



جامعة مؤتة

كلية الدراسات العليا

درجة اسهام النوموفوبيا بالاندماج الأكاديمي والوحدة النفسية لدى
عينة من طلبة الكليات العلمية في جامعة مؤتة

إعداد الطالبة

مروة موفق الشاورة

إشراف

الأستاذ الدكتور عبد الناصر موسى القرالة

رسالة مقدمة إلى كلية الدراسات العليا استكمالاً
لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد
النفسي والتربوي / قسم الإرشاد والتربية الخاصة

جامعة مؤتة، 2024

الآراء الواردة في الرسالة الجامعية لا تعبر
بالضرورة عن وجهة نظر جامعة مؤتة



قرار إجازة رسالة جامعية

تقرر إجازة الرسالة المقدمة من الطالب
مروه موفق نزال الشواور
درجة إسهام النوموفوبيا بالاندماج الأكاديمي والوحدة النفسية لدى عينة من طلبة الكليات
والموسومة بـ:
العلمية في جامعة مؤتة

استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة
الماجستير في الإرشاد النفسي و التربوي

في تاريخ 2024/06/02

التخصص: الإرشاد النفسي و التربوي

من الساعة 10 إلى الساعة 12
قرار رقم 15/2024

التوقيع

أعضاء اللجنة:

مشرفاً ومقرراً
عضواً
عضواً
عضو خارجي

أ.د. عبدالناصر موسى اسماعيل القراله
د. لمياء صالح محمد الهواري
د. صهيب خالد احمد التخايه
د. ممدوح بنيه لافي الزين

عميد كلية الدراسات العليا
أ.د. عمر خالد جرادات



الإهداء

الحمد لله شكراً وامتناناً، وإقراراً بفضلته، واعترافاً بعظيم كرمه.
إلى الأيدي التي كانت عوناً لي في كل خطواتي، الذين تطلعوا دوماً إلى نجاحي
بقلوب يعمرها الحب إلى عائلتي.
إلى أصدقائي الثابتين رغم تزعزع العالم.
إلى زملاء الدراسة المخلصين.
إلى من يُسَطِّرون أسمى آيات العزة والشهامة في زمن غابت عنه شمس الأخلاق، إلى
الصامدين الثابتين على أرضهم الواثقين في الله وحده لا يضرهم من خذلهم إلى
غزة.

الباحثة

مروة الشواورة

الشكر والتقدير

أقدم بالشكر والعرفان لمشرفي الدكتور عبد الناصر القرالة/عميد كلية العلوم التربوية لما قدمه لي من العون والمساعدة الحثيثة لإنجاز هذا العمل المتواضع. وأشكر لجنة المناقشة التي ستثري ملاحظاتهم رسالتي وتظهرها بالمظهر ذو الجودة والالتقان، لهم مني كل الاحترام والتقدير.

الباحثة

مروة الشواورة

فهرس المحتويات

الصفحة	المحتوى
أ	الإهداء
ب	الشكر والتقدير
ج	فهرس المحتويات
هـ	قائمة الجداول
ز	قائمة الملاحق
ح	الملخص باللغة العربية
ط	الملخص باللغة الإنجليزية
1	الفصل الأول: خلفيّة الدراسة وأهميتها
1	1.1 المقدمة
3	2.1 مشكلة الدراسة
6	3.1 أسئلة الدراسة
6	4.1 أهداف الدراسة
7	5.1 أهمية الدراسة
8	6.1 مصطلحات الدراسة وتعريفاتها الإجرائية
9	7.1 حدود الدراسة
10	الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة
10	1.2 الإطار النظري
29	2.2 الدراسات السابقة
35	3.2 التعقيب على الدراسات السابقة
37	الفصل الثالث: المنهجية والتصميم
37	1.3 منهج الدراسة
37	2.3 مجتمع الدراسة
37	3.3 عينة الدراسة
38	4.3 أدوات الدراسة

الصفحة	المحتوى
40	5.3 صدق أداة الدراسة
45	6.3 ثبات أداة الدراسة
46	7.3 تصحيح المقياس
47	8.3 الإجراءات الإحصائية
48	9.3 إجراءات التطبيق الميداني
50	الفصل الرابع: عرض النتائج ومناقشتها والتوصيات
50	1.4 عرض النتائج
76	2.4 التوصيات
78	المصادر والمراجع
87	الملاحق

قائمة الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
1.	توزيع عينة الدراسة حسب متغيري الجنس والسنة الدراسية	38
2.	معاملات الارتباط بين كل بُعد والدرجة الكلية لمقياس النوموفوبيا	41
3.	معاملات ارتباط بيرسون للتحقق من صدق البناء الداخلي لمقياس الاندماج الأكاديمي	42
4.	معاملات ارتباط بيرسون لقياس العلاقة بين كل فقرة والدرجة الكلية للبُعد الذي تنتمي إليه لمقياس الشعور بالوحدة النفسية	44
5.	معاملات كرونباخ ألفا للتحقق من ثبات أدوات الدراسة	45
6.	وصف الفقرات السلبية لكل بُعد من أبعاد الدراسة	46
7.	الحكم على إجابات الأفراد من خلال قيمة المتوسط الحسابي	47
8.	نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد مقياس النوموفوبيا	50
9.	نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لبُعد الخوف المعمم	52
10.	نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لبُعد استجابة القلق لفقد التواصل	53
11.	نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لبُعد الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة	54
12.	نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لبُعد الدافع القهري للهاتف الذكي	55
13.	نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد مقياس الاندماج الأكاديمي	56
14.	نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لبُعد الاندماج السلوكي	57

15. نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لبعد الاندماج الانفعالي 58
16. نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لبعد الاندماج المعرفي 59
17. نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للفقرات المتعلقة بمقياس الشعور بالوحدة النفسية 60
18. نتائج معامل ارتباط بيرسون لقياس العلاقة بين النوموفوبيا بكل من الاندماج الأكاديمي والشعور بالوحدة النفسية 63
19. نتائج اختبار الانحدار المتعدد لتقييم صلاحية النموذج للتنبؤ بالاندماج الأكاديمي من النوموفوبيا 65
20. نتائج اختبار تحليل التباين للتنبؤ بأثر النوموفوبيا وأبعاده الأربعة على الاندماج الأكاديمي 66
21. معاملات الانحدار ودلالاتها الاحصائية للتنبؤ بأثر كل من المتغيرات المستقلة على المتغير التابع (الاندماج الأكاديمي) 67
22. نتائج اختبار الانحدار المتعدد لتقييم صلاحية النموذج للتنبؤ بالشعور بالوحدة النفسية من النوموفوبيا 69
23. نتائج اختبار تحليل التباين للتنبؤ بأثر النوموفوبيا وأبعاده الأربعة على الشعور بالوحدة النفسية 70
24. معاملات الانحدار ودلالاتها الاحصائية للتنبؤ بأثر كل من المتغيرات المستقلة على المتغير التابع (الشعور بالوحدة النفسية) 71
25. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على مقياس النوموفوبيا بأبعاده الأربعة حسب متغيري الجنس والسنة الدراسية 73
26. نتائج اختبار تحليل التباين الثنائي المتعدد للكشف عن الفروق ذات الدلالة على مقياس النوموفوبيا تبعاً لمتغيري (الجنس والسنة الدراسية) 75

قائمة الملاحق

الصفحة	العنوان	الرمز
88	قائمة أعضاء لجنة التحكيم	أ.
90	الاستبانة بصورتها الاوليّة	ب.
100	نموذج لجنة التحكيم	ج.
111	الاستبانة بصورتها النهائية	د.

المخلص

درجة اسهام النوموفوبيا بالاندماج الأكاديمي والشعور بالوحدة النفسية لدى عينة

من طلبة الكليات العلميّة في جامعة مؤتة

مرورة موفق الشواورة

جامعة مؤتة، 2024

هدفت الدراسة الحاليّة التعرف إلى درجة اسهام النوموفوبيا بالاندماج الأكاديمي والشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طلبة الكليات العلميّة في جامعة مؤتة، وتكونت عينة الدراسة من (360) طالبًا وطالبة من الكليات العلميّة في جامعة مؤتة، وتمّ اختيارهم بطريقة عشوائية طبقية. ولتحقيق هدف الدراسة، تمّ تطوير ثلاثة مقاييس: النوموفوبيا، والاندماج الأكاديمي، والشعور بالوحدة النفسيّة، والتحقق من خصائصها السيكمترية. أظهرت النتائج أنّ مستوى انتشار النوموفوبيا، والاندماج الأكاديمي، والشعور بالوحدة النفسيّة لدى طلبة الكليات العلميّة جاء بدرجة متوسطة. وأظهرت النتائج أنّ النوموفوبيا تُفسّر ما نسبته 32% من التباين الحاصل في الاندماج الأكاديمي وما نسبته 24% من التباين الحاصل في الشعور بالوحدة النفسيّة لدى طلبة الكليات العلميّة، وكما أظهرت النتائج وجود علاقة عكسية دالة احصائيًا بين النوموفوبيا والاندماج الأكاديمي، وعلاقة طردية دالة احصائيًا بين النوموفوبيا والشعور بالوحدة النفسيّة، وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لتقديرات أفراد عينة الدراسة حول الدرجة الكلية لمقياس النوموفوبيا والأبعاد الآتية (الخوف المُعمم، الانشغال الذهني بالتهديدات المُتوقعة، الدافع القهري للهاتف الذكي) التي تُعزى للنوع الاجتماعي لصالح الذكور، وعدم وجود فروق دالة احصائيًا في مستوى انتشار النوموفوبيا تُعزى لمتغير السنة الدراسيّة. وفي ضوء النتائج أوصت الباحثة بعدد من التوصيات ومنها: - تفعيل الدور التوعويّ من قبل المؤسسات الحكوميّة، والمُنظمات، ومؤسسات المجتمع المدني لنشر الوعي حول مفهوم النوموفوبيا وآثاره وأسبابه.

الكلمات المفتاحية: - النوموفوبيا، الاندماج الأكاديمي، الشعور بالوحدة النفسية، الكليات العلميّة

Abstract

The degree to which nomophobia contributes to academic integration and feelings of loneliness among a number of students in scientific colleges at Mu'tah University

Marwa Mowafq Al-shawawreh

Mu'tah University, 2024

The primary objective of this study was to determine the extent to which nomophobia, or the fear of being without a mobile phone, influences the level of academic integration and feelings of psychological loneliness among a specific group of students enrolled in the scientific colleges at Mu'tah University. The research sample included 360 male and female students from the scientific colleges of Mu'tah University, chosen using a stratified random sampling method. In order to accomplish the objective of the research, three measures were created: one to measure nomophobia, another to assess academic integration, and a third to gauge feelings of psychological loneliness. The findings indicated that the frequency of nomophobia, academic integration, and psychological loneliness among students at scientific institutions was at a moderate level. The findings indicated that nomophobia is a significant predictor of both academic integration and psychological loneliness. The findings also indicated a statistically significant inverse correlation between nomophobia and academic integration, as well as a positive, statistically significant correlation between nomophobia and feelings of psychological loneliness. Overall, the study found that there were statistically significant differences in the arithmetic averages of the study participants' estimates of the total score of the nomophobia scale and certain dimensions (generalized fear, mental preoccupation with expected threats, compulsive urge to use the smartphone) based on gender, with males having higher scores. However, there were no significant differences in other aspects. The prevalence of nomophobia is significantly associated with the variable of the academic year. In light of the results, the researcher recommended a number of recommendations.

الفصل الأول خلفية الدراسة وأهميتها

1.1 المقدمة

شهدَ القرن الواحد والعشرون تطورًا واسعًا في التكنولوجيا، حيث ساهمت التكنولوجيا الحديثة في تغيير أنماط حياة الأفراد والمجتمعات على كافة الأصعدة العلمية، والعملية، والاجتماعية، والثقافية، والاقتصادية. وفي ظلّ توغل التكنولوجيا الرقمية في كافة ميادين الحياة وظهور العديد من التقنيات المتطورة، أصبحت الهواتف الذكية جزءًا لا يتجزأ من حياة الأفراد؛ الأمر الذي أدى إلى اختزال الفروق المكانية والزمانية، وأصبح بالإمكان وببضغطة زر تبادل المعلومات وتخزينها واسترجاعها، الاتصال والتواصل بين الأفراد، إنجاز الأعمال والمهام، والحصول على المعلومات والأخبار. لم تقتصر الهواتف الذكية على فئةٍ معينة، بل إنها من أكثر وسائل الاتصالات الرقمية شعبيةً وانتشارًا حتى بين الأسر ذوي الدخل المنخفض. يؤكد يونس (2017) أنّ أكثر القطاعات التكنولوجية تطورًا وانتشارًا هو قطاع الاتصالات نتيجةً لتزايد الطلب على الهواتف الذكية، واستخدامها لدى كافة شرائح المجتمع على اختلاف فئاتهم. يرى (مسعد، 2022) أن تكنولوجيا الاتصالات أتاحت لمستخدميها لا سيّما الشباب فرصًا جديدة للتعارف، وتبادل الآراء والمعلومات. ترى هبة (2019)، أنّ فئة الشباب الذين تتراوح أعمارهم بين (18-24) عامًا من أكثر الفئات العمرية استخدامًا للهواتف الذكية. الهواتف المحمولة أصبحت حاجةً ملحة لا يُمكن الاستغناء عنها، حيث أنها تُعدّ وسيلةً للترفيه والمعرفة والاتصال والتواصل، وتُلبي احتياجات مستخدميها، وتوفّر الوصول للعديد من التطبيقات والبرامج والاستفادة منها (الحليمي والمزيني، 2019).

إنّ الهواتف الذكية تلقى رواجًا وقبولًا لدى طلبة الجامعات نظرًا للإمكانيات والميزات التي توفرها، حيث أنه ومن خلال الأجهزة الذكية يُمكن إنجاز العديد من المهام اليومية بسهولةٍ ويُسر، على سبيل المثال: الاتصال بالأفراد، إرسال الرسائل النصية إليهم، التسوق، الترفيه، تصفح الانترنت، استقبال وإرسال الرسائل عبر البريد

الإلكتروني، الحصول على المعلومات من الانترنت، وتصفح مواقع التواصل الاجتماعي (Park et al., 2013). على الرغم من أن الهواتف الذكية تُلبى الاحتياجات الأساسية لطلبة الجامعات إلا أن استخدامها بشكل سيء قد يتسبب بالمشكلات النفسية، والجسدية، والأكاديمية للطلاب. تعد النوموفوبيا كلمة مركبة من أربع كلمات (No-Mobile-Phone-Phobia) وتم اختصارها في كلمة واحدة (نوموفوبيا) (الجاسر، 2018)، كما عرّفه (برقازي وبونيت) (Bragazzi & Puente, 2014) بأنه: أحد اضطرابات العالم الرقمي، والذي يُشير إلى شعور الشخص بالانزعاج، أو القلق، أو العصبية عند فقدان الاتصال بالهاتف المحمول، أي هو الخوف المرضي من البقاء بعيدًا عن التكنولوجيا الحديثة.

أشار مركز (مورنينج سايد) إلى أن النوموفوبيا تمثل إدمان الهاتف مثله مثل إدمان المخدرات أو السجائر، وقد أطلقوا عليه "سم الروابط الاجتماعية"، فقّلت القدرة على التحكم الذاتي وضبط النفس، واستسلم الفرد لإدمان استخدام الهاتف، ولم تقف هذه الآثار عند حدود العلاقات الأسرية بل امتدت لتشمل الجانب الأكاديمي، إذ أن ناقوس الخطر قد دق داخل جدران الحرم الجامعي ليحذرنا من انشغال الطالب الجامعي بهاتفه في الساحات بل وداخل قاعات المحاضرات، وامتدت خطورة هذه الظاهرة من تشتت الانتباه لتصل إلى تأخير المهام الأكاديمية الجامعية والمذاكرة والتكليفات المطلوبة حتى اللحظات الأخيرة، مما جعل الإرجاء والتسويق الأكاديمي سمة أساسية من سمات عددٍ ليس بالقليل من الطلاب الجامعيين، فالتسعت الفجوة بين رغبة الطالب لإنجاز أنشطته وبين أدائه الفعلي (صادق، 2019). أشار براسيد (Prasad et al., 2017) إلى أن الأشخاص الذين يعانون من النوموفوبيا يبدو عليهم الانزعاج في حالة فقدان الهاتف المحمول، أو فقدان الاتصال بشبكة الانترنت، أو نفاذ بطارية الهاتف، مما ينعكس سلبيًا على مستوى تركيزهم وانتباههم. يرى (Rodríguez-García et al., 2020) إلى أن النوموفوبيا يؤثر سلبيًا على شخصية الفرد، احترام الذات، والأداء الأكاديمي، ويتسبب بالعدد من المشكلات الصحية البدنية والعقلية. إن الخيارات التي توفرها البيئة التكنولوجية كالهاتف الذكي تُعزز شعور الشباب والمراهقين بالوحدة النفسية والاعتراب عن الأسرة؛ وذلك لأنهم يهربون من مواجهة خيبات الأمل

والإحباطات إلى الترفيه والمتعة عبر العالم الافتراضي (Margalit, 2010). كما يُمكن القول، أنّ النوموفوبيا قد تؤثر على بعض المتغيرات التعليمية داخل قاعة الدراسة وخارجها، مثل: اندماج الطلبة في العملية التعليمية ومشاركتهم الفعالة أثناء المحاضرات، حيث يزداد تَقَدُّ الطالب لهاتفه، مما يؤثر على العمليات العقلية لديه كالانتباه والإدراك والتذكر، وينعكس ذلك على اندماجه الأكاديمي، ويزيد من مقدار الجهد الذي يبذله في تحصيل المعلومات، مسبباً ذلك انخفاضاً على مستويات اليقظة العقلية لديهم. كما نجد أن التقنيات الحديثة لأجهزة التواصل، تؤثر بشكل مباشر على الاندماج الأكاديمي للطلاب، فهي تستنفذ كثيراً من وقتهم، وتشغلهم عن محاضراتهم وأدائهم الأكاديمي، مما يترتب على ذلك قلة الانتباه والتركيز (حسن، 2022).

وفي هذا الصدد، نجد أن الوحدة النفسية تنتبأ باضطراب (النوموفوبيا)، فالعلاقات الشخصية تتأثر بالتطورات التكنولوجية، والهدف الأساسي لاستخدام الهواتف الذكية هو أنها تسمح للأفراد بالتواصل الفوري مع الآخرين، ما يقلل من شعور الفرد بالقلق من أن يكون وحيداً، فالأشخاص يعتمدون بشكل أساسي على هواتفهم المحمولة في تكوين علاقاتهم الاجتماعية وفي شعورهم بأنهم أفضل على المستوى النفسي عند وجود ذلك الجهاز معهم (مجد، 2019).

وفي ضوء ما سبق، تتضح الحاجة إلى استقصاء مستوى انتشار النوموفوبيا في البيئة الجامعية، ودراسة علاقته بكل من الاندماج الأكاديمي والوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة.

2.1 مشكلة الدراسة

أصبحت الهواتف الذكية في حياة الأفراد من الضروريات أكثر من كونها ملحقات؛ وذلك لما توفره من ميزات تشمل أنظمة التشغيل المتطورة، وشاشات اللمس، والاتصال بالإنترنت (Alosaimi et al., 2016). أظهرت نتائج المسح التي أعلنت عنها وزارة الاتصالات وتكنولوجيا المعلومات الأردنية بالتعاون مع دائرة الإحصاءات العامة (2015)، أن معظم مستخدمي الإنترنت هم من حملة البكالوريوس فأكثر، ومن الفئة العمرية (20-24) سنة. وبناءً عليه، فإن فئة الشباب تميل إلى الوصول إلى

الشبكات الاجتماعية، وممارسة الألعاب، والتواصل مع الآخرين وما إلى ذلك عبر هواتفهم الذكية، والأجهزة اللوحية، وأجهزة الكمبيوتر الخاصة بهم في كل مكان وزمان. أدت ظهور وسائل الاتصال الحديثة إلى تغييرات جوهرية في الجانب الأكاديمي، حيث أصبح طلبة الجامعة مشغولين بهواتفهم النقالة داخل المحاضرات الجامعية وفي ساحات الجامعة، الأمر الذي أدى إلى عدم اندماجهم أكاديميًا (حسن، 2022).

أشارت العديد من الدراسات إلى أنّ نسبة انتشار النوموفوبيا لدى طلبة الجامعة مرتفعة، ففي الهند أشارت نتائج دراسة (Dixit et al., 2010) إلى أن طلبة كلية الطب المشاركين في الدراسة لا يُمكنهم الاستغناء عن هواتفهم ليومٍ واحد، كما أشارت دراسة (Tavolacci et al., 2015) في فرنسا إلى أنّ ما يُقارب من ثلثي طلبة الجامعة يُعانون من النوموفوبيا.

على الرغم من الإمكانيات والمميزات التي تُوفرها الهواتف الذكية، إلا أنّ استخدامها بشكلٍ سيء قد ينعكس سلبيًا على حياة الأفراد مما قد يتسبب بحالة من الإدمان، أو عدم الراحة، أو القلق، أو التوتر. وبناءً عليه، فإنّ من أبرز الاضطرابات النفسية التي تتمّ تسليط الضوء عليها مؤخرًا في معظم الدراسات النفسية النوموفوبيا وهو اضطراب القرن الواحد والعشرين، والذي يحدث نتيجة الاستخدام المفرط للهواتف الذكية للدرجة التي تجعل الشخص غير قادرًا الاستغناء عن هاتفه، والشعور بالقلق، والتوتر عند فقدان الهاتف أو فقدان الاتصال بالشبكة. تراوح معدل انتشار هذا الاضطراب بين 77% و 99% في كل من البلدان النامية والمتقدمة، وكان شائعًا بالأكثر لدى فئة الشباب (Harish & Bharath, 2018; Ozdemir et al., 2018). أشار (حسن، 2022) إلى أنّ النوموفوبيا قد يؤثر على مشاركة الطلاب الفعالة واندماجهم خلال العملية التعليمية، حيث ان زيادة تفقد الطالب لهاتفه تؤثر على العمليات العقلية لديه؛ مما ينعكس سلبيًا على اندماجه الأكاديمي.

لقد أصبح الهاتف الذكي بالنسبة للكثير من الأفراد – وخاصة الشباب الجامعيين – ضرورةً لا غنى عنها؛ إذ أنه لا يفارق أيديهم وأذانهم ولا يبتعد عن أعينهم ليلاً أو نهارًا، كيف لا وهم مُتقيظون أغلب الوقت إما للتواصل أو النظر في الهاتف، ويقاومون إغلاقه أثناء المحاضرات أو في قلب الامتحانات

أو حتى أثناء النوم، وقد أدى الاستخدام المفرط إلى تغييرات في سلوكيات ونظام حياة الأفراد اليومية، فأصيبوا بالأرق وتشتت الانتباه أثناء السير بالشوارع أو حتى داخل حجرات الدراسة وما سوى ذلك من الأماكن، كما لا يخفى تأثر الجهاز العصبي واختلال الساعة البيولوجية في جسم الإنسان، إذ أنه لم يعد للوقت تلك الأهمية المطلوبة؛ فقد تم إهداره هنا وهناك، وتأجلت المهام الأكاديمية، ولم يعد الالتزام بالمواعيد أمراً ضرورياً، ونتيجة لذلك فقد تغيرت العادات اليومية والسلوك الاجتماعي، وانتشرت العزلة في المجتمع وساد القلق فيه، مما أدى إلى سوء العلاقات الأسرية بل وتفككها بين أفراد الأسرة الواحدة وبين الأسر بعضها البعض. أشار (حسن، 2022) إلى أن "النوموفوبيا" قد يؤثر على مشاركة الطلاب الفعالة واندماجهم خلال العملية التعليمية، حيث ان زيادة تفقد الطالب لهاتفه تؤثر على العمليات العقلية لديه؛ مما ينعكس سلباً على اندماجه الأكاديمي.

استرعى انتباه الباحثة -خلال فترة دراستها في الجامعة- أنماط سلوكية مؤثرة للقلق على الطلبة الجامعيين، كالتحقق من الهواتف المحمولة بشكل متواصل حتى أثناء المحاضرات الجامعية، والتوتر عند فقدان الاتصال بشبكة الانترنت ومحاولتهم للبحث عن شبكة انترنت للاتصال بها، إضافة إلى الانسجام العالي في العالم الافتراضي والحرص على متابعة الأخبار وعلاقاتهم الاجتماعية من خلال تصفح مواقع الويب أو مواقع التواصل الاجتماعي كالفيسبوك، والانستغرام، وتويتر، وغيرها، فضلاً عن قلقهم وخوفهم من فقدان محتويات ذاكرة الهاتف المحمول، وتجنبهم التفاعل المباشر وجهًا لوجه مع من حولهم والانغماس في تصفح الهاتف المحمول، والتحقق بشكل متكرر من إشعارات الاتصالات، أو الرسائل الواردة. وبناءً على توصيات العديد من الدراسات التي أكدت على أن النوموفوبيا كان أحد المؤشرات لضعف التحصيل الدراسي لدى الطلبة (الجاسر، 2018؛ عبد الوارث، 2020؛ أبو شيبه والبلهان، 2021؛ Li & Hao, 2019).

بناءً على ما سبق، جاءت هذه الدراسة للبحث في درجة اسهام النوموفوبيا بكل من الاندماج الأكاديمي والوحدة النفسية، حيث تسعى الدراسة الحالية إلى الكشف عن علاقة النوموفوبيا بكل من الاندماج الأكاديمي والوحدة النفسية لدى طلبة الكليات العلميّة في جامعة مؤتة.

3.1 أسئلة الدراسة

يمكن تحديد أسئلة الدراسة في الأسئلة التالية:-

1. ما مستوى النوموفوبيا، والاندماج الأكاديمي، والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الكليات العلميّة في جامعة مؤتة؟
2. هل هناك علاقة ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) بين النوموفوبيا بكل من الاندماج الأكاديمي والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الكليات العلميّة في جامعة مؤتة؟
3. ما درجة اسهام النوموفوبيا بكل من الاندماج الأكاديمي والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الكليات العلميّة في جامعة مؤتة؟
4. هل هناك فروق ذات دلالة احصائية ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى انتشار النوموفوبيا لدى طلبة الكليات العلميّة في جامعة مؤتة تُعزى لكل من الجنس، والسنة الدراسية؟

4.1 أهداف الدراسة

تهدف الدراسة الحالية إلى تحقيق ما يلي:-

1. تقدير مستوى كل من النوموفوبيا، والشعور بالوحدة النفسية، والاندماج الأكاديمي لدى طلبة الكليات العلميّة في جامعة مؤتة.
2. التعرف إلى طبيعة واتجاه العلاقة بين النوموفوبيا بكل من الاندماج الأكاديمي، والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الكليات العلميّة في جامعة مؤتة.
3. تقدير درجة اسهام النوموفوبيا بكل من الاندماج الأكاديمي والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الكليات العلميّة في جامعة مؤتة.

4. التعرّف إلى دلالة الفروق لأثر كل من المتغيرين (الجنس، والسنة الدراسية) في مستوى انتشار النوموفوبيا لدى طلبة الكليات العلميّة في جامعة مؤتة.

5.1 أهمية الدراسة

تبرّز أهمية الدراسة الحاليّة في جانبيها النظري والتطبيقي كما يلي:

أ. الأهمية النظرية

1. تتبّع أهمية الدراسة من الناحية النظرية من أهمية المتغيرات التي تناولت موضوع الدراسة الحاليّة، حيث أنها تُعدّ من أوائل الدراسات -في حدود علم الباحثة- التي بحثت في علاقة النوموفوبيا بكلّ من الاندماج الأكاديمي والوحدة النفسيّة لدى طلبة الكليات العلميّة.
2. تتبّع أهمية الدراسة الحاليّة في تناولها لشريحة تُعدّ من أهم شرائح المجتمع وركيزة أساسية لنهضته وتطوره ألا وهي طلبة الجامعة في الكليات العلميّة.
3. رُفد الأدب النظري بموضوع يتسم بالحدّثة والأصالة، وعلى الرغم من أهميته إلا أنه تمّ تداوله بندرة في الأبحاث والدراسات.
4. إعداد توصيات ومقترحات بحثية قد تساهم في إثراء الدراسات المُستقبلية حول اضطراب النوموفوبيا وعلاقته ببعض المتغيرات.

ب. الأهمية التطبيقية

1. مساعدة الأخصائيين النفسيين والعاملين في مجال الدراسات النفسية والاجتماعية في التعرّف على مدى انتشار النوموفوبيا بين طلبة الجامعة، مما يساهم في وضع برامج وقائية وعلاجية من شأنها الحدّ من انتشار اضطراب النوموفوبيا والسيطرة على عواقبه.
2. تُسهم هذه الدراسة في مساعدة المختصين بمجال الدراسات النفسية والاجتماعية في وضع برامج توعوية وإرشادية، من شأنها تثقيف المجتمع حول اضطراب (النوموفوبيا)؛ لتقليل الآثار النفسية، والاجتماعية، والسلوكية، والانفعالية التي تنجم عن هذا الاضطراب.

3. إثراء المراكز المختصة بالمشكلات النفسية والاجتماعية لفئة الشباب بمعلومات كافية حول مدى انتشار هذا الاضطراب لدى طلبة الجامعات.

6.1 مصطلحات الدراسة وتعريفاتها الإجرائية:

1. (النوموفوبيا): مجموعة من المؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات الخوف لدى الشخص من فقدان الهاتف المحمول، سواء أكان بنسيانه، أو توقفه عن العمل، أو فقدان الاتصال به، مما يسبب حالة من القلق والانزعاج والتوتر وعدم الارتياح (Bragazzi & Puente, 2014).

ويُعرّف إجرائيًا بالدرجة التي حصل عليها طلبة الكليات العلميّة من خلال استجابتهم على مقياس النوموفوبيا المُستخدم في الدراسة الحاليّة.

