معاملات ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية بين (٠.٣٦٥ - ٠.٦٩٥) وجميعها دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١)، وذلك كما هو موضح بالجدول الآتي:

جدول (١٣) معامل الارتباط بين درجة الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس هوس السيلفي

| الأبعاد | تقدير الذات | إهدار الوقت | تحسين المزاج | البحث عن الاهتمام | الدرجة الكلية |
|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------------|---------------|
| تقدير الذات | *٠.٦٧ | | | | |
| إهدار الوقت | **٠.٨٢ | | | | |

| | | | | | |
|--|--------|--------|--------|--------|-------------------|
| | | | **٠.٥٨ | **٠.٧٦ | تحسين المزاج |
| | | **٠.٧٣ | **٠.٦٤ | *٠.٥٧ | البحث عن الاهتمام |
| | **٠.٨٥ | **٠.٧٩ | **٠.٧٤ | *٠.٥٥ | الدرجة الكلية |

* دال عند مستوى (٠.٠٥) ، ** دال عند مستوى (٠.٠١)

(ب) ثبات مقياس هوس السيلفي لدى طلاب التعليم الفني:

لحساب معاملات الثبات لمقياس هوس السيلفي استخدمت الباحثة طريقة التجزئة النصفية وقد خضعت جميع الاستمارات للتحليل وكان ذلك بقسمة مفردات المقياس إلى نصفين (زوجية وفردية)، وللتحقق من تجانس نصفي المقياس استخرجت نسبة (ف) لاختبار دلالة الفروق بين نصفي المقياس، واستخراج معامل ارتباط بيرسون بين درجات النصفين فبلغ (٠.٧٦٢). وباستخدام معادلة سبيرمان - براون التصحيحية بلغ معامل الثبات (٠.٨٥٣)، وذلك على الدرجة الكلية للمقياس؛ وهي معاملات مرتفعة وعلى درجة مقبولة، كما تم استخدام طريقة إعادة تطبيق الاختبار على عينة التقنين بفاصل زمني قدره اسبوعان بين التطبيق الأول والثاني، وبلغ معامل الارتباط للدرجة الكلية للمقياس (٠.٧٠٦)، والجدول الآتي يوضح ذلك:

جدول (١٤) قيم معاملات الثبات بطريقتي التجزئة النصفية وإعادة الاختبار

| إعادة الاختبار | التجزئة النصفية | | الأبعاد |
|----------------|--------------------------------|-----------------------|-------------------|
| | معامل الارتباط سبيرمان - براون | معامل الارتباط بيرسون | |
| ٠.٨١٢ | ٠.٧١٤ | ٠.٧٣٦ | تقدير الذات |
| ٠.٦٦٨ | ٠.٨٢١ | ٠.٦٣٤ | إهدار الوقت |
| ٠.٨١٧ | ٠.٨١٢ | ٠.٧١٨ | تحسين المزاج |
| ٠.٦٦٤ | ٠.٧٨٥ | ٠.٦٨٢ | البحث عن الاهتمام |
| ٠.٧٠٦ | ٠.٨٥٣ | ٠.٧٦٢ | المقياس ككل |

يتضح من جدول (١٤) أن جميع معاملات ثبات التجزئة النصفية وإعادة تطبيق الاختبار هي قيم دالة إحصائياً عن مستوى (٠.٠١)؛ مما يدل على درجة مقبولة من الثبات تفي بمتطلبات البحث.

■ الصورة النهائية للمقياس وطريقة تصحيحه:

يتكون المقياس في صورته النهائية من (٣٥) مفردة، وُضع أمام كل مفردة خمسة بدائل للإجابة يختار الطالب فيما بينها وهي: (دائماً - غالباً - أحياناً - نادراً - أبداً)، وعند التصحيح تُعطى خمس درجات للإجابة ب دائماً، وأربع درجات للإجابة ب غالباً، وثلاث درجات للإجابة ب أحياناً، ودرجتان للإجابة ب نادراً، ودرجة واحدة للإجابة ب أبداً وذلك بالنسبة للمفردات الموجبة (التي تعكس ارتفاع مستوى هوس السيلفي)، والمفردات السلبية (التي تعكس انخفاض مستوى هوس السيلفي) تُعكس فيها طريقة التصحيح، ومن ثم تتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (٣٥: ١٧٥) درجة، ويمكن معرفة مستويات هوس السيلفي الدنيا والعليا عن طريق جمع درجات المقياس لتعطي الدرجة الكلية لهوس السيلفي؛ فالدرجة العليا تعني ارتفاع مستوى هوس السيلفي والدرجة الدنيا تعني انخفاض مستوى هوس السيلفي. والجدول الآتي يوضح توزيع عبارات مقياس هوس السيلفي وفقاً لأبعاده:

جدول (١٥) توزيع عبارات مقياس هوس السيلفي وفقاً لأبعاده

| م | الأبعاد | أرقام العبارات | عدد العبارات |
|---------------------------|-------------------|---|--------------|
| ١ | تقدير الذات | (١، ٢، *٩، ١٠، ١٧، *١٨، *٢٥، ٢٦، *٣٣) | ٩ |
| ٢ | إهدار الوقت | (٣، *٤، ١١، *١٢، *١٩، ٢٠، ٢٧، *٢٨، *٣٤) | ٩ |
| ٣ | تحسين المزاج | (٥، *٦، *١٣، *١٤، *٢١، ٢٢، ٢٩، ٣٠) | ٨ |
| ٤ | البحث عن الاهتمام | (٨، *٧، ١٥، *١٦، *٢٣، ٢٤، ٣١، *٣٢، ٣٥) | ٩ |
| إجمالي عدد عبارات المقياس | | | ٣٥ |

● الأرقام التي أعلاها علامة * هي العبارات العكسية.

٣- مقياس الشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب التعليم الفني (إعداد/ الباحثة)

تضمن إعداد المقياس الخطوات الآتية:

أ- الهدف من المقياس:

يهدف المقياس الحالي إلى قياس مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب التعليم الفني، وتوفير أداة سيكومترية مقننة ومناسبة للبيئة المصرية ولأهداف البحث وعينته.

ب- مصادر إعداد المقياس:

(١) قامت الباحثة بمراجعة محتوى الدراسات والبحوث السابقة والأطر النظرية (عربيًا وأجنبيًا) والتي تناولت مفهوم الشعور بالوحدة النفسية ومنها دراسات: (Ye & Lin (2015) ، (Balazova et al (2016) ، (Mesidor & Sly (2016) ، مصطفى عبدالقواب (٢٠١٨)، (Gaye & Mehmet (2018) ، (Önder (2019) ، (Birle & Bosca (2019) ، سمر شحاتة وآخرون (٢٠١٩)، (Çiçek (2021) ، (Felix (2021) ، جميلة نجم (٢٠٢١).

(٢) الاطلاع على مجموعة من المقاييس والاختبارات التي تقيس الشعور بالوحدة النفسية ومنها:

مقياس الشعور بالوحدة النفسية إعداد (Pontes et al (2014) ، ومقياس الوحدة النفسية إعداد (Fox & Moreland (2015) ، ومقياس الشعور بالوحدة النفسية إعداد Tian (2016) ، ومقياس الوحدة النفسية إعداد (Özsarı & Karaduman (2016) ، ومقياس الشعور بالوحدة النفسية إعداد صبا حسين (٢٠١٨)، ومقياس الوحدة النفسية إعداد (Peighambari et al (2019) ، ومقياس الوحدة النفسية إعداد (Mahoney et al (2019) ، ومقياس الشعور بالوحدة النفسية إعداد (Erol & Cirak (2019) ، ومقياس الوحدة النفسية إعداد (Yıldırım & Çelik -Tanrıverdi (2020) ، ومقياس الشعور بالوحدة النفسية إعداد (Navaei et al (2020) ، ومقياس الوحدة النفسية إعداد (Keles et al (2020) ، ومقياس الوحدة النفسية إعداد إسلام محمود (٢٠٢٠).

ج- وصف المقياس:

وفي ضوء ذلك قامت الباحثة بتحديد أبعاد مقياس الشعور بالوحدة النفسية في ثلاثة أبعاد هي: فقدان الحب والانتماء (١٠) عبارات، الخوف من فقدان القبول الاجتماعي (١٠) عبارات، الإدراك السلبي للذات (١٠) عبارات. وبذلك تضمن المقياس في صورته الأولية (٣٠) عبارة.

د- الخصائص السيكومترية لمقياس الشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب التعليم

الفني:

قامت الباحثة بحساب صدق وثبات مقياس الشعور بالوحدة النفسية من خلال تطبيقه على عينة التقنين وقوامها (١٦٧) طالبًا وطالبة من طلاب مدارس التعليم الفني بمدينة العريش - محافظة شمال سيناء، وتم استبعاد هذه العينة من العينة الكلية التي أختيرت منها عينة البحث الأساسية وفيما يأتي عرض لنتائج التقنين:

(١) صدق المقياس: تم حساب صدق المقياس بالطرق الآتية:

▪ صدق المحكمين وصدق المحتوى بمعادلة Lawshe Content Validity

:Ratio (CVR)

قامت الباحثة بعرض المقياس في صورته الأولية المكونة من (٣٠) عبارة على (٩) محكمين من أساتذة الصحة النفسية وعلم النفس بالجامعات المصرية للحكم على المقياس، ومدى مناسبه لعينة البحث من طلاب التعليم الفني، ومدى صلاحية العبارات ودقة صياغتها، ومدى انتماء كل عبارة إلى البعد الخاص بها، واقتراح التعديلات المناسبة، والملاحظات حول المقياس. وتم حساب نسب اتفاق المحكمين على كل مفردة من مفردات المقياس من حيث: مدى تمثيل مفردات المقياس لقياس الشعور بالوحدة النفسية. وقد تضمن المقياس التعريف الإجرائي للشعور بالوحدة النفسية ولكل بعد من أبعاده على حدة. وكذلك قامت الباحثة بحساب صدق المحتوى باستخدام معادلة Lawshe Content Validity Ratio (CVR) لكل مفردة من مفردات مقياس الشعور بالوحدة النفسية.

ويوضح الجدول الآتي نسب اتفاق السادة المحكمين ومعامل صدق لوش Lawshe

لمفردات مقياس الشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب التعليم الفني.

جدول (١٦) نسب اتفاق المحكمين ومعامل صدق لوش لمفردات مقياس الشعور

بالوحدة النفسية ن = (١٦٧)

| م | العدد الكلي للمحكمين | عدد مرات الاتفاق | عدد مرات الاختلاف | نسبة الاتفاق % | معامل صدق لوش CVR | القرار الخاص بالمفردة |
|---|----------------------|------------------|-------------------|----------------|-------------------|-----------------------|
| ١ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتقبل |
| ٢ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تُقبل |
| ٣ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتقبل |
| ٤ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتقبل |
| ٥ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تُقبل |

| م | العدد الكلي للمحكمن | عدد مرات الاتفاق | عدد مرات الاختلاف | نسبة الاتفاق % | معامل صدق لوش CVR | القرار الخاص بالمفردة |
|---|---------------------|------------------|-------------------|----------------|-------------------|-----------------------|
| ٦ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتقبل |
| ٧ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تُقبل |
| ٨ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تقبل |
| ٩ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تُقبل |
| ١٠ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تُقبل |
| ١١ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تقبل |
| ١٢ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تُقبل |
| ١٣ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تُقبل |
| ١٤ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتقبل |
| ١٥ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تُقبل |
| ١٦ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتقبل |
| ١٧ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تُقبل |
| ١٨ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تُقبل |
| ١٩ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تُقبل |
| ٢٠ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تُقبل |
| ٢١ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتقبل |
| ٢٢ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تُقبل |
| ٢٣ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تُقبل |
| ٢٤ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تُقبل |
| ٢٥ | ٩ | ٨ | ١ | ٨٨.٨٨ | ٠.٨٩٣ | تُعدل وتقبل |
| ٢٦ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تقبل |
| ٢٧ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تقبل |
| ٢٨ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تُقبل |
| ٢٩ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تقبل |
| ٣٠ | ٩ | ٩ | ٠ | ١٠٠.٠٠٠ | ١.٠٠٠ | تقبل |
| متوسط النسبة الكلية للاتفاق على المقياس | | | | | | %٩٧.٦٥٣ |

| م | العدد الكلي للمحكمن | عدد مرات الاتفاق | عدد مرات الاختلاف | نسبة الاتفاق % | معامل صدق لوش CVR | القرار الخاص بالمفردة |
|---|--|------------------|-------------------|----------------|-------------------|-----------------------|
| | متوسط نسبة صدق المحتوى بمعادلة لوش ككل | | | | | |
| | | | | | ٠.٩٩٠ | |

يُلاحظ من الجدول السابق أن نسب اتفاق السادة المحكمن على مفردات مقياس الشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب التعليم الفني تراوحت بين (٨٨.٨٨ - ١٠٠٪). كما اتضح اتفاق المحكمن على مفردات المقياس بنسبة اتفاق كلية بلغت (٩٧.٦٥٣٪). وعن نسبة صدق المحتوى بمعادلة لوش (CVR) اتضح أن جميع مفردات المقياس تمتعت بقيمة صدق محتوى مقبولة. كما بلغ أيضًا متوسط نسبة صدق المحتوى للمقياس ككل (٠.٩٩٠)؛ وهي بذلك تُعد نسبة صدق مقبولة.

