

"اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول (النوموفوبيا) وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى عينة  
من طلاب كلية الآداب بجامعة الملك عبدالعزيز"  
(بحث مقدم لنيل درجة الماجستير)  
تخصص (إرشاد نفسي)

اعداد الباحث:

عبدالسلام بن ماجد بن صغير عثمان

الرقم الجامعي: 2001793

إشراف الدكتور:

د. أشرف محمد احمد علي

للعام 1441هـ - 1442هـ



### ملخص البحث:

هدف البحث الى معرفة مدى انتشار اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول بين طلاب كلية الآداب بجامعة الملك عبدالعزيز وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي ، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي ، تكون العينة (188) طالب من (118) طالباً ، (70) طالبة ، تم اختيارهم بطريقة العينة العشوائية البسيطة ، وقد استخدم الباحث كل من مقياسي اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول (النوموفوبيا) ومقياس التحصيل الدراسي ، وتم تحليل البيانات بواسطة معامل بيرسون، اختبار (ت) لعينة واحدة ، اختبار (ت) لعينتين مستقلتين، تحليل التباين الثنائي (انوف)، وقد أظهرت النتائج الآتية : ينتشر اضطراب الخوف من فقدان الهاتف بين طلاب كلية الآداب بجامعة الملك عبدالعزيز بالارتفاع ، وجود علاقة ارتباطية بين اضطراب الخوف من فقدان الهاتف والتحصيل الدراسي لدى طلاب كلية الآداب بجامعة الملك عبدالعزيز، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب كلية الآداب جامعة الملك عبدالعزيز في اضطراب الخوف من فقدان الهاتف تعزى لمتغير النوع وذلك لصالح الذكور، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب كلية الآداب جامعة الملك عبدالعزيز في اضطراب الخوف من فقدان الهاتف تعزى لمتغير العمر، يوجد تفاعل دال إحصائياً بين النوع وإضطراب الخوف من فقدان الهاتف علي التحصيل الدراسي لدي طلاب كلية الآداب جامعة الملك عبد العزيز . وفي الختام وضع الباحث العديد من التوصيات منها : المزيد من الاهتمام بنشر التوعية بالنوموفوبيا و أثرها على الحياة الجامعية من خلال البرامج الإرشادية للطلبة.

**الكلمات المفتاحية:** اضطراب الخوف - التحصيل الدراسي - فقدان الهاتف المقدمة:

في السنوات الأخيرة انتشرت ظاهرة التعلق بالهاتف المحمول، حيث القدرة على التواصل بشكل كبير مع الكثير من الناس والمعلومات والألعاب، مع ما يقدمه الهاتف المحمول من تأثيرات صوتية وضوئية تزيد الاستمتاع بالمعارف والأساليب الترفيهية، مع الشعور بالملكية الخاصة للهاتف، مع هذا الارتباط بين الأشخاص والهاتف المحمول أصبح انقطاع هوية الشخص على الإنترنت عامة وفي وسائل التواصل الاجتماعي خاصة يعكس عدم القدرة على الوصول إلى المعلومات، وعدم القدرة على تلقي المعلومات عبر الهواتف الذكية، وحظر مكالمات المعلومات بالهواتف الذكية. ويتعلق ذلك بالتخلي عن الراحة بمشاعر الأفراد - بالتخلي عن استخدام الهاتف والخوف من فقدانه، فيرتبط فقدان الاتصال بالخوف من معاناة الأفراد من فقدان الهواتف الذكية. (محمد، 2019)

وكما ذكر (محمد، 2019) من مظاهر النوموفوبيا:

- الإمساك بالموبايل بمجرد الاستيقاظ من النوم حتى قبل القيام من الفراش.
- حمل أكثر من موبايل.
- استخدام الموبايل وحمله في أماكن غير ملائمة كالسرير ودورة المياه.
- الشعور بالاضطراب حينما يكتشف أن الموبايل بعيداً عنه.