2. الاندماج الأكاديمي: السعي لبذل الجهد والمثابرة للمشاركة بفاعلية في الأنشطة التعليمية التي تتم داخل المؤسسة التعليمية، وممارسة سلوكيات إيجابية داخل القاعة الجامعيّة، مدعّمًا ذلك بطاقة انفعالية تجاه الزملاء والمُدرسين والمهام التعليمية، مما يؤدي لإتقان المعارف والمهارات والمشاركة الفعّالة بالأنشطة الجامعية (حبيب، 2018).

ويُعرّف إجرائيًا بالدرجة التي حصل عليها طلبة الكليات العلميّة من خلال استجابتهم على مقياس الاندماج الأكاديمي المُستخدم في الدراسة الحاليّة.

3. الوحدة النفسيّة: شعور الفرد بوجود فجوة نفسيّة بينه وبين الأشخاص المُحيطين به نتيجة افتقاده لإمكانية الانخراط أو إنشاء علاقات اجتماعيّة معهم، مما يُسبب حالة من الانعزال، ونبذ وإهمال الآخرين له رغم أنه مُحاط بهم (الدسوقي، 1998).

ويُعرّف إجرائيًا بالدرجة التي حصل عليها طلبة الكليات العلميّة من خلال استجابتهم على مقياس الوحدة النفسيّة المُستخدم في الدراسة الحاليّة.

7.1 حدود الدراسة

1. المحددات الزمانيّة: أُجريت هذه الدراسة في الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي (2023/2024).
2. المحددات المكانية: اقتصرَت هذه الدراسة على الكليات العلميّة في جامعة مؤتة.
3. المحددات البشريّة: طُبقت هذه الدراسة على طلبة الكليات العلميّة في جامعة مؤتة.
4. المحددات الموضوعيّة: اقتصرَت هذه الدراسة على تقديرات وجمديّة طلبة الكليات العلميّة في الإجابة عن فقرات أداة الدراسة، بالإضافة إلى الخصائص للمقاييس المستخدمة في الدراسة.

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

تناول هذا الفصل عرضًا مفصلاً للتصورات النظرية المتعلقة بمتغيرات الدراسة، حيث تمّ فيه وصف النوموفوبيا من حيث بيان: مفهومه، ومعايير تشخيصه، وأعراضه، والنظريات المفسّرة له، كما وتمّ الحديث فيه عن موضوع الوحدة النفسية من حيث بيان: مفهومها، وأبعادها، والنظريات المفسّرة لها، إضافة إلى الحديث عن الاندماج الأكاديمي؛ مفهومه، وأبعاده، والنظريات المفسّرة له، كما وتناول الفصل الدراسات السابقة ذات العلاقة بموضوع الدراسة الحالية، والتي تمّ عرضها حسب تسلسلها الزمني من الأقدم إلى الأحدث.

1.2 الإطار النظري

مفهوم النوموفوبيا (NO-MOBILE-PHOPIA)

على الرغم من المزايا التي توفّرها شبكات الاتصالات والإنترنت للفئات العمرية كافة، إلا أنّ إدمانها واستخدامها بشكلٍ سيءٍ يتسبب باضطراب (النوموفوبيا)، هذا الاضطراب الذي يُشير إلى حالة انفعالية غير سارة ترتبط بالقلق والعصبية والخوف من فقدان التواصل عبر شبكات الاتصال، مما يتسبب في مشكلاتٍ جسديةٍ ونفسيةٍ لدى الشخص، كالشعور بضيق الصدر والصداع (Mir & Akhtar, 2020). ومن جانبٍ آخر، فقد يكون التهديد من فقدان أو سرقة الهاتف المحمول كارثيًا؛ إذ ينتاب الفرد وقتئذٍ شعورٌ بالخوف والقلق من تسريب البيانات الشخصية المُخزّنة على الهاتف، عدا عن الشعور بالعصبية لدى البعض بسبب عدم قدرتهم المادية على شراء هاتفٍ محمولٍ جديدٍ.

لقد تمّ صياغة مصطلح النوموفوبيا ولأول مرةٍ من خلال دراسة أجراها مكتب بريد المملكة المتحدة من قبل محققين بريطانيين عام (2008) على أكثر من (2100) شخص؛ وذلك للتحقيق في المخاوف التي يُعاني منها مُستخدمي الهواتف المحمولة، وأظهرت الدراسة أن حوالي (53%) من مستخدمي الهاتف المحمول يعانون من رهاب

النوموفوبيا (Mail Online, 2008). هَذَا وقد أجرى كينغ وآخرون (King et al.,) (2010) أول دراسة بحثية دارت حول (النوموفوبيا)، إذ تمَّ فيها تعريفه على أنه: اضطراب القرن الواحد والعشرين الناتج عن التطور التكنولوجي. كما وعَرَّف يلدريم وكوريا (Yildirim & Correia, 2015) النوموفوبيا بأنه الخوف المَرَضِيُّ من فقدان القدرة على استخدام الخدمات التي تقدمها الهواتف الذكية، حيث إنه يُشير إلى السلوكيات أو الأعراض التي تظهر على الشخص نتيجةً لفقدان الهاتف المحمول. وعلى الرغم من أن النوموفوبيا لا يظهر في الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات العقلية الخامس (DSM-V)، إلا أنه تم اقتراحه على أنه "رهاب محدد"، بناءً على التعريفات الواردة في الدليل التشخيصي الرابع (DSM-IV) (Bragazzi, & Puenete, 2014). تمَّ اختصار المصطلح المكون من أربع كلماتٍ "No-Mobile-Phone-Phobe" في ثلاثٍ كلماتٍ "No-Mobile-Phobia"، ثمَّ ضغطت الكلمات الثلاثة هذه واختصارها في كلمةٍ واحدةٍ "Nomophobia"، التي أصبحت حاليًا شائعة الاستخدام في العديد من الدراسات، وتعني "الخوف من فقدان الهاتف المحمول"، حيث أنَّ الاسم من هذا المصطلح (Nomophobe) يُشير إلى الشخص الذي يعاني من اضطراب النوموفوبيا، والصفة منه (Nomophobic) تُشير إلى الأعراض ذات الدلالة التشخيصية للشخص الذي يُعاني من اضطراب النوموفوبيا (السال، 2015؛ Yildirim, 2014).

يتداخل مفهوم النوموفوبيا مع مفهوم إدمان الهواتف الذكية، فالخوف المرضي من فقدان الهاتف المحمول الذي يعنيه مصطلح "النوموفوبيا" لا يحدث إلا للأشخاص المدمنين على هواتفهم الذكية. يُعرَّف إدمان الهواتف الذكية بأنه أحد أنواع الإدمان السلوكي، الذي له تأثير ضار على حياة الفرد كالتسبب بنوبات الذعر، والشعور بالتوتر والقلق عند فقدان الهاتف الذكي أو التطبيقات المفضلة، وقد يتجلى هذا النوع من الإدمان في التركيز المكثف على الهاتف الذكي فنجد الشخص دائم البحث عن التحديثات، وينشر ويشارك في شبكات التواصل الاجتماعي بشكل مستمر. أشار (محمد، 2019) إلى أنَّ اضطراب النوموفوبيا يُشير إلى الخوف الشديد من فقدان الهاتف الذكي أو بقاءه بعيدًا عنه -سواء بقصدٍ أو بغير قصد-، ويمتد هذا القلق ليشمل

المواقف التي يكون فيها الهاتف متوفرًا ولكن الاتصال بالإنترنت مفقود، أو ان بطارية الهاتف على وشك النفاذ؛ الأمر الذي ينتج عنه ضيق نفسي يسيء بالقلق والرغبة لدى الشخص بسبب عدم قدرته على الاتصال/أو التواصل.

عرّفت كلينيك وآخرون (Kilinc et al., 2020) اضطراب النوموفوبيا بأنه الخوف الغير مبرر عندما يكون الهاتف الذكي الخاص بالفرد إما غير متاح للحصول على المعلومات أو لا يُمكن نقله. ورأى (أبو شيبه والبلهان، 2021) أن النوموفوبيا هي حالة من الذعر، والخوف، والقلق تُصيب طلبة الجامعات لمجرد التفكير بفقدان الهاتف الذكي، أو نسيانه في مكانٍ ما، أو فقدان القدرة على التواصل بسبب نطاق منطقة التغطية؛ مما تتسبب هذه الحالة بالتشتت، وانخفاض الأداء الأكاديمي لدى الطلبة.

بناءً على ما سبق، تُعرّف الباحثة النوموفوبيا بأنها حالة من شعور الفرد بالخوف، أو القلق، أو التوتر، أو عدم الراحة عندما يُدرك أن هاتفه الذكي مفقود، أو في غير مكانه، أو بطارية الهاتف على وشك النفاذ؛ مما يعكس هذا الشعور سلبًا على صحة الفرد الجسدية، والاجتماعية، والفكرية، والأكاديمية.

الآثار المترتبة على النوموفوبيا

يؤثر اضطراب النوموفوبيا على الإنسان بشكلٍ سلبي، حيث أثبتت الدراسات أنّ السلوك الاعتمادي على الهاتف قد يتسبب بالأضرار الجسدية كظهور آلام الظهر والرقبة نتيجة الاستخدام المطول للهاتف، عدا عن الحوادث المرورية التي قد يتسبب بها نتيجة انشغال الشخص أثناء القيادة بالمكالمات الهاتفية أو اجراء المراسلات النصية، كما أكدت الدراسات النفسية أن النوموفوبيا قد يؤثر على الصحة النفسية تتمثل بظهور أعراض الاكتئاب، والقلق، والضغط النفسية لدى الفرد، والشعور بالوحدة النفسية، وانعدام الأمن، وانخفاض تقدير الذات، كما وقد يتسبب هذا الاضطراب بضعف التحصيل الأكاديمي لدى الطلبة (Bekaroğlu & Yilmaz, 2020). أشار ثومي (Thomee, 2012) في دراسته إلى أنّ الاستخدام السلبي للهاتف المحمول قد يؤثر على الصحة النفسية والجسدية لدى فئة الشباب، ويؤدي إلى ظهور أعراض الاكتئاب وسلوكيات مرضية، كذلك تجعل الشخص يتجاهل مسؤولياته الاجتماعية

والأسريّة، عدا عن أنه يؤدي إلى حدوث تغييرات في أنماط حياة الأفراد وحصول اضطرابات في النوم.

أسباب ظهور (النوموفوبيا)

أشار (Bragazzi & Puente, 2014) إن لاضطراب النوموفوبيا مجموعة

من الأسباب التي تؤدي إلى ظهوره لدى الشخص، ومن أهمها:

1. توفر خدمة الإنترنت المفتوح.
2. عدم إدارة الوقت بشكلٍ مناسب.
3. رغبة الشخص في الهروب من الواقع وتجاهل الضغوط النفسيّة والاجتماعيّة للتخلص من حالات القلق التي من الممكن أن تعتريه بسبب أحداث هذا الواقع.
4. الاغتراب النفسي والخوف الاجتماعي.
5. انخفاض أسعار الهواتف المحمولة في ظل الخدمات والميزات التي توفرها، مما شجّع المستخدمين على اقتنائها.
6. إتاحة غرف الدردشة عبر الانترنت للأشخاص من إطلاق الرغبات الدفينة، حيث تمكّنهم من التحرّر من القيود المجتمعية الصارمة، كما وتُعد ملاذًا آمنًا لهم من خلال تفريغ انفعالات ومشاعر الكبت والعدوانية.
7. التأثير بالأقران والجماعات المُدمنة على الهاتف عمومًا وعلى شبكة الإنترنت خصوصًا.
8. مراقبة الثقافات الأخرى والتأثر بها في ظل التقارب الذي فرضه التطور التكنولوجي.

أعراض (النوموفوبيا)

اتفق كل من كينج وآخرين (King et al., 2010)، وديكسيت وآخرين (Dixit

et al., 2010)، ويدريريم (Yildirim, 2014)، ويدريريم وكوريا (Yildirim &

Correia, 2015) على أن النوموفوبيا تتجلى مظاهرها في الخوف والقلق الشديد،

وعدم الارتياح، والغضب والتوتر عند فقدان الهاتف الذكي، أو الوجود خارج نطاق

شبكة الاتصال أو شبكة الانترنت؛ مما يُسبب الأعراض الجسديّة للفرد، ويؤثر على

قدرة الفرد على التركيز والانتباه. أشار فيكتوريا وآخرون (Victoria et al., 2020)

إلى أنّ أعراض النوموفوبيا تظهر على شكلِ نوباتٍ هلعٍ عند فقدان الهاتف الذكي، بالإضافة إلى ظهور بعض الأعراض الجسديّة كالصداع والإرهاق والخمول، وكما يظهر على الشخص انعدام الأمن. رأى السيد (2020) في دراسته إلى أن أعراض النوموفوبيا تتجلى في الاعتياد على حمل الهاتف المحمول في أيّ مكانٍ وزمانٍ، والإفراط في استخدامه، وحياسة عدة هواتف وعدة شواحن للهاتف، وترك الهاتف الذكي مفتوحًا حتى أثناء النوم.

أشار (Bragazzi, & Puenete, 2014) إلى مجموعة من المعايير التشخيصيّة لاضطراب (النوموفوبيا)، وتضمنت الآتي:

1. استخدام الهاتف المحمول بطريقة منتظمة، والقضاء على هذا الاستخدام وقتًا طويلاً.
2. امتلاك الشخص لجهاز واحد أو أكثر من جهاز، وحرصه الدائم على حمل شاحن الهاتف معه دائماً.
3. الشعور بالقلق والتوتر لمجرد التفكير في فقدان الهاتف المحمول أو شحنه، أو فقدان الاتصال بشبكة الإنترنت، ومحاولة تجنّب التواجد في الأماكن التي يُحظر فيها استخدام الهواتف المحمولة.
4. "قلق الرّنة"، وهو بأن يكون لدى الشخص قلقٌ متّربّب من سماع رنة هاتفه، أو أي نغمة رنينٍ مُشابهة لنغمة هاتفه، إذ ينظر الشخص بشكلٍ متكررٍ لشاشة هاتفه؛ للتحقق من استلام أي مكالمات هاتفية أو رسائل نصيّة.
5. بقاء الهاتف المحمول قيد التشغيل على مدى 24 ساعة/يومياً.
6. تفضيل الحياة الافتراضيّة على الحياة الواقعيّة، الأمر الذي يؤدي إلى تجاهل علاقاته الاجتماعيّة مع الآخرين، وتجنّب لقائهم وجهاً لوجه.
7. الإسراف بالإنفاق وتحمل ديون كبيرة نتيجة استخدام الهاتف النقال.

كما أشارت (الشال، 2015) إلى مجموعة من أعراض (النوموفوبيا)، ومنها:

1. استخدام الهاتف النقال في أماكن غير مناسبة.
 2. الإفراط في استخدام الهاتف النقال للدرجة التي تجعل الشخص لا يشعر بالوقت ويتجاهل أنشطته اليومية.
 3. ظهور مشاعر القلق والعصبية والاكتئاب على الشخص عند فقدان الهاتف أو فقدان الاتصال به أو بشبكة الإنترنت أو نفاذ بطارية الهاتف.
 4. امتلاك أكثر من هاتف محمول وأكثر من شاحن، والحرص على عدم إغلاقه أو وضعه صامتاً.
 5. تفقد شاشة الهاتف بشكلٍ مستمرٍ للتحقق من أي إشعارات واردة من الاتصالات أو الرسائل أو إشعارات الايميل.
 6. جعل الهاتف المحمول محوراً للحديث سواءً في العمل أو البيت أو الجامعة أو اللقاءات الاجتماعية.
 7. عدم مغادرة المنزل، والتنقل من مكان إلى آخر دون الهاتف المحمول.
- وأشار (Yildirim & Correia, 2015) إلى أنّ أعراض النوموفوبيا تشمل مكونات الشخصية في بنائها الوظيفي والديناميكي والتي تحتوي على جملة من السلوكيات المتباينة، ومنها:

1. اضطراب الأداء اليومي للشخص.
2. توظيف استخدام الهاتف المحمول لأغراض سلبية.
3. استخدام الهاتف بشكلٍ مُفرطٍ ولوقتٍ طويل، مما يؤدي إلى انعزال الشخص عن التفاعلات الاجتماعية.
4. استخدام الهاتف المحمول في أماكن غير مناسبة.
5. الانحراف والسلوك اللاجتماعي.
6. توهم الشخص بأن الهاتف يرن وهو في الواقع لا يرن.
7. الإصابة ببعض الأعراض المرصية؛ كاضطراب النوم ومتلازمة اليدين، إضافة إلى هلوسات سمعية وبصرية والتي تحدث في مراحل متقدمة من الإدمان.

8. القلق من عدم القدرة على بقاء التواصل مفتوحًا مع الآخرين من خلال شبكات الانترنت.

أبعاد النوموفوبيا

أشار يلدريم وكوريا (Yildirim & Correia, 2015) إلى مجموعة من الأبعاد التي تناولتها العديد من الدراسات العربية والأجنبية لاحقًا لقياس النوموفوبيا لدى الأشخاص، موضحة كما يأتي:

1. صعوبة التواصل مع الآخرين (Not being able to communicate):

تُشير إلى خوف الفرد من فقدان القدرة على الاتصال أو التواصل مع الأقران والأهل والأصدقاء بسبب فقدان الهاتف المحمول أو فقدان شبكة الاتصال.

2. فقد الاتصال بالشبكة (Losing Connectedness): تُشير إلى خوف، وتوتر، وقلق الشخص من فقدان الاتصال بشبكة الانترنت، أو التواجد خارج منطقة تغطية شبكة الاتصال.

3. صعوبة الوصول إلى المعلومات (Not being able to access information): تُشير إلى الخوف من صعوبة الوصول إلى المعلومات المُخزنة في الهاتف في حال فقدانها.

4. فقد وسائل الترفيه (Giving up convenience): تُشير إلى خوف الفرد من فقدان القدرة من الوصول إلى وسائل الترفيه التي يُفرضها الهاتف المحمول كالألعاب الإلكترونية، أو شبكات التواصل الاجتماعي.

أشار (عطالله وآخرون، 2022؛ دردة، 2016) إلى أربعة أبعادٍ رئيسية للنوموفوبيا موضحة كما يلي:

1. الخوف المُعمم: يُشير إلى خوف الفرد من فقدان الهاتف الذكي، أو فقدان الاتصال به، أو نسيانه، أو نفاذ بطارية هاتفه.

2. استجابة القلق لفقد التواصل: يُشير إلى حالة من مشاعر القلق، والتوتر، والعصبية، والخوف من فقدان الاتصال مع الأقران أو الأهل أو الأصدقاء نتيجة فقدان الهاتف المحمول، أو التواجد في مكان خارج نطاق شبكة التغطية.

3. الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة: يُشير إلى انشغال تفكير الفرد الدائم بالتهديدات المُتوقعة من فقدان الهاتف الذكي؛ مما يتسبب بحالة من الخوف، والقلق على البيانات الشخصية المُخزنة في الهاتف، أو عدم امكانيته من الوصول لأفراد أسرته والتواصل معهم، أو عدم القدرة على استعادة البيانات المُخزنة على ذاكرة الهاتف.

4. الدافع القهري للهاتف الذكي: يُشير إلى الاستخدام القهري اللإرادي للهاتف الذكي، مما يؤثر سلبًا على علاقاته الاجتماعية، حيث يلجأ الفرد للاستخدام المفرط للهاتف الذكي هروبًا من الواقع الذي يفرضه عليه المجتمع، وخوفه من تفويت أي حدث مُهم سواء على شبكات التواصل الاجتماعي أو الانترنت، وتعلُّقه بأشخاص العالم الافتراضي.

بناءً على ما سبق، سنتبنى الباحثة في الدراسة الحالية الأبعاد التي تناولتها دراسة كل من (عطالله وآخرون، 2022)، ودراسة (دردرة، 2016).

النظريات التي فسّرت (النوموفوبيا)

تُوفر النظريات التي فسّرت النوموفوبيا للمتخصصين معلوماتٍ حول الجوانب المختلفة لهذا الاضطراب، والتي تُمكنهم من سنّ السياسات، وتطوير برامجٍ وقائيةٍ وعلاجيةٍ من شأنها أن تُساهم في التقليل من الآثار المحتملة لهذا الاضطراب، وفيما يأتي عرضٌ لهذه النظريات:

أ. نظرية التدفق الأمثل (Theory of Optimal Flow)

تأسست هذه النظرية على يد سيززنتميهالي ميهالي في أواخر السبعينيات وأوائل الثمانينيات من القرن العشرين، والتي تُعتبر أحد نظريات علم النفس الإيجابي المهمة، حيث تُركّز هذه النظرية على مبدأ مفاده بأن الحالة الذهنية التي تنتج عن الاستمتاع بما نقوم به في يومياتنا تُعد المصدر الوحيد للسعادة والرضا في هذه الحياة، وأنّ المتعة والسعادة لا يتحققان إلا بتحقيق الأهداف الذاتية التي يرغب الشخص في إنجازها (Nakamura & Csikszentmihalyi, 2014).

تفترض هذه النظرية أنّ تكنولوجيا المعلومات والاتصالات تُوفّر للشخص تجاربَ ممتعة تجعله يُدمنها، الأمر الذي يؤدي به لاحقًا إلى إهمال التزاماته اليومية،

والتقصير في الأنشطة الاجتماعية والصحية في سبيل الحفاظ على مكاسبه من تكنولوجيا المعلومات حتى لو كان الأمر مُكلفًا (Salehan & Negahban, 2013). كما تُفسّر هذه النظرية أن الاستخدام المُفرط للهاتف الذكي يجعل حواس الفرد كلها مشغولة للدرجة التي لا يشعر بها بما يدور حوله في العالم الخارجي، حيث تُفَلِّح في جعله منفصلاً بشكل كلي أو جزئي على الأقل عن العالم الخارجي.

ب. نظرية الاتجاه السلوكي (الاشراط الإجرائي) Behavioral Theory

يرى أنصار النظرية السلوكية كأمثال "هـل (Hull)، سكينر (Skinner)، هوفلان (Hovlan)، دولارد وميلر (Dollard & Miller)"، أن غالبية سلوك الفرد مُتعلّم، فالإنسان يتعلّم في حياته السلوك الجيد والسيء، كما أن للتعزيز دور مُهم في عملية التعلّم، فالسلوك المُتعلّم لا يستمر ويقوى إلا إذا لازمه تعزيز -إما لإشباع دافع فسيولوجي أو إزالة الخوف لدى الفرد-، ويضمحل السلوك ويتلاشى إذا لم يعقبه تعزيز (زهران، 2005؛ عبدالرحمن وأحمد، 2006).

تفترض هذه النظرية أن سلوك الإفراط في استخدام الهواتف المحمولة هو سلوك مُتعلّم، ويحدث بصورة قهرية نتيجة ميّزات توفرها بعض التطبيقات (كالألعاب المختلفة، وشبكات التواصل الاجتماعي، وغيرها) على الهاتف المحمول والتي تجعل الشخص مع الوقت متعلقًا بهاتفه، حتى يصعب على الشخص الاستغناء عن الهاتف المحمول وإيقاف هذا السلوك (Rush, 2011).

ج. النظرية المعرفية Cognitive Theory

يؤكد أنصار النظرية المعرفية أن ثمة أفكار واعتقادات تكونت في البناء المعرفي للفرد، فيما أطلق عليها بيك المخططات المعرفية، وان العمليات المعرفية والوجدانية والدافعية تكون محكومة بهذه المخططات المعرفية لدى الفرد والتي تشكل العناصر الرئيسة الشخصية وهذه الأبنية المعرفية (المخططات) قد تتضمن اعتقادات وتحريفات معرفية مبالغ فيها، مما يدفع إلى مزيد من القلق والضيق يؤدي بالفرد إلى حدوث اضطراب بالشخصية (Beck et al., 2004; Beidel & Turner, 2007).

وتُفسّر النوموفوبيا في ضوء النظرية المعرفية بأن فقدان الهاتف الذكي يُمثّل خبرة مؤلمة للشخص التي قد تتسبب بزيادة مستوى القلق والخوف، ووفقًا لنموذج بيك

وإمري (Beck) و (Emery)، فإن الأشخاص دائمي القلق يتأثرون بسرعة، وإن العالم بالنسبة لهم يُعتبر مصدرًا للخطر، لذا يظل هؤلاء الأشخاص متيقظين دائمًا لمواجهة أي خطر أو تهديد من العالم الخارجي، ويهملون كل ما هو إيجابي ومُطمئن (هوب وريتشارد، 2002).

د. نظرية باندورا للتعلم بالنمذجة - نظرية التعلّم الاجتماعي Modeling Learning

تعد هذه النظرية امتدادًا للنظرية السلوكية، وتطويرًا لها؛ وتؤكد على الدور الفعال لعملية الملاحظة والتقليد والمحاكاة في اكتساب وتعلم السلوك، فالإنسان يتعلم الاستجابات الجديدة من خلال ملاحظة تقليد الآخرين ومحاكاتهم.

وفي هذا السياق أكد باندورا (Bandura, 1977) أن السلوك ليس في حاجة إلى تعزيز ولا يلزم ممارسته لكي يحدث تعلمه، فنحن نتعلم كثيرًا من سلوكياتنا من خلال تأثير القدوة أو المثل، فمن خلال ملاحظة الآخرين وتكرار أفعالهم يُكتسب السلوك - أي أننا نكتسب السلوك من خلال التعلم بالملاحظة ومحاكاة الآخرين وتقليدهم. تقترض هذه النظرية أن إدراك المخاوف وتجنبها لدى الآخرين يتم عن طريق النمذجة والتعلّم الاجتماعي.

الاندماج الأكاديمي (Academic Integration)

لقد حُظي مفهوم "الاندماج الأكاديمي" باهتمام كبير في الأدب منذ منتصف التسعينيات بشكل أساسي في عام 1984 عندما قام ألكسندر أستين (1984) بتطوير النظرية التطورية لطلبة الجامعة (الحلو ومتولى، 2020)، إلا أنه يمكن رؤية بدايته بشكل جوهري قبل عقد من الزمان، حيث أصبح مفهوم "اندماج الطلاب" بؤرة اهتمام بين أولئك الذين يهدفون إلى تعزيز التعلم والتعليم في البيئة الجامعية، كما ويُعدّ الاندماج الأكاديمي بناءً واسعًا يشمل جوانب أكاديمية بالإضافة إلى بعض الجوانب غير الأكاديمية لتجربة الطالب، والتي تشمل التعلم النشط والتعاوني، والمشاركة في الأنشطة الأكاديمية الصعبة، وإقامة العلاقات الجيدة مع أعضاء هيئة التدريس، والمشاركة في إثراء الخبرات التربوية والشعور بدعم مجتمع التعلم الجامعي (زويل، 2023). يُعدّ مفهوم الاندماج الأكاديمي من المفاهيم التي تؤثر على دافعية المتعلم نحو العملية التعليمية والتحصيل الأكاديمي، حيث قدّمت العديد من الدراسات -في

مجال التربية، والصحة، وعلم النفس، وعلم الاجتماع- أدلة تُشير إلى أن اندماج الطالب الدراسي يُعتبر أحد العوامل المهمة والفعّالة التي تساهم بشكل كبير في مخرجات العملية التعليمية (Ofarrell & Morrioso, 2003).

ويعد "الاندماج الأكاديمي" حالةً عقلية إيجابية منجزة ترتبط بالعمل وتتصف بالحيوية والنشاط والتفاني والإخلاص والانهماك، وتشير الحيوية والنشاط إلى الطاقة التي يوظفها الفرد في الدراسة، ويمثل الانهماك مدى استغراق الفرد في دراسته، هذا وقد ظهر اهتمام متزايد في العقدين السابقين بمفهوم الاندماج الأكاديمي، حيث إنه وفي الممارسات التربوية الجيدة يعد أحد أفضل المنبئات بالتعلم والنمو الشخصي، كما وجدت الأبحاث أنه عندما يندمج الطلبة في أنشطة تربوية هادفة، تستمر فوائد ذلك إلى ما بعد التخرج، ويضاعف هذا فرص اندماجهم في العمل فيما بعد. عرّفت (الزهراني، 2005) "الاندماج الأكاديمي" بأنه مشاركة التلميذ في الأنشطة التعليمية المختلفة التي تتم داخل المؤسسة التعليمية وتتضمن: بذل الجهد والمثابرة واستثمار الطاقات والإمكانيات الداخلية المختلفة للتلميذ، كذلك المشاركة العاطفية للآخرين وزيادة درجة الدافعية للتعلم. كما وعرّف (صفوت وسالم، 2020) الاندماج الأكاديمي بأنه مشاركة الطالب معرفيًا ووجدانيًا وسلوكيًا في الأنشطة والفعاليات المرتبطة بما يدرسه من مقررات، وينقسم إلى ثلاث جوانب؛ معرفية وسلوكية ووجدانية، ويتضح الجانب المعرفي من خلال المجهود العقلي فيما يتعلمه الطالب، أما الجانب الانفعالي فيظهر من خلال مشاعر التلاميذ الإيجابية نحو عملية التعلم، ثم الجانب السلوكي الذي يتبلور فيما يبذله الطالب من جهود سلوكية فعّلية لتحسين عملية التعلم.

ويُعرّف "الاندماج الأكاديمي" بأنه مستوى المشاركة والاستعداد والاهتمام الذي يظهره الطلاب في الدراسة، ويتضمن الاندماج في العمل الجامعي كلاً من السلوكيات الآتية: المثابرة والجهد والانتباه، كما ويتضمن الاتجاهات الآتية: الدافعية وقيم التعلم الموجبة والحماس والاهتمام والفخر بالنجاح، ولذلك فإن الطلاب المندمجين يسعون نحو الأنشطة داخل وخارج حجرة الدراسة والتي ستؤدي بهم تبعاً إلى التعلم ثم النجاح، والتي ستجعلهم أيضاً يتميزون بحب الاستطلاع والرغبة في المعرفة، ويمتلكون استجابات انفعالية موجبة نحو التعلم (حسن، 2022).