وفي ضوء توجيهات السادة المحكمن؛ قامت الباحثة بإعادة صياغة بعض عبارات المقياس، ونقل بعض العبارات من بعدٍ لآخر أكثر مناسبة لها. ثم رتبنا الباحثة عبارات المقياس بعد إجراء جميع التعديلات، وكل عبارة لها اختيار من خمسة، وفقًا لتدرج ليكرت الخماسي وهي (دائمًا-غالبًا- أحيانًا- نادرًا- أبدًا)، لكل منها درجة معينة (١-٢-٣-٤-٥) وذلك بناءً على مفتاح التصحيح.

▪ الصدق العاملي:

استخدمت الباحثة التحليل العاملي الاستكشافي لحساب صدق المقياس؛ وذلك بوصفه أسلوبًا إحصائيًا؛ يهدف إلى رد الكثير من المتغيرات إلى عدد مُحدد من العوامل، واستخدم هذا الأسلوب وفقًا لطريقة المكونات الأساسية، التي وضعها (Hotelling). وقد تم تدوير المحاور تدويرًا متعامدًا بطريقة الفاريماكس Varimax Rotation وفقًا لمحك كايزر (Kaiser)، وبما أنه كان الهدف يتمثل في استخراج عوامل عريضة تتسم بالاستقرار وعدم التغير؛ لذا فقد وُضعت معايير تحكيمية وهي: العامل الجوهرية ما كان له جذر كامن < 0.1 ومحك التشبع للبند على العامل < 0.3 ، وأن يتشبع جوهرية على العوامل (٣) بنود على الأقل.

إذ أنها تُعد بمثابة معيارٍ له استقرار، وقد تم إجراء التحليل العاملي لعدد (٣٠) مفردة، وقد بلغت عينة التحليل كذلك (١٦٧) من طلاب التعليم الفني، وقد أسفرت نتائج التحليل العاملي لعبارات المقياس عن وجود (٣) عوامل جذرها الكامن أكبر من الواحد الصحيح، وقد فسرت (٧٩.٣٢٪) من التباين الكلي، والجدول الآتي يوضح مصفوفة العوامل الدالة إحصائيًا

وتشبعاتها بعد تدوير المحاور تدويرًا متعامدًا، وأيضًا الجذر الكامن، ونسبة التباين لكل عامل ونسب الشبوع لعبارات المقياس.

جدول (١٧) نتائج التحليل العاملي الاستكشافي لمقياس الشعور بالوحدة النفسية ن

(١٦٧) =

| نسبة الشبوع | العوامل | | | المفردات | نسبة الشبوع | العوامل | | | المفردات |
|-------------|---------|--------|-------|----------|-------------|---------|--------|-------|----------|
| | الثالث | الثاني | الأول | | | الثالث | الثاني | الأول | |
| .٣٩٠ | | | .٦٩٥ | ١ | .٠٤٠٣ | .٠٦٤٥ | | | ١ |
| .٤١٥ | .٧٠٦ | | | ٢ | .٠٧٩٩ | | | .٠٦٩٧ | ٢ |
| .٥٥٣ | | .٤٤٧ | | ٣ | .٠٥٣٨ | .٠٤٦٥ | | | ٣ |
| .٤٧٢ | | | .٦٢٤ | ٤ | .٠٥٢٨ | | .٠٦١٣ | | ٤ |
| .٣٣٦ | | | .٧٢٠ | ٥ | .٠٦٠٧ | | | .٠٨٢٣ | ٥ |
| .٤٨٣ | .٧٨٥ | | | ٦ | .٠٥٦٦ | | | .٠٦٠٩ | ٦ |
| .٦٥١ | | .٥٠٩ | | ٧ | .٠٤٧٣ | .٠٥٣٣ | | | ٧ |
| .٤٧٣ | | | .٦٦٥ | ٨ | .٠٤٤٤ | | .٠٧٦٥ | | ٨ |
| .٦١٩ | .٤٠٦ | | | ٩ | .٠٦٥١ | | .٠٧١٨ | | ٩ |
| .٥٢٠ | | | .٤٧٩ | ١٠ | .٠٥٢٤ | .٠٧٢٠ | | | ١٠ |
| | | | | | .٠٣٣٦ | .٠٧٦٥ | | | ١١ |
| | | | | | .٠٨٦٣ | | .٠٦١٩ | | ١٢ |
| | | | | | .٠٨٢٥ | | | .٠٧٤٠ | ١٣ |
| | | | | | .٠٧٠٨ | .٠٧٧٦ | | | ١٤ |
| | | | | | .٠٤٧٦ | | .٠٦٤٠ | | ١٥ |

| | | | | | |
|--|-------|-------|-------|-------|----|
| | ٠.٦٧٨ | ٠.٧٥١ | | | ١٦ |
| | ٠.٥١١ | | ٠.٤٤٣ | | ١٧ |
| | ٠.٦٥٢ | | ٠.٦٣٤ | | ١٨ |
| | ٠.٦٤٠ | | | ٠.٦٤٠ | ١٩ |
| | ٠.٣٩٠ | | ٠.٨١٩ | | ٢٠ |

جدول (١٨) الجذور الكامنة ونسب التباين للعوامل المستخلصة من التحليل العاملي لعبارات
المقياس بعد التدوير

| العوامل | الأول | الثاني | الثالث |
|--|--------|--------|--------|
| الجذور الكامنة | ٤.٨٣ | ٥.٩١ | ٦.٧٤ |
| نسبة التباين | %١٣.٥٦ | %١٧.٤٢ | %١٩.٣٠ |
| النسبة المئوية للتباين الكلي للعوامل الثلاثة المُستخلصة %٧٩.٣٢ | | | |

ومن جدول (١٨) يمكن استخلاص العوامل الآتية:

العامل الأول: تشبع بهذا العامل (١٠) مفردات، امتدت تشبعاتها من (٠.٦٠٩ - ٠.٨٢٣) ونسبة التباين المفسر (%١٣.٥٦) من نسبة التباين الكلي للمصفوفة والجذر الكامن لهذا العامل (٤.٨٣)، وتقيس عبارات هذا البعد الشعور بفقدان محبة الآخرين وعطفهم وودهم وأيضاً اهتمامهم تجاهه، وفقدان تقدير مشاعره وتفهمها، ورغبة الفرد في تسيير حياته كلها وحيداً ودون مساعدة من أحد، وقد سُمي هذا العامل بـ "فقدان الحب والانتماء".

العامل الثاني: تشبع بهذا العامل (١٠) مفردات، امتدت تشبعاتها من (٠.٤٤٣ - ٠.٨١٩) ونسبة التباين المفسر (%١٧.٤٢) من نسبة التباين الكلي للمصفوفة والجذر الكامن لهذا العامل (٤.٩١)، وتقيس عبارات هذا البعد الشعور بعدم الإقرار والاعتراف من جانب أفراد المجتمع بقيمة الفرد واحترام مظهره وفكره وسلوكه ومشاعره وتقديرها، وقد سُمي هذا العامل بـ "الخوف من فقدان القبول الاجتماعي".

العامل الثالث: تشبع بهذا العامل (١٠) مفردات، امتدت تشبعاتها من (٠.٤٠٦ - ٠.٧٨٥) ونسبة التباين المفسر (%١٩.٣٠) من نسبة التباين الكلي للمصفوفة والجذر الكامن لهذا العامل (٦.٧٤)، وتقيس عبارات هذا البعد مدى لوم الفرد لنفسه ومعاتبته واجتراره أفكاراً

سلبية حول نفسه والآخرين، كما تشير إلى عدم الرضا عن الذات بمكوناتها النفسية والاجتماعية والجسمية. وقد سُمي هذا العامل بـ "الإدراك السلبي للذات".

■ الاتساق الداخلي:

تم التحقق من الاتساق الداخلي لمقياس الشعور بالوحدة النفسية، وذلك بحساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة، وكانت معاملات الارتباط الخاصة بجميع مفردات المقياس دالة عند مستوى (٠.٠١)، باستثناء مفردة واحدة كانت دلالتها عند مستوى (٠.٠٥)؛ مما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة مقبولة من الاتساق الداخلي، وبالتالي لم تُحذف أية مفردة من مفردات المقياس. وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط الناتجة بين (٠.٢٦١ - ٠.٦٧٠)؛ ويوضح الجدول الآتي ذلك:

جدول (١٩) معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والبعد الذي تندرج تحته على مقياس الشعور بالوحدة النفسية

| الإدراك السلبي للذات | | الخوف من فقدان القبول الاجتماعي | | فقدان الحب والانتماء | |
|----------------------|-----------|---------------------------------|-----------|----------------------|-----------|
| معامل الارتباط | رقم البند | معامل الارتباط | رقم البند | معامل الارتباط | رقم البند |
| **٠.٤٣٦ | ٢ | **٠.٦٥٦ | ٧ | **٠.٣٦٢ | ١٤ |
| **٠.٥٨٢ | ٤ | **٠.٣٤٧ | ١٣ | **٠.٤٥٥ | ٤ |
| **٠.٣٩٧ | ٩ | **٠.٥٨١ | ١٦ | **٠.٥٠٩ | ١٩ |
| **٠.٥١٧ | ١١ | **٠.٤٣٨ | ١ | **٠.٤٣١ | ٢٦ |
| **٠.٤٨٨ | ٢٠ | **٠.٥٢٢ | ١٨ | **٠.٥٧٤ | ١٠ |
| **٠.٥٣١ | ٦ | *٠.٢٦١ | ٢٣ | **٠.٤٩١ | ٢١ |
| **٠.٦٧٠ | ٢٢ | **٠.٥١١ | ٢٥ | **٠.٦٥٣ | ١٥ |
| **٠.٤٣٧ | ٢٨ | **٠.٤٩٣ | ٢٩ | **٠.٣٩٥ | ٢٤ |
| **٠.٥٥٤ | ١٧ | **٠.٦٢١ | ٨ | **٠.٥٨٨ | ٣ |
| **٠.٦٢٥ | ٣٠ | **٠.٤٣٩ | ١٢ | **٠.٤٧٢ | ٢٧ |

* دال عند مستوى (٠.٠٥) ، ** دال عند مستوى (٠.٠١)

كما تم حساب معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للبعد والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك معاملات الارتباط بين الأبعاد بعضها وبعض مع بيان مستوى الدلالة في كل حالة، وانحصرت قيم معاملات ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية بين (٠.٥٨ - ٠.٨٩) وجميعها دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١)، وذلك كما هو موضح بالجدول الآتي:

جدول (٢٠) معامل الارتباط بين درجة الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس الشعور بالوحدة النفسية

| الأبعاد | فقدان الحب والانتماء | الخوف من فقدان القبول الاجتماعي | الإدراك السلبي للذات | الدرجة الكلية |
|---------------------------------|----------------------|---------------------------------|----------------------|---------------|
| فقدان الحب والانتماء | ** ٠.٨٢ | | | |
| الخوف من فقدان القبول الاجتماعي | * ٠.٦٥ | ** ٠.٧١ | | |
| الإدراك السلبي للذات | ** ٠.٧٣ | * ٠.٥٨ | ** ٠.٦٤ | |
| الدرجة الكلية | ** ٠.٦٨ | ** ٠.٧٦ | ** ٠.٨٩ | |

* دال عند مستوى (٠.٠٥) ، ** دال عند مستوى (٠.٠١)

■ ثبات مقياس الشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب التعليم الفني:

لحساب معاملات الثبات لمقياس الشعور بالوحدة النفسية استخدمت الباحثة طريقة التجزئة النصفية وقد خضعت جميع الاستمارات للتحليل وكان ذلك بقسمة مفردات المقياس إلى نصفين (زوجية وفردية)، وللتحقق من تجانس نصفي المقياس استخرجت نسبة (ف) لاختبار دلالة الفروق بين نصفي المقياس، واستخراج معامل ارتباط بيرسون بين درجات النصفين فبلغ (٠.٧٩٤). وباستخدام معادلة سييرمان- براون التصحيحية بلغ معامل الثبات (٠.٨٦٦)، وذلك على الدرجة الكلية للمقياس؛ وهي معاملات مرتفعة وعلى درجة مقبولة، كما تم استخدام طريقة إعادة تطبيق الاختبار على عينة التقنين بفاصل زمني قدره أسبوعان بين التطبيق الأول والثاني، وبلغ معامل الارتباط للدرجة الكلية للمقياس (٠.٨١٥)، والجدول الآتي يوضح ذلك:

جدول (٢١) قيم معاملات الثبات طريقتي التجزئة النصفية وإعادة الاختبار

| إعادة الاختبار | التجزئة النصفية | | الأبعاد |
|----------------|-----------------------------------|--------------------------|------------------------------------|
| | معامل الارتباط سبيرمان - براون | معامل الارتباط بيرسون | |
| ٠.٦٦٣ | ٠.٧٧١ | ٠.٦٨٥ | فقدان الحب والانتماء |
| ٠.٧٣٧ | ٠.٦٥٢ | ٠.٧٦٢ | الخوف من فقدان القبول الاجتماعي |
| ٠.٨١٢ | ٠.٨٨٢ | ٠.٨١١ | الإدراك السلبي للذات |
| ٠.٨١٥ | ٠.٨٦٦ | ٠.٧٩٤ | المقياس ككل |

يتضح من جدول (٢١) أن جميع معاملات ثبات التجزئة النصفية وإعادة تطبيق الاختبار هي قيم دالة إحصائياً عن مستوى (٠.٠١)؛ مما يدل على درجة مقبولة من الثبات تفي بمتطلبات البحث.