ومع زيادة انتشار الهواتف الذكية زاد انتشار هذه الظاهرة وأمكن ملاحظة انتشارها بين جيل الشباب، و تؤثر النوموفوبيا على حياة الشباب اليومية تأثيراً سلبياً على المستوى البدني والنفسي، حيث يبدأ الفرد بالشعور بالقلق في العديد من المواقف من أن ينسى هاتفه في المنزل، أو من نفاذ شحن بطاريته أو من فقدان الإشارة أو الاتصال بالشبكة، ومن نسيانه في أي مكان أو من تعطله وعدم القدرة على استخدامه . (Gezgin et al, 2016).

كما أشار يلدريم (Yildirim, 2014) إلى مجموعة من الأعراض المصاحبة للنوموفوبيا، والتي تمثلت في إصابة الطلبة ببعض الآلام والأعراض الجسدية، وكذلك صعوبة ترك الطالب هاتفه أو إغلاقه مهما كانت الظروف، وفي حالة اقتراب بطارية الهاتف من النفاذ يصاب بحالة من الخوف والفرع الشديدين، ويحاول بأقصى قدرته إيصال الهاتف بالشاحن فوراً مهما كلفه ذلك من جهد أو مال، كذلك

يعاني الطلبة من الرعب الشديد أو القلق غير الطبيعي من التواجد في مكان خال من تغطية شبكات المحمول أو الإنترنت . (الحري، 2020).

ولعل كل فرد يشغله ما يشغله من واجبات في هذه الحياة، ولأن الطلاب الجامعيين يشغلهم دوماً مستوى تحصيلهم الدراسي الذي ينم عن درجة قياس عملهم كطلاب، لذلك يجب معرفة ما المشكلات التي من الممكن أن تتسبب في خفض تحصيلهم الدراسي، والظواهر التي تؤثر عليهم وتعطلهم عن عملهم كطلاب . لذلك إذا نظرنا لمشكلة اضطراب الخوف من فقدان الهاتف، نجد أنه من الممكن أن يكون اضطراب فقدان الهاتف من أكبر العوامل المؤثرة حالياً على طلاب الجامعة، حيث الاندماج مع الهاتف قد يصل لدرجة الإدمان عليه، مما يؤثر على التحصيل الدراسي للطلاب الجامعي . لأن جيل الشباب - وخاصة الطلاب - لديهم ميل نحو التأقلم بشكل أكبر مع الأجهزة التكنولوجية كالهواتف الذكية مقارنة بأقرانهم الأكبر سناً . (محمد، 2019).

و بناء على ما سبق سوف يتناول الباحث موضوع اضطراب الخوف من فقدان الهاتف و علاقته بالتحصيل الدراسي لطلاب كلية الآداب جامعة الملك عبدالعزيز .

#### مشكلة البحث:

تتضح مشكلة الدراسة من خلال النظر لواقع الميدان لدى الناس عامة وطلبة الجامعة بشكل خاص حيث إفراط الكثير منهم في استخدام الهاتف المحمول و صعوبة التخلي عنه مما قد يؤدي إلى انخفاض مستوى التحصيل الدراسي بحيث إن شعور عدم القدرة على التواصل، وفقدان الترابط، وعدم القدرة على الوصول إلى المعلومات، والشعور بعدم الراحة بدون هذه التقنيات هي أبعاد شائعة تستخدم لوصف القلق الذي يحدث عندما لا يستطيع الأفراد التواصل على الفور، لذلك فإن رهاب فقدان الهاتف تظهر في درجة قلق الفرد من عدم قدرته على التواصل مع المجموعة. وقد أثبتت بعض الدراسات مثل دراسة العصيمي 2014، والحري 2020 أن طلاب الجامعات في المملكة العربية السعودية معرضون لخطر الإدمان على استخدام الهواتف الذكية، وهو ما يرتبط بالتأثيرات السلبية على مستوى القلق، والنوم، ومستوى الطاقة، وعادات الأكل، والوزن، والتمارين الرياضية، والأداء الأكاديمي . وفي دراسة قام بها كلٌّ من أمان وآخرين ( Aman 2015 , et all ) بهدف معرفة آثار النوموفوبيا على الأداء الأكاديمي لطلاب كلية الطب أظهرت نتائج الدراسة أن من بين عينة قوامها ٣٨٠ طالب وطالبة، جاءت نسبة 53 % من هذه العينة تعاني من انخفاض في أدائهم الأكاديمي بسبب النوموفوبيا (الجاسر، 2018).