تُعرّف (عفيفي، 2016) الاندماج الأكاديمي بأنه مشاركة الطالب سلوكيًا في الأنشطة التعليمية المتعددة، ووجدانيًا من خلال علاقاته مع المُدرسين أو الأقران، ومعرفيًا من خلال توظيفه للاستراتيجيات المعرفية في سبيل التعلّم. وتُعرّفه (حبيب، 2018) مبادرة قصديّة من قبل المُتعلّم لبذل الجهد والمثابرة في العملية التعليمية، وتجنّب السلوكيات السلبية واللاأخلاقية داخل القاعة الجامعيّة وخارجها، مُدعمًا ذلك بطاقة انفعاليّة تجاه أساتذته وزملائه، الأمر الذي يؤدي إلى إتقان المُتعلّم للمهارات المعرفيّة، والمشاركة الفعّالة تجاه الأنشطة التعليمية.

ومن خلال عرض التعريفات السابقة التي تنوعت بتنوّع وجهات نظر وآراء الباحثين، تُعرّف الباحثة الاندماج الأكاديمي بأنه مشاركة الطالب الفعّالة في الأنشطة الأكاديميّة المختلفة من خلال الجهد والسعي والمثابرة، وممارسة السلوكيات الإيجابيّة داخل المحاضرات الجامعيّة وخارجها، وتكوين اتجاهات إيجابيّة تجاه المؤسسة التعليمية والمُدرسين والزملاء.

أبعاد "الاندماج الأكاديمي"

أوضح (Fredricks et al., 2004) ثلاثة أبعاد للاندماج الأكاديمي موضحة

كالتالي:

أ. الاندماج الانفعالي (Emotional Engagement): يُشير هذا البعد إلى أن الجانب الانفعالي يرتبط بردود الأفعال العاطفية والإيجابية والسلبية المثابرة اتجاه الزملاء والمعلمين والمهام الأكاديمية والمدرسية بشكلٍ عام.

ب. الاندماج المعرفي (Cognitive Engagement): يتضمن هذا البعد استثمار الطالب للتعلم، كما يتضمن مداخل التعلم واستراتيجيات التنظيم الذاتي، وكذلك الاستعداد والاهتمام لإتقان المهارات والمهام الأكاديمية الصعبة، ويشير إلى جودة العمليات المعرفية وطرق التعلم التي يستخدمها الطلبة. بالإضافة إلى ذلك، يتم تعريف هذا البعد بأنه الجهد الذي يبذله الطالب لإتقان المهام الأكاديميّة، واستخدام أساليب مختلفة للتعلم، وتخصيص الكثير من الوقت لإنجاز المهام التعليمية الصعبة وفهم الأفكار المعقدة.

ج. الاندماج السلوكي (Behavioral Engagement): مشاركة الطالب الفعالة والإيجابية، والجهد الذي يبذله تجاه العملية التعليمية، من خلال المشاركة في الأنشطة الاجتماعية والثقافية، والالتزام بالقوانين داخل الحرم الجامعي وخارجه، وتجنب السلوكيات اللاأخلاقية، والسعي والمثابرة لإنجاز المهام الأكاديمية. كما ويتضمن هذا البعد ثلاثة من الاستخدامات العامة:

1. أولاً: السلوكيات الإيجابية مثل إنجاز الواجبات المدرسية، واتباع القواعد والتمسك بالمعايير داخل الفصول وغياب السلوكيات المضطربة.
2. ثانياً: المشاركة في التعلم والمهام الأكاديمية، وتشمل المناقشة وطرح الأسئلة والانتباه والتركيز وبذل الجهد.
3. ثالثاً: المشاركة في الأنشطة المرتبطة بالمدرسة وتشمل الأنشطة الرياضية والإدارية.

حدد (Appleton et al., 2006) أربعة أبعاد للاندماج الأكاديمي وهي:

1. البعد الأكاديمي: والذي يعكسه بعض المؤشرات كالوقت الذي يقضيه في المهمة، وإنجاز الواجبات المنزلية، الثقة في الوصول إلى التخرج.
2. البعد السلوكي: مثل الحضور والمشاركة في الصف، والمشاركة في الأنشطة اللاصفية.
3. البعد النفسي: والذي يتضمن على سبيل المثال الانتماء وتحديد الهوية والعلاقات مع الأقران والمعلمين.
4. البعد المعرفي: والذي يتضمن التعلم والتعليم الذاتي، والتعلم، تقييم التعلم، الأهداف الشخصية الاستقلالية.

وأكد (Reeve & Tseng, 2011) على وجود أربعة أبعاد للاندماج الأكاديمي وهي: البعد السلوكي، والبعد الانفعالي، والبعد المعرفي، وبعد الاندماج بالتفويض، ويُشير الاندماج بالتفويض إلى مساهمة الطالب البنّاءة في عملية التعلم، وأن هذا النوع من الاندماج هو الذي يقوم فيه التلاميذ بشكل متعمد بإضفاء الطابع الشخصي على ما يتعلموه، وتحديد الشروط التي فيها يكون التعلم وإظهار الطالب للمبادرة وطرح

الأسئلة والتعبير عن ما يحتاجه من طلبٍ للتوضيحات وإيجاد الخيارات، كما يجعل المعلمين على درايةٍ كافيةٍ تُمكنهم من معرفة اهتماماتهم وإراداتهم.

أهمية الاندماج الأكاديمي

أشار (Gottschalg & Zollo, 2007) إلى أنّ الاندماج الأكاديمي يتمثل بمُحصلة الدافعية الخارجية والداخلية للطالب، حيث تتمثل الدافعية الخارجية بالجوائز والمكافآت، وتتمثل الدافعية الداخلية بالرضا الذاتي عن السلوكيات الأكاديمية، وأن الطلاب يكونون أكثر اندماجًا عندما يواجهون مواقف الفشل بالاجتهاد والمثابرة، والسعي للبحث عن استراتيجيات تعلم أكثر فعالية. إضافةً إلى ذلك، يتأثر الاندماج الأكاديمي ببيئة التعلم، فكلما كانت مهياً لتلبية احتياجات الطلاب ومتطلباتهم النفسية والعقلية، كلما أدى ذلك إلى زيادة الاندماج الأكاديمي.

الشعور بالوحدة النفسية (Psychological Loneliness)

عرّف (قشقوش، 1983) الوحدة النفسية على أنها: إحساس الفرد بوجود فجوة نفسية تباعد بينه وبين الأشخاص وموضوعات مجاله النفسي إلى درجة يشعر فيها بافتقار التقبل والتوادّ والحب من جانب الآخرين، بحيث يترتب على ذلك حرمان الفرد من أهلية الانخراط في علاقات مثمرة ومشبعة مع أي من أشخاص وموضوعات الوسط الذي يعيش فيه ويُمارس دوره من خلاله.

تعد مشاعر الوحدة النفسية إحدى أهم مشاكل المراهقين، لا سيّما هؤلاء الذين يعانون من الخجل والأفكار السلبية، وعدم القدرة على تكوين علاقات اجتماعية جيدة، وما يصاحب ذلك من ضغوط في المجال الدراسي أو حتى في بناء العلاقة مع الجنس الآخر. وتتباين أسباب الوحدة وعواقبها، الأمر الذي يتطلب تقييماً إيجابياً وتشجيعاً للمراهق لتدعيم مهاراته الاجتماعية؛ وذلك لتحقيق التواصل الإيجابي مع الآخرين، ولتجنّب الوقوع تحت طائلة بعض الأعراض النفسية مثل: القلق والتوتر وارتفاع مستوى العصبية، وانخفاض الدافعية للإنجاز، وقلة التحصيل الدراسي (شفيق، 1997). ويزداد شعور الفرد بالوحدة حينما تكون شبكة علاقاته الاجتماعية أقل إرضاءً له عما كان يود، ولذا ينتاب الفرد شعوراً مؤلماً ناتجاً عن شدة الحساسية بأنه وحيد أو أنه غير مرغوب به ومنفصل عن الآخرين (Rokach, 1988).

عرّف (زيدان، 2008) الوحدة النفسية بأنها: شعور الفرد بانعدام الألفة والمودة نتيجة عدم انسجامه مع الآخرين، وعدم إشباع حاجاته الاجتماعية، مما يؤدي إلى الانسحاب والانعزال وعدم التواصل في المواقف التي تتطلب التفاعل المباشر مع المحيطين به من الأشخاص، حيث يشعر الفرد وكأنه وحيداً لا أحد حوله. وهذا أيضاً ما جعلهم في حالة يشعرون فيها بالوحدة النفسية، هذا الشعور الذي يمثل إحدى المشكلات الهامة في حياة الإنسان المعاصر نظراً لأن هذه المشكلة تعتبر بمثابة نقطة البداية لكثير من المشكلات التي يمكن أن يتعرض لها الفرد، ويتصدر هذه المشكلات الشعور الذاتي بالتشاؤم وعدم السعادة، فضلاً عن الإحساس بالعجز نتيجة الانعزال الاجتماعي والانفعالي، ومن هذا المنطلق يتبين بأن الشعور بالوحدة النفسية شعورٌ نفسي أليم قد يكون مسؤولاً عن أشكال شتى من المعاناة، كما أنه نتاج تجربة ذاتية من شدة الحساسية وشعور الفرد بأنه غير مرغوب فيه ومنفصل عن الآخرين، وهذا الشعور ناتج عن الغياب المدرك للعلاقات الاجتماعية وهو مصحوب بأعراض الضغط النفسي. والشخص الوحيد هو ذلك الشخص الذي يشعر بأنه غير منسجم مع من حوله وأنه محتاج لأصدقائه ويغلب عليه إحساس الوحدة، حيث إنه لا يوجد من يشاركه أفكاره واهتماماته، كما يشعر بإهمال الآخرين له (يعقوب، 2021).

النظريات المُفسِّرة للوحدة النفسية

تعددت النظريات المتعلقة بالشعور بالوحدة النفسية بتعدد وجهات نظر الباحثين والاختصاصيين النفسيين، وفيما يلي عرض لبعض النظريات المُفسِّرة التي تمّ تداولها في غالبية الأبحاث العلميّة.

أ. النظرية التحليلية

تؤكد النظرية التحليلية على أن جذور شعور الفرد بالوحدة النفسية تعود لمرحلة طفولته -أي السنوات الخمس الأولى من حياته-، حيث ضعف العلاقات الأسرية التي يشهدها خلال هذه الفترة تتسبب بفقدانه الطمأنينة والسلام لاحقاً، وفقدان الثقة بالآخرين، وضعف علاقاته الاجتماعيّة (Jung, 1913).

ب. النظرية السلوكية

تتعرض التجارب التي عاشها الفرد في بيئته في مراحل الأولى من حياته على تكيفه النفسي، وعلاقاته الاجتماعية مع الآخرين، وسلوكياته الشخصية، وتفاعلاته النفسية مع الآخرين؛ الأمر الذي يجعل الشخص في بعض الأحيان غير قادرًا على التخلي عن السلوكيات الغير مناسبة التي تعلمها في طفولته، مما يتسبب بحياة خالية من النجاح سواء في العلاقات الاجتماعية، أو في الأنشطة الوظيفية (Skinner, 1953; Bandura, 1977).

ج. نظرية التعلم الاجتماعي

يرى باندورا رائد النظرية الاجتماعية ان الشعور بالوحدة النفسية يتشكل نتيجة التعلم بالملاحظة، أي ان شعور الفرد بضعف كفاءته الذاتية، وعدم قدرته على التحكم بالمواقف الاجتماعية ينجم عن سلوك لم يُعزز في السابق أو تمَّ إهماله (Bandura, 1977).

د. النظرية التفاعلية

تجمع هذه النظرية بين كل من العوامل الشخصية والاجتماعية، أي ان تفاعل هذه العوامل معًا يتسبب بشعور الفرد بالوحدة النفسية، حيث ان التفاعلات الاجتماعية الغير كافية تنجم عن عوامل شخصية خاصة بالفرد وأخرى خارجية (Perlman&Peplau, 1981; Williams, 2001).

هـ. نظرية السمات

ترى هذه النظرية أن سلوك الفرد يُكمن وراءه السمات الشخصية العامة، حيث تركز الفرد على أفكاره وأهدافه ودوافعه الشخصية مع نظرة سلبية، وعدم القدرة على تقبل الذات، وفقدان الأمان العاطفي، وعدم القدرة على توسيع شبكة العلاقات الاجتماعية والاهتمام بها، ينجم عنه شعور الفرد بالوحدة النفسية (Allport, 1937).

و. النظرية الظاهرانية (الفيونومينولوجية)

يرى (روجرز) رائد النظرية الظاهرية أن الضغوط التي تواجه الفرد في حياته الواقعية تُقيده وتُجبره على التصرف على عكس حقيقته، فالتناقض ما بين حقيقة ذاته الداخلية والحقيقة التي يُظهرها للآخرين تتسبب بشعور الفرد بالفراغ، وتُغلق

الشخص على نفسه؛ لأن الخوف من رفض الآخرين له يُجبره على الظهور بالشكل الاجتماعي الكاذب فيقع حينئذٍ في دائرة الوحدة النفسية نتيجة التناقض بين حقيقة ذاته الداخليّة وعلاقته مع الآخرين، كما أنّ المبالغة في التوقعات تؤدي إلى تكرار خبرات الفشل والوقوع في دائرة الشعور بالوحدة النفسيّة مرارًا وتكرارًا (Rogers, 1961).

أنواع الوحدة النفسيّة

أشار (عبد الوهاب، 2022) في دراسته إلى ثلاثة أنواع رئيسية مُوضحة كما يلي:

1. "الشعور بالوحدة النفسية العابرة"، وتعني الشعور بالوحدة النفسيّة لفتراتٍ مؤقتة، على الرغم من أنّ حياة الشخص تتسم بالتوافق والانسجام.

2. "الشعور بالوحدة النفسية الانتقالية"، وتعني شعور الفرد بالوحدة النفسيّة مؤخرًا على الرغم من أنّ علاقاته الاجتماعيّة في الماضي كانت جيدة، ولكن الظروف الجديدة التي يُمر فيها الفرد كانت المُسبب الأول لخلق هذا الشعور لدى الفرد.

3. "الشعور بالوحدة النفسية المُزمنة"، وتعني باستمرارية علاقات الفرد الاجتماعيّة بالرغم من عدم شعوره بأي نوع من الرضا تجاهها.

هناك بعض الدراسات التي ساهمت في وضع تصنيف لأشكال الوحدة النفسيّة، حيث ميز يونج بين ثلاثة أنواع الوحدة النفسية استنادًا إلى الاعتبارات الزمنيّة ومنها (نمر، 2011):

1. الوحدة النفسية العابرة: تتضمن فتراتٍ مؤقتة من الشعور بالوحدة النفسيّة على الرغم من أنّ حياة الفرد تتسم بالانسجام.

2. الوحدة النفسية التحويليّة: شعور الفرد بأنه وحيدًا في الوقت الحاضر نتيجة ظروف جديدة يمرُّ بها كالطلاق أو وفاة شخصٍ قريب، على الرغم أنه كان في الماضي يتمتع بعلاقات اجتماعية جيدة.

3. الوحدة النفسية المزمنة: شعور الفرد بالوحدة النفسيّة لفتراتٍ طويلة، تمتد لسنواتٍ يشعر خلالها عدم رضاه عن علاقاته الاجتماعيّة.

مظاهر الوحدة النفسية

طَلَب علماء النفس من الأشخاص الذين عانوا من الوحدة النفسية أن يصفوا مشاعرهم، وظهرت في أربعة ظواهرٍ مُوضحة كالتالي (خويطر، 2010):

1. الشعور باليأس، والإحباط لعدم القدرة على انشاء علاقات اجتماعية ذات معنى.

2. الشعور بالملل أثناء التفاعلات الاجتماعية لعدم قدرة الفرد على الاستجابة بشكلٍ إيجابي مع الآخرين.

3. التقليل من الذات واحتقارها والشعور بمشاعر الخجل والسلبية.

4. النفور من الأنشطة الاجتماعية، وتبدُّل المزاج، والشعور بالاكئاب، مما يؤدي إلى التأثير بشكلٍ سلبيٍّ على أفكار ومشاعر الفرد. ومن أهم الأمور التي تصاحب الشعور بالوحدة النفسية ما ذكره سيب ساد، ومن أمثلة ذلك:

1. وجود شخص يهتم لأمرنا: الرغبة في وجود شخص يُشاركنا الأفكار والمشاعر، شخص يهتم ويعتني بنا.

2. البكاء: عادةً البكاء يكون مُصاحب للألم، لذا فإن الوحدة النفسية يُلازمها البكاء.

3. إخفاء المشاعر: يخفي الأشخاص الذين يشعرون بالوحدة النفسية مشاعرهم تجنبًا للسخرية أو الرفض من الآخرين.

4. البلادة والخمول: يُصاحب شعور الفرد بالوحدة النفسية الخمول كالبقاء في السرير، وجلوسهم لفتراتٍ طويلة يجعلهم ينغمسون بأفكارهم.

5. الانتحار: يلجأ الكثير من الأشخاص الذين يشعرون بالوحدة النفسية للانتحار ظنًا منهم أنه سبيل نجاة من واقعهم الذي يعيشونه.

6. النوم: يستخدم الأشخاص الوحيدون النوم كذريعة للهروب من أفكارهم السلبية.

أشكال الوحدة النفسية

يرى (قشقوش، 1983) أن الوحدة النفسية تأخذ الأشكال التالية:

أ. الوحدة النفسية الأولية: وهي سمة سائدة في الشخصيات، ترتبط بالابتعاد وانعدام التجاوب الانفعالي والافتقاد إلى العلاقات السليمة والمشبعة، وثمة توجُّهان في تصور الوحدة النفسية الأولية:

1. التوجه الإنمائي: يؤكد تباطؤ أو تعثر التابع الطبيعي لنمو الشخصية وأهمية الخبرات في مراحل النمو السابقة، خاصة مراحل النمو الانفعالي والاجتماعي في ترسيب الشعور بالوحدة.

2. التوجه النفسي الاجتماعي: يؤكد اضطراب الوظائف النفسية التي تحكم عمليات الاتصال بين الشخصيات، ويشير إلى الخوف من الحب والرجسية والاضطرابات (السيكودينامية) والتي تؤثر في قدرة الفرد على الانتباه والاهتمام بالآخرين.

ب. الوحدة النفسية الثانوية: يمثل الشعور بالوحدة النفسية الثانوية استجابةً انفعاليةً في مواجهة التغيرات الحادثة في بيئة الفرد الاجتماعية، هذه التغيرات التي من شأنها أن تحوّل دون الاستمرار ومواصلة الانخراط في العلاقات المهمة السابقة، وفي الوحدة النفسية الثانوية عادةً ما نجد الفرد مفتقدًا للقدرة على الوفاء بمتطلبات الأداء الاجتماعي.

ج. الوحدة النفسية الوجودية: يرى الوجوديون أن الشعور بالوحدة النفسية هو حالة إنسانية طبيعية، وتعتبر من ضرورات الوجود الإنساني، فإذا كان لك أن تكون إنسانًا فلا بد إذاً وأن تخبر الشعور بالوحدة، ووفقًا للوجودية فإننا دائمًا في صراع، مما يترتب على ذلك أننا نحتاج بشدة إلى الشعور بالانتماء، وفي ذات الوقت وبنفس الدرجة نحتاج إلى تحقيق الهوية والوجود الفردي المستقل، ونتيجةً لهذا الصراع فإننا نشعر بالوحدة والتوق الشديد للعودة إلى الجزر المفقودة، تلك التي ضاعت في مَعَمعة التكنولوجيا المعاصر.

2.2 الدراسات السابقة

بعد الاطلاع على الدراسات المتعلقة باضطراب (النوموفوبيا)، تمّ تصنيف هذه الدراسات إلى ثلاث فئات: دراسات تناولت مستوى انتشار النوموفوبيا لدى طلبة الجامعة، ودراسات تناولت علاقة النوموفوبيا بالاندماج الأكاديمي، ودراسات تناولت علاقة النوموفوبيا بالوحدة النفسية.

أولاً: دراسات تناولت مستوى انتشار النوموفوبيا لدى طلبة الجامعة

أجرى (همشري، 2019) دراسة هدّفت التعرف إلى درجة ادمان الهواتف الذكية لدى طلبة جامعة الزرقاء الأهلية، والآثار السلبية المتوقعة من ادمان الهواتف من وجهة نظر أفراد عينة الدراسة، استخدمت الدراسة المنهج المسحي الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (395) طالبًا وطالبة، أظهرت نتائج الدراسة أن درجة ادمان الهواتف الذكية لدى أفراد عينة الدراسة كانت متوسطة بنسبة (55.6%)، كما أكدت نتائج الدراسة على وجود فروق دالة احصائياً بين المتوسطات الحسابية لتقديرات أفراد عينة الدراسة حول مقياس درجة ادمان الهواتف الذكية تُعزى للسنة الدراسية لصالح طلبة السنة الدراسية الخامسة، وعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية حول مقياس درجة ادمان الهواتف الذكية تبعاً لمتغيري الجنس والكلية.

أجرى (المومني والعكور، 2019) دراسة هدّفت إلى التعرف على مستوى انتشار النوموفوبيا لدى طلبة جامعة اليرموك، والكشف عن القدرة التنبؤية لبعض المتغيرات الديموغرافية في نسبة انتشار هذا الاضطراب بين طلبة الجامعة، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التنبؤي، حيث شملت عينة الدراسة (1425) طالبًا وطالبة من حملة البكالوريوس في جامعة اليرموك، وتبنّت الدراسة مقياس يلدريم وكوريا (Yildirim & Correia, 2015) لقياس مستوى النوموفوبيا، حيث توصلت نتائج الدراسة إلى أن نسبة انتشار هذه الظاهرة بين طلبة جامعة اليرموك كانت (37.15%)، كما كشفت النتائج عن وجود قدرة تنبؤية لكل من المتغيرات: (الكلية، طبيعة السكن، السنة الدراسية، ومكان الإقامة) في مستوى انتشار النوموفوبيا لدى طلبة جامعة اليرموك، ووجود أثر نسبي لمتغير الجنس لصالح الإناث في مستوى الانتشار.

أجرى (Goncaives et al., 2020) دراسةً هدفت إلى التعرف على علاقة النوموفوبيا ببعض المتغيرات النفسية، وتكونت عينة الدراسة من (495) طالبًا وطالبة يقيمون في منطقة براغا في البرتغال، والذين تتراوح أعمارهم ما بين (18-24) سنة، وتبنّت الدراسة مقياس يلدريم وكوريا (Yildirim & Correia, 2015) لقياس مستوى النوموفوبيا ومقياس (Derogatis & Melisaratos, 1983) لقياس المتغيرات النفسية، حيث توصلت نتائج الدراسة إلى العوامل المُنبئة بهذا الاضطراب، وكانت كالآتي: عدد الساعات التي يقضيها الفرد على هاتفه، وعدد سنوات امتلاك الهاتف المحمول، وممارسة الأنشطة البدنية والجسمية والوسواس القهري، وعدد الأصدقاء.

أجرى أحمد وآخرون (Ahmed et al., 2019) دراسةً هدفت إلى التعرف على أثر النوموفوبيا على طلبة الجامعة الذين يخضعون لجلسات العلاج الطبيعي، حيث تكونت عينة الدراسة من (157) طالبًا وطالبة في الهند، وتبنّت الدراسة مقياس يلدريم وكوريا (Yildirim & Correia, 2015) لقياس مستوى النوموفوبيا، وأظهرت نتائج الدراسة أنّ (45%) من الطلبة يُعانون من مُضاعفات عضلية هيكلية عند استخدامهم الهاتف لساعاتٍ طويلة، وكانت نسبة انتشار النوموفوبيا قد وصلت إلى (95%) بين الطلبة الجامعيين، كما توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة دالة إحصائيًا بين النوموفوبيا والاضطرابات العضلية، ووجود علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha \leq 0.05$) بين هذا الاضطراب والتحصيل الأكاديمي لدى الطلبة الجامعيين.

أجرت (البراشدي، 2021) دراسة هدفت قياس مستوى ادمان الهواتف الذكية لدى طلبة جامعة قابوس، وعلاقته ببعض المتغيرات، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي، حيث شملت عينة الدراسة (849) طالبًا وطالبة من مختلف الكليات، حيث أظهرت نتائج الدراسة أن نسبة ادمان الهواتف الذكية كانت بنسبة (33.1%)، وكما أكدت نتائج الدراسة على وجود فروق دالة إحصائية حول تقديرات أفراد عينة الدراسة على مقياس ادمان الهواتف الذكية حسب متغير الجنس لصالح الذكور، وحسب متغير التخصص الدراسي لصالح التخصصات الانسانية، وكان هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين ادمان الهواتف الذكية والتحصيل الأكاديمي لدى طلبة جامعة قابوس.

أولاً: دراسات تناولت علاقة النوموفوبيا بالاندماج الأكاديمي

هدفت دراسة (لولوة والجاسر، 2018) إلى قياس العلاقة بين النوموفوبيا والتحصيل الأكاديمي لدى طلبة التعليم الثانوي في جامعة الكويت، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي، حيث تكونت عينة الدراسة من (154) طالبًا وطالبة من الصفين الحادي والثاني عشر، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة بين النوموفوبيا والتحصيل الأكاديمي لدى طلبة التعليم الثانوي في جامعة الكويت.

هدفت دراسة (صادق، 2019) إلى التعرف على مدى إسهام النوموفوبيا في التسويف الأكاديمي والعلاقات الأسرية لدى طلبة الفرقة الرابعة من كلية التربية من جامعة الفيوم، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التنبؤي، حيث تكونت عينة الدراسة من (180) طالبًا وطالبة من مختلف التخصصات الأكاديمية من كلية التربية، وتبنت الدراسة مقياس يلدريم وكوريا (Yildirim & Correia, 2015) لقياس مستوى النوموفوبيا، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائية في درجة كلٍّ من التسويف الأكاديمي واضطراب النوموفوبيا بين الذكور والإناث لصالح الذكور، وأظهرت أن النوموفوبيا يسهم في التنبؤ بكلٍّ من التسويف الأكاديمي والعلاقات الأسرية.

أجرى (أبو شيبه والبلهان، 2022) دراسة هدفت إلى التعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية بين النوموفوبيا ومستوى التحصيل الأكاديمي، حيث استخدم فيها المنهج الوصفي التحليلي، كما شملت عينة الدراسة (667) من طلبة جامعة الكويت، وتبنت الدراسة مقياس يلدريم وكوريا (Yildirim & Correia, 2015) لقياس مستوى النوموفوبيا، وأظهرت نتائجها وجود علاقة ارتباطية عكسية بين النوموفوبيا ومستوى التحصيل الأكاديمي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس هذه الحالة النفسية، والتي تُعزى للمتغيرات الآتية: العمر لصالح المجموعات الأصغر سنًا، والجنس لصالح الإناث، ومتغير التخصص لصالح التخصص العلمي.

هدفت دراسة (حسن، 2022) إلى التعرف على علاقة النوموفوبيا بكل من الاندماج الأكاديمي واليقظة العقلية، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، حيث شملت عينة الدراسة (400) طالبًا وطالبة من جامعة الأزهر، وتبنت الدراسة

مقياس يلدريم وكوريا (Yildirim & Correia, 2015) لقياس مستوى النوموفوبيا، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة دالة إحصائياً بين النوموفوبيا وكُلِّ من الاندماج الأكاديمي واليقظة العقلية، كما أن وجود فروق دالة إحصائياً في درجة انتشار النوموفوبيا تُعزى للنوع الاجتماعي ولصالح الإناث، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة انتشار النوموفوبيا وفقاً للتخصص العلمي.

ثانياً: دراسات تناولت علاقة النوموفوبيا بالوحدة النفسية

أجرى (Dikec et al., 2018) دراسة هدفت التعرف على العلاقة بين ادمان الهواتف الذكية والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الثانوية في إزمير، تكونت عينة الدراسة من (465) طالباً وطالبة، استخدمت الدراسة مقياسي ادمان الهواتف الذكية والشعور بالوحدة النفسية في جامعة كاليفورنيا، كما استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي لتحقيق أغراض الدراسة، حيث أكدت نتائج الدراسة على وجود علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين ادمان الهواتف الذكية والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الثانوية في إزمير.

هدفت دراسة (عبد الوارث، 2020) إلى التعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية بين النوموفوبيا بكلِّ من الأداء الأكاديمي والوحدة النفسية لدى طلبة المرحلة الابتدائية، حيث شملت عينة الدراسة (120) طالباً وطالبة من طلبة المرحلة الابتدائية من محافظة الإسكندرية، وتبنت الدراسة مقياس يلدريم وكوريا (Yildirim & Correia, 2015) لقياس مستوى النوموفوبيا، وأظهرت نتائجها وجود علاقة دالة إحصائياً بين النوموفوبيا والاندماج الأكاديمي، وعلاقة سالبة دالة إحصائياً بين هذا الاضطراب والشعور بالوحدة النفسية، كما توصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائياً على كلِّ من مقياس النوموفوبيا ومقياس الشعور بالوحدة النفسية، والتي تُعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث على مقياس الأداء الأكاديمي.

أجرى (جودة، 2021) دراسة هدفت قياس العلاقة بين ادمان الهواتف الذكية والوحدة النفسية لدى المراهقين، واستقصاء دور (جودة النوم، والرضا عن الحياة، والوحدة النفسية) كعوامل مُنبئة بإدمان الهواتف الذكية، تكونت عينة الدراسة (387)

من المُراهقين، حيث توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ايجابية دالة احصائياً بين ادمان الهواتف الذكية والوحدة النفسية، ووجود الوحدة النفسية كعامل متبئ بإدمان الهواتف الذكية، كما أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية لتقديرات أفراد عينة الدراسة حول مقياس ادمان الهواتف الذكية تبعاً لمتغير الجنس لصالح الذكور.