▪ الصورة النهائية للمقياس وطريقة تصحيحه:

يتكون المقياس في صورته النهائية من (٣٠) مفردة، ووضِع أمام كل مفردة خمسة بدائل للإجابة يختار الطالب فيما بينها وهي: (دائماً - غالباً - أحياناً - نادراً - أبداً)، وعند التصحيح تُعطى خمس درجات للإجابة بـ دائماً، وأربع درجات للإجابة بـ غالباً، وثلاث درجات للإجابة بـ أحياناً، ودرجتان للإجابة بـ نادراً، ودرجة واحدة للإجابة بـ أبداً وذلك بالنسبة للمفردات الموجبة (التي تعكس ارتفاع مستوى الشعور بالوحدة النفسية)، والمفردات السلبية (التي تعكس انخفاض مستوى الشعور بالوحدة النفسية) تُعكس فيها طريقة التصحيح، ومن ثم تتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (٣٠ : ١٥٠) درجة، ويمكن معرفة مستويات الشعور بالوحدة النفسية الدنيا والعليا عن طريق جمع درجات المقياس تُعطى الدرجة الكلية للشعور بالوحدة النفسية؛ فالدرجة العليا تعني ارتفاع مستوى الشعور بالوحدة النفسية والدرجة الدنيا تعني انخفاض مستوى الشعور بالوحدة النفسية. والجدول الآتي يوضح توزيع عبارات مقياس الشعور بالوحدة النفسية وفقاً لأبعاده:

جدول (٢٢) توزيع عبارات مقياس الشعور بالوحدة النفسية وفقاً لأبعاده

| م | الأبعاد | أرقام العبارات | عدد العبارات |
|---------------------------|---------------------------------|---|--------------|
| ١ | فقدان الحب والانتماء | (٢*، ٣، ٨، ٩، ١٤، ١٥*، ١٤، ٢٠، ٢١، ٢٦، ٢٧*) | ١٠ |
| ٢ | الخوف من فقدان القبول الاجتماعي | (٤، ٥*، ١٠، ١١، ١٦، ١٧*، ٢٢، ٢٣، ٢٨*، ٢٩) | ١٠ |
| ٣ | الإدراك السلبي للذات | (٦، ٧*، ١٢، ١٣، ١٩، ١٨*، ٢٤، ٣٠، ٢٥*) | ١٠ |
| إجمالي عدد عبارات المقياس | | | ٣٠ |

• الأرقام التي أعلاها علامة * هي العبارات العكسية.

نتائج البحث ومناقشتها وتفسيرها:

تقوم الباحثة بعرض تفصيلي لنتائج التحليلات الإحصائية للتحقق من صحة فروض البحث، ومدى تحقق أهدافه، وتفسير النتائج في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة.

١ - نتائج الفرض الأول:

ينص على أنه: " لا يوجد تأثير دال لمتغير النوع (ذكور/ إناث)، والتخصص (صناعي- تجاري- زراعي)، والتفاعل بينهم على درجات مقياس اضطراب النوم فوبيا لدى طلاب التعليم الفني".

وللتحقق من صحة هذا الفرض؛ فقد استخدمت الباحثة أسلوب تحليل التباين الثنائي (Two way- ANOVA)، وقد تم الاعتماد على نتائج الدرجة الكلية في حساب الفروق والجدول الآتي يوضح النتائج:

جدول (٢٣) تحليل التباين لدرجات اضطراب النوم فوبيا وفقاً لمتغيري النوع والتخصص

والتفاعل بينهما

| مصدر التباين | مجموع المربعات | درجات الحرية | متوسط المربعات | قيمة (ف) | مستوى الدلالة |
|---------------|----------------|--------------|----------------|----------|---------------|
| النوع (أ) | ٤٥.٨٦٢ | ١ | ٤٥.٨٦٢ | ٢.٥١٥ | غير دالة |
| التخصص (ب) | ٢١.٩٢٩ | ١ | ٢١.٩٢٩ | ١.١٨٥ | غير دالة |
| تفاعل (أ × ب) | ٥٧.٣٠٣ | ١ | ٥٧.٣٠٣ | ٢.٧٠٤ | غير دالة |
| الخطأ | ١١٦٣٧.٨١٣ | ٥٨٧ | ١٩.٣٤٧ | | |
| الكلية | ١١٩٧٢.٦٥١ | ٥٨٩ | | | |

- يتضح من جدول (٢٣) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اضطراب النوموفوبيا لدى طلاب التعليم الفني وفقاً لمتغير النوع (ذكور - إناث)، مما يشير إلى صحة الفرض الأول. حيث بلغت القيمة الفئوية المحسوبة (٢.٥١٥)، وعند مقارنتها بالقيمة الفئوية الجدولية عند درجات حرية (٥٩٥ - ١) ومستوى دلالة (٠.٠٥) والبالغة (٣.٨٣)، ظهر أن القيمة الفئوية المحسوبة أصغر من القيمة الفئوية الجدولية؛ مما يشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اضطراب النوموفوبيا بين طلاب التعليم الفني تبعاً لمتغير النوع (ذكور - إناث).

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اضطراب النوموفوبيا لدى طلاب التعليم الفني وفقاً لمتغير التخصص (صناعي - تجاري - زراعي)؛ مما يشير إلى صحة الفرض حيث بلغت القيمة الفئوية المحسوبة (١.١٨٥). وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية عند درجات حرية (٥٩٦ - ١) ومستوى دلالة (٠.٠٥) والبالغة (٣.٨٣) ظهر أن القيمة الفئوية المحسوبة أصغر من القيمة الفئوية الجدولية مما يشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اضطراب النوموفوبيا بين طلاب التعليم الفني تبعاً لمتغير التخصص (صناعي - تجاري - زراعي).

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اضطراب النوموفوبيا لتفاعل كل من متغيري النوع (ذكور - إناث) والتخصص (صناعي - تجاري - زراعي). فقد بلغت القيمة الفئوية المحسوبة (٢.٧٠٤)، وعند مقارنتها بالقيمة الفئوية الجدولية عند درجة حرية (٥٩٦ - ١) ومستوى دلالة (٠.٠٥) والبالغة (٣.٨٤) ظهر أن القيمة الفئوية المحسوبة أصغر من القيمة الفئوية الجدولية، مما يشير إلى أنه تفاعل المتغيرين (النوع/ التخصص) لا يؤثر في اضطراب النوموفوبيا.

وتتفق نتائج البحث الحالي مع ما جاءت به نتائج دراسة Antonio et al (2020) والتي أشارت إلى عدم وجود علاقة بين اضطراب النوموفوبيا والعمر والنوع والمستوى التعليمي والمستوى الاجتماعي والاقتصادي لدى طلاب المرحلة الثانوية، كما أكدت على أن الطلاب الأكثر اضطراباً بالنوموفوبيا يحاولون الهروب من الواقع نتيجة ضغوط نفسية أو مالية أو أسرية. كما أن إدمان الهاتف المحمول قد يحدث نتيجة حدوث نوع من الشغف أو ما يُسمى "الوله باستخدام الهاتف المحمول أو الإنترنت"، نظراً لما يشعر به المدمن من إثارة ونشوة وتشويق عند استخدامها، مما يشكل نوعاً من المودة والعشرة معها.

ويمكن تفسير تلك النتائج من وجهة نظر الباحثة إلى أن اضطراب النوموفوبيا قد نما في السنوات الأخيرة لأن الهواتف المحمولة أصبحت أداة أساسية في الحياة اليومية لجميع الناس تقريباً، وتمحورت حياتهم حول الوظائف المتكررة التي يقومون بها يومياً على الهواتف مثل الاتصالات الهاتفية، الرسائل، التسوق عبر الإنترنت، الألعاب على الإنترنت، وإشغال وقت الفراغ، وللتغلب على الملل من الدراسة أو غيرها من العمليات التي تسببت في توليد شعور بالأمان والرضا الفوري طالما الهاتف موجود إلى جوارهم. ومن ثم يمكن القول أن الخوف من فقدان الهاتف المحمول (النوموفوبيا) يمكن تحديده كاضطراب نفسي جديد فوفقاً للخبراء يعاني أكثر من ٥٠٪ من مستخدمي الهواتف المحمولة من النوموفوبيا وإن كان ذلك بدرجات متفاوتة وفقاً لدراسات مختلفة؛ فعادةً ما يتفحص الناس هواتفهم أكثر من ٢٥٠ مرة في اليوم في المتوسط، أي بمعدل مرة كل خمسة دقائق تقريباً، ولأن الهواتف شريك أساسي في حياتنا اليومية إما للترفيه عنا أو لأداء مهامنا أو لتلبية شعورنا بالأمان وحاجتنا للتواصل مع العالم الخارجي، فهي بالنسبة لمرضى النوموفوبيا يصبح فقدان الهاتف المحمول تجربة مؤلمة لهم، وقد يواجه الواحد منهم مستويات مختلفة من التوتر تشبه توتر إجراء عملية جراحية، بل في أوقات الامتحانات وأداء المهام قد تتحول الحاجة إلى إيقاف الهاتف المحمول تتسبب في بدء ردود فعل القلق في جسم الإنسان. كما أكدت دراسة (Bhattacharya et al (2019) على أن النوموفوبيا تؤثر سلباً أيضاً على الصحة النفسية للفرد؛ إذ أكدت الدراسات على أن النوموفوبيا تتسبب في زيادة أعراض الإصابة بالقلق والاكتئاب والضغط النفسية لدى الأفراد، وأيضاً شعورهم بالوحدة وانعدام الأمن وانخفاض تقدير الذات، هذا فضلاً عن التأثير السلبي الكبير للنوموفوبيا على التحصيل الأكاديمي والإنجاز للطلاب.

الفرض الثاني:

ينص على أنه: "يُسهم هوس السيلفي إسهاماً دالاً إحصائياً في التنبؤ بمتغير اضطراب النوموفوبيا لدى طلاب التعليم الفني". وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة أسلوب تحليل الانحدار المتدرج (تحليل الانحدار أو المرهلي والارتباط المتعدد) أي Step-wise Multiple Regression Analysis؛ بطريقة إضافة المتغيرات وحذفها تدريجياً بحساب، والجدول الآتي يوضح هذه النتائج كما يلي:

جدول (٢٤) تحليل التباين الانحدار المتعدد للتنبؤ باضطراب النوموفوبيا من هوس السيلفي

(ن=٥٨٩)

| مصدر التباين | مجموع المربعات | درجات الحرية | متوسط المربعات | قيمة (ف) | مستوى الدلالة |
|--------------|----------------|--------------|----------------|----------|---------------|
| الانحدار | ١٦٨٤.٢١ | ١ | ١٢٣٥.٢٨ | ١٦١.٦٢ | ٠.٠٠١ |
| الباقى | ١٥١٣.٠١ | ٢٩٧ | ١٩٢٨.٤١ | | |
| الكلية | ٣٢٠٧.٣٣ | ٢٩٨ | | | |

يتضح من جدول (٢٤) وجود تأثير دال إحصائياً عند مستوى (٠.٠٠١) لمتغير هوس السيلفي تباين درجة اضطراب النوموفوبيا، ويتضح حجم الإسهام النسبي لمتغير هوس السيلفي في الجدول الآتي:

جدول (٢٥) إسهام متغير هوس السيلفي في التنبؤ باضطراب النوموفوبيا لدى عينة البحث

| مصدر الانحدار | معامل الانحدار (B) | الخطأ المعياري | معامل بيتا β | قيمة (ت) | مستوى الدلالة | معامل التباين (نسبة الإسهام) |
|---------------|--------------------|----------------|--------------------|----------|---------------|------------------------------|
| الثابت | ١٢.٧٣ | ١.٦٤ | ٠.٥٨ | ١٠.٤١ | ٠.٠٠١ | ٠.٤١٩ |
| هوس السيلفي | ٠.٤٨ | ٠.٧٢ | | ١٢.١٦ | ٠.٠٠١ | |

ويتضح من جدول (٢٥) أن حجم الإسهام النسبي لمتغير هوس السيلفي في التنبؤ باضطراب النوموفوبيا هو (٤١٪)، وهو إسهام دال إحصائياً، ويشير إلى أن هوس السيلفي يسهم بنسبة دالة في التنبؤ باضطراب النوموفوبيا عند مستوى دلالة (٠.٠٠١). وتعني هذه النتيجة أن هوس السيلفي يمكن أن يؤدي إلى اضطراب النوموفوبيا لدى الطلاب المراهقين، ويمكننا صياغة معادلة التنبؤ الآتية: اضطراب النوموفوبيا = $١٢.٧٣ + ٠.٤٨ \times$ هوس السيلفي.

وتتفق نتائج البحث الحالي مع نتائج دراسة (Betoncu & Ozdamli, 2019) والتي أوضحت أن هوس التقاط صور السيلفي يتنبأ بالخوف من فقدان الاتصال بالهاتف المحمول من خلال التقارير الذاتية للمراهقين وتقييم الوالدين لدوافع أبنائهم لالتقاط صور ذاتية. أما دراسة (Hughes, 2019) فقد كشفت نتائج دراسته أن اضطراب النوموفوبيا العزلة والانطواء يتنبان بهوس السيلفي، وأن العزلة والانطواء يتوسطا جزئياً العلاقة بين اضطراب النوموفوبيا

وهوس السيلفي. في حين أظهرت نتائج دراسة (Zethren 2018) معدلات هوس السيلفي والاعتراب النفسي تتنبأ بمعدلات رهاب فقدان الهاتف المحمول، وأن الاعتراب النفسي كان مؤشراً أفضل لهوس السيلفي من اضطراب النوموفوبيا. كما أكدت دراسة Myers & Park (2015) أن هوس السيلفي والعزلة النفسية- الاجتماعية تتنبأ باضطراب النوموفوبيا، وأن العزلة النفسية- الاجتماعية تتوسط جزئياً العلاقة بين النوموفوبيا وهوس السيلفي.