تأتي مشكلة الدراسة أنه يجب التفكير بعناية في استخدام الهاتف المحمول، وأداء التعلم؛ للحصول على منظورٍ أكثر توازناً لتأثيرات الهواتف المحمولة على الانتباه والتعلم، يختلف هذا الاعتقاد عن الرأي القائل بأن الهواتف الذكية تضر دائماً بالتعلم، حتى أن بعض الباحثين يقولون بأن الهواتف الذكية تساهم في بيئات التعلم بشكل إيجابي عند استخدامها بشكل تكميلي ؛ ويمكن صياغة مشكلة البحث في التساؤل الرئيسي التالي: ما العلاقة بين اضطراب الخوف من فقدان الهاتف (النوموفوبيا) والتحصيل الدراسي لدى عينة من طلاب كلية الآداب بجامعة الملك عبدالعزيز .

### ويصاغ من هذا التساؤل التساؤلات الفرعية الآتية:

1. ما مدى انتشار اضطراب الخوف من فقدان الهاتف بين طلاب كلية الآداب بجامعة الملك عبدالعزيز؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب كلية الآداب جامعة الملك عبدالعزيز في اضطراب الخوف من فقدان الهاتف تعزى لمتغيري العمر و النوع؟
3. هل يوجد تفاعل دال إحصائياً بين النوع وإضطراب الخوف من فقدان الهاتف علي التحصيل الدراسي لدي طلاب كلية الآداب جامعة الملك عبد العزيز؟

### أهداف الدراسة:

1. معرفة العلاقة الإرتباطية بين إضطراب الخوف من فقدان الهاتف و التحصيل الدراسي لدي طلاب كلية الآداب جامعة الملك عبد العزيز .
2. معرفة مدى انتشار اضطراب الخوف من فقدان الهاتف بين طلاب كلية الآداب بجامعة الملك عبدالعزيز .
3. التحقق من وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب كلية الآداب جامعة الملك عبدالعزيز في مستوى التحصيل تعزى لمتغيري العمر والنوع.
4. التحقق من وجود دال إحصائياً بين النوع وإضطراب الخوف من فقدان الهاتف علي التحصيل الدراسي لدي طلاب كلية الآداب جامعة الملك عبد العزيز

### فروض البحث:

1. ينتشر اضطراب الخوف من فقدان الهاتف بين طلاب كلية الآداب بجامعة الملك عبدالعزيز بالارتفاع .
2. توجد علاقة ارتباطية بين اضطراب الخوف من فقدان الهاتف والتحصيل الدراسي لدي طلاب كلية الآداب بجامعة الملك عبدالعزيز .
3. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب كلية الآداب جامعة الملك عبدالعزيز في اضطراب الخوف من فقدان الهاتف تعزى لمتغير العمر .
4. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب كلية الآداب جامعة الملك عبدالعزيز في اضطراب الخوف من فقدان الهاتف تعزى لمتغير النوع.
5. يوجد تفاعل دال إحصائياً بين النوع وإضطراب الخوف من فقدان الهاتف علي التحصيل الدراسي لدي طلاب كلية الآداب جامعة الملك عبد العزيز .

### أهمية البحث:

### الأهمية النظرية:

1. تستمد الدراسة الحالية أهميتها من أهمية الموضوع الذي تناولته، الخوف المرضي من فقدان الهاتف النقال (النوموفوبيا)، الموضوع الذي حظي باهتمام كثير من الباحثين في الآونة الأخيرة وتتبع أهميتها أيضاً من أهمية الشريحة التي تناولتها، والتي تتمثل بفئة الشباب، والطلبة الجامعيين تحديداً وخصائصهم الاجتماعية والديموغرافية، وهم الفئة الأكثر استخداماً للهاتف النقال.
2. تعد من أوائل الدراسات التي بحثت في موضوع النوموفوبيا على طلبة جامعة الملك عبدالعزيز، وبالتالي رقد الأدب التربوي بالمعرفة النظرية الحالية حول النوموفوبيا (في حدود علم الباحث)
3. قد تكون مرجعاً للباحثين والدارسين، من خلال ما توفره من أداة دراسية ونتائج، وحافزاً لإجراء مزيدٍ من الدراسات المستقبلية في هذا المجال.