أجرى (Sonmez et al., 2021) دراسة هدفت قياس العلاقة الارتباطية بين ادمان الهواتف الذكية والشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طلبة كلية التمريض في إحدى الجامعات الواقعة في مقاطعة زونجولداك في منطقة البحر الأسود الغربي في تركيا، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي المقطعي، تكونت عينة الدراسة من (680) طالباً وطالبة، وتم استخدام مقياس ادمان الهواتف الذكية ومقياس الشعور بالوحدة النفسية لـ (Russel et al., 1980)، حيث أشارت نتائج الدراسة أن مستوى ادمان الهواتف الذكية والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة كلية التمريض جاء بدرجة متوسطة، ووجود علاقة موجبة وجود علاقة دالة احصائياً بين ادمان الهواتف الذكية والشعور بالوحدة النفسية لدى الطالب، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين استجابات افراد عينة الدراسة على مقياس ادمان الهواتف الذكية تبعاً لمتغيري الجنس والفرق الدراسية.

قام (Aslan, 2023) بدراسة هدفت الكشف عن العلاقة بين ادمان الهواتف الذكية والشعور بالوحدة النفسية والعاطفية، تكونت عينة الدراسة من (465) طالباً وطالبة من طلبة المدارس الثانوية. أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ذات دلالة احصائية موجبة بين ادمان الهواتف الذكية والشعور بالوحدة النفسية والاجتماعية لدى طلبة المدارس الثانوية.

قام (Joshua & Stephen, 2023) دراسة هدفت بدراسة تأثير العوامل النفسية والاجتماعية مثل "الخجل، والوحدة النفسية، وسوء التكيف الاجتماعي"، والجنس، والمتغيرات ذات العلاقة بنوع الجامعة، ومستوى الدراسة والتخصص الدراسي كعوامل مُنبئة بإدمان الهواتف الذكية لدى الطلبة الجامعيين في نيجيريا، استخدمت الدراسة المنهج المقطعي، تكونت عينة الدراسة من (498) طالباً وطالبة من طلبة

الجامعات الحكومية والخاصة، أظهرت نتائج الدراسة ان نسبة ادمان الهواتف الذكية جاءت بنسبة (17.1%)، وان الوحدة النفسية وسوء التوافق الاجتماعي تتنبأ بشكل كبير بإدمان الهواتف الذكية، كما أشارت النتائج إلى علاقة ارتباطية موجبة بين ادمان الهواتف الذكية بكل من الشعور بالوحدة النفسية وسوء التوافق الاجتماعي، وأظهرت الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين تقديرات الطلبة الجامعيين على مقياس ادمان الهواتف الذكية تبعاً لمتغيري الجنس ونوع الجامعة، ووجود فروق دالة احصائياً حول مستوى انتشار ادمان الهواتف الذكية بين الطلبة الجامعية تبعاً لمتغير المستوى الدراسي لصالح المستوى الأعلى.

هدفت دراسة (حسن، 2023) إلى الكشف عن علاقة النوموفوبيا بكل من هوس (السيلفي) والشعور بالوحدة النفسية، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي، حيث تكونت عينة الدراسة من (589) من طلبة التعليم الفني من مدينة العريش من محافظة شمال سيناء، وأسفرت نتائج الدراسة عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات عينة الدراسة على مقياس النوموفوبيا تبعاً لمتغيري الجنس والتخصص الدراسي، كما أظهرت وجود تأثير سببي مباشر وغير مباشر في كل من المتغيرات: هوس (السيلفي) والشعور بالوحدة النفسية على مقياس (النوموفوبيا)، حيث أكدت نتائج الدراسة على مساهمة كل من الشعور بالوحدة النفسية وهوس (السيلفي) في التنبؤ بهذا الاضطراب.

أجرى (خالد، 2023) دراسة هدفت إلى التعرف على الوحدة النفسية والخجل الاجتماعي كمتغيرات وسيطة للعلاقة بين النوموفوبيا وكل من القلق الاجتماعي والاكتئاب لدى عينة من المراهقين، حيث تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي فيها، كما شملت عينة الدراسة (407) من المراهقين الذين تتراوح أعمارهم بين (16-18) سنة من المدارس الثانوية بمدينة الإسكندرية، وأسفرت نتائج الدراسة عن العلاقة الإيجابية بين النوموفوبيا وكل من الوحدة النفسية والخجل الاجتماعي والقلق التفاعلي، كما كشفت عن عدم وجود فروق دالة إحصائية في درجات عينة الدراسة على مقياس النوموفوبيا والتي تُعزى للمتغيرات الديموغرافية، حيث أشارت النتائج إلى أنه كلما زاد

الشعور بالوحدة النفسية والخجل الاجتماعي زادت احتمالية المعاناة من اضطراب النوموفوبيا.

3.2 التعقيب على الدراسات السابقة

كان للدراسات السابقة ذات العلاقة بموضوع الدراسة الحالية الأثر في بناء تصورات نظرية عن المفاهيم الآتية (النوموفوبيا، الشعور بالوحدة النفسية، الاندماج الأكاديمي)، والمُساهمة في تطوير أدوات الدراسة، واختيار المنهجية الملائمة لأغراض الدراسة الحالية، واختيار الاجراءات الاحصائية المناسبة لتحليل البيانات والخروج بنتائج الدراسة. وفيما عرض بشكلٍ مُفصّل لأوجه التشابه والاختلاف بين الدراسات السابقة والدراسة الحالية من حيث مجتمع الدراسة، منهج الدراسة، وهدف الدراسة.

أ. مجتمع الدراسة

وجدت الباحثة من خلال استعراض الدراسات السابقة أن دراسة واحدة تمّ إجراؤها في الأردن والتي درست نسبة انتشار النوموفوبيا لدى طلبة الجامعة ألا وهي دراسة (المؤمني والعكور، 2019)، حيث لم تتطرق أي دراسة من الدراسات التي تمّ ذكرها سابقاً أو تلك التي لم يتم ذكرها بدراسة العلاقة بين النوموفوبيا بكل من الاندماج الأكاديمي والوحدة النفسية إلا دراسة (عبدالوارث، 2020) ولكن تمّ تطبيق هذه الدراسة على طلبة المرحلة الابتدائية مقارنةً بدراستنا التي سيتم تطبيقها على طلبة الجامعات. تطرقت العديد من الدراسات بدراسة نسبة انتشار النوموفوبيا لدى طلبة الجامعات كدراسة (Goncaives et al., 2020)، ودراسة (المؤمني والعكور، 2019)، ودراسة (أبو شيبية والبلهان، 2020)، ودراسة (Ahmad et al., 2020)، ودراسة (لولوة والجاسر، 2018). أما الدراسات التي اختلفت مع هذه الدراسة من حيث عينة الدراسة دراسة (خالد، 2023) التي شملت عينة دراسته المراهقين الذين تتراوح أعمارهم بين (16-18) سنة، ودراسة (عبدالوارث، 2020) التي شملت عينة دراسته طلبة المرحلة الابتدائية.

ب. منهج الدراسة

كانت الدراسات التي اتفقت مع دراستنا الحاليّة من حيث اتباع المنهج الوصفي التحليلي دراسة (خالد، 2023)، دراسة (حسن، 2023)، ودراسة (أبو شيبية والبلهان، 2021) التي استخدمت أيضًا المنهج الوصفي التحليلي. كما اتفقت كل من دراسة (Sonmez et al., 2021)، ودراسة (Dikec et al., 2018) مع دراستنا الحاليّة في استخدامهم للمنهج الوصفي الارتباطي. واختلفت دراستنا مع دراسة (Joshua & Stephen, 2023) التي استخدمت المنهج المقطعي، ودراسة (صادق، 2019) التي استخدمت المنهج الوصفي التنبؤي.

ج. هدف الدراسة

درست العديد من الدراسات علاقة النوموفوبيا بالعديد من المتغيرات النفسيّة كالقلق والاكتئاب في دراسة (خالد، 2023)، وكما درست دراسة (صادق، 2019) علاقة النوموفوبيا بالعلاقات الأسريّة، ودراسة (حسن، 2022) التي درست علاقة النوموفوبيا باليقظة العقلية، ودراسة (Goncaives et al., 2020) التي هدفت إلى التعرّف على علاقة النوموفوبيا ببعض المتغيرات النفسيّة.

الفصل الثالث المنهجية والتصميم

يتناول هذا الفصل بشكلٍ مُفصّل الإجراءات التي تم اعتمادها لإعداد الدراسة الحاليّة، وذلك من خلال وصف منهجية الدراسة، ووصف مجتمع الدراسة، واستعراض طرق حساب حجم عينة الدراسة وأساليب اختيارها، كما سيتناول هذا الفصل الإجراءات التي تمّ تطبيقها لبناء أداة الدراسة، وكيفية التحقق من خصائصها السيكومترية. إضافةً إلى ذلك، سيتم عرض الأساليب الإحصائية التي تم تطبيقها لمعالجة وتحليل البيانات الكميّة، وصولاً لنتائج الدراسة المرادة.

1.3 منهج الدراسة

أُستخدم المنهج الوصفي التحليلي الارتباطي لتحقيق أغراض الدراسة الحاليّة.

2.3 مجتمع الدراسة

تكوّن مجتمع الدراسة من جميع طلبة الكليات العلميّة في جامعة مؤتة، ممن هم على مقاعد الدراسة في الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي (2023-2024)، والذين بلّغ عددهم حسب السجلات الرسميّة لدائرة القبول والتسجيل التابعة لجامعة مؤتة (10328) طالبًا وطالبة، حيث بلّغ عدد الذكور (4352) بنسبة (42.1%) من العدد الكلي لأفراد مجتمع الدراسة، وبلّغ عدد الإناث (5976) بنسبة (57.9%) من العدد الإجمالي لأفراد مجتمع الدراسة.

3.3 عينة الدراسة

بناءً على جدول (Sekaran, 2003) المُخصص لمعرفة حجم العينة المُلائم والمُناسب من حجم المُجتمع المُعطى، تكوّنت عينة الدراسة من (371) طالبًا وطالبة، والمُسجلين على الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي (2023-2024)، والذين تمّ اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية.

تمّ توزيع (371) استبانة على عينة الدراسة ورفقيًا وأعطيت لهم فترة كافية للإجابة عن فقرات الاستبانة المُوزعة، واستردّت (360) استبانة أي بما نسبته (97%)

من العدد الإجمالي للاستبانات الموزعة. يُوضح الجدول (1) توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغيري الجنس والسنة الدراسية.

الجدول (1)

توزيع عينة الدراسة حسب متغيري الجنس والسنة الدراسية

المتغير	فئات المتغير	العدد	النسبة المئوية
الجنس	نكر	143	39.7%
	أنثى	217	60.3%
السنة الدراسية	الأولى	81	22.5%
	الثانية	95	26.4%
	الثالثة	120	33.3%
	الرابعة فأكثر	64	17.8%

يتضح من نتائج الجدول (1) أن غالبية المُستجيبين من الإناث وعددهم (217) بنسبة (60.3%) من العدد الكلي لأفراد عينة الدراسة، بينما كان عدد الذكور (143) بنسبة (39.7%) من العدد الكلي لأفراد عينة الدراسة، كما يُلاحظ أن غالبية المُستجيبين حسب متغير السنة الدراسية كان من طلبة السنة الدراسية الثالثة وعددهم (120) بنسبة (33.3%) من العدد الكلي لأفراد عينة الدراسة، يليه طلبة السنة الدراسية الثانية وعددهم (95) بنسبة (26.4%) من العدد الكلي لأفراد عينة الدراسة، كما أن الأقلية من أفراد عينة الدراسة حسب متغير السنة الدراسية كان من طلبة السنة الدراسية الرابعة فأكثر وعددهم (64) بنسبة (17.8%).

4.3 أدوات الدراسة

تمّ تطوير أدوات الدراسة بالاستعانة بالدراسات العلمية السابقة ذات الصلة بموضوع الدراسة الحالية، موضحة كالتالي:

1. مقياس النوموفوبيا

تمّ تطوير فقرات المقياس بالاستعانة بالدراسات العلمية السابقة كدراسة (دردرة، عطالله وآخرون، 2022)، وتمّ استخدام مقياس ليكرت الخماسي الذي تضمّن المستويات (موافق بشدة-موافق-مُوافق-بدرجة متوسطة-غير مُوافق-غير

مُوافق بشدّة) تُترجم إلى درجاتٍ عدديّة (1-2-3-4-5) على التوالي، وتضمّن هذا المقياس (26) فقرةً مُوزعة على أربعة أبعادٍ رئيسية مُوضحة كالتالي:

أ. البُعد الأول (الخوف المُعمم): يُمثّل هذا البُعد (9) فقرات، ويُقصد به شعور الفرد بالخوف، والقلق، وعدم الارتياح لمُجرد التفكير بفقدان الهاتف المحمول.

ب. البُعد الثاني (استجابة القلق لفقد التواصل): يُمثّل هذا البُعد (6) فقرات، ويُقصد به شعور الفرد بالقلق، والتوتر عند فقدان الاتصال والتواصل مع الأهل والأصدقاء نتيجة فقدان الهاتف المحمول.

ج. البُعد الثالث (الانشغال الذهني بالتهديدات المُتوقعة): يُمثّل هذا البُعد (6) فقرات، ويُقصد به انشغال الفرد بالتفكير المُستمر في هاتفه المحمول، وما سيحدث من عواقب في حال فقده.

د. البُعد الرابع (الدافع القهري للهاتف الذكي): يُمثّل هذا البُعد (5) فقرات، ويُقصد به الاستخدام القهري والمُفرط للهاتف المحمول.

2. مقياس الاندماج الأكاديمي

تمّ تطوير فقرات المقياس بالاستعانة بالدراسات العلميّة السابقة كدراسة (Fredericks et al., 2005)، (Reeve & Tesng)، (Veiga et al., 2014) وتمّ استخدام مقياس ليكرت الخماسي الذي تضمّن المستويات (موافق بشدّة-موافق-مُوافق بدرجة متوسطة-غير مُوافق-غير مُوافق بشدّة) تُترجم إلى درجاتٍ عدديّة (1-2-3-4-5) على التوالي، وتضمّن هذا المقياس (26) فقرةً مُوزعة على أربعة أبعادٍ رئيسية مُوضحة كالتالي:

أ. البُعد الأول (الاندماج السلوكي): يُمثّل هذا البُعد (9) فقرات، ويُقصد به استجابة الطلبة للأنشطة التعليميّة، واللامنهجيّة التي تحدث داخل المؤسسة التعليميّة.

ب. البُعد الثاني (الاندماج المعرفي): يُمثّل هذا البُعد (10) فقرات، ويُقصد به بذل الجهد والسعي لإتقان وإنجاز المهام الأكاديميّة، واستخدام استراتيجيات التعلّم المُتطورة لفهم واستيعاب الدروس التعليميّة.

ج. البُعد الثالث (الاندماج الانفعالي): يُمثّل هذا البُعد (7) فقرات، ويُقصد به ردود فعل الطلبة الايجابية والسلبية تجاه المُدرسين، والزملاء، والتكليفات الأكاديميّة.

3. مقياس الوحدة النفسية

تمّ تطوير فقرات المقياس بالاستعانة بالدراسات العلميّة السابقة ذات الصّلة كدراسة (بني مصطفى والشريفين، 2013)، (أبو شندي، 2015)، وتمّ استخدام مقياس ليكرت الخماسي الذي تضمّن المستويات (موافق بشدّة-موافق-مُوافق-بدرجة متوسطة-غير مُوافق-غير مُوافق بشدّة) تُترجم إلى درجاتٍ عدديّة (1-2-3-4-5) على التوالي، وتضمّن هذا المقياس (24) فقرةً.

5.3 صدق أدوات الدراسة

للتحقّق من صدق أدوات الدراسة، تمّ الاعتماد على طريقتين؛ صدق المحتوى وصدق الاتساق الداخلي مُوضحة كالتالي:

أ. **صدق المحتوى (Content validity):** تمّ عرض المقاييس بصورتها الأولى على (10) من أعضاء الهيئة التدريسيّة ذوي الخبرة والاختصاص في مجال الارشاد النفسي والتربوي ومجال علم النفس في جامعة مؤتة؛ للتحقق من وضوح الصياغة اللغويّة والنحويّة لفقرات الاستبانة، والتأكد من مدى ملائمة كل فقرة للبعد الذي تنتمي إليه، واقتراح أي ملاحظات أخرى. جاءت توصيات لجنة التحكيم بحذف بعض الفقرات الغير مُنتمية للبعد المُتضمّن، وإعادة الصياغة اللغويّة للبعض الآخر منها، فظهرت أداة الدراسة بصورتها النهائية المكوّنة (74) فقرة.

ب. **صدق البناء الداخلي:** تمّ التحقق من صدق البناء الداخلي بتوزيع الاستبانة على عينة استطلاعية بلّغ عددها (25) طالبًا وطالبة من الكليات العلميّة في جامعة مؤتة، واستبعادها من عينة الدراسة الحاليّة، وذلك من خلال استخدام معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient)؛ للتحقق من العلاقة بين كل فقرة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، والعلاقة بين كل مجال من مجالات الدراسة والدرجة الكلية للمقياس الذي تنتمي إليه، ونتائج تطبيق هذه الإجراءات الإحصائية مُوضحة بالتفصيل كما يلي لكل مقياس من مقاييس أداة الدراسة.

مقياس النوموفوبيا

يُوضح الجدول (2) نتائج معاملات الارتباط للتحقق من صدق البناء الداخلي لمقياس النوموفوبيا.

الجدول (2)

معاملات الارتباط للتحقق من صدق البناء الداخلي لمقياس النوموفوبيا

معامل الارتباط بيرسون	أبعاد مقياس النوموفوبيا
0.97**	الخوف المُعمم
0.94**	استجابة القلق لفقد التواصل
0.88**	الانشغال الذهني بالتهديدات المُتوقعة
0.81**	الدافع القهري للهاتف الذكي

نتائج معامل ارتباط بيرسون لقياس العلاقة بين كل فقرة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه لمقياس النوموفوبيا

البعد الثاني: استجابة القلق لفقد التواصل		البعد الأول: الخوف المُعمم	
رقم الفقرة	قيمة معامل الارتباط	رقم الفقرة	قيمة معامل الارتباط
1.	0.74**	1.	0.83**
2.	0.91**	2.	0.87**
3.	0.65**	3.	0.85**
4.	0.62**	4.	0.58**
5.	0.71**	5.	0.75**
6.	0.68**	6.	0.82**
		7.	0.72**
		8.	0.84**
		9.	0.84**

البعد الثالث: الانشغال الذهني بالتهديدات المُتوقعة		البعد الرابع: الدافع القهري للهاتف الذكي	
رقم الفقرة	قيمة معامل الارتباط	رقم الفقرة	قيمة معامل الارتباط
1.	0.80**	1.	0.75**
2.	0.92**	2.	0.79**
3.	0.92**	3.	0.68**
4.	0.89**	4.	0.49*
5.	0.86**	5.	0.68**
6.	0.83**		

**دالة احصائيًا عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha \leq 0.01$)؛ *دالة احصائيًا عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha \leq 0.05$)

يُلاحظ من الجدول (2) أنّ العلاقة بين كل بُعد من أبعاد مقياس النوموفوبيا والدرجة الكلية للمقياس كانت إيجابية ودالة إحصائياً، حيث تراوحت قيم معامل ارتباط بيرسون لأبعاد مقياس النوموفوبيا بين (0.81-0.97)؛ وهذا مؤشر على صدق البناء الداخلي لمقياس النوموفوبيا.

يتضح من نتائج الجدول (2) أنّ قيم معامل الارتباط بيرسون لفقرات بُعد الخوف المُعمّم تراوحت بين (0.58-0.87)، وفقرات بُعد استجابة القلق لفقد التواصل تراوحت بين (0.62-0.91)، وبالنسبة لفقرات بُعد الانشغال الذهني بالتهديدات المُتوقعة فقد تراوحت قيم معامل بيرسون بين (0.80-0.92)، أما عن فقرات بُعد الدافع القهري للهاتف الذكي فقد تراوحت القيم بين (0.49-0.79)؛ مما يُشير إلى أنّ العلاقة بين كل فقرة خاصة بالبُعد والدرجة الكلية له كانت إيجابية ذات دلالة إحصائية، وهذا مؤشر يدلُّ على صدق البناء الداخلي لمقياس النوموفوبيا.

مقياس الاندماج الأكاديمي

باستخدام برمجية الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية، تمَّ إيجاد معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient) للتحقق من صدق البناء الداخلي لمقياس الاندماج الأكاديمي، ويبين الجدول رقم (3) نتائج معاملات الارتباط.

الجدول (3)

معاملات ارتباط بيرسون للتحقق من صدق البناء الداخلي لمقياس الاندماج الأكاديمي

معامل الارتباط بيرسون	أبعاد مقياس الاندماج الأكاديمي
0.94**	الاندماج السلوكي
0.91**	الاندماج المعرفي
0.93**	الاندماج الانفعالي

معاملات ارتباط بيرسون لقياس العلاقة بين كل فقرة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه
لمقياس الاندماج الأكاديمي

البعد الأول: الاندماج السلوكي		البعد الثاني: الاندماج المعرفي	
رقم الفقرة	قيمة معامل الارتباط	رقم الفقرة	قيمة معامل الارتباط
1.	0.56**	1.	0.52**
2.	0.73**	2.	0.57**
3.	0.49*	3.	0.47*
4.	0.75**	4.	0.54**
5.	0.80**	5.	0.80**
6.	0.81**	6.	0.75**
7.	0.69**	7.	0.78**
8.	0.80**	8.	0.62**
9.	0.53**	9.	0.67**
		10.	0.63**

البعد الثالث: الاندماج الانفعالي

رقم الفقرة	قيمة معامل الارتباط
1.	0.74**
2.	0.88**
3.	0.68**
4.	0.47*
5.	0.56**
6.	0.63**
7.	0.64**

**دالة احصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha \leq 0.01$)؛ *دالة احصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha \leq 0.05$)

يُلاحظ من الجدول (3) أنّ العلاقة بين الأبعاد المتعلقة بمقياس الاندماج الأكاديمي والدرجة الكلية للمقياس كانت إيجابية وذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha \leq 0.01$)، حيث تراوحت قيم معامل ارتباط بيرسون لأبعاد مقياس الاندماج الأكاديمي بين (0.91-0.94)، هذا مؤشر على صدق البناء الداخلي لمقياس الاندماج الأكاديمي.

يتضح من نتائج الجدول (3) أنّ قيم معامل الارتباط بيرسون لفقرات بُعد الاندماج السلوكي تراوحت بين (0.49-0.81)، وفقرات بُعد الاندماج المعرفي تراوحت بين (0.47-0.80)، أما عن فقرات بُعد الاندماج الانفعالي فقد تراوحت القيم بين (0.47-0.88)؛ مما يُشير إلى أنّ العلاقة بين كل فقرة مُنتمئة للبعد والدرجة الكلية له

كانت إيجابية ذات دلالة احصائية، وهذا مؤشر يدل على صدق البناء الداخلي لمقياس الاندماج الأكاديمي.

مقياس الشعور بالوحدة النفسية

باستخدام برمجية الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية، تمَّ إيجاد معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient) للتحقق من صدق البناء الداخلي بين كل بُعد والدرجة الكلية لمقياس الشعور بالوحدة النفسية، ويبين الجدول رقم (4) نتائج معاملات الارتباط.

الجدول (4)

معاملات ارتباط بيرسون لمقياس العلاقة بين كل فقرة والدرجة الكلية للبُعد الذي تنتمي إليه لمقياس الشعور بالوحدة النفسية

رقم الفقرة	قيمة معامل ارتباط بيرسون	رقم الفقرة	قيمة معامل ارتباط بيرسون
1.	0.53**	13.	0.82**
2.	0.68**	14.	0.56**
3.	0.65**	15.	0.65**
4.	0.49*	16.	0.78**
5.	0.80**	17.	0.57**
6.	0.50*	18.	0.59**
7.	0.56**	19.	0.51*
8.	0.70**	20.	0.77**
9.	0.59**	21.	0.71**
10.	0.81**	22.	0.74**
11.	0.57**		
12.	0.51*		

**دالة احصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha \leq 0.01$)؛ *دالة احصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha \leq 0.05$)

يتضح من نتائج الجدول (4) أنَّ قيم معامل الارتباط بيرسون ل فقرات مقياس الشعور بالوحدة النفسية تراوحت بين (0.49-0.82)؛ مما يُشير إلى أنَّ العلاقة بين كل فقرة خاصة بالبُعد والدرجة الكلية له كانت إيجابية ذات دلالة احصائية، وهذا مؤشر يدل على صدق البناء الداخلي لمقياس الشعور بالوحدة النفسية.

6.3 ثبات أداة الدراسة

للتحقق من ثبات أدوات الدراسة، تمّ توزيع المقاييس على عينة استطلاعية حجمها (25) طالبًا وطالبة من أفراد مجتمع الدراسة، وتمّ استبعادها من عينة الدراسة الحاليّة، ومن ثم حساب معامل الثبات باستخدام معادلة كرونباخ ألفا من خلال برمجية وحدة الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Statistical Package for social sciences-SPSS version 21) لكل مقياس، الجدول (5) يوضح نتائج قيم معامل ثبات ألفا كرونباخ المحسوبة لكل من المقاييس الثلاث: مقياس النوموفوبيا، مقياس الوحدة النفسيّة، ومقياس الاندماج الأكاديمي.

الجدول (5)

معاملات كرونباخ ألفا للتحقق من ثبات أدوات الدراسة

المقياس	أبعاد المقياس	عدد الفقرات	قيمة معامل كرونباخ ألفا
النوموفوبيا	الخوف المعمم	9	0.92
	استجابة القلق لفقد التواصل	6	0.81
	الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة	6	0.93
	الدافع القهري للهاتف الذكي	5	0.74
	المقياس ككل	26	0.96
الاندماج الأكاديمي	الاندماج السلوكي	9	0.83
	الاندماج الانفعالي	7	0.79
	الاندماج المعرفي	10	0.81
	المقياس ككل	26	0.93
الوحدة النفسيّة		22	0.88

يُشير الجدول (5) إلى أن قيم معامل الثبات كرونباخ ألفا تراوحت بين (0.74-0.92) لمقياس النوموفوبيا، حيث بلغت قيمة الثبات كرونباخ ألفا للمقياس ككل (0.96)، ولُبُعد الخوف المعمم (0.92)، ولُبُعد استجابة القلق لفقد التواصل (0.81)، وُبُعد الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة (0.93)، ولُبُعد الدافع القهري للهاتف الذكي (0.74)، هذا يعني أنّ مقياس النوموفوبيا يتمتع بمستوى اتساق عالٍ جدًا نظرًا لقيم كرونباخ ألفا العالية لكل بُعد من أبعاد المقياس وللمقياس ككل.

يُلاحظ من الجدول (5) أن قيم معامل الثبات كرونباخ ألفا لمقياس الاندماج الأكاديمي تراوحت بين (0.79-0.83)، حيث بلغت قيمة كرونباخ ألفا للمقياس ككل (0.93)، ولُبُعد الاندماج السلوكي (0.83)، ولُبُعد الاندماج المعرفي (0.81)، ولُبُعد الاندماج الانفعالي (0.79)، أما عن قيمة كرونباخ ألفا لمقياس الوحدة النفسية فقد كانت بُلُغت (0.88)، وعليه نستنتج أن كل من مقياسي الاندماج الأكاديمي والشعور بالوحدة النفسية يتمتعان بمستوى ثبات عالٍ جدًا استنادًا إلى قيم كرونباخ ألفا العالية لكل من مقياس الوحدة النفسية ومقياس الاندماج الأكاديمي بأبعاده الثلاثة.

7.3 تصحيح المقياس

تمَّ تصحيح إجابات الفقرات المتعلقة بكل مقياس وفقًا لمقياس ليكرت الخماسي بمستوياته الخمسة (لا أوافق بشدة-لا أوافق-أوافق بدرجة متوسطة-أوافق-أوافق بشدة) والتي تُترجم إلى درجاتٍ عددية (1-2-3-4-5) على التوالي، مع عكسها في حالة الفقرات السلبية، ويُوضح الجدول (6) الفقرات السلبية المتعلقة بكل بُعد من أبعاد مقياس الدراسة الثلاثة.

الجدول (6)

وصف الفقرات السلبية لكل بُعد من أبعاد الدراسة

وصف الفقرات السلبية	أبعاد المقياس	وصف المقياس
جميع الفقرات المتعلقة بكافة الأبعاد كانت إيجابية بالنسبة للمقياس.	الخوف المُعمم استجابة القلق لفقد التواصل الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة الدافع القهري للهاتف الذكي	مقياس النوموفوبيا
7, 8, 9	الاندماج السلوكي	مقياس الاندماج
8	الاندماج الانفعالي	الأكاديمي
جميع الفقرات كانت إيجابية بالنسبة للمقياس	الاندماج المعرفي	
6, 7, 11, 15, 17, 18, 19		مقياس الوحدة النفسية

تراوحت الدرجة الكلية لمقياس النوموفوبيا بين (130-26)، أما الدرجة الكلية لمقياس الاندماج الأكاديمي فقد تراوحت قيمها بين (130-26)، وبالنسبة لمقياس الوحدة النفسية فقد تراوحت قيم الدرجة الكلية بين (110-22). ولتقدير اجابات أفراد عينة الدراسة على كلِّ مقياسٍ من مقاييس الدراسة الثلاثة (مقياس النوموفوبيا، مقياس الاندماج الأكاديمي، مقياس الوحدة النفسية) بناءً على قيمة المتوسط الحسابي تمَّ استخدام المعادلة التالية:

$$\text{طول الفئة} = (\text{الحد الأعلى للإجابة} - \text{الحد الأدنى للإجابة}) / \text{عدد البدائل}$$

$$\text{طول الفئة} = (5-1) / 3 = 1.33$$

بناءً على نتيجة المعادلة السابقة، سيتم بناء ثلاثة مستويات (مرتفعة، متوسطة، منخفضة) للحكم على درجة إجابة المُستجيب، وفيما يلي عرض لهذه المستويات التي ستُحقق أغراض الدراسة:

الجدول (7)

الحكم على إجابات الأفراد من خلال قيمة المتوسط الحسابي

الدرجة	مدى المتوسط الحسابي
مُنخفضة	1-أقل من 2.33
متوسطة	2.33-أقل من 3.67
مُرْتفعة	أكثر أو يساوي 3.67

8.3 الإجراءات الإحصائية

لتحليل البيانات الكميّة المتعلقة بعينة الدراسة، والخروج بنتائج الدراسة؛ تمَّ استخدام برمجية وحدة الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية، وتطبيق الإجراءات الإحصائية الموضحة كما يلي:

1. تطبيق معامل الارتباط-بيرسون-(Pearson Correlation Coefficient) للتحقق من صدق البناء الداخلي لأداة الدراسة.
2. ايجاد معامل الثبات من خلال معادلة كرونباخ ألفا؛ للتحقق من ثبات أداة الدراسة.

3. حساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، والأهمية النسبية؛ لقياس نسبة انتشار النوموفوبيا بين طلبة الكليات العلمية في جامعة مؤتة.
4. حساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، والأهمية النسبية؛ لقياس درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الكليات العلمية في جامعة مؤتة.
5. حساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، والأهمية النسبية؛ لقياس درجة الاندماج الأكاديمي لدى طلبة الكليات العلمية في جامعة مؤتة.
6. إجراء اختبار تحليل التباين الثنائي المتعدد (Two-way MANOVA)؛ للكشف عن الفروق ذات الدلالة الإحصائية في نسبة انتشار النوموفوبيا التي تُعزى لمُتغيري الجنس والسنة الدراسية.
7. حساب معامل الارتباط -بيرسون- (Pearson Correlation Coefficient)؛ للتحقق في العلاقة ذات الدلالة الإحصائية بين النوموفوبيا بكل من الاندماج الأكاديمي والشعور بالوحدة النفسية.
8. اختبار شيفيه للمقارنات البعدية إن لزم الأمر.

9.3 إجراءات التطبيق الميداني

- لتحقيق أغراض الدراسة؛ تمّ تطبيق إجراءات التطبيق الميداني المُوضحة كما يلي:
1. مراجعة الأدبيات السابقة ذات الصلة بموضوع الدراسة الحالية، والرجوع للمجلات العلمية ورسائل الماجستير والدكتوراة، والاستعانة بالمعلومات المُزوّدة من قبل المُرشدين التربويين العاملين في جامعة مؤتة؛ لتطوير أبعاد أداة الدراسة (الاستبانة).
 2. التحقق من الخصائص السيكومترية (الصدق والثبات) لأداة الدراسة، حيث تمّ التحقق من صدق المحتوى من خلال عرضها على لجنة مُحكمين شملت أعضاء الهيئة التدريسية من كلية الإرشاد النفسي والتربوي من جامعة مؤتة، كما تمّ اختيار عينة استطلاعية من أفراد مجتمع الدراسة واستثنائها من عينة الدراسة الأساسية وبلغ حجمها (25) طالبًا وطالبة، للتحقق من ثبات أداة الدراسة من خلال قياس معامل الثبات ألفا كرونباخ.

3. توزيع أداة الدراسة (الاستبانة) ورقياً، على أفراد عينة الدراسة التي شملت طلبة الكليات العلميّة في جامعة مؤتة خلال شهر ربيع الثاني من الفصل الدراسي الدراسي الثاني من العام الدراسي (2023-2024).
4. إدخال البيانات وترميزها على برمجية الإكسل (Microsoft Excel-Version 21)، ثمّ نقلها إلى برمجية ووحدة الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Statistical Package for social sciences-SPSS version 21)؛ لتحليل البيانات، وتطبيق الاختبارات الإحصائية التي تُحقق أهداف الدراسة.
5. تقديم التوصيات بناءً على النتائج التي تمّ التوصل إليها.

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها والتوصيات

هدفت هذه الدراسة إلى قياس العلاقة الارتباطية بين النوموفوبيا بكل من الاندماج الأكاديمي والوحدة النفسية لدى طلبة الكليات العلمية في جامعة مؤتة، حيث تمّ جمع البيانات، وترميزها، وتحليلها بالاستعانة بالبرامج الإحصائية الملائمة، لذا هذا الفصل سيعرض النتائج التي تمّ التوصل إليها ومناقشتها، وتقديم التوصيات استناداً إلى نتائج الدراسة.

1.4 عرض نتائج الدراسة ومناقشتها

1.1.4 عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الأول ومناقشته: "ما مستوى انتشار النوموفوبيا، والاندماج الأكاديمي، والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الكليات العلمية في جامعة مؤتة؟"

مستوى النوموفوبيا لدى طلبة الكليات العلمية في جامعة مؤتة

تمّ حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكلِّ بُعد من أبعاد مقياس النوموفوبيا على حِدا، ولأبعاد المقياس مُجمعة، باستخدام برمجية وحدة الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS - Version 21)، الجدول (8) يعرض نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية مُرتبة تنازلياً استناداً لقيمة المتوسط الحسابي.

الجدول (8)

نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد مقياس النوموفوبيا

أبعاد مقياس النوموفوبيا	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية	الدرجة	الرتبة
الخوف المُعمم	3.55	0.87	71%	متوسطة	1
استجابة القلق لفقد التواصل	3.43	0.83	68.6%	متوسطة	2
الانشغال الذهني بالتهديدات المُتوقعة	2.98	0.92	59.6%	متوسطة	4
الدافع القهري للهاتف الذكي	3.23	0.84	64.6%	متوسطة	3
المقياس ككل	3.33	0.78	66.6%	متوسطة	

يتضح من الجدول (8) أنّ مستوى انتشار النوموفوبيا بين طلبة الكليات العلميّة في جامعة مؤتة جاء متوسطاً، حيث بلغت قيمة المتوسط الحسابي للمقياس ككل (3.33) وبانحراف معياري (0.78). إضافةً إلى ذلك، يُلاحظ من الجدول (8) أنّ قيم المتوسطات الحسابيّة لتقديرات أفراد عينة الدراسة على أبعاد النوموفوبيا قد تراوحت ما بين (2.98-3.55)، حيث جاء بُعد "الخوف المُعمم" في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (3.55) وانحراف معياري (0.87) بدرجة تقدير مُتوسطة، واحتلَّ بُعد "استجابة القلق لفقد التواصل" المرتبة الثانية بمتوسط حسابي (3.43) وانحراف معياري (0.83) بدرجة موافقة مُتوسطة، وحصلَ بُعد "الدافع القهري للهاتف الذكي" على المرتبة الثالثة بمتوسط حسابي (3.23) وانحراف معياري (0.84) بدرجة موافقة مُتوسطة، أما في المرتبة الرابعة والأخيرة جاء بُعد "الانشغال الذهني بالتهديدات المُتوقعة" بمتوسط حسابي (2.98) وانحراف معياري (0.92) بدرجة مُوافقة مُتوسطة.

تعزو نتيجة انتشار اضطراب النوموفوبيا بين طلبة الكليات العلميّة في جامعة مؤتة بدرجة متوسطة وليست مُرتفعة إلى صعوبة المقررات الدراسيّة لطلبة الكليات العلميّة، ووجود المواد النظرية والعملية في خططهم الدراسيّة؛ الأمر الذي يفرض عليهم الدراسة المُكثفة. بالإضافة لذلك، يُمكن تفسير هذه النتيجة بأنَّ عدد الساعات للمواد العملية طويلة ومُدرسين المواد يُجبرون الطلبة على الحضور لأهمية هذه المواد على سبيل المثال طلبة كلية الطب لديهم تدريب سريري بالمستشفيات وطلبة الهندسة لديهم مختبرات تفرض عليهم الحضور لمدة 6 ساعاتٍ باليوم؛ وهذا الأمر برمته يحدُّ من وقتهم على الهاتف المحمول، كما أنّ البيئة الأكاديمية الصارمة في الكليات العلميّة تفرض على الطلبة التركيز بالأنشطة الأكاديمية عوضاً عن الأنشطة الترفيهية، لذا فإنَّ غالبية الطلبة يستخدمون الهاتف المحمول من أجل أغراضٍ علمية كقراءة الكتب، والبحث عن المعلومات من خلال شبكة الانترنت، لذا فإن طلبة كلية الطب والهندسة على سبيل المثال لديهم تنظيم في الوقت من خلال توزيع المهام اليوميّة ما بين استخدام للهاتف الذكي، والدراسة، والأنشطة الاجتماعيّة. اتفقت هذه النتيجة مع دراسة (المؤمني والعكور، 2019)، ودراسة (همشري، 2019)، ودراسة (البراشدي، 2021)، واختلفت مع دراسة (Ahmad et al., 2020).

تعرض الجداول اللاحقة النتائج بشكلٍ مُفصّل لكل بُعد من أبعاد مقياس النوموفوبيا على جِدا، حيث تمّ حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للفقرات المتعلقة بأبعاد مقياس النوموفوبيا.

1. الخوف المُعمم

الجدول (9)

نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لبُعد الخوف المُعمم

رقم الفقرة	محتوى الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية	الدرجة	الرتبة
1.	أشعر بالملل عندما أفقد هاتفي الذكي وكأنه ينقصني شيء	3.88	1.05	77.6%	مُرتفعة	2
2.	أصاب بالقلق لو نفذت بيانات الإنترنت في هاتفي.	3.86	1.100	77.2%	مُرتفعة	3
3.	أنتفقد هاتفي أول ما أفعله في بداية يومي.	3.77	1.06	75.4%	مُرتفعة	5
4.	أشعر بالضياح عند فقدان هاتفي الذكيّ.	3.95	1.09	79%	مُرتفعة	1
5.	أطيل استخدام هاتفي ليلاً إلى أن يغلبني النعاس.	3.59	1.31	71.8%	متوسطة	6
6.	أتضايق عندما أكون مضطراً لإغلاق هاتفي.	2.86	1.30	57.2%	متوسطة	9
7.	أحتفظ بالشاحن معي خوفاً من نفاذ شحن البطارية.	3.01	1.39	60.2%	متوسطة	8
8.	أكون عصبياً عند نسيان هاتفي بالمنزل، خشية أن يتصل بي أحدهم ولم يجديني.	3.26	1.41	65.2%	متوسطة	7
9.	أسارع بتشغيل بيانات الهاتف في حال فقدان الاتصال بالـ WIFI	3.78	1.22	75.6%	مُرتفعة	4

يتضح من الجدول (9) أنّ المتوسطات الحسابية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على فقرات بُعد الخوف المُعمم تراوحت ما بين (2.86-3.95) وبدرجة موافقة تراوحت ما بين متوسطة ومُرتفعة، حيث حصلت الفقرة رقم (4) ونصّها " أشعر بالضياح عند فقدان هاتفي الذكيّ" على المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (3.95) وانحراف معياري (1.09) وأهمية نسبية (79%) وبدرجة تقدير مُرتفعة، تليها الفقرة رقم (1) ونصّها " أشعر بالملل عندما أفقد هاتفي الذكي وكأنه ينقصني شيء" بمتوسط حسابي (3.88) وانحراف معياري (1.05) وأهمية نسبية (77.6%) وبدرجة تقدير مُرتفعة، أما الفقرة رقم (6) ونصّها " أتضايق عندما أكون مضطراً لإغلاق هاتفي" احتلت المرتبة الأخيرة

بمتوسط حسابي (2.86) وانحراف معياري (1.30) وأهميَّة نسبيَّة (57.2%) وبدرجة تقدير مُتوسطة.

2. استجابة القلق لفقد التواصل

الجدول (10)

نتائج المتوسطات الحسابيَّة والانحرافات المعياريَّة لبُعد استجابة القلق لفقد التواصل

رقم الفقرة	محتوى الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهميَّة النسبيَّة	الدرجة	الرُتبة
1.	أقلق لو فقدت هاتفي لأنني لا أتمكن من الاتصال بأسرتي واصدقائي.	3.79	1.16	75.8%	مُرتفعة	2
2.	أكون عصبياً لو فقدت هاتفي؛ لأنني لن أستقبل الرسائل النصية والمكالمات.	3.15	1.31	63%	مُتوسطة	4
3.	أكون متوتراً لو فقدت هاتفي لأن أسرتي واصدقائي قد لا يستطيعون الوصول إليّ.	3.59	1.01	71.8%	متوسطة	3
4.	أنزعج لو فشلت في استخدام تطبيقات هاتفي الذكيّ.	3.01	1.39	60.2%	مُتوسطة	6
5.	أجد لدي رغبة مُلحة تدفعني لتفقد هاتفي، لو لم أفحص هاتفي لبعض الوقت	3.95	1.09	79%	مُرتفعة	1
6.	أشعر بالخوف بأن أفقد التواصل مع الأصدقاء، لو لم أستطيع استخدام هاتفي بسبب مشكلة ما.	3.12	1.21	62.4%	مُتوسطة	5

يتضح من الجدول (10) أنّ المتوسطات الحسابيَّة لتقديرات أفراد عينة الدراسة على فقرات بُعد استجابة القلق لفقد التواصل تراوحت ما بين (3.01-3.95) وبدرجة موافقة تراوحت ما بين مُتوسطة ومُرتفعة، حيث حصلت الفقرة رقم (5) ونصّها "أجد لدي رغبة مُلحة تدفعني لتفقد هاتفي، لو لم أفحص هاتفي لبعض الوقت" على المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (3.95) وانحراف معياري (1.09) وأهميَّة نسبيَّة (79%) وبدرجة تقدير مُرتفعة، تليها الفقرة رقم (1) ونصّها "أقلق لو فقدت هاتفي لأنني لا أتمكن من الاتصال بأسرتي واصدقائي" بمتوسط حسابي (3.79) وانحراف معياري (1.16) وأهميَّة نسبيَّة (75.8%) وبدرجة تقدير مُرتفعة، أما الفقرة رقم (4) ونصّها "أنزعج لو فشلت في استخدام تطبيقات هاتفي الذكيّ" احتلت المرتبة الأخيرة بمتوسط

حسابي (3.01) وانحراف معياري (1.39) وأهمية نسبية (60.2%) وبدرجة تقدير متوسطة.

3. الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة

الجدول (11)

نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لُبعد الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة

رقم الفقرة	محتوى الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية	الدرجة	الرتبة
1.	أفكر في الهاتف الذكي حتى لو لم يكن في متناول يدي.	2.64	1.32	52.8%	متوسطة	6
2.	أشعر بأني شخص غريب لو فقدت الهاتف؛ لأنني لا أدري ماذا أفعل.	3.10	1.10	62%	متوسطة	2
3.	أشعر بعدم الارتياح لو فقدت هاتفي؛ لأنني لن أتلقى إشعارات الاتصالات/أو إشعارات تحديث بياناتي على الإنترنت.	3.15	1.22	63%	متوسطة	1
4.	أكون عصبياً لو فقدت هاتفي؛ لأنني سأفقد وجودي على الانترنت.	2.95	1.21	59%	متوسطة	5
5.	يحدّ تعلقي بالهاتف من تواصلني مع أصدقائي وجهاً لوجه.	2.98	1.19	59.6%	متوسطة	4
6.	أكون شخصاً عصبياً لو لم أتمكن من متابعة الأحداث (الأخبار، الطقس، الرياضة) في هاتفي.	3.08	1.16	61.6%	متوسطة	3

يتضح من الجدول (11) أنّ المتوسطات الحسابية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على فقرات بُعد الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة تراوحت ما بين (2.64-3.15) وبدرجة موافقة متوسطة لكافة الفقرات الخاصة بالبُعد، حيث حصلت الفقرة رقم (3) ونصّها " أشعر بعدم الارتياح لو فقدت هاتفي؛ لأنني لن أتلقى إشعارات الاتصالات/أو إشعارات تحديث بياناتي على الإنترنت" على المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (3.15) وانحراف معياري (1.22) وأهمية نسبية (63%) وبدرجة تقدير متوسطة، أما الفقرة رقم (1) ونصّها " أفكر في الهاتف الذكي حتى لو لم يكن في متناول يدي" احتلت المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي (2.64) وانحراف معياري (1.32) وأهمية نسبية (52.8%) وبدرجة تقدير متوسطة.

4. الدافع القهري للهاتف الذكي

الجدول (12)

نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لبُعد الدافع القهري للهاتف الذكي

رقم الفقرة	محتوى الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية	الدرجة	الرتبة
1.	أميل إلى استخدام الهاتف الذكي دون حاجةٍ مُلحة.	3.50	1.14	70%	متوسطة	2
2.	أشعر بالشغف بتفقد أخبار المشاهير والأصدقاء والاقارب على مواقع التواصل الاجتماعي.	3.05	1.34	61%	متوسطة	3
3.	أشعر بالتوتر لو فقدت هاتفي؛ لأنني سأفقد مشاركتي في وسائل التواصل الاجتماعي.	2.98	1.38	59.6%	متوسطة	5
4.	استخدام الهاتف الذكي يُحسّن من حالتي المزاجية.	3.61	1.09	72.2%	متوسطة	1
5.	أشعر بالشغف بتفقد أخبار المشاهير والأصدقاء والاقارب على مواقع التواصل الاجتماعي.	3.01	1.38	60.2%	متوسطة	4

يتضح من الجدول (12) أنّ المتوسطات الحسابية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على فقرات بُعد الدافع القهري للهاتف الذكي تراوحت ما بين (2.98-3.61) وبدرجة موافقة متوسطة لكافة الفقرات الخاصة بالبُعد، حيث حصلت الفقرة رقم (4) ونصّها " استخدام الهاتف الذكي يُحسّن من حالتي المزاجية" على المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (3.61) وانحراف معياري (1.09) وأهمية نسبية (72.2%) وبدرجة تقدير متوسطة، تليها الفقرة رقم (1) ونصّها " أميل إلى استخدام الهاتف الذكي دون حاجةٍ مُلحة" على المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (3.50) وانحراف معياري (1.14) وأهمية نسبية (70%) وبدرجة تقدير متوسطة، أما الفقرة رقم (3) ونصّها " أشعر بالتوتر لو فقدت هاتفي؛ لأنني سأفقد مشاركتي في وسائل التواصل الاجتماعي" احتلت المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي (2.98) وانحراف معياري (1.38) وأهمية نسبية (59.6%) وبدرجة تقدير متوسطة.

مستوى الاندماج الأكاديمي لدى طلبة الكليات العلمية في جامعة مؤتة

تمّ حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكلِّ بُعد من أبعاد مقياس الاندماج الأكاديمي على حِدا، ولأبعاد المقياس مُجمعة، باستخدام برمجية وحدة الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS - Version 21)، الجدول (13) يعرض نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية مُرتبة تنازلياً.

الجدول (13)

نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد مقياس الاندماج الأكاديمي

أبعاد مقياس الاندماج الأكاديمي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية	الدرجة	الرتبة
الاندماج السلوكي	3.77	0.70	75.4%	مُرتفعة	1
الاندماج الانفعالي	3.50	0.71	70%	مُتوسطة	3
الاندماج المعرفي	3.51	0.75	70.2%	مُتوسطة	2
الدرجة الكلية	3.59	0.67	71.8%	مُتوسطة	

يتضح من الجدول (13) أنّ درجة الاندماج الأكاديمي لدى طلبة الكليات العلمية في جامعة مؤتة كانت مُتوسطة، حيث بلغت قيمة المتوسط الحسابي للمقياس ككل (3.59) وانحراف معياري (0.67) وأهمية نسبية (71.8%)، وكما يتضح أيضاً من نتائج الجدول (15) أنّ قيم المتوسطات الحسابية لتقديرات أفراد عينة الدراسة حول درجة الاندماج الأكاديمي لدى طلبة الكليات العلمية في جامعة مؤتة قد تراوحت ما بين (3.50-3.77)، حيث جاء بُعد "الاندماج السلوكي" في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (3.77) وانحراف معياري (0.70) بدرجة تقدير مُرتفعة، واحتلَّ بُعد "الاندماج المعرفي" المرتبة الثانية بمتوسط حسابي (3.51) وانحراف معياري (0.75) بدرجة موافقة متوسطة، أما في المرتبة الأخيرة جاء بُعد "الاندماج الانفعالي" بمتوسط حسابي (3.50) وانحراف معياري (0.71) بدرجة مُوافقة متوسطة.

تعزو هذه النتيجة إلى أنّ المقررات الدراسية لطلبة الكليات العلمية تتسمّ بكم هائل من المعلومات والتفاصيل المُعقدة مما يتطلب من الطالب بذل الكثير من الجهد، والسعي، والمثابرة، والتركيز، كما أنّ التنافس بين الطلبة على احراز علاماتٍ أعلى، أو تقلّيد السلوكيات الإيجابية كزيادة وقت الدراسة، أو البحث عن المعلومات المهمة، أو

المشاركة الفعّالة داخل القاعات الجامعيّة، أو الحرص على عدم التغيب عن المحاضرات. إضافةً إلى ذلك، يُلاحظ أنّ الاندماج السلوكي حصل على درجة تقدير مُرتفعة وذلك لأن جامعة مؤتة عامّة والكليات العلميّة خاصة تفرض على الطلبة الالتزام بالأنظمة والتعليمات على سبيل المثال ان التصرفات السيئة من قبل الطلبة داخل الحرم الجامعي أو داخل قاعة المحاضرات الجامعيّة تجعل المُدرسين يتخذون عدة إجراءات تأديبية في حق الطالب، كحرمانه من حضور المحاضرة، أو عدم منحه علامات إضافية في المادة الدراسيّة، لذا فإن العاملين في جامعة مؤتة يحاولون جاهدين بدءًا من المُدرسين إلى الموظفين في كافة الأقسام والإدارات إلى خلق بيئة تعليميّة مُناسبة وملائمة للدراسة، ودليل ذلك حصول كل من كليات الطب والهندسة في السنوات الأخيرة على العديد من الجوائز على مستوى محلي وعالمي.

تعرض الجداول اللاحقة النتائج بشكلٍ مُفصّل لكل بُعد من أبعاد مقياس الاندماج الأكاديمي على جِدا، حيث تمّ حساب المتوسطات الحسابيّة والانحرافات المعياريّة للفقرات المتعلقة بأبعاد مقياس الاندماج الأكاديمي.

1. الاندماج السلوكي

الجدول (14)

نتائج المتوسطات الحسابيّة والانحرافات المعياريّة لبُعد الاندماج السلوكي

رقم الفقرة	محتوى الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهميّة النسبيّة	الدرجة	الرّتبة
1.	أحاول اكمال الواجبات المطلوبة مني في الوقت المحدد.	3.46	1.13	69.2%	متوسطة	8
2.	أتّبع القواعد والتعليمات داخل الجامعة.	3.97	1.01	79.4%	مُرتفعة	2
3.	ابتعد عن التورط في المشكلات داخل الجامعة.	4.38	0.83	87.6%	مُرتفعة	1
4.	انتبه جيدًا داخل القاعة الجامعيّة.	3.64	1.16	72.8%	متوسطة	6
5.	أبذل قصارى جُهد في الجامعة.	3.89	1.27	77.8%	مُرتفعة	4
6.	استمع جيدًا للمُدرس الأكاديمي عندما يتحدث عن موضوع جديد.	3.94	0.95	78.8%	مُرتفعة	3
7.	أتغيب عن المحاضرة أثناء تواجدي في الجامعة.	3.36	1.43	67.2%	متوسطة	9
8.	أتغيب عن الجامعة دون سبب وجيه.	3.51	1.45	70.2%	متوسطة	7
9.	أتعامل بفضاضة مع المُدرسين الجامعيين.	3.78	1.33	75.6%	مُرتفعة	5

يتضح من الجدول (14) أنّ المتوسطات الحسابية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على فقرات بُعد الاندماج السلوكي تراوحت ما بين (3.36-4.38) وبدرجة موافقة تراوحت ما بين مُتوسطة ومُرتفعة، حيث حصلت الفقرة رقم (3) ونصّها " ابتعد عن التورط في المشكلات داخل الجامعة" على المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (4.38) وانحراف معياري (0.83) وأهميّة نسبية (87.6%) وبدرجة تقدير مرتفعة، تليها الفقرة رقم (2) ونصّها "أتبع القواعد والتعليمات داخل الجامعة" بمتوسط حسابي (3.97) وانحراف معياري (1.01) وأهميّة نسبية (79.4%) وبدرجة تقدير مرتفعة، أما الفقرة رقم (7) ونصّها "أغيب عن المحاضرة أثناء تواجدي في الجامعة" احتلت المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي (3.36) وانحراف معياري (1.43) وأهميّة نسبية (67.2%) وبدرجة تقدير متوسطة.

2. الاندماج الانفعالي

الجدول (15)

نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لبُعد الاندماج الانفعالي

رقم الفقرة	محتوى الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهميّة النسبية	الدرجة	الرتبة
1.	أظهر الفضول تجاه ما نتعلمه خلال المحاضرات الجامعية.	3.37	1.43	67.4%	متوسطة	6
2.	استمتع بتعلم أشياء جديدة خلال دراستي الجامعية.	3.52	1.45	70.4%	متوسطة	3
3.	أجد أنّ الجامعة مكان ممتع بالنسبة لي.	3.80	1.33	76%	مُرتفعة	1
4.	أظهر الاهتمام عندما نعمل على شيء ما في المادة الدراسية.	3.69	1.04	73.8%	مُرتفعة	2
5.	أجد نفسي نشيط ومتحمس دائماً في الجامعة.	3.42	1.08	68.4%	متوسطة	5
6.	أجد أنّ الجامعة هي المكان الذي يمكنني من خلاله تكوين صداقات بسهولة.	3.44	1.22	68.8%	متوسطة	4
7.	أشعر أنّ الجامعة هي المكان الذي أجد فيه بأنني مُستبعد.	3.24	1.27	64.8%	متوسطة	7

يتضح من الجدول (15) أنّ المتوسطات الحسابية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على فقرات بُعد الاندماج الانفعالي تراوحت ما بين (3.24-3.80) وبدرجة موافقة

تراوحت ما بين متوسطة ومُرتفعة، حيث حصلت الفقرة رقم (3) ونصّها " أجد أنّ الجامعة مكان ممتع بالنسبة لي " على المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (3.80) وانحراف معياري (1.33) وأهميّة نسبيّة (76%) وبدرجة تقدير مرتفعة، تليها الفقرة رقم (4) ونصّها " أظهر الاهتمام عندما نعمل على شيءٍ ما في المادة الدراسيّة " بمتوسط حسابي (3.69) وانحراف معياري (1.04) وأهمية نسبيّة (73.8%) وبدرجة تقدير مرتفعة، أما الفقرة رقم (7) ونصّها "أشعر أنّ الجامعة هي المكان الذي أجد فيه بأنني مُستبعد" احتلّت المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي (3.24) وانحراف معياري (1.27) وأهمية نسبيّة (64.8%) وبدرجة تقدير متوسطة.

3. الاندماج المعرفي

الجدول (16)

نتائج المتوسطات الحسابيّة والانحرافات المعياريّة لُبعد الاندماج المعرفي

رقم الفقرة	محتوى الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهميّة النسبيّة	الدرجة	الرّتبة
1.	أفكر فيما أريد إنجازه، قبل أن أبدأ الدراسة.	3.34	1.44	66.8%	متوسطة	7
2.	أقوم بتكوين الأمثلة الخاصة بي لمساعدتي في فهم المفاهيم المهمة التي أدرسها	3.51	1.45	70.2%	متوسطة	6
3.	أحاول تغيير الطريقة التي أدرس به، إذا صعب علي فهم المادة الدراسيّة التي أدرسها	3.78	1.33	75.6%	مرتفعة	2
4.	أحاول ربط ما أتعلمه بتجاري الخاصة عندما أدرس.	3.58	1.15	71.6%	متوسطة	5
5.	أتابع مدى فهمي أثناء دراستي، وليس فقط ما إذا كنت أحصل على الإجابات الصحيحة.	3.70	1.13	74%	مرتفعة	3
6.	أقوم بالدراسة في المنزل حتى ان لم يكن لدي امتحان.	3.21	1.31	64.2%	متوسطة	8
7.	أعيد القراءة من جديد، إذا كنت لا أفهم ما أقرأه.	4.11	1.14	82.2%	مرتفعة	1
8.	أقرأ كتبًا إضافية لمعرفة المزيد عن الأشياء التي نقوم بها في الجامعة.	3.03	1.34	60.6%	متوسطة	10
9.	أتحدث مع الناس في الخارج حول ما أتعلمه في الجامعة.	3.61	1.19	72.2%	متوسطة	4
10.	أقضي وقت فراغي في البحث عن المعلومات حول المواضيع التي نُوقشت في المحاضرات الجامعية	3.17	1.27	63.4%	متوسطة	9

يتضح من الجدول (16) أنّ المتوسطات الحسابية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على فقرات بُعد الاندماج المعرفي تراوحت ما بين (3.03-4.11) وبدرجة موافقة تراوحت ما بين متوسطة ومُرتفعة، حيث حصلت الفقرة رقم (7) ونصّها "أعيد القراءة من جديد، إذا كنت لا أفهم ما أقرأه" على المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (4.11) وانحراف معياري (1.14) وأهمية نسبية (82.2%) وبدرجة تقدير مرتفعة، تليها الفقرة رقم (3) ونصّها "أحاول تغيير الطريقة التي أدرس به، إذا صعب علي فهم المادة الدراسية التي أدرسها" بمتوسط حسابي (3.78) وانحراف معياري (1.33) وأهمية نسبية (75.6%) وبدرجة تقدير مرتفعة، أما الفقرة رقم (8) ونصّها "أقرأ كتباً إضافية لمعرفة المزيد عن الأشياء التي نقوم بها في الجامعة" احتلت المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي (3.03) وانحراف معياري (1.34) وأهمية نسبية (60.6%) وبدرجة تقدير متوسطة.

مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الكليات العلمية في جامعة مؤتة

تمّ حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للفقرات التي تقيس درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الكليات العلمية في جامعة مؤتة، باستخدام برمجية وحدة الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS - Version 21)، الجدول (17) يعرض نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية مرتبة تنازلياً.

الجدول (17)

نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للفقرات المتعلقة بمقياس الشعور بالوحدة النفسية

رقم الفقرة	محتوى الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية	الدرجة	الرتبة
1.	أتمنى أن يوجد في أسرتي من أستطيع الاعتماد عليه.	3.53	1.11	70.6%	متوسطة	3
2.	افتقر لوجود أصدقاء يشاركوني وجهات نظري.	2.98	1.26	59.6%	متوسطة	10
3.	أتمنى أن يكون في أسرتي من أشعر بأنني قريب منه.	3.39	1.21	67.8%	متوسطة	5
4.	أجد أن ما هو مهم لي لا يبدو مهماً للناس الذين أعرفهم.	3.56	1.13	71.2%	متوسطة	2

رقم الفقرة	محتوى الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهميّة النسبيّة	الدرجة	الرتبة
5.	أتمنى لو كانت اسرتي أكثر اهتمامًا بسعادتي.	3.63	1.23	72.6%	متوسطة	1
6.	يفهم أصدقائي تحركاتي وطريقة تفكيري.	2.70	1.05	54%	متوسطة	16
7.	أستطيع التّحدث مع بعض الأشخاص عن مشكلاتي الخاصة.	2.73	1.30	54.6%	متوسطة	15
8.	أجد أنّ من هم حولي لا يشاركوني اهتماماتي وأفكاري.	3.07	1.26	61.4%	متوسطة	9
9.	أشعر أنّ لا أحد يعرفني جيدًا.	3.42	1.30	68.4%	متوسطة	4
10.	أشعر أنّ من حولي ليسوا معي، وإن كانوا حولي.	3.23	1.28	64.6%	متوسطة	6
11.	أجد أنّ هناك أناس يفهمونني جيدًا.	2.56	1.23	51.2%	متوسطة	20
12.	أشعر بعدم الرضا عن أصدقائي.	3.11	1.30	62.2%	متوسطة	7
13.	أجد أنّ صداقاتي سطحية.	2.70	1.31	54%	متوسطة	16
14.	أجد أنّه ليس لدي علاقات صداقة قويّة مع الآخرين.	3.10	1.32	62%	متوسطة	8
15.	يوجد أناس يمكنني اللجوء إليهم.	2.57	1.32	51.4%	متوسطة	19
16.	أتجنب المواجهة مع أفراد أسرتي بقدر الإمكان.	2.74	1.36	54.8%	متوسطة	14
17.	أعتقد أنني أنتمي إلى مكان دراستي.	2.75	1.14	55%	متوسطة	13
18.	تحتزم أسرتي رأيي في المواقف التي تتطلب اتخاذ القرارات.	2.64	1.23	52.8%	متوسطة	18
19.	أحب أصدقائي الذين أقضي وقتي معهم.	1.89	0.87	37.8%	منخفضة	21
20.	أشعر أنّ الآخرين لا يطبقونني.	2.66	1.38	53.2%	متوسطة	17
21.	أعتقد أنّ علاقاتي بالآخرين بلا معنى.	2.87	1.36	57.4%	متوسطة	11
22.	أجد صعوبة في الاندماج مع المحيطين.	2.82	1.36	56.4%	متوسطة	12
	الدرجة الكليّة	2.94	0.66	58.8%	متوسطة	

يتضح من الجدول (17) أنّ درجة الشعور بالوحدة النفسيّة لدى طلبة الكليات العلميّة في جامعة مؤتة كانت مُتوسطة، حيث بلغت قيمة المتوسط الحسابي للمقياس ككل (2.94) وبانحراف معياري (0.66) وأهميّة نسبيّة (58.8%). إضافةً إلى ذلك، يتضح من الجدول (20) أنّ قيم المتوسطات الحسابيّة لتقديرات أفراد عينة الدراسة

حول درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الكليات العلمية في جامعة مؤتة قد تراوحت ما بين (1.89-3.63)، حيث جاءت الفقرة رقم (5) ومحتواها " أتمنى لو كانت اسرتي أكثر اهتمامًا بسعادتي" في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (3.63) وانحراف معياري (1.23) وأهمية نسبية (72.6%) بدرجة تقدير متوسطة، تليها الفقرة رقم (4) ومحتواها " أجد أن ما هو مهم لي لا يبدو مهمًا للناس الذين أعرفهم" بالمرتبة الثانية بمتوسط حسابي (3.56) وانحراف معياري (1.13) وأهمية نسبية (71.2%) بدرجة موافقة متوسطة، أما في المرتبة الأخيرة جاءت الفقرة رقم (19) ومحتواها " أحب أصدقائي الذين أقضي وقتي معهم" بمتوسط حسابي (1.89) وانحراف معياري (0.87) وأهمية نسبية (37.8%) بدرجة موافقة منخفضة.

تعزو هذه النتيجة إلى أنّ جزءًا كبيرًا من طلبة جامعة مؤتة مُغتربين عن أهاليهم -إما يأتون من محافظاتٍ أخرى أو من دُولٍ أُخرى- للدراسة، لذا هم بحاجة لوقتٍ كافٍ للتكيف مع البيئة الجامعية والمُدرسين والزملاء، على سبيل المثال طلبة السنة الأولى في البداية يُواجهون صعوبة في التأقلم مع المكان الجديد لاختلاف العادات والتقاليد عليهم، كما أنّ الانتقال من دائرة المدرسة المحدودة بشبكته الاجتماعية إلى دائرة الجامعة بشبكته الاجتماعية الواسعة تجعل الطلبة يقضون وقت أطول للتكيف مع ظروف البيئة المحيطة بهم، وكما أنّ ضيق وقت الطلبة بسبب حضور المحاضرات والمختبرات العملية يجعلهم يُقصرّون في أنشطتهم الاجتماعية أو الترفيهية، ولا سيّما أن كما ذكرنا سابقًا أن طبيعة موادهم العملية تُجبرهم على بذل الجهد لزيادة التحصيل الأكاديمي، مما يعني ذلك تقليل العلاقات الاجتماعية وتخفيف عمليات التواصل مع الأهل أو الأصدقاء للتفرغ للدراسة. اتفقت هذه النتيجة مع دراسة (Sonmez et al., 2021).

2.1.4 عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني ومناقشته: "هل هناك علاقة ذات دلالة

إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) بين النوموفوبيا بكل من الاندماج الأكاديمي والشعور

بالوحدة النفسية لدى طلبة الكليات العلمية في جامعة مؤتة؟"

للإجابة على هذا السؤال، تمّ استخدام معامل الارتباط بيرسون (Pearson

Product-Moment Correlation Coefficient) للتحقق من العلاقة بين

النوموفوبيا بكل من الاندماج الأكاديمي والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الكليات

العلمية في جامعة مؤتة، الجدول (18) يُوضح نتائج ذلك.

الجدول (18)

نتائج معامل ارتباط بيرسون لقياس العلاقة بين النوموفوبيا بكل من الاندماج الأكاديمي

والشعور بالوحدة النفسية

الشعور بالوحدة النفسية	الاندماج الأكاديمي	البُعد المُتعلق بمقياس النوموفوبيا
0.38**	-0.53**	الخوف المُعمم
0.27**	-0.40**	استجابة القلق لفقد التواصل
0.47**	-0.52**	الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة
0.41**	-0.45**	الدافع القهري للهاتف الذكي
0.43**	-0.53**	الدرجة الكلية لمقياس النوموفوبيا

**دالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha \leq 0.01$)

يتضح من الجدول (18) أنّ العلاقة بين كل بُعد من أبعاد النوموفوبيا الفرعية

(الخوف المُعمم، استجابة القلق لفقد التواصل، الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة،

الدافع القهري للهاتف الذكي) بالاندماج الأكاديمي كانت سلبية ودالة إحصائية عند

مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha \leq 0.05$)، أما بالنسبة للعلاقة بين الدرجة الكلية لمقياس

النوموفوبيا والاندماج الأكاديمي كانت سلبية ذات دلالة إحصائية حيث بلغت قيمة

معامل الارتباط بيرسون ($r = -0.53, P\text{-value} \leq 0.05$).

تعزو هذه النتيجة إلى أنّ انشغال الطالب بالخدمات التي تُوفرها الهواتف الذكية

كالألعاب الترفيهية، أو مواقع التسوق الإلكتروني، أو مواقع التواصل الاجتماعي تؤدي

إلى تشتت وضعف تركيز الطالب، واكتساب عادات سيئة كتغيير أنماط نموه وطعامه؛

الأمر الذي يتسبب بتراكم المهام الأكاديمية وتأجيلها، فبدلاً من مواجهة الضغوط

الأكاديمية يلجأ الطلبة للهاتف كوسيلة للهروب من المهام الأكاديمية وتخفيف القلق والتوتر، مما يؤدي إلى التسويف الأكاديمي والتعلق بالهاتف الذكي. أتفقت هذه النتيجة مع دراسة (لولوة والجاسر، 2018)، ودراسة (صادق، 2019)، ودراسة (أبوشيبة والبلهان، 2022)، ودراسة (حسن، 2022).

تُظهر نتائج الجدول (17) أن العلاقة للعلاقة بين كل بُعد من أبعاد النوموفوبيا الفرعية (الخوف المُعمم، استجابة القلق لفقد التواصل، الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة، الدافع القهري للهاتف الذكي) والشعور بالوحدة النفسية فقد كانت موجبة ودالة احصائياً عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha \leq 0.05$)، كما كانت العلاقة بين الدرجة الكلية لمقياس النوموفوبيا والشعور بالوحدة النفسية إيجابية ودالة احصائياً، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط بيرسون ($r=0.43, P.value \leq 0.05$).

تعزو هذه النتيجة إلى أن الأشخاص الذين يشعرون بالوحدة يلجؤون للهواتف الذكية لتعويض النقص في علاقاتهم الاجتماعية وهروباً من واقعهم ومشاعرهم السلبية، كما أن الهاتف الذكي يُعد أداة سهلة للتسليّة وملء أوقات الفراغ بالانشغال باللعب، أو تصفح الأخبار، أو المراسلات النصية، أو قراءة الكتب، لذا فإنهم يجدون الهواتف الذكية ملاذاً سهلاً للتخلص من الوحدة والفراغ. أتفقت هذه النتيجة مع دراسة (عبدالوارث، 2020)، دراسة (جودة، 2021)، دراسة (خالد، 2023)، دراسة (Aslan, 2023)، دراسة (حسن، 2023).

3.1.4 عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث ومناقشته: ما درجة اسهام النوموفوبيا بكل من الاندماج الأكاديمي والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الكليات العلمية في جامعة مؤتة؟

للتحقق من مدى إسهام النوموفوبيا بكل من الاندماج الأكاديمي والشعور بالوحدة النفسية، تمّ تطبيق اختبار تحليل الانحدار المتعدد (Multiple Regression Analysis) باستخدام طريقة Stepwise من خلال برمجية SPSS-Version 21، وفيما يلي عرض لنتائج الاختبار بشكلٍ مُفصّل.

مقدار ما تُفسّره النوموفوبيا بالاندماج الأكاديمي

الجدول (19)

نتائج اختبار الانحدار المتعدد لتقييم صلاحية النموذج للتنبؤ بالاندماج الأكاديمي من النوموفوبيا

Model	معامل الارتباط R	معامل التحديد R ²	معامل التحديد المُعدّل Adjusted R ²	الخطأ المعياري Std. Error of the Estimate
1	0.53 ^a	0.29	0.28	0.566
2	0.56 ^b	0.31	0.31	0.556
3	0.57 ^c	0.32	0.32	0.552

a. * المؤشرات: (المتغير المستقل): الدرجة الكلية لمقياس النوموفوبيا

b. * المؤشرات: (المتغيرات المستقلة): الدرجة الكلية لمقياس النوموفوبيا، استجابة القلق لفقد التواصل

c. * المؤشرات: (المتغيرات المستقلة): الدرجة الكلية لمقياس النوموفوبيا، استجابة القلق لفقد التواصل،

الدافع القهري للهاتف الذكي

d. المتغير التابع: الاندماج الأكاديمي

كما هو مبين في الجدول (19)، فإن قيمة معامل الارتباط المتعدد (R=0.57) تُشير إلى ارتباط متوسط وإيجابي دال احصائياً بين المتغيرات المستقلة (استجابة القلق لفقد التواصل، الدافع القهري للهاتف الذكي، الدرجة الكلية لمقياس النوموفوبيا) والمتغير التابع (الاندماج الأكاديمي). تُشير قيمة معامل التحديد (R² =0.32) إلى أنّ 32 % من التباين الحاصل في الاندماج الأكاديمي لدى طلبة الكليات العلميّة تُفسّره المتغيرات المستقلة (استجابة القلق لفقد التواصل، الدافع القهري للهاتف الذكي، النوموفوبيا) وأن النسبة المتبقية 68% تُفسّرها عوامل أخرى غير موجودة بالنموذج. وبناءً عليه، فإن النموذج صالح للتفسير.

الجدول (20)

نتائج اختبار تحليل التباين للتنبؤ بأثر النوموفوبيا وأبعاده الأربعة على الاندماج الأكاديمي

Model		مجموع المربعات Sum of Squares	درجات الحرية Df	متوسط المربعات Mean Square	قيمة ف الاحتمالية F. value	قيمة الدلالة الاحصائية P. value
1 ^a	Regression	45.92	1	45.92	143.16	<0.001*
	Residual	114.83	358	0.321		
	Total	160.76	359			
2 ^b	Regression	50.24	2	25.12	81.14	<0.001*
	Residual	110.52	357	0.310		
	Total	160.76	359			
3 ^c	Regression	52.11	3	17.37	56.91	<0.001*
	Residual	108.65	356	0.31		
	Total	160.76	359			

a. *المؤشرات: (المتغير المستقل): الدرجة الكلية لمقياس النوموفوبيا

b. *المؤشرات: (المتغيرات المستقلة): الدرجة الكلية لمقياس النوموفوبيا، استجابة القلق لفقد التواصل

c. *المؤشرات: (المتغيرات المستقلة): الدرجة الكلية لمقياس النوموفوبيا، استجابة القلق لفقد التواصل،

الدافع القهري للهاتف الذكي

d. المتغير التابع: الاندماج الأكاديمي

*الأثر دال احصائياً عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha \leq 0.05$)

استناداً إلى نتائج الجدول (20)، فإن نموذج الانحدار صالح للتنبؤ بالمتغير التابع (الاندماج الأكاديمي) من خلال المتغيرات المستقلة (استجابة القلق لفقد التواصل، الدافع القهري للهاتف الذكي، الدرجة الكلية لمقياس النوموفوبيا)، حيث بلغت قيمة ف الاحتمالية (56.91) بدلالة إحصائية أقل من 0.05، مما يدل على أنه يوجد أثر ذو دلالة احصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية لكل من استجابة القلق لفقد التواصل، الدافع القهري للهاتف الذكي، والنوموفوبيا على الاندماج الأكاديمي لدى طلبة الكليات العلمية في جامعة مؤتة.

الجدول (21)

معاملات الانحدار ودلالاتها الاحصائية للتنبؤ بأثر كل من المتغيرات المستقلة على المتغير التابع (الاندماج الأكاديمي)

Model		معاملات الانحدار الغير معيارية Unstandardized Coefficients B	معاملات الانحدار المعيارية Standardized Coefficients Beta	قيمة ت الاحتمالية t. value	قيمة الدلالة الاحصائية P. value
1	الثابت	5.130	0.132	38.924	<0.001*
	الدرجة الكلية لمقياس النوموفوبيا	-0.461	0.039	-11.965	<0.001*
2	الثابت	5.047	0.131	38.427	<0.001*
	الدرجة الكلية لمقياس النوموفوبيا	-0.733	0.082	-8.935	<0.001*
3	استجابة القلق لفقد التواصل	0.288	0.077	3.733	<0.001*
	الثابت	5.003	0.132	38.016	<0.001*
	الدرجة الكلية لمقياس النوموفوبيا	-0.982	0.129	-7.589	<0.001*
	استجابة القلق لفقد التواصل	0.364	0.083	4.415	<0.001*
	الدافع القهري للهاتف الذكي	0.188	0.076	2.475	0.013*

*الأثر دال احصائياً عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha \geq 0.05$).

بناءً على نتائج الجدول (23)، يُمكن بناء معادلة الانحدار التالية:

$$Y = B_0 + B_1X_1 + B_2X_2$$

$$Y = 5.00 - 0.98 X_1 + 0.36X_2 + 0.19X_3$$

حيث أن؛

المتغير التابع (الاندماج الأكاديمي) $Y =$

الثابت $B_0 =$

المتغير المستقل الأول (الدرجة الكلية لمقياس النوموفوبيا) $X_1 =$

المتغير المستقل الثاني (استجابة القلق لفقد التواصل) $X_2 =$

المتغير المستقل الثالث (الدافع القهري للهاتف الذكي) $X_3 =$

يتضح من الجدول (23)، أن قيمة معامل الانحدار للدرجة الكلية لمقياس النوموفوبيا تساوي ($B=-0.98$)، كما يُلاحظ أن قيمة ت الاحتمالية بلغت (ت.الاحتمالية $=-7.59$) وبقية دلالة إحصائية أقل من 0.05، وهذه النتيجة تُشير إلى أنّ النوموفوبيا تنتبأ بالاندماج الأكاديمي لدى طلبة الكليات العلميّة في جامعة مؤتة.

تُظهر نتائج الجدول (23)، أن قيمة معامل الانحدار لاستجابة القلق لفقد التواصل تساوي ($B=0.36$)، كما يُلاحظ أن قيمة ت الاحتمالية بلغت (ت.الاحتمالية $=4.42$) وبقية دلالة إحصائية أقل من 0.05، وهذه النتيجة تُشير إلى أنّ استجابة القلق لفقد التواصل تنتبأ بالاندماج الأكاديمي لدى طلبة الكليات العلميّة في جامعة مؤتة.

تُظهر نتائج الجدول (23)، أن قيمة معامل الانحدار لاستجابة القلق لفقد التواصل تساوي ($B=0.19$)، كما يُلاحظ أن قيمة ت الاحتمالية بلغت (ت.الاحتمالية $=2.48$) وبقية دلالة إحصائية أقل من 0.05، وهذه النتيجة تُشير إلى أنّ الدافع القهري للهاتف الذكي تنتبأ بالاندماج الأكاديمي لدى طلبة الكليات العلميّة في جامعة مؤتة.

تعزو هذه النتيجة إلى أن إدمان الهاتف المحمول يُعتبر كمنبئٍ لضعف التحصيل الأكاديمي لطلبة الجامعات، حيث الخدمات التي تُوفرها الهواتف الذكية بما فيها الألعاب وشبكات التواصل الاجتماعي وخدمة الانترنت وخدمة مشاهدة الفيديوهات المُفضّلة في أيّ زمانٍ ومكان تتسبب بتشتت الفرد وقلة ادراكه وضعف تركيزه، وحوث اضطرابات في النوم، وتجاهل المهام اليوميّة، وتجاهل الالتزامات الاجتماعيّة، وإضاعة الوقت بسبب تشغيل الهاتف لفتراتٍ طويلة؛ الأمر الذي يؤدي إلى التأثير على تحصيله الأكاديمي بشكلٍ سلبيّ، وذلك لأن الطالب المُدمن على الهاتف ليس لديه الوقت الكافي للتفكير العميق بمتطلبات الدراسة، أو المذاكرة، أو السعي نحو تحقيق مستوى أكاديمي عالٍ لأنّ عقله مشغول بالهاتف. اتفقت هذه النتيجة مع دراسة (أبو شيبية والبلهان، 2022)، ودراسة (حسن، 2022)، ودراسة (صادق، 2019)، ودراسة (لولوة والجاسر، 2018).

مقدار ما تُفسّره النوموفوبيا بالشعور بالوحدة النفسية

الجدول (22)

نتائج اختبار الانحدار المتعدد لتقييم صلاحية النموذج للتنبؤ بالشعور بالوحدة النفسية من

النوموفوبيا

Model	معامل الارتباط R	معامل التحديد R ²	معامل التحديد المُعَدَّل Adjusted R ²	الخطأ المعياري Std. Error of the Estimate
1	0.47 ^a	0.22	0.21	0.588
2	0.48 ^b	0.23	0.23	0.583
3	0.49 ^c	0.24	0.24	0.579

a. *المؤشرات: (المتغير المستقل): الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة

b. *المؤشرات: (المتغيرات المستقلة): الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة،

الدافع القهري للهاتف الذكي

c. *المؤشرات: (المتغيرات المستقلة): الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة،

استجابة القلق لفقد التواصل، الدافع القهري للهاتف الذكي

d. المتغير التابع: الشعور بالوحدة النفسية

كما هو مبين في الجدول (22)، فإن قيمة معامل الارتباط المتعدد ($R = 0.49$) تُشير إلى ارتباط متوسط وإيجابي دال احصائياً بين المتغيرات المستقلة (استجابة القلق لفقد التواصل، الدافع القهري للهاتف الذكي، الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة) والمتغير التابع (الشعور بالوحدة النفسية). تُشير قيمة معامل التحديد ($R^2 = 0.24$) إلى أنّ 24 % من التباين الحاصل في مستوى انتشار الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الكليات العلمية تُفسّره المتغيرات المستقلة (استجابة القلق لفقد التواصل، الدافع القهري للهاتف الذكي، الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة) وأن النسبة المتبقية 76% تُفسّرها عوامل أخرى غير موجودة بالنموذج. وبناءً عليه، فإن النموذج صالح للتفسير.

الجدول (23)

نتائج اختبار تحليل التباين للتنبؤ بأثر النوموفوبيا وأبعاده الأربعة على الشعور بالوحدة النفسية

Model		مجموع المربعات Sum of Squares	درجات الحرية Df	متوسط المربعات Mean Square	قيمة ف الاحتمالية F. value	قيمة الدلالة الإحصائية P. value
1 ^a	Regression	34.18	1	34.180	98.75	<0.001*
	Residual	123.91	358	0.35		
	Total	158.09	359			
2 ^b	Regression	36.95	2	18.47	54.44	<0.001*
	Residual	121.14	357	0.34		
	Total	158.09	359			
3 ^c	Regression	38.55	3	12.85	38.27	<0.001*
	Residual	119.54	356	0.34		
	Total	158.09	359			

a. * المؤشرات: (المتغير المستقل): الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة

b. * المؤشرات: (المتغيرات المستقلة): الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة، الدافع القهري

للهاتف الذكي

c. * المؤشرات: (المتغيرات المستقلة): الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة، استجابة

القلق لفقد التواصل، الدافع القهري للهاتف الذكي

d. المتغير التابع: الشعور بالوحدة النفسية

* الأثر دال إحصائيًا عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha \leq 0.05$)

استنادًا إلى نتائج الجدول (23)، فإن نموذج الانحدار صالح للتنبؤ بالمتغير التابع (الشعور بالوحدة النفسية) من خلال المتغيرات المستقلة (استجابة القلق لفقد التواصل، الدافع القهري للهاتف الذكي، الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة)، حيث بلغت قيمة ف الاحتمالية (38.27) بدلالة إحصائية أقل من 0.05، مما يدل على أنه يوجد أثر ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية لكل من استجابة القلق لفقد التواصل، الدافع القهري للهاتف الذكي، والانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة على مستوى انتشار الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الكليات العلمية في جامعة مؤتة.

الجدول (24)

معاملات الانحدار ودلالاتها الاحصائية للتنبؤ بأثر كل من المتغيرات المستقلة على المتغير التابع (الشعور بالوحدة النفسية)

Model		معاملات الانحدار الغير معيارية Unstandardized Coefficients B Std. Error	معاملات الانحدار المعيارية Standardized Coefficients Beta	قيمة ت الاحتمالية t. value	قيمة الدلالة الاحصائية P. value
1	الثابت	1.93 0.11		18.30	<0.001*
	الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة	0.34 0.03	0.47	9.94	<0.001*
2	الثابت	1.74 0.13		13.80	<0.001*
	الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة	0.25 0.05	0.34	5.47	<0.001*
3	الدافع القهري للهاتف الذكي	0.14 0.05	0.18	2.86	0.01*
	الثابت	1.86 0.14		13.51	<0.001*
	الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة	0.28 0.05	0.39	5.92	<0.001*
	الدافع القهري للهاتف الذكي	0.20 0.06	0.25	3.54	<0.001*
	استجابة القلق لفقد التواصل	-0.12 0.05	-0.15	-2.19	0.030*

*الأثر دال احصائياً عند مستوى الدلالة الإحصائية $(\alpha \geq 0.05)$.

بناءً على نتائج الجدول (24)، يُمكن بناء معادلة الانحدار التالية:

$$Y = B_0 + B_1X_1 + B_2X_2$$

$$Y = 1.86 + 0.28 X_1 + 0.20X_2 - 0.12X_3$$

حيث أن؛

Y = المتغير التابع (الشعور بالوحدة النفسية)

B₀= الثابت

X₁= المتغير المستقل الأول (الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة)

X₂= المتغير المستقل الثاني (الدافع القهري للهاتف الذكي)

X₃= المتغير المستقل الثالث (استجابة القلق لفقد التواصل)

يتضح من الجدول (26)، أن قيمة معامل الانحدار لبُعد "الانشغال الذهني للتهديدات المتوقعة" تُساوي ($B=0.28$)، كما يُلاحظ أن قيمة ت الاحتماليّة بلغت ($t=5.92$) وبقية دلالة إحصائية أقل من 0.05، وهذه النتيجة تُشير إلى أنّ النوموفوبيا تنتبأ بمستوى انتشار الشعور بالوحدة النفسيّة لدى طلبة الكليات العلميّة في جامعة مؤتة.

تُظهر نتائج الجدول (26)، أن قيمة معامل الانحدار لبُعد "الدافع القهري للهاتف الذكي" تُساوي ($B=0.20$)، كما يُلاحظ أن قيمة ت الاحتماليّة بلغت ($t=3.54$) وبقية دلالة إحصائية أقل من 0.05، وهذه النتيجة تُشير إلى أنّ الدافع القهري للهاتف الذكي تنتبأ بمستوى انتشار الشعور بالوحدة النفسيّة لدى طلبة الكليات العلميّة في جامعة مؤتة.

تُظهر نتائج الجدول (26)، أن قيمة معامل الانحدار لاستجابة القلق لفقد التواصل تُساوي ($B=-0.12$)، كما يُلاحظ أن قيمة ت الاحتماليّة بلغت ($t=-2.19$) وبقية دلالة إحصائية أقل من 0.05، وهذه النتيجة تُشير إلى أنّ استجابة القلق لفقد التواصل تنتبأ بمستوى انتشار الشعور بالوحدة النفسيّة لدى طلبة الكليات العلميّة في جامعة مؤتة.

تعزو هذه النتيجة إلى أنّ انغماس الفرد الكامل بالهاتف المحمول لما يُوفره من خدماتٍ، والهروب من الواقع المرير واللجوء للهاتف المحمول لتفريغ الكبت والطاقات الدفينة، وتفضيل التواصل الافتراضي مع الأشخاص عوضاً عن التواصل وجهاً لوجه، وتشتت الانتباه أثناء اللقاءات الاجتماعيّة بسبب الانشغال بالتحقق المُستمر من اشعارات المكالمات والرسائل النصية؛ هذا الأمر يجعل الشخص منغلّقاً على نفسه، ومعزولاً عن العالم الخارجي، حيث يُصبح العالم بالنسبة له مصدر قلق وتهديد، كما أنّ تجنّب اللقاءات الاجتماعيّة نُقلل من إعطاء الرأي والتشاور والاستفادة من خبرات وأفكار الآخرين مما يؤدي إلى ضعف شخصية الفرد، وشعوره بالتوتر عند رؤية الآخرين بسبب اعتياده على التواصل بالعالم الافتراضي، ولعلنا لا ننسى أنّ الكثير من الأشخاص المتواجدون في العالم الافتراضي يتبنون شخصيات لا تُشبه هويتهم ولا تُعبر عن نواتهم؛ لأن العالم الافتراضي لا يوفر قيود للشخص على عكس القيود التي تُوفرها

المجتمعات. اتفقت هذه النتيجة مع دراسة (حسن، 2023)، ودراسة (خالد، 2023)، واختلفت مع دراسة (عبدالوارث، 2021).

4.1.4 عرض نتائج السؤال الرابع ومناقشته: "هل هناك فروق ذات دلالة احصائية ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى انتشار النوموفوبيا لدى طلبة الكليات العلميّة في جامعة مؤتة تُعزى لكل من (الجنس، والسنة الدراسية)؟

للإجابة عن السؤال، تمّ تطبيق تحليل التباين الثنائي المتعدد (Two-way MANOVA) لقياس الفروق الدالة احصائياً في مستوى انتشار النوموفوبيا لدى طلبة الكليات العلميّة في جامعة مؤتة التي تُعزى لمتغيريّ الجنس والسنة الدراسيّة. يُوضح الجدول (25) نتائج ذلك.