وتعزو الباحثة تلك النتائج إلى ما أشار إليه التراث الأدبي من تعريف للأشخاص المهووسين بالتقاط الصور السيلفي بأنهم يعيشون حياتهم الشخصية والنفسية في أسوأ حالتها، فهم يلجئون إلى نشر صورهم السيلفي على مواقع التواصل الاجتماعي المتنوعة لجذب إعجاب مجموعة أخرى من الأصدقاء غير المقربين، وأغلبهم يعانون من النرجسية لأنهم يركزون في الصورة على شخصهم لتحقيق هدف لهم وليس لغيرهم، وهو سلوك غير صحي خاصة مع كثرة انتشار هذه الصور والتقاطها أكثر من مرة في اليوم؛ مما يؤدي إلى إصابتهم بأعراض الاضطرابات النفسية مثل اضطراب النوموفوبيا والقلق والوحدة (Galhardo et al., 2020).

كما يؤكد Phillips & Grieve (2021) على أنه يتحول السيلفي اضطراباً وإدماناً عندما يجلس الأشخاص لساعات يترقبون ويتابعون التعليقات واللايكات "Liks" على صورهم، بخاصة الذين يعانون من غرور الأنا ويشعرون بأنهم أكثر جمالاً من غيرهم أو العكس، ومن لا يمتلكون أي قدر من الثقة في شكل أجسادهم، كما أنهم لا يستطيعون تحمل الغياب عن هواتفهم المحمولة ويبقونها متصلة بالشاحن دائماً حتى لا تنفذ بطاريات هواتفهم فيفقدون اتصالهم بالعالم الافتراضي الذي يعيشونه. كما يضيف Williams (2019) أن الأشخاص غالباً ما ينفرون من ذوي "الأنا" المرتفعة؛ وبالتالي يتجنبون الذين يكثرون الحديث عن أنفسهم وينشرون صورهم بصورة مرضية، ما يفسر شعورهم بالوحدة وافتقارهم إلى التفاعل الاجتماعي.

ومن أبرز الآثار النفس- اجتماعية التي أشارت إليها نتائج الدراسات ذات الصلة بأن إدمان الهاتف المحمول يجعل ضحاياه يعيشون في عزلة تامة، وربما يحولهم إلى مجرمين من خلال تورطهم في أنشطة مثل السرقة من أجل الإنفاق على الهاتف المحمول، وكذلك الافتقار للتواصل والحوار مع الآخرين، والحساسية المفرطة للعنف، والسلوك المضاد للمجتمع أو السلوك الإجرامي، وإلى ظهور بعض الأنشطة التي لا يرغبها المجتمع؛ حيث تؤدي الرسائل المصورة إلى المغالطات الفوتوغرافية والتتمتر. فالخوف من كؤن الهاتف المحمول خارج الاتصال أو

الخوف من عدم امتلاك الهاتف المحمول أو عدم تواجده، أو القلق الذي يصيب الفرد من فقدان قدرته على التقاط صور سيلفي Selfies نتيجة نفاذ رصيده، أو عدم توافر شبكة الاتصال، أو الاتصال نفسه، أو إذا فرغ شحن البطارية؛ مما يؤثر ذلك على مستوى تركيزهم وأدائهم (Delavar et al., 2015).

كما يؤكد كلٌّ من Harris (2015)، Massimo (2018) على أن التعلق الشديد بالهاتف المحمول والتقاط العديد من صور السيلفي يؤدي لمجموعة من الآثار السلبية الأكاديمية، والنفسية، والاجتماعية مثل: ضعف إدارة الوقت فالتقاط الطلبة للعديد من صور السيلفي، ومن ثم نشرها على مواقع التواصل الاجتماعي يقلل من الوقت المخصص لدراساتهم؛ مما قد يؤدي إلى مشكلات متعلقة بالأداء والتحصيل الأكاديمي، كما قد يؤدي إلى الأذى الجسدي حيث يؤثر التقاط الأشخاص لصور السيلفي في إلحاقهم الضرر بأنفسهم، وقد يؤدي إلى التقاط صور تتناسب مع معايير أشكال الإدمان المتعارفة كإدمان الألعاب الإلكترونية والإنترنت، لأنه يؤدي إلى سلسلة من ردود الفعل تتضمن: التقاط صوراً شخصيةً وتحميلها على إحدى وسائل التواصل الاجتماعي، إذ يعد من الأنشطة الممتعة والمهمة لدى الشخص، كما تتضمن انتظار تعليقات الأصدقاء والمتابعين، والتقاط الصور كوسيلة للهروب من المشكلات والتخلص من حدة المزاج والمشاعر الأليمة بسبب التوتر والخوف والاكتئاب.

كما أن صفات الأفراد المهووسون بالصور السيلفي والتي من بينها الإعجاب الزائد بالنفس والشعور بعظم شأنهم وأهمية أمرهم، والمبالغة في تلميح أنفسهم وإظهار ما عندهم بأحسن صورة حتى في الملابس والمقتنيات، يمدحون أنفسهم بتكرار واستمتاع (مباشرة أو غير مباشرة) أو بثناء الآخرين عليهم ومدحهم له، يكثر من لفت الأنظار إليهم، والمبالغة في طموحاتهم وأفكارهم وأحلامهم، والشغف بأن يمسكون بزمام الحديث، ويتمركزون حول ذواتهم، ولا يعترفون بخطأ وقعوا فيه، وتغليبهم المصلحة فهي أهم عندهم من أي شيء؛ فكل هذه الصفات تدعم وبشكل كبير أعراض الإصابة باضطراب النوموفوبيا.

الفرض الثالث:

ينص على أنه: "يسهم الشعور بالوحدة النفسية إسهاماً دالاً إحصائياً في التنبؤ بمتغير اضطراب النوموفوبيا لدى طلاب التعليم الفني". وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام أسلوب تحليل الانحدار المتدرج (تحليل الانحدار أو المرهلي والارتباط المتعدد)، بطريقة إضافة المتغيرات وحذفها تدريجياً بحساب، والجدول الآتي يوضح هذه النتائج:

جدول (٢٦) تحليل التباين الانحدار المتعدد للتنبؤ باضطراب النوموفوبيا من الشعور بالوحدة النفسية (ن) =

(٥٨٩)

| مصدر التباين | مجموع المربعات | درجات الحرية | متوسط المربعات | قيمة (ف) | مستوى الدلالة |
|--------------|----------------|--------------|----------------|----------|---------------|
| الانحدار | ١١٠١٨٢.٧٥ | ١ | ١٢١٨٢.٧٤ | ٨٤.٢٥ | ٠.٠٠١ |
| الباقى | ٢٥٣١٤.٠٤ | ٢٩٦ | ٢٦٦.٣١ | | |
| الكلى | ٣٧٥٨٨.٧ | ٢٩٧ | | | |

ويتضح من جدول (٢٦) وجود تأثير دال إحصائيًا عند مستوى (٠.٠٠١) لمتغير الشعور بالوحدة النفسية في تباين درجة اضطراب الوحدة النفسية، ويتضح حجم الإسهام النسبي لمتغير الشعور بالوحدة النفسية في الجدول الآتي:

جدول (٢٧) إسهام متغير الشعور بالوحدة النفسية في التنبؤ باضطراب النوموفوبيا لدى

عينة البحث

| مصدر الانحدار | معامل الانحدار (B) | الخطأ المعياري | معامل بيتا | قيمة (ت) | مستوى الدلالة | معامل التباين (نسبة الإسهام) |
|------------------------|--------------------|----------------|------------|----------|---------------|------------------------------|
| الثابت | ١٨.٦٤ | ٢.١٣ | ٠.٨٨ | ١٥.٠٧ | ٠.٠٠١ | ٠.٥٨٢ |
| الشعور بالوحدة النفسية | ٠.٧٢ | ٠.٩٧ | | ١٦.٢٠ | ٠.٠٠١ | |

ويتضح من جدول (٢٧) أن حجم الإسهام النسبي لمتغير الشعور بالوحدة النفسية في التنبؤ باضطراب النوموفوبيا هو (٥٦٪) وهو إسهام دال إحصائيًا، ويشير إلى أن الشعور بالوحدة النفسية يسهم بنسبة دالة في التنبؤ باضطراب النوموفوبيا عند مستوى دلالة (٠.٠٠١)، وهذه النتيجة تعني أن الشعور بالوحدة النفسية يمكن أن تكون نتيجة لاضطراب النوموفوبيا، ويمكننا صياغة معادلة التنبؤ الآتية: اضطراب النوموفوبيا = $18.64 + 0.72 \times$ الشعور بالوحدة النفسية. ويمكن تفسير تلك النتائج على اعتبار أن هناك علاقة تبادلية يعزز فيها الشعور بالوحدة النفسية واضطراب النوموفوبيا بعضهما بعضًا؛ فالإفراط في استخدام الهاتف المحمول يزيد من مشاعر الوحدة، فالأفراد الذين يفقدون القدرة على التواصل عبر الهاتف أو الإنترنت يشعرون بالوحدة؛ بسبب خوفهم من عدم القدرة على تكوين علاقات اجتماعية مع الآخرين والتواصل معهم؛

فالأفراد يعتمدون بشكل أساسي على هواتفهم المحمولة في تكوين علاقات اجتماعية، ويشعرون أنهم أفضل من الناحية النفسية.

لعل أكثر ما يميز المصاب بالوحدة النفسية هو عدم التجاوب الانفعالي والافتقاد إلى العلاقات السليمة مع من حوله وانقطاع التواصل مع الآخرين، وذلك بسبب عدم الانسجام مع المحيطين به الأمر الذي يسوقه إلى الانسحاب والعزلة وقلة الاندماج في مواقف التفاعل المباشر مع المحيطين بالفرد، ولعل ما يميز التفاعل عبر الهاتف المحمول واتصاله بالإنترنت ومواقع التواصل الاجتماعي هو البيئة الافتراضية التي تتم فيها عملية التواصل مع الآخرين بحيث تضعهم في مواقف افتراضية تعتمد على التفاعل غير المباشر مما يؤدي في حال الإدمان عليها إلى الوحدة النفسية والعزلة والانسحاب وذلك كما أكدت دراسة (Navaei et al., 2020) على أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين كل من النوموفوبيا والوحدة النفسية وبين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي كما أشار إلى ارتباط الوحدة النفسية بشكل إيجابي مطرد مع زيادة استخدام الهاتف المحمول والإنترنت، فقد أثبتت الدراسة أن المراهقين ممن يشعرون بعدم الانتماء والانعزالية والوحدة النفسية يميلون إلى استخدام الهاتف المحمول بشكل أكثر كثافة من غيرهم ممن هم في نفس المرحلة العمرية.

كما يشير (Balazova et al (2016) إلى أن الشخص الذي يشعر بالوحدة النفسية يكون وعيه العام بذاته مرتفعاً، ويكون قلقاً اجتماعياً، ولديه مستويات عالية من الخجل وعدم السواء، وذو تقدير للذات منخفضاً، ولا يُحب الآخرين وتقبله لهم ضعيفاً، كما أن ارتفاع مستوى الشعور بالوحدة النفسية يؤثر على قدرات التفكير لدى المراهقين. كما أن هناك عدة متغيرات سلبية تصاحب خبرة الشعور بالوحدة النفسية وترتبط بها وتتضمن هذه المتغيرات: الاكتئاب، الاغتراب والحزن والأسى والحاجة إلى الألفة الاجتماعية واللامبالاة والتباعد العاطفي. كما أن هناك عوامل أخرى معينة مرتبطة بالشعور بالوحدة النفسية، كالضغوط النفسية، القلق، الملل النفسي، كراهية الذات، فقدان المهارات الاجتماعية، والجناح.

ومن ثم يجد المراهق في اقتناء واستخدام الهاتف المحمول بشكل مُبالغ فيه وتصفح مواقع التواصل الاجتماعي بشكل دائم ملجأً من مشاعر العزلة والانطواء وضعف شبكات التفاعل الاجتماعي مع الآخرين وبالتالي إصابته بالوحدة النفسية.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة (Dennis & Walls (2015) ؛ مصطفى عبدالتواب (٢٠١٨)؛ سمر شحاتة وآخرون (٢٠١٩)، (Allen & Birle & Bosca (2019)؛ Leary (2021)؛ إسلام عبدالوارث (٢٠٢٠)؛ هبة محمد (٢٠١٩)، والتي أكدت على وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين اضطراب النوموفوبيا والشعور بالوحدة النفسية، كما أكد بعضها على إسهام الشعور بالوحدة النفسية في التنبؤ باضطراب النوموفوبيا لدى المراهقين، كما أكدت هذه الدراسات على أن قضاء مزيداً من الوقت على الهاتف المحمول والانترنت يؤدي إلى أن يصبح التواصل عبر الأجهزة الإلكترونية بديلاً للتواصل وجهاً لوجه مع الآخرين، ويمكن أيضاً أن يجعل الناس يشعرون بأنهم أكثر عزلة ووحدة نفسية.