### الأهمية التطبيقية:

1. الإفادة من نتائج هذا البحث من قبل المرشدين النفسيين من خلال الوقوف على واقع استخدام الطلبة للهاتف النقال، بهدف تقديم برامج إرشادية تهدف إلى تعزيز الاتجاهات الإيجابية لدى الطلبة حول الاستخدام الأمثل للهاتف النقال.
2. يمكن ان تساعد نتائج البحث في أن توجه أنظار المهتمين، والدارسين، القائمين على شؤون الطلبة في الجامعة لتقديم خدمات إرشادية تتناسب وواقع نتائج الدراسة إلى طلبة الجامعة .

### حدود الدراسة:

- الحدود الموضوعية:** في إطار اهداف الدراسة و منهجيتها تقتصر الدراسة على معرفة مدى انتشار اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول بين طلبة كلية الآداب بجامعة الملك عبدالعزيز و الآثار المترتبة عليه
- الحدود المكانية:** جامعة الملك عبدالعزيز بجدة.
- الحدود الزمانية:** الفصل الدراسي الثاني لعام 2020-2021 م.

### مصطلحات الدراسة:

- 1: **الخوف من اضطراب الهاتف:** عرف برجزي وبونيت (Bragazzi, N & Puente, 20) 14 النوموفوبيا بأنه مجموعة من المؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات شعور الفرد بالخوف من فقدان الهاتف النقال، سواء أكان بنسيانه في مكان ما، أو تعطله عن العمل أو الاتصال، أو السير بدونه، والذي قد يسبب حالة من عدم الارتياح، و القلق و العصبية، و الخوف الناجم عن ذلك عند المستخدم.
- **التعريف الإجرائي:** الدرجة التي يحصل عليها المبحوث في مقياس الشعور بالخوف من فقدان الهاتف أو التواجد خارج نطاق التغطية في المقياس المستخدم في الدراسة.
2. **التحصيل الدراسي:** مستوى محدد من الإنجاز، أو براعة في العمل المدرسي يقاس من قبل المعلمين، أو بالاختبارات المقررة (العيسوي وآخرون، 2006)
- **التعريف الإجرائي:** الدرجة التي يحددها المبحوث والتي تدل على مستوى تحصيله الدراسي للفصل الدراسي الثاني لعام (1441-1442) هـ.

الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة  
المبحث الأول  
اضطراب الخوف من فقدان الهاتف (نوموفوبيا)  
تمهيد:

مصطلح النوموفوبيا، يعد مصطلحاً حديثاً، حيث إن الفوبيا، تعني الرهاب، وهي اضطراب نفسي، يعرف بأنه خوف متواصل من مواقف أو نشاطات معينة عند حدوثها أو مجرد التفكير فيها. أما النومو، فهي اختصار الأحرف الأولى لـ NO Phone Mobile، و النوموفوبيا، هو نوع جديد من الرهاب أو الخوف المرضي الذي يصيب الفرد لمجرد التفكير بضياح هاتفه النقال أو حتى نسيانه، والهلع الناجم من الوجود خارج نطاق تغطية الشبكة، ومن ثم عدم القدرة على الاتصال أو استقبال الاتصالات .