الجدول (25)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعياريّة لتقديرات أفراد عينة الدراسة على مقياس النوموفوبيا بأبعاده الأربعة حسب مُتغيري الجنس والسنة الدراسيّة

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	فئات المتغيرات المستقلة	المتغير المستقل	المتغير التابع
0.84	3.68	ذكر	الجنس	الخوف المُعمم
0.87	3.46	أنثى		
0.82	3.50	السنة الدراسيّة الأولى	السنة الدراسيّة	
0.91	3.44	السنة الدراسيّة الثانية		
0.80	3.66	السنة الدراسيّة الثالثة		
0.96	3.57	السنة الدراسيّة الرابعة فأكثر		
0.83	3.52	ذكر	الجنس	استجابة القلق
0.82	3.37	أنثى		لفقد التواصل
0.67	3.42	السنة الدراسيّة الأولى	السنة الدراسيّة	
0.90	3.33	السنة الدراسيّة الثانية		
0.78	3.54	السنة الدراسيّة الثالثة		
0.96	3.39	السنة الدراسيّة الرابعة فأكثر		

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	فئات المتغيرات المستقلة	المتغير المستقل	المتغير التابع
0.96	3.13	ذكر	الجنس	الانشغال الذهني
0.88	2.89	أنثى		بالتهديدات
0.91	2.99	السنة الدراسية الأولى	السنة الدراسية	المتوقعة
1.09	2.87	السنة الدراسية الثانية		
0.77	3.03	السنة الدراسية الثالثة		
0.91	3.05	السنة الدراسية الرابعة فأكثر		
0.77	3.43	ذكر	الجنس	الدافع القهري
0.85	3.10	أنثى		للهاتف الذكي
0.75	3.20	السنة الدراسية الأولى	السنة الدراسية	
0.90	3.12	السنة الدراسية الثانية		
0.74	3.30	السنة الدراسية الثالثة		
0.99	3.29	السنة الدراسية الرابعة فأكثر		
0.76	3.47	ذكر	الجنس	الدرجة الكلية
0.77	3.24	أنثى		
0.72	3.31	السنة الدراسية الأولى	السنة الدراسية	
0.87	3.22	السنة الدراسية الثانية		
0.66	3.42	السنة الدراسية الثالثة		
0.88	3.36	السنة الدراسية الرابعة فأكثر		

يتبين من الجدول (25) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية لاستجابات أفراد عينة الدراسة حول الدرجة الكلية لمقياس النوموفوبيا وأبعاده الأربعة (الخوف المعمم، استجابة القلق لفقد التواصل، الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة، الدافع القهري للهاتف الذكي) تبعاً لمُتغيري (الجنس والسنة الدراسية). تمَّ استخدام تحليل التباين الثنائي المُتعدد (Two-way MANOVA) لتحديد الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين المتوسطات الحسابية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس النوموفوبيا وأبعاده الأربعة (الخوف المعمم، استجابة القلق لفقد التواصل، الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة، الدافع القهري للهاتف الذكي) باستخدام برمجية وحدة

الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS-version 21)، الجدول (26) يُوضح نتائج ذلك.

الجدول (26)

نتائج اختبار تحليل التباين الثنائي المُتعدد للكشف عن الفروق ذات الدلالة على مقياس النوموفوبيا تبعاً لمتغيري (الجنس والسنة الدراسية)

حجم الأثر	قيمة الدلالة الإحصائية	قيمة ف الاحتمالية	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	البُعد
0.015	0.02*	5.25	3.69	1	3.69	الجنس	الخوف المعمم
0.015	0.14	1.84	1.29	3	3.88	السنة الدراسية	
				352	247.41	الخطأ	
				360	4804.48	المجموع المُعدّل	
0.006	0.16	2.01	1.34	1	1.34	الجنس	استجابة القلق لفقد التواصل
0.013	0.19	1.59	1.06	3	3.20	السنة الدراسية	
			0.67	352	235.60	الخطأ	
				359	244.69	المجموع المُعدّل	
0.015	0.02*	5.45	4.45	1	4.45	الجنس	الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة
0.005	0.60	0.62	0.51	3	1.51	السنة الدراسية	
			0.82	352	3505.78	الخطأ	
				359	301.68	المجموع المُعدّل	
0.034	0.001*	12.49	8.23	1	8.23	الجنس	الدافع القهري للهاتف الذكي
0.010	0.32	1.17	0.77	3	2.31	السنة الدراسية	
			0.66	352	231.98	الخطأ	
				359	250.52	المجموع المُعدّل	
0.02	0.01*	6.82	3.88	1	3.88	الجنس	الدرجة الكلية
0.01	0.22	1.47	0.84	3	2.51	السنة الدراسية	
			0.57	352	200.52	الخطأ	
				359	215.94	المجموع المُعدّل	

يُلاحظ من الجدول (26) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لاستجابات أفراد عينة الدراسة حول الدرجة الكلية لمقياس النوموفوبيا وأبعاده الأربعة (الخوف المعمم، استجابة القلق لفقد التواصل، الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة، الدافع القهري للهاتف الذكي) تُعزى لمتغير السنة الدراسية. إضافةً إلى ذلك، يتضح من نتائج الجدول (25) وجود فروق دالة إحصائية

حول الأبعاد (الخوف المُعمم، الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة، الدافع القهري للهاتف الذكي) والدرجة الكلية لمقياس النوموفوبيا تُعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور، بينما لا توجد فروق دالة احصائياً بين المتوسطات الحسابية لاستجابات افراد عينة الدراسة على بُعد استجابة القلق لفقد التواصل تُعزى لمتغير الجنس.

تعزو هذه النتيجة إلى ان الذكور يعتبرون الهواتف جزءاً من هويتهم لذا فهم دائمياً الحرص على حمله باليد تجنباً لفُقدانه، كما أنهم يميلون إلى استخدام الألعاب الالكترونية، والتطبيقات التفاعلية، حيث هناك بعض الألعاب التفاعلية التي يستخدمها غالبية الشباب الذكور والتي تتطلب اتصالاً بالإنترنت واتصال العديد من الأشخاص في وقتٍ واحد، كما اتاحت العديد من التطبيقات ممارسة بعض الرياضات الكترونياً كلعب الشدّة أو الشطرنج، لذا فإن الإناث يميلن بالأكثر إلى استخدام الهاتف من أجل أغراض التسوق، أو متابعة الأخبار، أو تصفُّح شبكات التواصل الاجتماعي، بينما الذكور يستخدمون الهاتف لأغراضٍ كثيرة كمتابعة أخبار الرياضة، وحضور المباريات الرياضية، أو تصفُّح المواقع. اتفقت هذه النتيجة مع دراسة (صادق، 2019)، واختلفت مع دراسة (أبو شيبه والبلهان، 2022)، ودراسة (حسن، 2022)، ودراسة (عبدالوارث، 2020).

2.4 التوصيات

- بناءً على النتائج التي تمّ التوصل إليها، تمّ الخروج بعدة توصياتٍ ومنها:
1. تفعيل الدور التوعويّ من قبل المؤسسات الحكومية، والمُنظمات، ومؤسسات المجتمع المدني لنشر الوعي حول مفهوم النوموفوبيا وآثاره وأسبابه.
 2. تفعيل الدور الوقائيّ للحدّ من انتشار النوموفوبيا بين طلبة الجامعات.
 3. إعداد برامج توعويّة خاصة بالشعور بالوحدة النفسيّة على أن تضمّ هذه البرامج - الآثار السلبية للشعور بالوحدة النفسيّة، وكيفية تجنب الشعور بالوحدة النفسيّة، وكيفية انشاء علاقات اجتماعيّة قوية وصحيّة، وكيفية تطوير الذات-.

4. إعداد برامج تعليمية لتدريب الطلبة على تحسين وتطوير اندماجهم الأكاديمي من خلال الاستعانة بالجوانب التي تمّ تداولها في هذه الدراسة ألا وهي الاندماج السلوكي، والاندماج المعرفي، والاندماج الانفعالي.
5. إعداد دراساتٍ أخرى مُشابهة لهذه الدراسة، ولكن للمُدرسين أو الأطباء أو الممرضين.

المصادر والمراجع

المراجع العربية

البراشدي، حفيظة بنت سليمان بن أحمد (2021). مستويات الإدمان على الهواتف الذكية لدى طلبة جامعة السلطان قابوس وعلاقته ببعض المتغيرات. دراسات نفسية وتربوية، 14(1)، 237-260.

أبوشيبة، قيروان عبدالله، والبلهان، عيسى محمد (2021). العلاقة بين اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول والنوموفوبيا ومستوى التحصيل الأكاديمي لدى طلاب جامعة الكويت. مجلة كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس، 2(5)، 29-65

أبو شندي، يوسف (2015). الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة الزرقاء في الأردن، مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، 13(4)، 180-202.

الجاسر، لولوه مطلق فارس (2018). اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول والنوموفوبيا والتحصيل الدراسي لدى طلبة التعليم الثانوي بدولة الكويت. مجلة البحث العلمي في التربية، 19(591)، 17-611.

الحليمي، هالة محمد سعيد توفيق، والمزيني، أسامة عطية أحمد (2019). النوموفوبيا وعلاقتها بالاغتراب النفسي والقلق الاجتماعي لدى طلبة الجامعات في محافظات قطاع غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة.

الحو، نرمين مصطفى حمزة، ومتولي، شيماء بهيج محمود (2020). أثر توظيف منصة إلكترونية قائمة على استخدام موقع Easy Class لتنمية مهارات إدارة المعرفة الشخصية والاندماج الأكاديمي لدى الطالبة المعلمة كلية الاقتصاد المنزلي، مجلة كلية التربية، 20(1)، 105-179.

الدسوقي، مجدي (1998). مقياس الشعور بالوحدة النفسية. القاهرة، الأنجلو المصرية المؤمني، فواز أيوب، والعكور، شيرين عدنان (2021). الخوف المرضي من فقدان الهاتف النقال النوموفوبيا لدى طلبة جامعة اليرموك. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، 15 (1)، 23-47.

السيد، هدى جمال (2010). النوموفوبيا "رهاب الهواتف الذكية" لدى عينة من الآباء والأمهات وعلاقتها بالأمن النفسي لدى أبنائهم في المرحلة العمرية من 9-12 سنة. مجلة كلية الآداب، جامعة عين شمس، 48، 250-280.

الशल، انشراح محمد (2015). النوموفوبيا في عصر وسائل الاتصالات الرقمية. مجلة بحوث العلاقات العامة بالشرق الأوسط، الجمعية المصرية للعلاقات العامة، 3 (9)، 31-9

الزهراني، نجمة عبدالله محمد (2005). التوافق النفسي-اجتماعي وفق نظرية اريكسون وعلاقته بالتوافق والتحصيل الدراسي لدى عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، كلية التربية، قسم علم النفس

بني مصطفى، منار والشريفين، احمد (2013). الشعور بالوحدة النفسية والامن النفسي والعلاقة بينهما لدى عينة من الطلبة الوافدين في جامعة اليرموك. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، 9(2)، 141-162

حبيب، أمل عبد المنعم (2018). النموذج البنائي بين الانتماء الاجتماعي والاندماج الجامعي والسلوك الاجتماعي لدى طالبات كلية التربية جامعة بيشة. مجلة كلية التربية جامعة كفر الشيخ، 5 (91)، 509-590

حسن، شيماء كمال عبد العليم (2022). النوموفوبيا " الخوف من فقدان الهاتف النقال " وعلاقته بالاندماج الأكاديمي واليقظة العقلية لدى طلبة الجامعة. مجلة الارشاد النفسي، 71(2)، 381-443

حسن، محمد رزق عزة (2023). النموذج البنائي للعلاقات السببية بين اضطراب النوموفوبيا وهوس السيلفي والشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب التعليم الفني. مجلة كلية التربية، بنها، 34(133)، 225-334

جودة، رشا محمد عبدالستار (2021). النوم والرضا عن الحياة والوحدة النفسية كمتغيرات منبئة بإدمان الهواتف الذكية لدى المراهقين. مجلة دراسات عربية، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، 20 (4)، 663-734

خالد، جيهان محمد شفيق عبد الغني (2023). الوحدة النفسية والخلل الاجتماعي كمتغيرات وسيطة في العلاقة بين رهاب فقدان الهاتف الذكي وكل من القلق التفاعلي والاكئاب لدى عينة من المراهقين. *حولية كلية الآداب، 12(4)*، 1-

130

خويطر، وفاء حسين علي (2010). الأمن النفسي والشعور بالوحدة النفسية لدى المرأة الفلسطينية المطلقة والأرملة وعلاقتها ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية-غزة

ردرة، السعيد عبدالصالحين (2016). النوموفوبيا رهاب الهواتف الذكية وعلاقته بالبحث الحسي والقلق الاجتماعي: دراسة استكشافية. *مجلة دراسات نفسية، رابطة الاخصائيين النفسيين المصرية (رانم)*، 26(3)، 361-392.

زهران، حامد عبدالسلام (2005). *التوجيه والإرشاد النفسي ط4*. القاهرة: عالم الكتب.

زهران، سناء حامد (2018). الشعور بالوصمة الذاتية والوحدة النفسية كمنبئات بمستوى الإفصاح عن الذات لدى التلاميذ المودعين بالمؤسسات الإيوائية. *مجلة كلية التربية، جامعة الإسكندرية*، 28(4)، 265-300

زويل، محمد جمال الدين إبراهيم (2023). الاسهام النسبي للعزيمة والذكاء الانفعالي في التنبؤ بالاندماج الأكاديمي لدى الطلاب الوافدين بجامعة الأزهر. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*. 33(120)، 199-266.

سيزنتميهالي، ميهالي (2017). تدفق الإبداع: الاكتشاف والاختراع من منظور علم النفس. (ترجمة جي، سائر بصمة). لبنان: كتاب ناشرون.

عبدالرحمن، حمدي شاكر، وأحمد، هويدا علام (2006). *الصحة النفسية والعلاج النفسي للمرشدين والمعلمين والمتعلمين ط3*. حائل: دار الأندلس للنشر والتوزيع.

عبدالوارث، اسلام حسن محمود (2020). النوموفوبيا وعلاقتها بكل من الشعور بالوحدة النفسية والأداء الأكاديمي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. *مجلة كلية التربية، 30(239)*، 3-281

عبدالوهاب، صوفي (2021). الشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب الجامعة (دراسة ميدانية على طلاب جامعة تلمسان)، مجلة العلوم التربوية والإنسانية، الجزائر، 193(7)، 150-168.

عطالله، مي وطه، نوره والصايم، رانيا (2022). الخصائص السيكومترية لمقياس النوموفوبيا لطلبة الجامعة. مجلة جامعة القصيم للعلوم التربوية والنفسية، 16(10)، 2187-2229.

عفيفي، صفاء علي أحمد (2016). الإسهام النسبي للإبداع الانفعالي واستراتيجيات الدراسة في أبعاد الاندماج الأكاديمي في ضوء النوع والتخصص لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، 40(3)، 62-202.

قشقوش، إبراهيم زكي (1983). خبرة الإحساس بالوحدة النفسية. حولية كلية التربية، جامعة قطر، 2(2)، 187-218.

محمد، علا عبد الرحمن علي (2019). النوموفوبيا وعلاقتها بالسعادة النفسية وتقدير الذات لدى الطالبات الملمات بالطفولة المبكرة بالجامعة. مجلة دراسات الطفولة، 22(84)، 21-32.

محمد، هبة محمود (2019). دور الوحدة النفسية والسعادة الشخصية والاندفاعية وبعض المتغيرات الديموجرافية في التنبؤ بالنوموفوبيا لدى الشباب الجامعي. دراسات نفسية، 29(4)، 761-831.

مسعد، صافيناز أحمد كمال إبراهيم. (2022). النوموفوبيا وعلاقتها بالعوامل الستة للشخصية لدى طلاب الجامعة. مجلة قطاع الدراسات الإنسانية، 30، 1651-1774.

نمر، صبح القيق (2011). الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة كلية الفنون الجميلة بجامعة الأقصى بغزة. مجلة الجامعة الإسلامية، سلسلة الدراسات الإنسانية، 19(1)، 579-618.

هوب، دبرا وريتشارد هيمبرج (2002). الرهاب والقلق الاجتماعي ترجمة: الصبوة، محمد نبيل. في: بارلو، ديفيد (محرر). مرجع إكلينيكي في الاضطرابات النفسية: دليل

علاجي تفصيلي. ترجمة ومراجعة: فرج، صفوت، القاهرة، مكتبة الأنجلو
المصرية

همشري، عمر أحمد محمد. 2019. إدمان استخدام الهواتف الذكية لدى طلبة جامعة
الزرقاء وآثاره السلبية عليهم من وجهة نظرهم . دراسات: العلوم التربوية،
46(1)، 307-325

يعقوب، فتحية (2021). الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية:
دراسة ميدانية على عينة من طلاب وطالبات جامعة الجزائر-2- أبقاسم سعد
الله. دراسات نفسية، 12(1)، 262-278. دراسات نفسية.

يونس، إدريس سلطان صالح (2017). الهواتف الذكية: إمكانات تعليمية تواجه
أخطارها وتستغل إيجابياتها. الوعي الإسلامي، 54 (624)، 43-45.
صادق، مروة صادق أحمد (2019). الإسهام النسبي للنوموفوبيا للتنبؤ بالتسويق
الأكاديمي والعلاقات الأسرية لدى الطلبة المعلمين، مجلة الارشاد النفسي، 58
2(348)، 405-2

- Appleton, J. J., Christenson, S. L., Kim, D., & Reschly, A. L. (2006). Measuring cognitive and psychological engagement: Validation of the Student Engagement Instrument. **Journal of school psychology**, 44(5), 427-445.
- Aslan, S. (2023). Investigation of the relationship between smartphone addiction and social loneliness in high school students. **Vulnerable children and youth studies**, 18(1), 113-123.
- Ahmed, S., Pokhrel, N., Roy, S., & Samuel, A. J. (2019). Impact of nomophobia: A nondrug addiction among students of physiotherapy course using an online cross-sectional survey. **Indian journal of psychiatry**, 61(1), 77-80.
- Alosaimi, F. D., Alyahya, H., Alshahwan, H., Al Mahyijari, N., & Shaik, S. A. (2016). Smartphone addiction among university students in Riyadh, Saudi Arabia. **Saudi medical journal**, 37(6), 675.
- Allport, G. W. (1937). *Personality: A psychological interpretation*.
- Bandura, A. (1977). **Social learning theory. United States of America: A Paramount Communications Company**
- Beck, A., Freeman, A., & Davis, D. (2004). **Cognitive therapy of personality disorders** (second edition). New York: Guilford Press.
- Beidel, D., & Turner, S. (2007). *Shy children, phobic adults: nature and treatment of social anxiety disorder* (Second Edition). Washington: American Psychological Association
- Bekaroğlu, E., & Yılmaz, T. (2020). Nomophobia: Differential diagnosis and treatment. **Psikiyatride Guncel Yaklasimler**, 12(1), 131-142.
- Bhatia, M. S. (2008). Cell Phone Dependence—a new diagnostic entity.
- Bragazzi, N. L., & Del Puente, G. (2014). A proposal for including nomophobia in the new DSM-V. **Psychology research and behavior management**, 155-160.
- Dixit, S., Shukla, H., Bhagwat, A., Bindal, A., Goyal, A., Zaidi, A., & Shrivastava, A. (2010). A study to evaluate mobile phone dependence among students of a medical college and associated hospital of central India. **Indian Journal of Community Medicine: Official Publication of Indian Association of Preventive & Social Medicine**, 35(2), 339- 341
- Fredricks, J. A., Blumenfeld, P. C., & Paris, A. H. (2004). School engagement: Potential of the concept, state of the evidence. **Review of educational research**, 74(1), 59-109.
- Harish, B., & Bharath, J. (2018). Prevalence of nomophobia among the undergraduate medical students of Mandya Institute of Medical Sciences, Mandya. **Journal of Community Medicine & Public Health**, 5(12), 5455–5459

- Joshua O.O., Stephen I.B. (2023), Psychosocial Predictors of Smartphone Addiction Among Nigerian Undergraduates. **African Journal of Social Sciences and Humanities Research**, 6(1), 87- 99
- Jung, C. G. (1913). The theory of psychoanalysis. **The Psychoanalytic Review**, 1(1), 1913-1957.
- Kilinç, A., Çam, C., Ünsal, A., & Arslantaş, D. (2020). Evaluation of nomophobia and loneliness in High School Students in Turkey. **European Journal of Public Health**, 30(Supplement_5), ckaal66-057.
- King, A. L. S., Valença, A. M., & Nardi, A. E. (2010). Nomophobia: The mobile phone in panic disorder with agoraphobia: Reducing phobias or worsening of dependence? **Cognitive and Behavioral Neurology**, 23(1), 52–54.
- Li, X., & Hao, C. (2019). The relationship between parental attachment and mobile phone dependence among Chinese rural adolescents: The role of alexithymia and mindfulness. **Frontiers in psychology**, 10, 448652.
- Mail Online (2008). **Nomophobia is the fear of being out of mobile phone contact – And it's the plague of our 24/7 age**. Retrieved 15.05.14.
- Margalit, M. (2010). **Lonely children and adolescents: Self-perceptions, social exclusion, and hope**. New York: Springer.
- Mir, R., & Akhtar, M. (2020). Effect of nomophobia on the anxiety levels of undergraduate students. **JPMA**, 70(9), 1492-1497.
- Nakamura, J., & Csikszentmihalyi, M. (2014). The concept of flow. In Csikszentmihalyi, M. (Eds.), **Flow and the foundations of positive psychology** (239-263). Dordrecht: Springer
- Ozdemir, B., Cakir, O., & Hussain, I. (2018). Prevalence of Nomophobia among university students: A comparative study of Pakistani and Turkish undergraduate students. **Eurasia Journal of Mathematics, Science and Technology Education**, 14(4), 1519–1532
- Pace, C. R. (1984). **Measuring the Quality of College Student Experiences**. An Account of the Development and Use of the College Student Experiences Questionnaire.
- Park, N., Kim, Y. C., Shon, H. Y., & Shim, H. (2013). Factors influencing smartphone use and dependency in South Korea. **Computers in Human Behavior**, 29(4), 1763-1770.
- Perlman, D., & Peplau, L. A. (1981). **"Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research, and Therapy."**
- Prasad, M., Patthi, B., Singla, A., Gupta, R., Saha, S., Kumar, J. K., ... & Pandita, V. (2017). Nomophobia: A cross-sectional study to assess

- mobile phone usage among dental students. **Journal of clinical and diagnostic research: JCDR**, 11(2), ZC34.
- Reeve, J., & Tseng, C. M. (2011). Agency as a fourth aspect of students' engagement during learning activities. **Contemporary educational psychology**, 36(4), 257-267.
- Rodríguez-García, A. M., Moreno-Guerrero, A. J., & Lopez Belmonte, J. (2020). Nomophobia: An individual's growing fear of being without a smartphone—a systematic literature review. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, 17(2), 580.
- Rogers, C. R. (1961). The loneliness of contemporary man as seen in "The case of Ellen West". **Annals of Psychotherapy**, 3, 22-27.
- Rokach, A. (2004). Loneliness then and now: Reflections on social and emotional alienation in everyday life. **Current Psychology**, 23, 24-40.
- Rosen, L., Carrier, L. M., Miller, A., Rokkum, J., & Ruiz, A. (2016). Sleeping with technology: cognitive, affective, and technology usage predictors of sleep problems among college students. **Sleep health**, 2(1), 49-56.
- Rush, S. (2011). **Problematic use of Smartphones in the workplace: An introductory study**. Master degree in Psychology Central Queensland University. Rockhampton: Australia.
- Salehan, M., & Negahban, A. (2013). Social networking on smartphones: When mobile phones become addictive. **Computers in human behavior**, 29(6), 2632-2639.
- Samaha, M., & Hawi, N. S. (2016). Relationships among smartphone addiction, stress, academic performance, and satisfaction with life. **Computers in human behavior**, 57, 321-325.
- Schou Andreassen, C., & Pallesen, S. (2014). Social network site addiction-an overview. **Current pharmaceutical design**, 20(25), 4053-4061.
- Skinner, B. F. (1953). "Science and Human Behavior." Macmillan
- Sönmez, M., Gürlek Kısacık, Ö., & Eraydın, C. (2021). Correlation between smartphone addiction and loneliness levels in nursing students. **Perspectives in psychiatric care**, 57(1), 82-87.
- 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
- Thoméé, S. (2012). **ICT use and mental health in young adults effects of computer and mobile phone use on stress, sleep disturbances, and symptoms of depression**. Unpublished Master thesis, University of Gothenburg Sweden

- Tinto, V. (2012). **Leaving college: Rethinking the causes and cures of student attrition**. University of Chicago press.
- Veiga, F. H. (2016). Assessing student Engagement in School: Development and validation of a four-dimensional scale. **Procedia-Social and Behavioral Sciences**, 217, 813-819.
- Victoria, M., Torrejón, H., Molina, L., & Manchego, L. (2020). Nomophobia in university students. **International Journal of Early Childhood Special Education**, 12(1), 488-495.
- Williams, K. D. (2001). **"Social and Psychological Isolation: Introduction to Interactive Psychology"**
- Yildirim, C., & Correia, A. P. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: Development and validation of a self-reported questionnaire. **Computers in human behavior**, 49, 130-137.
- Yildirim, C. (2014). **Exploring the dimensions of nomophobia: Developing and validating a questionnaire using mixed methods research** (Doctoral dissertation, Iowa State University).

الملاحق

الملحق (أ)
قائمة أعضاء لجنة التحكيم

أسماء لجنة المحكمين لأداة الدراسة

اسم الجامعة/ المؤسسة	الرتبة	التخصص	الاسم
جامعة مؤتة	أستاذ	الإرشاد النفسي والتربوي	محمد السفاسفة
جامعة مؤتة	أستاذ	علم النفس	صبري الطراونة
جامعة مؤتة	أستاذ	علم النفس	فؤاد الطلافحة
جامعة مؤتة	أستاذ	الإرشاد النفسي والتربوي	أحمد أبو سعد
جامعة مؤتة	أستاذ	الإرشاد النفسي والتربوي	أحمد عربيات
جامعة مؤتة	أستاذ مشارك	الإرشاد النفسي والتربوي	أنس الضلاعين
جامعة مؤتة	أستاذ مشارك	الإرشاد النفسي والتربوي	لمياء الهواري
جامعة مؤتة	أستاذ مشارك	الإرشاد النفسي والتربوي	صهيب التخاينة
جامعة مؤتة	أستاذ مساعد	الإرشاد النفسي والتربوي	ايااد الحوارنة
جامعة مؤتة	أستاذ مساعد	الإرشاد النفسي والتربوي	شذى المجالي

الملحق (ب)
الاستبانة بصورتها الأولى



جامعة مؤتة
كلية العلوم التربوية
قسم الإرشاد والتربية الخاصة

بسم الله الرحمن الرحيم

أخي الفاضل/ أختي الفاضلة
تحية طيبة وبعد..

تقوم الباحثة بإجراء دراسة تهدف إلى استقصاء "درجة اسهام النوموفوبيا بالاندماج الأكاديمي والشعور بالوحدة لدى عدد من طلبة الكليات العلميّة في جامعة مؤتة" في ضوء بعض المتغيرات، استكمالاً للحصول على متطلبات درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي من جامعة مؤتة.

يُرجى منكم قراءة التعليمات الواردة للإجابة عن فقرات الاستبانة، شاكرين لكم حسن تعاونكم ومقدرين دعمكم في تشجيع البحث العلمي، ومؤكدين لكم بأنّ كافة المعلومات ستُعامل بسريّة تامّة ولن يتم استخدامها إلا لأغراض البحث العلمي فقط.

وتفضّلوا بقبول فائق الاحترام.

الباحثة: مروة الشواورة.

1. المتغيرات الديموغرافية

الجنس			
■ أنثى		■ ذكر	
السنة الدراسية			
■ السنة الرابعة	■ السنة الثالثة	■ السنة الثانية	■ السنة الأولى
فأكثر			

2. الاستبانة

النوموفوبيا

البُعد الأول: الخوف المعمم

درجة الموافقة					الفقرة	رقم الفقرة
لا أوافق بشدة	لا أوافق	أوافق بدرجة متوسطة	أوافق	أوافق بشدة		
1	2	3	4	5		
					عندما أفقد هاتفي الذكي اشعر بالملل وكأنه ينقصني شيء	1.
					أقلق لو نفذ رصيدي أو نفذت بيانات الإنترنت في هاتفي.	2.
					أول ما أفعله في بداية يومي هو تفقد هاتفي.	3.
					لو فقدت هاتفي الذكي اشعر بالضياح.	4.
					اظل استخدم هاتفي ليلاً إلى أن يغلبني النعاس.	5.
					اتضايق عندما أكون مضطراً لإغلاق هاتفي.	6.
					احتفظ بالشاحن معي خوفاً من نفاذ شحن البطارية.	7.
					أكون عصيباً عند نسيان هاتفي بالمنزل، خشية ان يتصل بي أحدهم ولم يجديني.	8.
					في حال فقدان الاتصال بالـ WIFI أسرع بتشغيل بيانات الهاتف.	9.

البُعد الثاني: استجابة القلق لفقد التواصل

درجة الموافقة					الفقرة	رقم الفقرة
لا أوافق بشدة	لا أوافق	أوافق بدرجة متوسطة	أوافق	أوافق بشدة		
1	2	3	4	5		
					أقلق لو فقدت هاتفي لأنني لا أتمكن من الاتصال بأسرتي واصدقائي.	1.