وكنتيجة للتعلق المُبالغ فيه بالهاتف المحمول؛ يشعر الفرد بصعوبة الاستغناء عن هواتفهم المحمولة والعيش بدونها؛ فحينما يبتعدون عن هواتفهم يشعرون كأنهم ضائعون يحسون أنفسهم تائهون وتغيب عنهم حالة الأمن والطمأنينة، وعندما يشعرون أن أحداً ما يشغلهم عن هواتفهم أو يصرفونهم عنه فإنهم يحاولون الابتعاد قدر الإمكان عن هذا الشخص الذي يقف عثرة أمامهم للتواصل مع هذه التقنية؛ وهذا يؤدي بدوره إلى تحجيم التواصل الاجتماعي بل انعدامه في الحياة الحقيقية لدى بعض الأشخاص في بعض الحالات، كما يعني أيضاً تقليل الخروج من البيت، وبالتالي تقليل التواصل مع الآخرين؛ وهذا يؤدي أيضاً إلى تقليل الارتباط بالعالم الخارجي وإلى الوحدة والعزلة.

ومن خلال تعريف (Uba et al (2020 للوحدة النفسية بأنها إحساس الشخص بالحزن أو الألم من العزلة - أي كونه - وحيداً أو بعيداً عن الآخرين ومصاحبة ذلك الإحساس شعور الفرد بالحرمان من التواصل مع الآخرين، إضافة إلى رغبته الشديدة في التقرب من الآخرين ومصاحبتهم فإن ذلك يفسر سبب تعلقهم بالهاتف المحمول وبتطبيقاته المتعددة كرد فعل لهذه المشاعر التي تسيطر عليه وعلى تفكيره، فبالنظر في الأسباب المؤدية للإصابة باضطراب النوموفوبيا فالاستخدام المفرط للهواتف المحمولة قد أسهم في تغيير سلوكيات الأفراد وعاداتهم اليومية، كما أدى إلى حدوث مشكلات اجتماعية كالعزلة الاجتماعية، ومشكلات نفسية كالشعور بالضيق المرتبط بالخوف من عدم القدرة على الحفاظ على سلامة هذه الأجهزة وعدم تعرضها للتلف، كما يشير (Wedaloka & Turnip, 2019) إلى أن التطورات

التكنولوجية الحديثة أدت إلى تفاقم اضطرابات الشخصية مثل: الوحدة النفسية، الوسواس القهري، وإدمان الإنترنت.

كما أن الوحدة النفسية تنتج من نقص التواصل الاجتماعي أو العجز عن التواصل الاجتماعي وعدم القدرة على الانتماء لمجموعة اجتماعية أو تكوين علاقات صداقة قوية؛ ولأن الهاتف المحمول أصبح من السهل الحصول عليه واستخدامه مع تطور الهواتف الذكية والإمكانات المختلفة فقد تجاوز استخدام الأشخاص لها حد التواصل فقط، والآن أصبح الأشخاص أكثر تواجداً في بيئات الإنترنت وأكثر اتصالاً به؛ وبذلك فهم ينتقلون من العالم المادي إلى عالم رقمي نتج عنه ارتباط قوي بين الأشخاص وهواتفهم أدى إلى الخوف الشديد من فقدانها "النوموفوبيا" (Allen & Leary, 2021).

الفرض الرابع:

ينص على أنه: "تُشكل متغيرات الدراسة نموذجًا بنائياً يفسر العلاقات السببية بين متغيرات الدراسة (اضطراب النوموفوبيا، هوس السيلفي، الوحدة النفسية) لدى طلاب التعليم الفني".

ولاختبار صحة هذا الفرض تم استخدام أسلوب تحليل المسار، وذلك باستخدام برنامج ليزرل (Lisrel 8) للنمذجة بالمعادلات البنائية (Structural Equation Modeling) والجدول (٢٨) يوضح ما يأتي من نتائج:

جدول (٢٨) مؤشرات حسن المطابقة للنموذج المقترح

| المؤشر | قيمة المؤشر | المدى المثالي للمؤشر |
|---|-------------|--|
| χ^2 كا ^٢ | ١٢.٦١ | أن تكون كا ^٢ |
| درجات الحرية df | ١٦ | غير دالة |
| مستوى دلالة كا ^٢ | غير دالة | |
| نسبة كا ^٢ / df | ٠.٨٩ | ٥-١ |
| جذر متوسط مربعات خطأ الاقتراب RMSEA | صفر | صفر - ٠.١ |
| جذر متوسط مربعات البواقي RMR | ٠.٠٤٠ | صفر - ٠.١ |
| الصدق الزائف المتوقع للنموذج الحالي ECVI | ٠.١٢ | أن تكون ECVI للنموذج الحالي أقل منها للنموذج المشيع |

| المؤشر | قيمة المؤشر | المدى المثالي للمؤشر |
|-------------------------------------|-------------|----------------------|
| الصدق الزائف المتوقع للنموذج المشبع | ٠.١٥ | |
| مؤشر حسن المطابقة GFI | ٠.٩١ | صفر - ٠.١ |
| مؤشر حسن المطابقة المصحح AGFI | ٠.٨٩ | صفر - ٠.١ |
| مؤشر المطابقة المعياري NFI | ٠.٨٦ | صفر - ٠.١ |
| مؤشر المطابقة المقارن CFI | ٠.٩٢ | صفر - ٠.١ |
| مؤشر المطابقة التزايدى IFI | ١ | صفر - ٠.١ |
| مؤشر المطابقة النسبي RFI | ٠.٨٨ | |

يوضح جدول (٢٨) أن نموذج تحليل المسار المقترح قد حظي على مؤشرات حسن المطابقة الجيدة، حيث كانت قيمة χ^2 غير دالة إحصائياً، ووقعت جميع قيم مؤشرات حسن المطابقة في المدى المثالي لها، مما يدل على مطابقة النموذج للبيانات موضع الاختبار بطريقة جيدة، حيث تحققت جميع شروط حسن المطابقة.

جدول (٢٩) التأثيرات التي يحتوي عليها النموذج المقترح وقيمة (ت) والخطأ

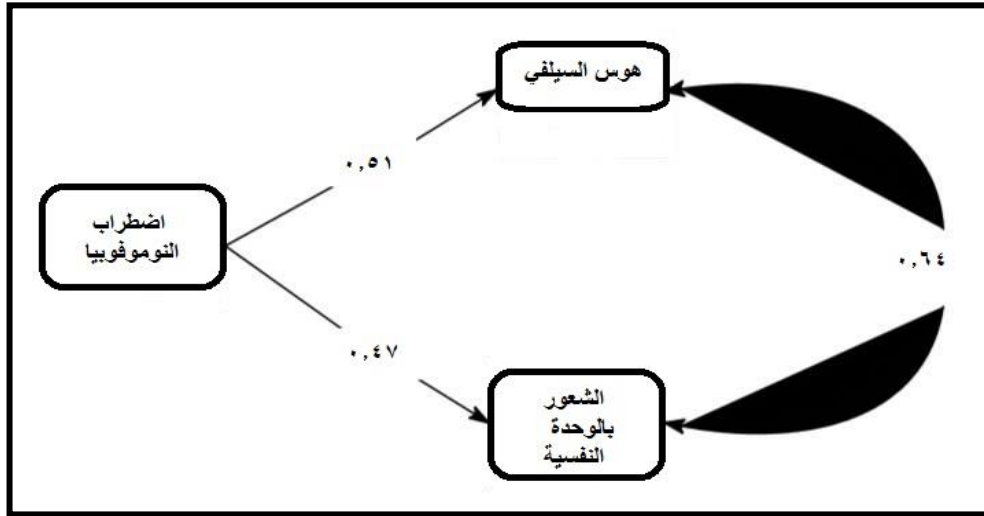
المعياري

| الوحدة النفسية | | | | | هوس السيلفي | | | | | التغيرات |
|---------------------|-----------------|-----------------------|------------------|----------------|---------------------|-----------------|-----------------------|------------------|----------------|-----------------------|
| التأثير الغير مباشر | التأثير المباشر | معامل الارتباط البسيط | قيمة (ت) لتشبعات | الخطأ المعياري | التأثير غير المباشر | التأثير المباشر | معامل الارتباط البسيط | قيمة (ت) لتشبعات | الخطأ المعياري | |
| ٠.٣٢ | ٠.٤٧ | **٠.٤٩٣ | **٤.٥١٤ | ٠.٩٠ | ٠.٢٩ | ٠.٥١ | **٠.٦٦٨ | **٤.٨٨٩ | ٠.٧٨ | اضطراب النوموفوبيا |

كما يشير تحليل النتائج بالجدول السابق إلى تحقق صحة الفرض الرابع، ومطابقة النموذج البنائي المقترح لمصفوفة الارتباط البسيط بشكل تام. فقد اتضح وجود تأثير سببي مباشر موجب (مسار موجب) دال إحصائياً للمتغير المستقل (اضطراب النوموفوبيا) على المتغيرات التابعة (هوس السيلفي، الشعور بالوحدة النفسية). كما أن معامل التحديد للمعادلة البنائية على النحو الآتي: (اضطراب النوموفوبيا) = $0.51 \times$ هوس السيلفي + $0.47 \times$ الشعور بالوحدة النفسية). حيث الخطأ المعياري للتباين (٠.٧٨) وقيمة ت (٤.٥١٤) الدالة عند مستوى

(٠.٠١) لتحليل المسار قيمته (٠.٥٨٩)، مما يشير إلى أن المتغير المستقل يفسر (٦٤.٩%) من التباين في درجات المتغيرات التابعة وهي تُعد نسبة كبيرة. كما يوضح شكل (١) المسار التخطيطي لمتغيرات البحث الراهن.

شكل (١) نموذج تحليل المسار المقترح لمتغيرات البحث (اضطراب النوموفوبيا، هوس السيلفي، الشعور بالوحدة النفسية)



يتضح من جدول (٢٩) وشكل (١) وجود تأثير سببي موجب مباشر لاضطراب النوموفوبيا على هوس السيلفي، تعكسه قيمة معامل المسار (٠.٥١) الدالة عند مستوى (٠.٠١)، ويوجد تأثير موجب غير مباشر قيمته (٠.٣١) الدال عند (٠.٠١) من خلال الشعور بالوحدة النفسية، ويُفسر ذلك بأنه كلما زادت درجات اضطراب النوموفوبيا لدى الفرد؛ زاد مستوى هوس السيلفي.

قدمت نتائج بعض الدراسات أدلة تشير إلى ارتباط النوموفوبيا بهوس السيلفي كدراسات: Williams (2019)؛ Oulasvirta et al (2018)؛ Antonio et al (2020)؛ Garbarino (2020)؛ Tobar (2021)، وأن هوس السيلفي يتوسط العلاقة بين النوموفوبيا والصحة النفسية Phillips & Grieve (2021)، أما دراسة Hughes (2019) أوضحت نتائجها أن زهاب فقدان الهاتف المحمول يرتبط إيجابياً بتصوير الذات (السيلفي)، وارتبط سلبياً بالعزلة والانطواء. أما دراسة Rahimi (2020) أكدت أثر هوس السيلفي في الخوف المرضي من فقدان الهاتف الذكي حيث يمكن للأفراد المهووسين بالتصوير الذاتي (السيلفي) أن يتغلبوا

على هذا الاضطراب من خلال التدريب على فنيات العلاج بالمعنى والتي تعتمد على التركيز على الإنسان، ويعتمد على الخصائص الشخصية للفرد ومصداقيته واستقلاله وتكامل قدراته وإمكاناته وقدرته على التحدي والمقاومة.

كما أوضحت دراسة (Longley et al (2020 أن النوموفوبيا قد يعاني منها أي شخص يعتمد اعتمادًا غير عاديًا على هاتفه المحمول ومن أهمها غرض التقاط الصور الذاتية (السيلفي)؛ إذ أن فقدان الهاتف المحمول يعني عدم قدرة الفرد على التواصل مع الأصدقاء عن طريق نشر الصور الشخصية على مواقع التواصل والرد على التعليقات وانتظار الإعجاب بها من قبلهم، وأيضًا الانقطاع عن كل ما يحدث حولهم، وهذا بدوره يتأتى بعد أن اعتاد هؤلاء الأفراد حمل هواتفهم في كل مكان يتواجدون فيه: سواءً حجرة النوم، مكان العمل، مكان الدراسة، وأثناء سيرهم بالطريق، انتظارهم الدور في أي مكان، استخدامهم المصعد، حتى وصل الأمر إلى اصطحابه إلى دورة المياه، وبالتالي فإن فقدان الهاتف المحمول يعني فقدان أحد أهم الأصدقاء لدى الفرد والذي يقضي معه أكثر وقت حياته، كما أن الفرد لا يستطيع الاستغناء (أو الابتعاد) عنه. حتى أنه بسبب هذه السيطرة للهواتف المحمولة على الأفراد، استخدم علماء النفس مصطلح الإدمان أي (الاعتماد) على التقنية، كما يعتمد مدمن المخدرات على المؤثرات العقلية والعقاقير المخدرة. ومن ثم فإذا كان الإدمان على المخدرات بمنزلة سمّ يهلك صحة الأفراد وله مخاطره الاجتماعية؛ فإن الإدمان على الهواتف المحمولة بمنزلة سمّ لتواصل الاجتماعي بين الأفراد وللروابط الاجتماعية بينهم.

كما كشفت دراسة (Antonio et al (2020 وجود علاقة بين النوموفوبيا وهوس السيلفي وأن هوس السيلفي يمكن أن يقود إلى اضطراب النوموفوبيا من خلال الاعتماد شبه الكلي على الهواتف المحمولة واستحالة الحياة بدونها، حتى وإن تعرضت حياتهم للخطر بسبب تهور الاستخدام عند التقاط الصور السيلفي.