حيث تمت صياغة هذا المصطلح من خلال دراسة أجريت في عام (2008) من قبل مكتب البريد في بريطانيا، التي هدفت إلى التحقق من معاناة القلق عند مستخدمي الهاتف النقال. وبينت نتائج الدراسة أن (53%) من مستخدمي الهواتف النقالة يعانون من النوموفوبيا. وأشارت النتائج أيضاً إن الرجال كانوا أكثر عرضة للنوموفوبيا من النساء، وأن (58%) من الذكور المشاركين و(48%) من المشاركات الإناث يعانون من مشاعر القلق عندما لم يتمكنوا من استخدام هواتفهم النقالة (2008). OnlinMail, ويشير مصطلح النوموفوبيا أيضاً إلى أن الأشخاص الذين يفقدون تقنية الهاتف النقال بكل أنواعها بعد أن كانوا قد اعتادوا عليها، يصابون بتشويش ذهني واضطراب سلوكي واضح. إذ إن هذا فقدان يعني عدم القدرة على التواصل مع الأصدقاء، والانقطاع عن كل ما يحدث حولهم، بعد أن اعتاد هؤلاء الناس حمل الهواتف في كل مكان يذهبون إليه سواء في حجرة النوم، وفي مكان العمل، وفي أثناء سيرهم، وحتى أثناء استخدامهم المصعد. كما تمت الإشارة إلى مصطلحات أخرى متعلقة بالنوموفوبيا، مثل: نوموفوبي (Nomophobe) الذي يشير إلى الشخص المصاب بالنوموفوبيا، والنوموفوبيك (Nomophobic) الذي يستخدم لوصف خصائص الأشخاص المصابين بالنوموفوبيا أو السلوكيات المتعلقة بهم (Secure Envoy, 2012) .

ومن أوائل الدراسات البحثية عن النوموفوبيا دراسة كنج وآخرون (King al et) 2010، و التي عرفت النوموفوبيا على أنها: الشعور بعدم الراحة أو القلق عند عدم وجود الهاتف النقال أو الوصول للكمبيوتر أو الإنترنت، حيث شمل التعريف أجهزة الكمبيوتر وليس فقط الهواتف النقالة، وتمت الإشارة في هذه الدراسة إلى العلاقة بين نوموفوبيا واضطراب الهلع . (Panic Disorder) اقترح الباحثون اعتبار تضمين النوموفوبيا عند علاج مرضى اضطرابات الهلع على أساس أن الاعتماد على الهواتف النقالة للاتصال الفوري في حالة الهلع يجد المرضى من الاعتماد على الذات.

ويشير كنج وآخرون (King al et) 2014، إلى ارتباط النوموفوبيا بالخوف وخاصة لدى المرضى الذين يعانون من الرهاب الاجتماعي، وأشاروا إلى احتمالية ارتباط النوموفوبيا بقلق الانفصال (Anxiety, Separation) وهو اضطراب يتركز القلق فيه على الخوف من الانفصال عن المنزل أو عن الأشخاص الذين تربطهم به علاقة عاطفية قوية كالوالدين أو الأشقاء، حيث يظهر هذا الخوف لأول مرة خلال الطفولة، ولكن قلق الانفصال لدى الكبار يختلف عن شكله في الطفولة من حيث الشدة و الجدية و المثابرة بعد مرحلة الطفولة. وعلى هذا ربما تكون النوموفوبيا ذات صلة مع قلق الانفصال، وحاجة المريض إلى الشعور بالأمان.

وأشار يلدريم (Yildirim 2014) إلى مجموعة من الأعراض المصاحبة للنوموفوبيا، التي تمثلت في إصابة الطلبة ببعض الآلام والأعراض الجسدية، كذلك من الصعوبة أن يقوم الطالب بترك هاتفه أو إغلاقه تحت أي ظرف من الظروف، وفي حالة اقتراب بطارية الهاتف من النفاذ يصاب بحالة من الخوف والفرع الشديد، ويحاول بأقصى قدرته إيصال الهاتف بالشاحن فوراً مهما كلفه ذلك من جهد أو مال، كذلك يعاني الطلبة من الرعب الشديد أو القلق غير الطبيعي تجاه التواجد في مكان خال من تغطية شبكات النقال أو الإنترنت.