					2. لو فقدت هاتفي أكون عصبياً لأنني لن استقبل الرسائل النصية والمكالمات.
					3. لو فقدت هاتفي أكون متوتراً لأن أسرتي وأصدقائي قد لا يستطيعون الوصول إلي.
					4. انزعج لو فشلت في استخدام تطبيقات هاتفي الذكي.
					5. لو لم أفحص هاتفي لبعض الوقت أجد لدي رغبة ملحة تدفعني لفعل ذلك.
					6. لو لم أستطيع استخدام هاتفي بسبب مشكلة ما أشعر بالخوف لأنني أفقد التواصل مع الأصدقاء

البُعد الثالث: الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة

درجة الموافقة					الفقرة	رقم الفقرة
لا أوافق بشدة	لا أوافق	أوافق بدرجة متوسطة	أوافق	أوافق بشدة		
1	2	3	4	5		
					1. أفكر كثيراً في الهاتف الذكي حتى لو لم يكن في متناول يدي.	
					2. لو فقدت الهاتف أشعر بأني شخص غريب لأنني لا أدري ماذا أفعل.	
					3. لو فقدت هاتفي لن ارتاح؛ لأنني لن اتلقى اشعارات الاتصالات/أو اشعارات تحديث بياناتي على الانترنت.	
					4. لو فقدت هاتفي أكون عصبياً لأنني سأفقد وجودي على الانترنت.	
					5. تعلقي بالهاتف حد من تواصلني مع أصدقائي وجهاً لوجه.	
					6. لو لم أتمكن من متابعة الأحداث (الأخبار، الطقس، الرياضة) في هاتفي أكون شخصاً	

					عصبيًا.	
البُعد الرابع: الدافع القهري للهاتف الذكي						
درجة الموافقة					الفقرة	رقم الفقرة
لا أوافق بشدة 1	لا أوافق 2	أوافق بدرجة متوسطة 3	أوافق 4	أوافق بشدة 5		
					استخدم الهاتف الذكي بكثرة دون سبب محدد.	1.
					أنا شغوف بتفقد اخبار المشاهير والأصدقاء والاقارب على مواقع التواصل الاجتماعي.	2.
					لو فقدت هاتفي أشعر بالقلق لأنني سأفقد وسيلة اتصال سريعة بأسرتي واصدقائي.	3.
					لو فقدت هاتفي أشعر بعدم الراحة لأنني سأفقد مشاركتي في وسائل التواصل الاجتماعي.	4.
					اعتقد ان استخدامي لهاتفي يحسن من حالتي المزاجية.	5.

الوحدة النفسية

درجة الموافقة					الفقرة	رقم الفقرة
لا أوافق بشدة	لا أوافق	أوافق بدرجة متوسطة	أوافق	أوافق بشدة		
1	2	3	4	5		
					أتمنى أن يوجد في أسرتي من أستطيع الاعتماد عليه.	1.
					افتقر لوجود أصدقاء يشاركوني وجهات نظري.	2.
					أتمنى أن يكون في أسرتي من اشعر بأنني قريب منه.	3.
					ما هو مهم لي لا يبدو مهمًا للناس الذين اعرفهم.	4.
					أتمنى لو كانت اسرتي أكثر اهتمامًا بسعادتي.	5.
					يفهم أصدقائي تحركاتي وطريقة تفكيري.	*6.
					يوجد أناس أستطيع التحدث معهم عن مشكلاتي الخاصة.	*7.
					من هم حولي لا يشاركونني اهتماماتي وافكاري.	8.
					لا أحد يعرفني جيدًا.	9.
					الناس حولي ولكنهم ليسوا معي.	10.
					هناك أناس يفهمونني جيدًا.	*11.
					انا غير راضٍ عن أصدقائي.	13.
					صداقاتي سطحية.	14.
					ليس لدي علاقات صداقة مع الآخرين.	*16.
					يوجد أناس يمكنني اللجوء إليهم.	*17.
					اتجنب المواجهة مع أفراد أسرتي بقدر الإمكان.	18.
					اعتقد أنني أنتمي إلى مكان دراستي.	*19.

					20.* تحترم أسرتي رأبي في المواقف التي تتطلب اتخاذ القرارات.
					21.* أحب أصدقائي الذين أقضي وقتي معهم.
					22. الآخرين لا يطيقونني.
					23. أعتقد أن علاقاتي بالآخرين بلا معنى.
					24. أجد صعوبة في الاندماج مع المحيطين.

الاندماج الأكاديمي

البُعد الأول: الاندماج السلوكي

درجة الموافقة					الفقرة	رقم الفقرة
لا أوافق بشدة 1	لا أوافق 2	أوافق بدرجة متوسطة 3	أوافق 4	أوافق بشدة 5		
					1. أكمل الواجبات المطلوبة مني في الوقت المحدد.	
					2. أتبع القواعد والتعليمات داخل الجامعة.	
					3. لا أتورط في المشكلات داخل الجامعة.	
					4. أكون منتبهاً جيداً داخل القاعة الجامعية.	
					5. أبذل قصارى جهدي في الجامعة.	
					6. عندما يتحدث المُدرّس الأكاديمي عن موضوع جديد، استمع إليه جيداً.	
					7. أتغيب عن المحاضرة أثناء تواجدي في الجامعة.	
					8. أتغيب عن الجامعة دون سبب وجيه.	
					9. أنا فظ بالتعامل مع المُدرّسين الجامعيين.	

البُعد الثاني: الاندماج الانفعالي

درجة الموافقة					الفقرة	رقم الفقرة
لا أوافق بشدة 1	لا أوافق 2	أوافق بدرجة متوسطة 3	أوافق 4	أوافق بشدة 5		
					أظهر الفضول تجاه ما نتعلمه خلال المحاضرات الجامعية.	1.
					أنا استمتع بتعلم أشياء جديدة خلال دراستي الجامعية.	2.
					الجامعة تُعتبر مكان ممتع بالنسبة لي.	3.
					أظهر الاهتمام عندما نعمل على شيء ما في المادة الدراسية.	4.
					أنا نشيط ومتحمس دائماً في الجامعة.	5.
					الجامعة هي المكان الذي يمكنني من خلاله تكوين صداقات بسهولة.	6.
					الجامعة هي المكان الذي أشعر فيه بأنني مُستبعد.	7.*

البُعد الثالث: الاندماج المعرفي

درجة الموافقة					الفقرة	رقم الفقرة
لا أوافق بشدة 1	لا أوافق 2	أوافق بدرجة متوسطة 3	أوافق 4	أوافق بشدة 5		
					قبل أن أبدأ الدراسة، أفكر فيما أريد إنجازه	1.
					أقوم بتكوين الأمثلة الخاصة بي لمساعدتي في فهم المفاهيم المهمة التي أدرسها	2.

					3. إذا صَعِبَ عليّ فهم المادة الدراسيّة التي أدرسها، أقوم بتغيير الطريقة التي أدرس بها.
					4. عندما أدرس، أحاول ربط ما أتعلمه بتجاربتي الخاصة
					5. أثناء دراستي، أتابع مدى فهمي، وليس فقط ما إذا كنت أحصل على الإجابات الصحيحة.
					6. أقوم بالدراسة في المنزل حتى ان لم يكن لدي امتحان.
					7. إذا كنت لا أفهم ما أقرأه، أُعيد قراءته من جديد.
					8. أقرأ كتبًا إضافية لمعرفة المزيد عن الأشياء التي نقوم بها في الجامعة.
					9. أتحدث مع الناس في الخارج حول ما أتعلمه في الجامعة.
					10. أقضي وقت فراغي في البحث عن المعلومات حول المواضيع التي نُوقشت في المحاضرات الجامعية

الملحق (ج)
نموذج لجنة التحكيم



جامعة مؤتة

كلية العلوم التربوية

قسم الإرشاد والتربية الخاصة

بسم الله الرحمن الرحيم

أخي الفاضل/ أختي الفاضلة

تحية طيبة وبعد..

تقوم الباحثة بإجراء دراسة تهدف إلى استقصاء "درجة اسهام النوموفوبيا بالاندماج الأكاديمي والشعور بالوحدة لدى عدد من طلبة الكليات العلميّة في جامعة مؤتة"، استكمالاً للحصول على متطلبات درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي من جامعة مؤتة، حيث تمّ استخدام ثلاثة مقاييس رئيسية بعد مراجعة الدراسات السابقة ذات العلاقة بموضوع الدراسة الحاليّة: مقياس النوموفوبيا ويتكون من أربعة محاورٍ رئيسية (الخوف المعمم، استجابة القلق لفقد التواصل، الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة، الدافع القهري للهاتف الذكي)، مقياس الوحدة النفسيّة، ومقياس الاندماج الأكاديمي ويتكون من ثلاثة محاورٍ رئيسية (الاندماج السلوكي، الاندماج الانفعالي، والاندماج المعرفي)، وبما أنكم من ذوي الخبرة والاختصاص في المجال، أضع بين أيديكم هذا المقياس راجيةً إبداء ملاحظتكم بشأن صلاحية الفقرات من حيث صياغتها اللغويّة، ومدى ملاءمتها لموضوع الدراسة، حذف أو إضافة أو تعديل ما ترونه مناسباً من الفقرات، وإجراء التعديلات اللازمة.

علمًا أن المقياس المُستخدم للإجابة على الفقرات هو مقياس ليكرت الخماسي (أوافق بشدة، أوافق، أوافق بدرجة متوسطة، لا أوافق، لا أوافق بشدة)، وأنّ الفقرات السلبية بالنسبة لكل مقياس من من المقاييس مُشار لها ب (*).

وتفضّلوا بقبول فائق الاحترام.

الباحثة: مروة الشواورة.

▪ القسم الأول: المتغيرات الديموغرافية

النوع الاجتماعي			
▪ أنثى	▪ ذكر		
السنة الدراسية			
▪ السنة الرابعة فأكثر	▪ السنة الثالثة	▪ السنة الثانية	▪ السنة الأولى

النوموفوبيا: مجموعة من المؤشرات السلوكية تظهر على الشخص نتيجة فقدان الاتصال، أو نسيان، أو تعطل الهاتف المحمول/أو أي وسيلة اتصال افتراضية مما قد يتسبب بحالة من عدم الارتياح والعصبية والقلق.

المحور الأول: الخوف المعمم									
ملاحظات	اتجاه الفقرة		وضوح الصياغة اللغوية		انتماء الفقرة للمحور الرئيس		انتماء الفقرة لموضوع الدراسة		رقم الفقرة
	إيجابي	سلبي	لا	نعم	لا	نعم	لا	نعم	
									1. عندما أفقد هاتفي الذكي اشعر بالملل وكأنه ينقصني شيء
									2. أقلق لو نفذ رصيدي أو نفذت بيانات الإنترنت في هاتفي.
									3. أول ما أفعله في بداية يومي هو تفقد هاتفي.
									4. لو فقدت هاتفي الذكي اشعر بالضيق.
									5. اظل استخدم هاتفي ليلاً إلى أن يغلبني النعاس.
									6. اتضايق عندما أكون مضطراً لإغلاق هاتفي.
									7. احتفظ بالشاحن معي خوفاً من نفاذ شحن البطارية.
									8. أكون عصبياً عند نسيان هاتفي بالمنزل، خشية ان يتصل بي أحدهم ولم يجدني.
									9. في حال فقدان الاتصال بالـ WIFI أسارع بتشغيل بيانات الهاتف.

المحور الثاني: استجابة القلق لفقد التواصل

ملاحظات	اتجاه الفقرة		وضوح الصياغة اللغوية		انتماء الفقرة للمحور الرئيس		انتماء الفقرة لموضوع الدراسة		الفقرة	رقم الفقرة
	إيجابي	سلبي	لا	نعم	لا	نعم	لا	نعم		
									أقلق لو فقدت هاتفي لأنني لا أتمكن من الاتصال بأسرتي واصدقائي.	1.
									لو فقدت هاتفي أكون عصبياً لأنني لن استقبل الرسائل النصية والمكالمات.	2.
									لو فقدت هاتفي أكون متوتراً لأن أسرتي وأصدقائي قد لا يستطيعون الوصول إلي.	3.
									انزعج لو فشلت في استخدام تطبيقات هاتفي الذكي.	4.
									لو لم أفحص هاتفي لبعض الوقت أجد لدي رغبة ملحة تدفعني لفعل ذلك.	5.
									لو لم أستطيع استخدام هاتفي بسبب مشكلة ما أشعر بالخوف لأنني أفقد التواصل مع الأصدقاء	6.

المحور الثالث: الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة

									أفكر كثيراً في الهاتف الذكي حتى لو لم يكن في متناول يدي.	1.
									لو فقدت الهاتف أشعر بأني شخص غريب لأنني لا أدري ماذا أفعل.	2.
									لو فقدت هاتفي لن ارتاح؛ لأنني لن اتلقى اشعارات الاتصالات/أو اشعارات تحديث بياناتي على الانترنت.	3.

									4. لو فقدت هاتفي أكون عصبيًا لأنني سأفقد وجودي على الانترنت.
									5. تعلقي بالهاتف حد من تواصلني مع أصدقائي وجهًا لوجه.
									6. لو لم أتمكن من متابعة الأحداث (الأخبار، الطقس، الرياضة) في هاتفي أكون شخصًا عصبيًا.

المحور الرابع: الدافع القهري للهاتف الذكي

ملاحظات	اتجاه الفقرة		وضوح الصياغة اللغوية		انتماء الفقرة للمحور الرئيس		انتماء الفقرة لموضوع الدراسة		الفقرة	رقم الفقرة
	إيجابي	سلبي	لا	نعم	لا	نعم	لا	نعم		
									استخدم الهاتف الذكي بكثرة دون سبب محدد.	1.
									أنا شغوف بتفقد اخبار المشاهير والأصدقاء والاقارب على مواقع التواصل الاجتماعي.	2.
									لو فقدت هاتفي أشعر بالقلق لأنني سأفقد وسيلة اتصال سريعة بأسرتي واصدقائي.	3.
									لو فقدت هاتفي أشعر بعدم الراحة لأنني سأفقد مشاركتي في وسائل التواصل الاجتماعي.	4.
									اعتقد ان استخدامي لهاتفي يحسن من حالتي المزاجية.	5.

الاندماج الأكاديمي: المشاركة السلوكية، والانفعالية، والمعرفية، للطالب والتي تتم من خلال بذل الجهد والمثابرة للمشاركة بفاعلية في الأنشطة التعليمية، وممارسة سلوكيات إيجابية داخل الحرم الجامعي، وتكوين طاقة انفعالية تجاه الزملاء، والعملية التعليمية، والمُدرسين.

النُعد الأول: الاندماج السلوكي									
ملاحظات	اتجاه الفقرة		وضوح الصياغة اللغوية		انتماء الفقرة للمحور الرئيس		انتماء الفقرة لموضوع الدراسة		الرقم الفقرة
	إيجابي	سلبي	لا	نعم	لا	نعم	لا	نعم	
									1.
									أُكمل الواجبات المطلوبة مني في الوقت المحدد.
									2.
									أتَّبَع القواعد والتعليمات داخل الجامعة.
									3.
									أحرص على عدم تورطي في المشكلات داخل الجامعة.
									4.
									أكون منتبهاً جيداً داخل القاعة الجامعية.
									5.
									أبذل قصارى جهدي في الجامعة.
									6.
									عندما يتحدث المُدرِّس الأكاديمي عن موضوع جديد، استمع إليه جيداً.
									*7.
									أَتَغَيَّب عن المحاضرة أثناء تواجدي في الجامعة.
									*8.
									أَتَغَيَّب عن الجامعة دون سبب وجيه.
									*9.
									أنا فظ بالتعامل مع المُدرِّسين الجامعيين.

البُعد الثاني: الاندماج الانفعالي									
ملاحظات	اتجاه الفقرة		وضوح الصياغة اللغوية		انتماء الفقرة للمحور الرئيس		انتماء الفقرة لموضوع الدراسة		رقم الفقرة
	إيجابي	سلبي	لا	نعم	لا	نعم	لا	نعم	
									2.
									أظهر الفضول تجاه ما نتعلمه خلال المحاضرات الجامعية.
									3.
									أنا استمتع بتعلم أشياء جديدة خلال دراستي الجامعية.
									4.
									الجامعة تُعتبر مكان ممتع بالنسبة لي.
									5.
									أظهر الاهتمام عندما نعمل على شيء ما في المادة الدراسية.
									6.
									أنا نشيط ومتحمس دائماً في الجامعة.
									7.
									الجامعة هي المكان الذي يمكنني من خلاله تكوين صداقات بسهولة.
									8.*
									الجامعة هي المكان الذي أشعر فيه بأنني مُستبعد.

البُعد الثالث: الاندماج المعرفي									
ملاحظات	اتجاه الفقرة		وضوح الصياغة اللغوية		انتماء الفقرة للمحور الرئيس		انتماء الفقرة لموضوع الدراسة		رقم الفقرة
	إيجابي	سلبي	لا	نعم	لا	نعم	لا	نعم	
									1.
									قبل أن أبدأ الدراسة، أفكر فيما أريد إنجازه
									2.
									أقوم بتكوين الأمثلة الخاصة بي لمساعدتي في فهم المفاهيم المهمة التي أدرسها
									3.
									إذا صعب علي فهم المادة الدراسية التي أدرسها، أقوم بتغيير الطريقة التي أدرس بها.
									4.
									عندما أدرس، أحاول ربط ما أتعلمه بتجاري الخاصة

									أثناء دراستي، أتابع مدى فهمي، وليس فقط ما إذا كنت أحصل على الإجابات الصحيحة.	5.
									أقوم بالدراسة في المنزل حتى ان لم يُكن لدي امتحان.	6.
									إذا كنت لا أفهم ما اقرأه، أُعيد قراءته من جديد.	7.
									أقرأ كتبًا إضافية لمعرفة المزيد عن الأشياء التي نقوم بها في الجامعة.	8.
									أتحدث مع الناس في الخارج حول ما أتعلمه في الجامعة.	9.
									أقضي وقت فراغي في البحث عن المعلومات حول المواضيع التي نُوقشت في المحاضرات الجامعية	10.

الوحدة النفسية: هي حالة نفسية تُصيب الفرد، وتحدُّ من قدرته على إنشاء علاقات اجتماعية وعاطفية سليمة، مما يتسبب بحالة من الانعزال والإهمال من قبل الآخرين.

رقم الفقرة	الفقرة	انتماء الفقرة لموضوع الدراسة		انتماء الفقرة للمحور الرئيس		وضوح الصياغة اللغوية		اتجاه الفقرة		ملاحظات
		لا	نعم	لا	نعم	لا	نعم	سلبى	إيجابى	
1.	أتمنى أن يوجد في أسرتي من أستطيع الاعتماد عليه.									
2.	افتقر لوجود أصدقاء يشاركوني وجهات نظري.									
3.	أتمنى أن يكون في أسرتي من اشعر بأنني قريب منه.									
4.	ما هو مهم لي لا يبدو مهمًا للناس الذين اعرفهم.									
5.	أتمنى لو كانت اسرتي أكثر اهتمامًا بسعادتي.									
*6.	يفهم أصدقائي تحركاتي وطريقة تفكيري.									
*7.	يوجد أناس أستطيع التحدث معهم عن مشكلاتي الخاصة.									
8.	من هم حولي لا يشاركونني اهتماماتي وافكاري.									
9.	لا أحد يعرفني جيدًا.									
10.	الناس حولي ولكنهم ليسوا معي.									
11.	هناك أناس يفهمونني جيدًا.									
12.	بقدر الإمكان اتجنب المواجهة مع افراد اسرتي.									
13.	انا غير راضٍ عن أصدقائي.									
14.	صداقاتي سطحية.									
*15.	يوجد أناس يمكنني اللجوء إليهم.									

									ليس لدي علاقات صداقة مع الآخرين.	*16.
									يوجد أناس يمكنني اللجوء إليهم.	*17.
									أتجنب المواجهة مع أفراد أسرتي بقدر الإمكان.	18.
									اعتقد أنني أنتمي إلى مكان دراستي.	*19.
									تحترم أسرتي رأبي في المواقف التي تتطلب اتخاذ القرارات.	*20.
									أحب أصدقائي الذين أفضي وقتي معهم.	*21.
									الآخرين لا يطيقونني.	22.
									أعتقد أن علاقاتي بالآخرين بلا معنى.	23.
									أجد صعوبة في الاندماج مع المحيطين.	24.

الملحق (د)
الاستبانة بصورتها النهائيّة



جامعة مؤتة
كلية العلوم التربوية
قسم الإرشاد والتربية الخاصة

بسم الله الرحمن الرحيم

أخي الفاضل/ أختي الفاضلة
تحية طيبة وبعد..

تقوم الباحثة بإجراء دراسة تهدف إلى استقصاء "درجة اسهام النوموفوبيا بالاندماج الأكاديمي والشعور بالوحدة لدى عدد من طلبة الكليات العلميّة في جامعة مؤتة" في ضوء بعض المتغيرات، استكمالاً للحصول على متطلبات درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي من جامعة مؤتة.

يُرجى منكم قراءة التعليمات الواردة للإجابة عن فقرات الاستبانة، شاكرين لكم حسن تعاونكم ومقدرين دعمكم في تشجيع البحث العلمي، ومؤكدين لكم بأنّ كافة المعلومات ستُعامل بسريّة تامّة، ولن يتم استخدامها إلا لأغراض البحث العلمي فقط.

وتفضّلوا بقبول فائق الاحترام.

الباحثة: مروة الشاورة.

3. المتغيرات الديموغرافية

الجنس			
■ أنثى		■ ذكر	
السنة الدراسية			
■ السنة الرابعة فأكثر	■ السنة الثالثة	■ السنة الثانية	■ السنة الأولى

4. الاستبانة

النوموفوبيا

النُعد الأول: الخوف المعمم

درجة الموافقة					الفقرة	رقم الفقرة
لا أوافق بشدة 1	لا أوافق 2	أوافق بدرجة متوسطة 3	أوافق 4	أوافق بشدة 5		
					أشعر بالملل عندما أفقد هاتفي الذكي وكأنه ينقصني شيء	1.
					أصاب بالقلق لو نفذت بيانات الإنترنت في هاتفي.	2.
					أتقعد هاتفي أول ما أفعله في بداية يومي.	3.
					أشعر بالضيق عند فقدان هاتفي الذكي.	4.
					أطيل استخدام هاتفي لئلا إلى أن يغلبني النعاس.	5.
					أضايق عندما أكون مضطراً لإغلاق هاتفي.	6.
					أحتفظ بالشاحن معي خوفاً من نفاذ شحن البطارية.	7.
					أكون عصبياً عند نسيان هاتفي بالمنزل، خشية أن يتصل بي أحدهم ولم يجدي.	8.
					أسارع بتشغيل بيانات الهاتف في حال فقدان الاتصال بالـ WIFI	9.

النُعد الثاني: استجابة القلق لفقد التواصل

درجة الموافقة					الفقرة	رقم الفقرة
لا أوافق بشدة 1	لا أوافق 2	أوافق بدرجة متوسطة 3	أوافق 4	أوافق بشدة 5		
					أقلق لو فقدت هاتفي لأنني لا أتمكن من الاتصال بأسرتي واصدقائي.	1.

					2. أكون عصبياً لو فقدت هاتفي؛ لأنني لن أستقبل الرسائل النصية والمكالمات.
					3. أكون متوتراً لو فقدت هاتفي لأن أسرتي وأصدقائي قد لا يستطيعون الوصول إليّ.
					4. أزعج لو فشلت في استخدام تطبيقات هاتفي الذكيّ.
					5. أجد لدي رغبة ملحة تدفعني لتفقد هاتفي، لو لم أفحص هاتفي لبعض الوقت
					6. أشعر بالخوف بأن أفقد التواصل مع الأصدقاء، لو لم أستطيع استخدام هاتفي بسبب مشكلة ما.

البُعد الثالث: الانشغال الذهني بالتهديدات المتوقعة

درجة الموافقة					الفقرة	رقم الفقرة
لا أوافق بشدة	لا أوافق	أوافق بدرجة متوسطة	أوافق	أوافق بشدة		
1	2	3	4	5		
					1. أفكر في الهاتف الذكي حتى لو لم يكن في متناول يدي.	
					2. أشعر بأنني شخص غريب لو فقدت الهاتف؛ لأنني لا أدري ماذا أفعل.	
					3. أشعر بعدم الارتياح لو فقدت هاتفي؛ لأنني لن أتلقى إشعارات الاتصالات/أو إشعارات تحديث بياناتي على الإنترنت.	
					4. أكون عصبياً لو فقدت هاتفي؛ لأنني سأفقد وجودي على الانترنت.	
					5. يحدّ تعلقي بالهاتف من تواصلتي مع أصدقائي وجهاً لوجه.	
					6. أكون شخصاً عصبياً لو لم أتمكن من متابعة الأحداث (الأخبار، الطقس، الرياضة) من خلال هاتفي.	

الْبُعد الرابع: الدافع القهري للهاتف الذكي

درجة الموافقة					الفقرة	رقم الفقرة
لا أوافق بشدة	لا أوافق	أوافق بدرجة متوسطة	أوافق	أوافق بشدة		
1	2	3	4	5		
					أميل إلى استخدام الهاتف الذكي دون حاجة ملحة.	1.
					أشعر بالشغف بتتقد أخبار المشاهير والأصدقاء والاقارب على مواقع التواصل الاجتماعي.	2.
					أشعر بالقلق لو فقدت هاتفي؛ لأنني سأفقد وسيلة اتصال سريعة بأسرتي وأصدقائي.	3.
					أشعر بالتوتر لو فقدت هاتفي؛ لأنني سأفقد مشاركتي في وسائل التواصل الاجتماعي.	4.
					استخدام الهاتف الذكي يُحسن من حالتي المزاجية.	5.

الوحدة النفسية

درجة الموافقة					الفقرة	رقم الفقرة
لا أوافق بشدة	لا أوافق	أوافق بدرجة متوسطة	أوافق	أوافق بشدة		
1	2	3	4	5		
					أتمنى أن يوجد في أسرتي من أستطيع الاعتماد عليه.	1.
					افتقر لوجود أصدقاء يشاركوني وجهات نظري.	2.
					أتمنى أن يكون في أسرتي من أشعر بأنني قريب منه.	3.
					أجد أن ما هو مهم لي لا يبدو مهمًا للناس الذين أعرفهم.	4.
					أتمنى لو كانت اسرتي أكثر اهتمامًا بسعادتي.	5.
					يفهم أصدقائي تحركاتي وطريقة تفكيري.	*6.
					أستطيع التحدث مع بعض الأشخاص عن مشكلاتي الخاصة.	*7.
					أجد أنّ من هم حولي لا يشاركوني اهتماماتي وأفكاري.	8.
					أشعر أنّ لا أحد يعرفني جيدًا.	9.
					أشعر أنّ من حولي ليسوا معي، وإن كانوا حولي.	10.
					أجد أنّ هناك أناس يفهمونني جيدًا.	*11.
					أشعر بعدم الرضا عن أصدقائي.	13.
					أجد أنّ صداقاتي سطحية.	14.
					أجد أنّه ليس لدي علاقات صداقة قويّة مع الآخرين.	*16.
					يوجد أناس يمكنني اللجوء إليهم.	*17.

					18. أتجنب المواجهة مع أفراد أسرتي بقدر الإمكان.
					*19. أعتقد أنني أنتمي إلى مكان دراستي.
					*20. تحترم أسرتي رأبي في المواقف التي تتطلب اتخاذ القرارات.
					*21. أحب أصدقائي الذين أقضي وقتي معهم.
					22. أشعر أن الآخرين لا يطيعونني.
					23. أعتقد أن علاقاتي بالآخرين بلا معنى.
					24. أجد صعوبة في الاندماج مع المحيطين.

الاندماج الأكاديمي

البُعد الأول: الاندماج السلوكي

درجة الموافقة					الفقرة	رقم الفقرة
لا أوافق بشدة 1	لا أوافق 2	أوافق بدرجة متوسطة 3	أوافق 4	أوافق بشدة 5		
					أحاول اكمال الواجبات المطلوبة مني في الوقت المحدد.	1.
					أتبع القواعد والتعليمات داخل الجامعة.	2.
					ابتعد عن التورط في المشكلات داخل الجامعة.	3.
					انتبه جيدًا داخل القاعة الجامعية.	4.
					أبذل قصارى جُهد في الجامعة.	5.
					استمع جيدًا للمُدرس الأكاديمي عندما يتحدث عن موضوع جديد.	6.
					أَتغيب عن المحاضرة أثناء تواجدي في الجامعة.	7.
					أَتغيب عن الجامعة دون سبب وجيه.	8.
					أَتعامل بفضاضة مع المُدرسين الجامعيين.	9.

البُعد الثاني: الاندماج الانفعالي

درجة الموافقة					الفقرة	رقم الفقرة
لا أوافق بشدة 1	لا أوافق 2	أوافق بدرجة متوسطة 3	أوافق 4	أوافق بشدة 5		
					أظهر الفضول تجاه ما نتعلمه خلال المحاضرات الجامعية.	2.

					استمتع بتعلم أشياء جديدة خلال دراستي الجامعية.	3.
					أجد أنّ الجامعة مكان ممتع بالنسبة لي.	4.
					أظهر الاهتمام عندما نعمل على شيء ما في المادة الدراسية.	5.
					أجد نفسي نشيط ومتحمس دائماً في الجامعة.	6.
					أجد أنّ الجامعة هي المكان الذي يمكنني من خلاله تكوين صداقات بسهولة.	7.
					أشعر أنّ الجامعة هي المكان الذي أجد فيه بأني مُستبعد.	*8.

البُعد الثالث: الاندماج المعرفي

درجة الموافقة					رقم الفقرة
لا أوافق بشدة	لا أوافق	أوافق بدرجة متوسطة	أوافق	أوافق بشدة	
1	2	3	4	5	
					1. أفكر فيما أريد إنجازه، قبل أن أبدأ الدراسة.
					2. أقوم بتكوين الأمثلة الخاصة بي لمساعدتي في فهم المفاهيم المهمة التي أدرسها
					3. أحاول تغيير الطريقة التي أدرس به، إذا صعب علي فهم المادة الدراسية التي أدرسها،
					4. أحاول ربط ما أتعلمه بتجاربي الخاصة عندما أدرس.
					5. أتابع مدى فهمي أثناء دراستي، وليس فقط ما إذا كنت أحصل على الإجابات الصحيحة.
					6. أقوم بالدراسة في المنزل حتى ان لم يكن لدي امتحان.

					7. أعيد القراءة من جديد، إذا كنت لا أفهم ما أقرأه.
					8. أقرأ كتبًا إضافية لمعرفة المزيد عن الأشياء التي نقوم بها في الجامعة.
					9. أتحدث مع الناس في الخارج حول ما أتعلمه في الجامعة.
					10. أقضي وقت فراغي في البحث عن المعلومات حول المواضيع التي نُوقشت في المحاضرات الجامعية

المعلومات الشخصية

الاسم: مروة موفق الشواورة

التخصص: الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي

الكلية: العلوم التربوية

سنة التخرج: 2024