وفي ذات السياق أظهرت نتائج بعض الدراسات أن هوس السيلفي يرتبط سالبًا مع النوموفوبيا كدراسة (Williams, 2019)، بينما يرتبط هوس السيلفي إيجابًا مع رهاب فقدان الهاتف المحمول حيث أثبتت الدراسات ومنها دراسة (Bhattacharya et al., 2019) تسبب السلوك الاعتمادي المبالغ فيه للهاتف المحمول لأجل التقاط صور شخصية لتشاركها مع الأصدقاء عبر وسائل التواصل المختلفة في العديد من الأضرار على صحة الفرد، فضلًا عن

تسببه في العديد من الحوادث المرورية نتيجة الانشغال المرضي بالهاتف المحمول كالتحدث أو المراسلة النصية مع شخص ما أثناء القيادة مما يجعل الأمر محفوف بالمخاطر، كما تسبب النوموفوبيا تشتت انتباه الأفراد المصابون بهذا الاضطراب، كذلك أيضًا تؤثر النوموفوبيا سلبيًا على الصحة النفسية للفرد؛ إذ أكدت الدراسات على أن النوموفوبيا تتسبب في زيادة أعراض الإصابة بالقلق والاكتئاب والضغط النفسية لدى الأفراد نتيجة تعلقهم المفرط بأراء الآخرين على صورهم وعلى منشوراتهم التي تتعلق بمكان ما التقطوا فيه عددًا من الصور السيلفي، وأيضًا شعورهم بالوحدة وانعدام الأمن وانخفاض تقدير الذات، هذا فضلًا عن التأثير السلبي الكبير للنوموفوبيا على التحصيل الأكاديمي والإنجاز للطلاب.

تعقيب الباحثة على نتائج البحث الحالي:

أولاً- بالنسبة لهوس السيلفي:

١- أنه على الرغم من أهمية الهواتف المحمولة في حياتنا في العصر الراهن إلا أنها تحمل سلبيات عدة يقع في فخها المراهقون والشباب، فالهواتف المحمولة وخاصة الذكية منها وما تحمله من مميزات تغري المراهق لاقتنائها والتمتع بخصائصها المتعددة كالكاميرات ثلاثية الأبعاد وذات الفلاشر وغيرها من السمات قد دفعت هؤلاء المراهقين للوقوع فريسة لما يُسمى بإدمان الهاتف المحمول فمن خلال هذا الإدمان السلوكي غير الكيميائي يفنقر المراهقون لألية التحكم بمعناها الشامل، فقد يلجأ المراهق إلى اتخاذ وسيلة التقاط الصور السيلفي كملجأ للهروب من تقدير ذات منخفض، صورة جسم مشوهة، توافق نفسي سيء، مفهوم ذات متدني.

٢- قد يساهم هوس السيلفي في تنامي بعض الاضطرابات النفسية والسلوكية غير الواعية ومنها اضطراب النوموفوبيا، فقد تكون الحاجة إلى الحنان والاهتمام والافتقاد إلى العلاقات الايجابية مع الوالدين والإخوة، وإلى تفاعل وتواصل أسري، والاستقرار داخل الأسرة؛ قد يؤدي ذلك بدوره إلى تعويضه من خلال اقتناء الهاتف المحمول والبحث من خلاله وخاصة شبكات التواصل الاجتماعي إلى تقمص شخصية أو دور ليس هو في الواقع كحيلة دفاعية للتغلب على ما يعانیه من مشاعر سلبية في حياته (McLean et al., 2019).

٣- كما أنه لا يجب أن نغفل تأثير جماعة الأقران على المراهق ودورها الكبير في التأثير على اتجاهاته وافكاره، وإيجاد نوع من الصراع بين قيمه ودوافعه واتجاهاته وحاجاته إلى

الجماعة؛ مما يشكل دافعاً قوياً للانقياد وراء ممارسة سلوكيات قد تبدو شاذة أو غير مألوفة كاتخاذ صور سيلفي في وضعيات غير مرغوبة أو غير مُرحب بها اجتماعياً وذلك من أجل الحصول على القبول بين الأقران ومسايرتهم وعدم التعرض للتمتر من قبلهم لاختلافه عنهم، وأيضاً لخوفه من فقدان هذه الجماعة بسبب عدم تقليدهم ومحاساتهم (Raj et al., 2021).

٤- كما اهتم بعض الباحثين بدراسة العلاقة بين اضطراب النوموفوبيا وهوس السيلفي من خلال ما توصل له باحثون من تايلاند مؤخرًا إلى نتيجة مفادها أن الشغف الكبير بالتقاط صور السيلفي قد يدل على بعض المشاكل النفسية ومن بينها رهاب الهاتف المحمول، وأن الناس أصبحوا مهوسين بالسيلفي، وهذا يلحق الضرر بحياتهم الشخصية وقدراتهم العقلية، وكذلك بالعلاقات مع الآخرين؛ فالسيلفي يسمح لهؤلاء الناس بالتحكم فيما يجب أن يراه الآخرون في صورهم، أي كما يريدون أن يظهروا في عيون الآخرين؛ لذلك لا شيء يثير الدهشة في أن الناس الذين يعانون من حب الذات، يعشقون صور السيلفي، لأنها تسمح لهم بإظهار أنفسهم كما يرغبون، وأشاروا إلى أن بعض الأشخاص الذين لديهم "هوس السيلفي" يعانون من النرجسية وحب الذات المُبالغ فيه، فيظل الفرد ينظر إلى نفسه ويلتقط صورًا من كل الاتجاهات، كما أكدوا أن "هوس السيلفي" أيضًا يرتبط بالاكتئاب بسبب نقص الثقة بالنفس والرغبة في الهروب من الضغوط وذلك يكون بالتصوير (Toory, 2017).

٥- وفقًا لما قاله الباحثون فإن هذا الهوس يجعل الشخص يشعر أنه مجبر على التقاط الصور باستمرار، ونشرها على مواقع التواصل الاجتماعي، كما أن المصابين بهذه الحالة يسعون باستمرار لتعزيز ثقتهم بأنفسهم، وجذب الانتباه وتحسين مزاجهم، وصنع ذكريات، والتكيف مع من حولهم والميل للمنافسة (Orlova, 2019).

٦- وفي تحليله للشخصية المهووسة بالصور السيلفي يرى (Ibrahim, 2021) إن الشخصية التي تأخذ صور سيلفي بصفة مستمرة في مختلف أوقاتها بشكل مرضي؛ هي شخصية غير سوية، فهذا الشخص يبحث عن إرضاء ذاته وليس إرضاء الآخرين؛ ومن ثم يعمل على تجميل ذاته وإعطائها ما لا تستحق، فعشق النفس المُبالغ فيه هو أخطر شيء قد يقع المرء فيه، فشغف الإنسان بذاته إلى الحد المرضي يحوله إلى إنسان أناني لا يفكر إلا في نفسه، ويصبح وصوليًا، واستغلاليًا. بل والأكثر من ذلك قد يعشق المرء ذاته إلى

الحد الذي يُصاب فيه بداء العظمة التي تجعله يصدق أنه الأقوى والأجمل والأذكى والأفضل وأن الآخرين أقل منه قوة وجمالاً وذكاءً؛ ولذلك يبيح لنفسه استغلالهم والاستهزاء بهم وقد يصل الأمر إلى التحقير من شأنهم.

٧- يرى بعض الخبراء انتشار مواقع التواصل واستخدام خواص تصفية الصور "الفلاتر" وصور "السيلفي" قد خلقا هوساً في المجتمع وخاصة لدى فئة المراهقين والشباب، قد يؤدي بهم إلى الإصابة باضطرابات عدة مثل اضطراب "النوموفوبيا" رهاب فقدان الهاتف المحمول، واضطراب "الديسمورفوبيا" وهو عدم رضا الشخص عن نفسه ومظهره. كما أن سلوك السيلفي يرتبط بشكل قوي بالانرجسية والاهتمام الزائد بالنفس، وإن الذين يرتبطون بتصوير السيلفي وقضاء وقت طويل في تعديل الصور ونشرها على مواقع التواصل الاجتماعي يركز اهتمامهم على ذاتهم بشكل أكبر ويعتقدون أنهم أكثر ذكاءً وجاذبيةً وأفضل من الآخرين، بالإضافة إلى وجود مشكلات في الشعور بالأمان وعدم التعاطف ومراعاة الآخرين، والميل إلى تضخيم الذات. ومن ثم فإن صور السيلفي قد تؤدي إلى عواقب نفسية قد تتسبب في الاكتئاب ومحاولة إيذاء النفس بسبب عدم الشعور بالرضا عن المظهر، كما أن إيمان التقاط هذا النوع من الصور قد ينطوي على هوس الشخص بصورة الجسم الخارجي بشكل مرضي؛ فصور السيلفي تعكّر الحالة النفسية للمراهقين خصوصاً، حيث أن هناك شكاوى عديدة من الأسر متعلقة بالسيلفي لأبنائهم (Borissova, 2020).

٨- وفي السياق نفسه يشير (Coulthard & Ogden, 2018) إلى أن السيلفي تعكّر تماماً الحالة النفسية للأشخاص ومزاج المراهقين والشباب وخاصة من هم في سن (١٧-١٨) عاماً، فقد زادت طلبات إجراء عمليات تجميل من قبل المراهقين خصوصاً، ومثال ذلك أن يأتي أباً ويشتكى أن أحد أبنائه يطلب إجراء عملية للأنف أو عضو آخر لأنه لا يظهر جميلاً في صور السيلفي الخاصة به.

ومن ثمّ يمكننا القول بأن التقنيات المتطورة قد عملت على زيادة شغف الأشخاص وخاصة المراهقين والشباب بهوس التصوير الذاتي ولك لدوافع مختلفة فمنهم من تنقصه ثقته بنفسه فيلجأ للفلاتر المصاحبة لالتقاط الصور السيلفي ليحظى بثناء وإعجاب المتابعين والأصدقاء، ومنهم من يعاني من القلق الاجتماعي وانخفاض تقدير الذات فيزيد ارتباطه بالهاتف المحمول بشكل مفرط للغاية متخذاً من مواقع التواصل الاجتماعي صديقاً حميماً لا يفارقه أبداً.

وكما يشير (Ersun et al (2019) إنه على الرغم من أن الشباب لا يحتاجون إلى جراحة تجميلية، فإنهم يعربون عن رغبتهم في إجرائها. وقال إن "الفلاتر" الموجودة في بعض تطبيقات الهاتف المحمول تتسبب في اضطراب نفسية لدى المراهقين لا سيما اضطراب النوموفوبيا خاصة الخوف من عدم اتصالهم بالإنترنت وفقدان بطارية الهاتف، إذ إن الأشخاص يحاولون تغيير وجههم رغم عدم وجود وضع يتطلب إجراء عملية تجميلية، وأضاف: مثلاً يتم تغيير لون العيون عبر تلك الفلاتر، ورغم عدم معاناة عيونهم من أي عيب فإنهم يبدؤون بطلب عدسات لاصقة، وهذا يدل أن الشخص غير متصالح مع ذاته، ويضيف (Kearney, 2018) أن جراحي التجميل في عام ٢٠١٨ ذكروا إن الصور الذاتية "السيلفي" يمكن أن تُظهر الوجه مختلفاً وتبدو فيها الأنف أكبر من حجمها الطبيعي، وأضافوا أنهم شهدوا زيادة كبيرة في الإقبال على عمليات التجميل من أشخاص يريدون أن يصبحوا أجمل في صور السيلفي، وأظهر استطلاع للأكاديمية الأمريكية لجراحي تجميل وترميم الوجه أن ٤٢٪ من الجراحين استقبلوا مرضى يريدون الخضوع لعمليات لتحسين صورهم السيلفي وصورهم على وسائل التواصل. وهذا بدوره يدعم إصابة هؤلاء المراهقون والشباب بهوس السيلفي.

ثانياً - بالنسبة لشعور بالوحدة النفسية:

١- يتضح من جدول (٢٩) وشكل (١) وجود تأثير سببي موجب مباشر للشعور بالوحدة النفسية في اضطراب النوموفوبيا تعكسه قيمة المسار (٠.٤٧) الدالة عند مستوى (٠.٠١)، ويوجد تأثير موجب غير مباشر قيمته (٠.٣٢) الدال عند (٠.٠١) من خلال هوس السيلفي، ويفسر ذلك بأنه كلما زادت درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى الفرد كان أكثر اضطراباً بالنوموفوبيا.

٢- ويمكن تفسير هذه النتائج في ضوء ما أسفر عنه التراث؛ حيث أن العلاقة بين النوموفوبيا والشعور بالوحدة النفسية وُصفت بطرائق عديدة وأنها تتكامل بعضها مع بعض؛ فقد ذكر (Bhattacharya et al., 2019) أن الشعور بالوحدة النفسية أصبح أحد أهم المشكلات النفسية التي يعانيها المراهقون؛ والتي ظهرت كنتيجة للتغيرات السريعة والتقدم العلمي والتكنولوجي في شتى مناحي الحياة كافة؛ فأصبحت حياة الفرد معقدة يسودها الضجر والضييق والقلق والضغط والتوتر النفسي؛ إلا أن الشعور بالوحدة النفسية أصبح يمثل نقطة البداية لكثير من المشكلات في عصرنا الراهن والتي يعانيها الفرد ويشكو منها ويتصدرها

الشعور الذاتي بعدم التوافق النفسي والتشاؤم والعجز والشعور بعدم السعادة؛ والذي كثيراً ما يؤدي بالفرد إلى عدة اضطرابات نفسية مثل: اضطراب النوموفوبيا وغيرها.