أحدثت الهواتف الذكية أحد أكبر التغييرات في مجال الاتصالات الشخصية في العصر الحالي، حيث توفر الهواتف الذكية اليوم فرص ووسائل راحة رائعة، وتيسر إنجاز العديد من المهام وتسهل التواصل والتفاعل بين البشر ولا جدال في أن هذه الأجهزة أصبحت جزء لا يتجزأ من الحياة الحديثة، وعلى الرغم من المزايا الهائلة لهذه التقنيات الجديدة في حياتنا، إلا أنه زاد عدد المشاكل الناشئة عن استخدام الهواتف الذكية بشكل كبير مثل الاستخدام المفرط للهواتف المحمولة؛ بالقدر الذي يجعل البعض اعتماديين على هواتفهم المحمولة وهو ما يعد علامة على الإدمان؛ ويمكن أن يؤدي إلى العزلة والشعور بالوحدة، وانخفاض العلاقات الشخصية، والتفاعلات الاجتماعية، وما إلى ذلك من السلبيات الخطيرة، فقد أسفرت نتائج دراسة مسحية أجريت في المملكة المتحدة في عام 2012 عن أن 66% من الناس كانوا خائفين جدا من فقدان هواتفهم المحمولة و ينتابهم مستوى مرتفع جدا من القلق في حال البعد عن الهاتف المحمول وهو ما يسمى (بالنوموفوبيا) (Rodríguez, al et).2020.

مصطلح تقديم ( "Nomophobia "no-mobile-phone") رهاب الابتعاد عن الهاتف المحمول لأول مرة عام 2008 في إنجلترا من خلال دراسة قامت بها إدارة البريد وتوصلت الدراسة إلى أن أكثر من 13 مليون بريطاني يعانون من النوموفوبيا، وأن حوالي 53% من مستخدمي الهواتف المحمولة يشعرون بمستوى مرتفع من القلق في حال ابتعادهم عن أجهزتهم المحمولة (2019) (Betoncu & Ozdamli . ويعرف داي واخرون)، (2019) (Daei, al et) مصطلح النوموفوبيا باعتباره اضطراب نفسي اجتماعي، وهو حالة من الخوف من عدم القدرة للوصول للهاتف المحمول وهو اضطراب عصري نتيجة إدمان المميزات التي وفرتها التطورات التكنولوجية الكبيرة، ويتسبب هذا الاضطراب في مخاطر صحية سلبية بالإضافة إلى آثار نفسية سلبية ضارة. فمصطلح النوموفوبيا Nomophobia يشير إلى رهاب الابتعاد عن الهاتف المحمول وهو شعور الفرد بدرجة كبيرة من القلق في حال عدم توافر الهاتف الذكي أو الاتصال بالانترنت، وينطوي على العديد من السلوكيات والأعراض التي تجعل الفرد الذي يعاني من النوموفوبيا يتميز بدرجة كبيرة من الاعتمادية على الهاتف المحمول إلى الحد الذي يجعل الهواتف امتدادا لأجسادهم لا يقدرّون على الاستغناء عنها (2020) (Galhardo, al et) ، وتظهر الأبحاث الحديثة أن الاستخدام المفرط لهذه الهواتف الذكية يمكن أن يؤدي إلى الاعتماد المطلق للمستخدم والسلوك الإدماني ، ويتجلى ذلك في الحاجة إلى استخدام الهاتف أكثر فأكثر، مما يظهر الحزن أو الاكتئاب أو الغضب أو التوتر أو القلق أو الضغوط النفسية عندما لا يكون الهاتف متاح ، و يعد رهاب النوموفوبيا Nomophobia رها با جديدا كأحد أهم اضطرابات العصر الذي يظهر عندما لا يستطيع الأفراد الابتعاد عن هواتفهم الذكية، ولا يستطيعون الاستغناء عن كل ما توفره لهم الهواتف من مزايا متعددة، فهو يعد متلازمة إساءة استخدام للوسائط الرقمية ينشأ نتيجة أربع أسباب رئيسية وهي :

1/ عدم القدرة على التواصل مع الآخرين؛ (2) فقدان الاتصال؛ (3) عدم القدرة على الوصول؛ (4) و التخلي عن الراحة (Moreno, et al, 2020).