٣- كما تتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة (Dennis & Walls, 2015)؛ Birle & Bosca (2019) والتي أشارت إلى وجود علاقة بين النوموفوبيا والشعور بالوحدة النفسية. كما توصلت دراسة (Navaei et al, 2020)؛ Allen & Leary (2021)؛ سمر شحاتة وآخرون (٢٠١٩)؛ هبة محمد (٢٠١٩)؛ مصطفى عبدالنواب (٢٠١٨) إلى أن النوموفوبيا والشعور بالوحدة النفسية يتنبؤون بجودة الحياة النفسية والأداء الأكاديمي والإفصاح عن الذات، والسعادة الشخصية. كما أوضحت دراسة (Sharma et al., 2015) أن الشعور بالوحدة النفسية يُعد أحد مؤشرات العزلة والانطواء وتدني مفهوم الذات وتقديرها أكثر من النوموفوبيا.

٤- تفسر الباحثة تلك النتائج على أنه بالرغم من أن ظاهرة انتشار الهاتف المحمول خير دليل على وجود الود والتواصل بين الأشخاص وذلك من خلال التحدث مع بعضهم البعض من خلال الهاتف المحمول، البريد الإلكتروني، الماسينجر، سكايب، الواتس آب، غرف الشات وغيرها من وسائل التواصل الاجتماعي، إلا أننا لسنا بحاجة إلى مجرد علاقات بل نحتاج إلى علاقات حقيقية وثيقة تحقق أكبر قدر ممكن من السعادة من خلال التفاهم المشترك والتفاعل المتبادل، فضلاً عن الاهتمام والإقرار بأن الشخص الآخر يكون جدير بذلك. ومن ثم شعور الأفراد بالأمان داخل إطار العلاقات الاجتماعية والاعتماد على مساعدة الآخرين عند الحاجة لذلك؛ فالعلاقات الوثيقة هي التي تُعد ضرورية للسعادة.

٥- كما نجد أن الشعور بالوحدة النفسية يمكنها التنبؤ باضطراب النوموفوبيا وذلك كما أشارت الدراسات؛ فالعلاقات الشخصية بين الأفراد تتأثر بالتطورات التكنولوجية الحديثة، فالهدف الأساسي لاستخدام الهاتف المحمول هو أنها تسمح بالتواصل الفوري مع الآخرين، ما يقلل من شعور الفرد بالقلق من أن يصبح وحيداً؛ فالناس يعتمدون بشكل أساسي على هواتفهم المحمولة في إقامة علاقاتهم الاجتماعية، ويشعرون أيضاً بأنهم أفضل على المستوى النفسي عند وجود الهاتف المحمول الخاص بهم معهم. ورغم أن الهواتف المحمولة الذكية أصبحت تحظى باهتمام بالغ وتتنال شعبية ورواجاً بين المراهقين، ويمكن اعتبارهم من المتعاملين مع الهواتف المحمولة في وقت مبكر. إذ تعود شعبية هذه الهواتف الذكية إلى

كونها توفر فوائد كثيرة وخدمات ضرورية تُلبّي احتياجات الطلاب المراهقين الأساسية، إلا أنها تسبب بعض المشكلات والاضطرابات النفسية المرتبطة باستخدامه فقد أصبحوا لا يستطيعون العيش بدونه، وغير قادرين على مفارقتة أو إغلاق هواتفهم المحمولة إذ يتأكدون من شحن بطاريته باستمرار، ويتفقونها عشرات المرات كل يوم، إضافة لتفقد الرسائل الالكترونية والرسائل النصية والمكالمات؛ الأمر الذي أدى بهم للعزلة الاجتماعية والوحدة النفسية، ومحدودية التواصل اليومي الاجتماعي، فضلاً عن فقدان الكثير من المهارات الاجتماعية مع الآخرين وخاصة الكلامية مع ما يرافقها من مشاعر وأحاسيس، وذا أقرب ما يكون لحالة من الإدمان أو التعود المفرط الذي يسيطر عليه ولا يستطيع الفرار منه؛ ومن ثم يتحول إلى نمط حياة وسلوك يطبع شتى مناحي حياة الفرد به، ويصبح كذلك بمثابة المحور الذي تدور حوله كل اهتماماته ورغباته؛ ومن ثم يؤدي إلى مشكلات نفسية لها أبعادها الشخصية والاجتماعية، وربما تتحول إلى مرض أو اضطراب نفسي إذا ما تطور إلى الحد الذي يعيق نشاط الفرد الاجتماعي والدراسي والمهني، ويضعف أداءه وإنجازه في عمله والتزاماته وربما تصل إلى درجة الزهايمر وما يرفقها من توتر وقلق وضغط نفسي وحالة من عدم الشعور بالراحة أو الاستقرار والأمان؛ حيث يشعر الفرد بأنه تائه وتغيب عنه حالة الأمان التي تُعد من أهم حاجات الإنسان الضرورية للبقاء على قيد الحياة، وقد تؤدي إلى الاكتئاب وتنعكس بالنتيجة سلباً على حياة الفرد العائلية والعملية والدراسية، وأيضاً ظهور العديد من الاضطرابات النفسية أو الإصابة بنوع جديد من أنواع الفوبيا التي يُطلق عليها "النوموفوبيا".

التوصيات والبحوث المقترحة:

في ضوء ما أسفر عنه البحث الحالي من نتائج يمكن الخروج ببعض التوصيات على النحو الآتي:

- ١- الاهتمام بتقديم برامج إرشادية ودورات تدريبية لطلاب المرحلة الثانوية والجامعات لخفض اضطراب النوموفوبيا وهوس السيلفي والشعور بالوحدة النفسية لديهم.
- ٢- عقد ندوات تثقيفية للأباء والأمهات وللمعلمين والطلاب عن التوعية باضطراب النوموفوبيا، وكيفية التغلب عليه لدى فئات المجتمع المختلفة.

- ٣- تطوير مناهج التعليم فلا تقتصر على تراكم المعارف، بل يجب إكساب الطلاب مهارات وخبرات تخفف من مستوى اضطراب النوموفوبيا لديهم.
- كما يمكن تقديم عددًا من الدراسات والبحوث المقترحة على النحو الآتي:
- ١- فعالية برنامج إرشادي تكاملي لخفض النوموفوبيا لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتأخرين دراسيًا.
- ٢- هوس السيلفي وعلاقته بالإفصاح عن الذات لدى طلاب التعليم الفني.
- ٣- فعالية برنامج إرشادي قائم على اليقظة العقلية في خفض النوموفوبيا لدى عينة من المراهقين.
- ٤- هوس السيلفي وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية لدى عينة من المراهقين.
- ٥- الفروق في مستوى هوس السيلفي والشعور بالوحدة النفسية لدى المراهقين والشباب.
- ٦- دراسة مقارنة لطلاب التعليم الفني الموهوبين والعاديين في كل من النوموفوبيا وهوس السيلفي.
- ٧- البناء النفسي وخصائص وديناميات الشخصية لذوي اضطراب النوموفوبيا المرتفع "دراسة سيكومترية-كلينيكية".
- ٨- فعالية برنامج تدريبي قائم على فنيات التمعن لخفض اضطراب النوموفوبيا لدى المراهقين.

المراجع

أولاً- المراجع العربية:

- إسراء أحمد سليمان (٢٠٢٠). تقدير الذات وجودة الحياة الأكاديمية كمنبئات بإدمان السيلفي لدى طلاب الجامعة. *رسالة ماجستير غير منشورة*، كلية التربية، جامعة قناة السويس.
- إسلام حسن عبدالوارث (٢٠٢٠). النوموفوبيا وعلاقتها بكل من الشعور بالوحدة النفسية والأداء الأكاديمي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. *مجلة كلية التربية*، جامعة الإسكندرية، مج ٣٠، ٣٤.
- أسماء عز الدين حسنين (٢٠٢٢). برنامج معرفي سلوكي لخفض إدمان تصوير الذات (السيلفي) لدى عينة من طلاب الجامعة من ذوي اضطراب الشخصية النرجسية. *رسالة ماجستير غير منشورة*، كلية التربية، جامعة الوادي الجديد.

- جميلة مصيلحي نجم (٢٠٢١). الأمن النفسي والقلق والوحدة النفسية كمنبئات بإدمان الانترنت لدى طلاب الجامعة. *رسالة ماجستير غير منشورة*، كلية الآداب، جامعة حلوان.
- سلمى علي محمود (٢٠٢١). إدمان الصور الذاتية (السيلفي) وعلاقته بالثالث المظلم في الشخصية والحساسية الاجتماعية وتقديم الذات لدى طلاب جامعة جنوب الوادي (دراسة تنبؤية). *رسالة ماجستير غير منشورة*، كلية التربية بقنا، جامعة جنوب الوادي.
- سمر عبد السلام شحاتة، نعيمة جمال شمس، نوال شرقاوي بخيت (٢٠١٩). النوموفوبيا وبعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلبة كلية التربية بجامعة المنوفية: دراسة تنبؤية. *الهيئة المصرية العامة للكتاب*، ٣٢ (١٢٢).
- صبا منير حسين (٢٠١٨). إدمان الانترنت وعلاقته بالاكئاب والوحدة النفسية لدى طلبة الجامعات في قطاع غزة. *رسالة ماجستير منشورة*، كلية التربية، الجامعة الاسلامية بغزة.
- عبد القادر بودريالة (٢٠١٨). التصوير الذاتي Selfie تواصل اجتماعي أم اضطراب نفسي؟ دراسة ميدانية، *مجلة الباحث في العلوم الانسانية والاجتماعية*، ع ٣٣.
- محمود أبو المجد حسن (٢٠٢٠). (تصوير الذات) (السيلفي) وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى التعليم الأساسي بكلية التربية بقنا، *المجلة التربوية*، ع ٧٤.
- مصطفى عبد المحسن عبدالنواب (٢٠١٨). نموذج العلاقات السببية بين إدمان الهاتف المحمول والإفصاح عن الذات. *المجلة الجنائية القومية. المركز القومي للبحوث الاجتماعية والجنائية*، ٦١ (٢).
- نجلاء عبد النبي المزين (٢٠٢٢). هوس التصوير الذاتي (السيلفي) وتأثيره النفسي في العصر الرقمي. *مجلة التربويين العرب*، ع ٢٠.
- نوره أحمد أبو الغيط (٢٠١٨). تصوير الذات (السيلفي) وعلاقته ببعض المتغيرات الشخصية والنفسية لدى عينة من المراهقين (دراسة في نمذجة العلاقات). *رسالة ماجستير غير منشورة*، كلية التربية، جامعة عين شمس.
- هبة محمود محمد (٢٠١٩). دور الوحدة النفسية والسعادة الشخصية والاندفاعية وبعض المتغيرات الديموجرافية في التنبؤ بالنوموفوبيا لدى الشباب الجامعي. *رابطة الإخصائيين النفسيين المصرية (رانم)*. ٢٦ (٤).

هناك محمد شوقي (٢٠٢٢). تقنية الحرية النفسية في علاج اضطراب النوموفوبيا لدى طالبات المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أسيوط.

ثانياً - المراجع الأجنبية:

- Allen, B & Leary, R. (2021). Mobile phone phobia and psychological loneliness as mediating variables in the relationship between feeling coherent and hope. *Psychological Assessment*, 21 (3), 381–387.
- Ayalon, L. (2019). Subjective social status as a predictor of loneliness: The moderating effect of the type of long-term care setting. *Research on Aging*, 41, 915–935.
- Balazova, M., Gallova, I., Pavlov, J., & Slepecky, M. (2016). Empathy and parenting as predictors of loneliness in adolescent boys and girls. *GRANT Journal*, 7(1), 6-11.
- Birle, E & Bosca, L. (2019). Self-compassion as a mediating factor between Nomophobia and Psychological loneliness among university students. *Psychology of Education Review*, 31(3), 28-39.
- Barnett, T., Pearson, W., Pearson, R., & Kellermanns, F. (2015). Five-factor model personality traits as predictors of perceived and actual usage of technology. *European Journal of Information Systems*, 24(4), 374–390.
- Bhattacharya, S., Bashar, M., Srivastava , A & Singh, A. (2019). Nomophobia: No Mobile Phone Phobia. *J Family Med Prim Care*, 8(4):1297-1300.
- Bhattacharya, S., Bashar, M., Srivastava, A & Singh, A. (2019). Nomophobia: No MOBILE PHONE Phobia. *Journal of Family Medicine & Primary Care*, 8(4), 1297–1300.
- Błachnio, A & Przepiórka, A. (2018). Facebook intrusion, fear of missing out, narcissism, and life satisfaction: A cross-sectional study. *Psychiatry Research*, 259, 514–519.
- Betoncu, O & Ozdamli, F. (2019). Selfie obsession and its relationship to adolescent nomophobia, a predictive study. *TEM Journal*, 8(2), 598.
- Boursier1,V.(2018). Selfie Expectancies Among Adolescents: Construction and Validation of an Instrument to Assess Expectancies Toward Selfies Among Boys and Girls. **ORIGINAL RESEARCH doi: 10.3389/fpsyg.2018.00839**
- Carbon ,c.(2017).Universal principles of depicting oneself across the centuries :from renaissance self- portraits to selfie –photographs *fornt.Psychol*.8-245.