#### الآثار المترتبة على النوموفوبيا:

يؤثر اضطراب النوموفوبيا على الانسان بشكل كبير حيث أثبتت الدراسات تسبب السلوك الاعتمادي للهواتف المحمولة في العديد من الأضرار على صحة الانسان بخالف تسببه في العديد من الحوادث المرورية نتيجة لانشغال المرضي بالهاتف كالتحدث أو المراسلة النصية مع شخص ما أثناء القيادة مما يجعل الأمر محفوف بالمخاطر، هذا بالإضافة إلى تسبب النوموفوبيا في تشتت انتباه الأفراد المضطربون بهذا الاضطراب، هذا علاوة على التسبب في آلام كبيرة في الرقبة والظهر نتيجة إساءة استخدام الهاتف المحمول لفترات كبيرة، بالإضافة للتسبب في اضطرابات النوم، كما تؤثر النوموفوبيا سلبا على الصحة النفسية للفرد؛ حيث أكدت الدراسات على أن النوموفوبيا يتسبب في زيادة أعراض الأكتئاب والقلق والضغط النفسية لدى الأفراد، بالإضافة لشعورهم بالوحدة وانعدام الأمن وانخفاض تقدير الذات، كما يؤثر النوموفوبيا سلبا بشكل كبير على الانجاز والتحصيل الأكاديمي للطالب. (Bekaroğlu, & Yılmaz, 2020).

كم أكدت دراسة (Pavithra, al et) 2015، إلى أن الاستخدام المتزايد لأجهزة التكنولوجيا الجديدة والاتصالات الافتراضية التي تشمل أجهزة الكمبيوتر الشخصية والأجهزة اللوحية والهواتف المحمولة (الهواتف الذكية) تتسبب في حدوث تغييرات في سلوك الأفراد وعاداتهم اليومية. إلى جانب المزايا المختلفة لهذه التقنيات الجديدة، يمكن أن يؤدي إلى العديد من المشكلات الاجتماعية مثل العزلة الاجتماعية، والمشكلات الاقتصادية/ المالية مثل الديون المتكبدة لشراء أو استخدام الهواتف الذكية. كما يمكن أن يسبب أمراضا جسدية ونفسية مثل الأضرار المتعلقة بإشعاع المجال الكهرومغناطيسي وحوادث السيارات والضيق المرتبط بالخوف من عدم القدرة على استخدام الأجهزة التكنولوجية الجديدة.

### اعراض النوموفوبيا:

لم يدرج حتى لان اضطراب النوموفوبيا سواء في الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية لاصدار الرابع (DSM- IV) أو الاصدار الحالي (الاصدار الخامس) (DSM- V) كاضطراب مستقل بذاته إنما يندرج تحت فئة رهاب لأشياء معينة / محددة phobia for a particular / specific things، لذلك يقترح أن يتم إدراجه في الاصدار القادم وفقا للأعراض التي توصلت إليها وأكدتها العديد من الدراسات بأنها من أهم الخصائص المميزة لرهاب الابتعاد عن الهاتف المحمول والتي يمكن إيضاحها فيما يلي: -

1. قضاء وقت طويل يوميا على الهاتف المحمول، و حمل الشاحن دائما خشية من فقدان شحن البطارية.
2. الشعور بالقلق والعصبية في حال الابتعاد عن الهاتف أو عندما لا يكون الهاتف المحمول متاح في مكان قريب أو في غير مكانه أو لايمكن استخدامه بسبب نقص تغطية الشبكة/ أو لانخفاض شحن البطارية/ أو لنقص رصيد شبكات الاتصال.
3. تجنب الأماكن والمواقف التي يحظر فيها استخدام الجهاز قدر المكان.
4. النظر بشكل متكرر في شاشة الهاتف لمعرفة ما إذا تم تلقي الرسائل أو المكالمات.
5. الحفاظ على تشغيل الهاتف المحمول دائما (24 ساعة في اليوم).
6. عدم الاستغناء عن الهاتف حتى و لو كان على السرير قبل النوم.
7. تفضيل التواصل الاجتماعي الافتراضي عبر التقنيات الحديثة عن التواصل الاجتماعي الواقعي وجها لوجه.
8. صرف مبالغ كبيرة نتيجة الاستخدام الدائم الهاتف المحمول.
9. الاحساس الوهمي بسماع نغمات الرنين Ringxiety أو الشعور الكاذب باهتزاز الموبايل وهو ما يسمى بمتلازمة الاهتزاز الوهمي vibration Phantom syndrome.(Bragazzi& Del Puente, 2014).