- Coulthard, N. & Ogden, J.(2018). The impact of posting selfies and gaining feedback ('likes') on the psychological wellbeing of 16-25 year olds: an experimental study. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 12(2), article 4.
- Çiçek, İ. (2021). Mediating role of self-esteem in the association between loneliness and psychological and subjective well-being in university students. *International Journal of Contemporary Educational Research*, 8(2), 83-97.
- Dennis, P & Walls, S. (2015). The relationship of Mobile phone phobia, psychological loneliness, and academic performance among university students in India. *Psychological science*, 14(3) , 118-135.
- Daei, A., Ashrafi-rizi, H & Soleymani, M. (2019). Nomophobia and health hazards: Smartphone use and addiction among university students. *International Journal of Preventive Medicine*, 10.
- Dongre, S., Inamdar, I & Gattani, P. (2017). Nomophobia: A study to evaluate mobile phone dependence and impact of cell phone on health. *National Journal of Community Medicine*, 8(11), 688-93
- Delavar, R., Salazar, C., Irurtia, A & Conner , L. (2015). dialectical behavioral program in reducing nomophobia and its impact on selfie obsession among adolescents: A critical analysis of their factor structure. *Behavioral Psychology*, 21, 423-448.
- Dell, A., Pelham, M & Murphy, A. (2019). Loneliness and depressive symptoms in middle aged and older adults experiencing serious mental illness. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 42, 113–120.
- Eler, A. (2017). The Selfie Generation: How Our Self-Images Are Changing Our Notions of Privacy, Sex, Consent, and Culture. *New York: Skyhorse Publishing*.
- Ersun, C & Meral, A. (2021). The Selfitis Behavior Scale: An Adaptation Study. *European Journal of Educational Sciences*, 8 (2). 1857- 6036.
- Engeln, R.(2018). The Psychological Cost of Posting Selfies. *Ph.D. U.S.A.*
- Ersun, Ç., Sabahattin, Ç.(2019). The development of the selfie attitude scale: a validity and reliability studyi. *European Journal of Education Studies*. 6(8).
- Erol, O & Cirak, N. (2019). Exploring the loneliness and internet addiction level of college students based on demographic variables. *Contemporary Educational Technology*, 10(2), 156-172.

- Elhai, J., Levine, J., Dvorak, D & Hall, B. (2017). Non-social features of smartphone use are most related to depression, anxiety and problematic smartphone use. *Computers in Human Behavior*, 69, 75–82.
- Farooqui, I., Pore, P & Gothankar, J. (2018). Nomophobia: an emerging issue in medical institutions?. *Journal of Mental Health*, 27(5), 438-441.
- Felix, N.(2021). Loneliness Among African International Students at Portuguese Universities. *Journal of International Students*. 11(2). 397-416.
- Fox, J., & Moreland, J. (2015). The dark side of social networking sites: An exploration of the relational and psychological stressors associated with Facebook use and affordances. *Computers in Human Behavior*, 45, 168–176.
- Galhardo, A., Loureiro, D., Raimundo, E., Massano-Cardoso, I & Cunha, M. (2020). Assessing Nomophobia: Validation Study of the European Portuguese Version of the Nomophobia Questionnaire. *Community Mental Health Journal*, 1-10.
- Garbarino, M. (2020). Fear of losing contact with a mobile phone, taking selfies, and self-concept among a sample of adolescents in middle school, a predictive study. *British Journal of Educational Psychology*, 83(2).
- Galetta, G. (2016). The selfie-mania in art: social trend or compulsive behaviour?. *PhD U.S.A.*
- Gaye, E & Mehmet, A.(2018). Examination of Social Media Attitudes and Loneliness Levels of Secondary Education Students with Regard to Gender and Sport. *International Journal of Higher Education*. 7, (5).
- Hughes, R.(2019). Fear of losing a mobile phone and obsession with taking selfies and their impact on isolation and introversion among a sample of adolescents. *Children and Youth Services Review*, (116), 1-10
- Hmf, S. (2017). Negative Impact of Selfies on Youth. *International Journal of Computer Science and Information Technology Research ISSN 2348-120X (online)*. 5(3), 68-73.
- Harris, A., (2015). General Election 2015 Politicians Pose For Selfies Everywhere They Go. *The Huffington Post UK/PA* .

- Han, S & Kim, J. (2017). Understanding Nomophobia: Structural Equation Modeling and Semantic Network Analysis of Smartphone Separation Anxiety. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 20(7), 419–427.
- Ibrahim, H. (2021). The Effect of Body Image and Self-esteem on Selfie Addiction Among Fresh Female Students at Ahfad University-Omdurman/Sudan. *Journal of Psychiatry*. Vol.24 No.1.
- Jennifer, S., Mills, M., & Marika, T. (2018). “Selfie” harm: Effects on mood and body image in young women. *Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 14(1).
- Kearney, A. (2018). Uses and Gratification of Posting Selfies on Social Media. *Master Degree*. College of Liberal Arts.
- Keles, B., McCrae, N & Grealish, A. (2020). A systematic review: The influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 79-93
- King, A., Valença, A., Silva, A., Carvalho, M & Nardi, A. (2014). Nomophobia: Dependency on virtual environments or social phobia?. *Computers in Human Behavior*, 29(1), 140-144.
- Konok, V., Pogány, Á & Miklósi, Á. (2017). Mobile attachment: Separation from the mobile phone induces physiological and behavioral stress and attentional bias to separation-related stimuli. *Computers in Human Behavior*, 71, 228–239.
- Lemay, D., Doleck, T., & Bazalais, P. (2019). Self-determination, loneliness, fear of missing out, and academic performance. *Knowledge Management & E-Learning*, 11(4), 485–496.
- Longley, L., Holm-Denomma, J., Allan, P & Calamari, E. (2020). The role of Nomophobia and its relationship to both self-image and self-confidence. *Personality and Individual Differences*, 116, 69–72.
- Martončík, M & Lokša, J. (2016). Do World of Warcraft (MMORPG) Players Experience Less Loneliness and Social Anxiety in Online World (Virtual Environment) Than in Real World (Offline)?. *Computers in Human Behavior*, 56, 127-134.
- Myers, C & Park, N. (2015). Nomophobia as a mediating variable in the relationship between psychosocial isolation and selfie mania. *Journal of personality*, 61(3). 529-565.

- Miltner, M & Baym, K. (2015). The Selfie of the Year of the Selfie: Reflectionson a Media Scandal. *International Journal of Communication* , 9: 1701-1715.
- Massimo, L.(2018). Semiotics of the Selfie: The Glorification of the Present. *Punctum*, 4(2): 33-48.
- McLean, A ., Hannah, K & Rodgers, R .(2019).How do “selfies” impact adolescents' well-being and body confidence? *A narrative review*.
- Miss, T., Kalpana, S., Hemalatha, M & Bhagya, L. (2019). Assessment of the level of knowledge among adolescents on “Selfi Syndrome” in selected college, Tirupathi.AP. *IOSR Journal of Nursing and Health Science (IOSR-JNHS)*. Vol. 8. PP 55-64.
- Mahoney, J., Le Moignan, E., Long, K., Wilson, M., Vines, J., & Lawson, S. (2019). Feeling alone among 317 million others: *Disclosures of loneliness on Twitter. Computers in Human Behavior*, 98, 20–30.
- Mesidor, J. & Sly, K. (2016). Factors that contribute to the loneliness of international students. *Journal of International Students*, 6, 262–282.
- Navaei, D., Hosseinaiy, E & Asadi, F. (2020). Psychological loneliness, nomophobia, and lack of psychological rigidity as indicators of psychological quality of life. *Journal of Adolescent Health*, 41 , 22–30.
- Özsarı, İ & Karaduman, G. (2016). Eğitim fakültesi öğrencilerinin sosyal medya kullanımı ve yalnızlıklarının incelenmesi, *Journal of Research in Education and Teaching*, Cilt: 5, 41, 380-389.
- Önder, B.(2019). The Predictive Relationships between the Social Media Addiction and Social Anxiety, Loneliness, and Happiness. *International Journal of Progressive Education*, 15 (4).
- Oxford Dictionaries. (2013). 'Selfie' Origins: Oxford Dictionaries 2013 Word of the Year First Used in Australian Online Forum By: *International Business Times*, Tue, 19 Nov.
- Orlova, V.(2019). Week 2 What Do We Do When We Take a Selfie Humans Self-Representation on Social Media
- Oulasvirta, T., Rattenbury,H & Raita, G.(2018). The relationship of smartphone phobia with the phenomenon of selfie mania in a sample of young people (who suffer from anxiety and depression),*Personal and Ubiquitous Computing*,16(1),105-114.

- Raj, A., Vimal, J & Yuvaraj J. (2021). Selfie: Self gratification (or) self esteem. Mass Communicator: *International Journal of Communication Studies*. Volume : 15, Issue : 4.
- Ruoxu, W., Fan, Y., Michel, M. (2017). Let me take a selfie: Exploring the psychological effects of posting and viewing selfies and groupies on social media. *Telematics and Informatics*. [Volume 34, Issue 4](#), 274-283
- Ruth, E., Eva, V., Thomas, K., Rosa, R & Jeff, R. (2017). SELFIE MANIA . oto Credit: Young Family Having Fun In Park Together, *Stella mit Rico Scagliola & Michael Meier*.
- Rahimi, S. (2020). The effect of a counseling program with meaning in reducing Pathological fear of losing a smartphone, psychological loneliness, and selfie obsession disorder among a sample of university youth in Iran. *Journal of Business and Psychology*, 7(1), 27-44.
- Roman, Y., Nitza, D & Zeev, F. (2019). Social Media and Loneliness- Forever connected?. *Higher Education Studies*; Vol. 9, No. 2.
- Shin, Y., Kim, M., Im, C & Chong, S. (2017). Selfie and self: The effect of selfies on self-esteem and social sensitivity. *Personality and Individual Differences*, 111, 139-145.
- Sorokowski, P., Sorokowska, A. & Pisanski, K. (2017). Selfie posting behaviors and associated with narcissism among men. *Personal. Individ. differ*, 85, 123-127.
- Borissova, S. (2020). The 'Selfie' Phenomenon as a Basis for Self-identity Search. Preamble to a Philosophy of the Selfie Photography. *Philosophy of Art Философия на изкуството*. Volume 29, Number 4.
- Sharma, N., Sharma, P., Sharma, N., & Wavare, R. (2015). Rising concern of nomophobia and Loneliness amongst Indian medical students. *International Journal of Research in Medical Sciences*, 3.
- Stober, D. (2018). The effectiveness of a program based on mental alertness in reducing nomophobia and obsession with selfies and improving psychological security in a sample of adolescents. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 9(3).
- Tian, Q. (2016). Intergeneration social support affects the subjective well-being of the elderly: Mediator roles of self-esteem and loneliness. *Journal of Health Psychology*, 21(6).

- Tortajada, I., Arauna, N. & Martinez, i. (2016). Advertising Stereotypes and gender representation in social networking .sites .*Joucomunicar*, 4111.177-186.
- Tams, S., Legoux, R & Léger, P.-M. (2018). Smartphone withdrawal creates stress: A moderated mediation model of nomophobia, social threat, and phone withdrawal context. *Computers in Human Behavior*, 81, 1–9.
- Tavolacci, M., Meyrignac, G., Richard, L., & Ladner, J. (2015). Problematic use of mobile phone and nomophobia among French college students. *The European Journal of Public Health*, 25 (suppl 3), ckv172-088.
- Tavolacci, M., Meyrignac, G., Richard, L., Dechelotte, P., & Ladner, Antonio, P, Guerrero, A, Díaz, P & García, V. (2020). Nomophobia, internet addiction, and self-portrait obsession among secondary school students: A correlational study. *The Journal of Positive Psychology*, 18(5), 417-426.
- Tobari, J. (2021). The relationship between Internet and mobile phone addiction, social anxiety, and self-image obsession in Japanese adults. *Journal of personality and social psychology*, 86(2).
- Toory, S. (2017). The Psychology of the Selfie, *Social and Behavioral Sciences*
- Uba, I., Yaacob, N., Juhari, R., & Talib, M. (2020). Does self-esteem mediate the relationship between loneliness and depression among Malaysian teenagers?. *Editorial Board*, 20(1),
- Williams, E.(2019). The mediating role of body image between Nomophobia and Selfie obsession among university students. *Ph.D.*, Mount Saint Vincent University.
- Peighambari, S., Khoshfar, G., Peighambari, M., & Shirdel-Havar, E. (2019). Levels of internet addiction and loneliness among students (Case study: The students of Universities of Center of Golestan Province). *International Journal of Schooling*, 1(2), 37-44.
- Phillips, A & Grieve, S. (2021). Mobile Phone Loss Phobia, Mental Health, and Selfie Mania Disorder in Adults with Psychological and Behavioral Disorders: A Correlational Comparative Study. *International Journal of Computational Research and Development*, 147–153.

- Pontes, M., Griffiths, M. & Patrão, M. (2014). Internet addiction and loneliness among children and adolescents in the education setting: *An empirical pilot study. Aloma*, 32(1), 91-98
- Ye, Y., & Lin, L. (2015). Examining relations between locus of control, loneliness, subjective well-being, and preference for online social interaction. *Psychological Reports*, 116(1), 164-175.
- Yıldırım, M., & Çelik -Tanrıverdi, F. (2020). Social support, resilience and subjective well-being in college students. *Journal of Positive School Psychology. Social and Behavioral Sciences*
- Youngsoo, S., Minji, K., Chaerin, I & Sang, C. (2017). Selfie and self: The effect of selfies on self-esteem and social sensitivity. *Personality and Individual Differences*. 111 . 139–145.
- Zeqaj, L.(2017). Selfie-Mania Influence on Adolescent Self-Esteem. *European Journal of Interdisciplinary Studies*. 3(2).
- Zethren, A. (2018). Correlation and predictive ability of Mobile phone phobia, self-image obsession, and psychological alienation in adolescents. *Social and Behavioral Sciences*, 15, 913–917.