ومن الجدير بالذكر نتائج دراسة (Pavithra, al et) 2015، التي أشارت الى أنه تم إدخال الهواتف المحمولة في عدد قليل من الاسواق في الثمانينيات، وانتشار استخدامها فقط في منتصف 1990 وارتفع عدد المشتركين من 4.12 مليون في عام 1990 إلى 500 مليون في عام 2000 إلى 3.3 مليار فاي عام 2008 و3,5 مليار في نهاية عام 2010. وتظهر التقديرات أن معدل انتشار حول العالم لاستخدام الهاتف المحمول سيزداد إلى 95% وأكثر في السنوات القادمة.

## النظريات المفسرة للنوموفوبيا:

### أ- نظرية التدفق الأمثل:

التدفق حالة إنسانية داخلية لها بعد نفسي ذهني وحتى رُوحِي، تشعر الشخص بالتوحد مع ما يقوم به من عمل، بالتركيز التام فيه والاندفاع بحيوية نحوه، مع إحساس عام بالنجاح في التعامل معه. وهي حالة من نسيان الذات، والغرق في عمل يستحوذ على كل انتباه المرء وحواسه، حتى يكاد ألا يشعر بالعالم الخارجي من حوله، ويدعمه تدفق من عواطف إيجابية مليئة بالطاقة والحيوية، تعمل جميعها على صرف انتباهه إلى العمل الذي يقوم به. والشخص الذي يستخدم الهاتف الذكي بكثرة يركز فيه، ويفقد الشعور بمن حوله أحياناً، ويتفقد الهاتف بكثرة، مما يجعله عرضة للنوموفوبيا، وهي رهاب فقد الهاتف الذكي. ( الحربي، سندس، ٢٠٢٠).

### ب - النظرية المعرفية:

تحتل التأثيرات المعرفية للسلوك بقدر كبير من الاهتمام، وبخاصة عند تفسير المخاوف والقلق واضطرابات الهلع وعلاجها، إذ تؤكد التفسيرات المعرفية حساسية الناس الخائفين والمستهدفين للهلع الإدراك المؤشرات المنبئة بالخطر التهديد مثل فقدان التحكم أو الحرج، أو الموت أحياناً. وتفسر النوموفوبيا باعتبار أن فقد الهاتف الذكي يمثل خبرة مهددة تؤدي إلى تفاقم القلق، فوفقاً لنظرية بيك Beck فإن القلقين من الجمهور سريعو التأثير، ويرون العالم مصدراً للخطر والتهديد، ومن ثم يظل هؤلاء شديدي التيقظ باستمرار لمواجهة أي تهديد محتمل من العالم، بينما يتجاهلون أو يهملون الهاديات الإيجابية أو المطمئنة. ( محمد، ٢٠١٩ )

وتقدم النظرية المعرفية الاجتماعية هياكل مهمة مثل التنظيم الذاتي وأهمية ردود الأفعال و النتائج لشرح الخوف من فقدان الهاتف المحمول Nomophobia في بيئات مثل وسائل التواصل الاجتماعي، مع الأفراد الذين يخشون من فقدان التطورات في تطبيقات المراسلة الفورية، ويسعون للحصول على تعليقات فورية، ويقومون بفعل سلوكيات قد تعرضهم لاستخدام الهاتف الذكي بشكل غير منضبط وقلق، ومع ذلك فإن التنظيم الذاتي هو العامل المحدد لسلوك استخدام الهاتف الذكي للفرد ويمكن أن يؤدي إلى سلوك مُعادٍ بحيث لا يستطيع الفرد تحقيق كفاءة التنظيم الذاتي. ( Hatice, 2017).

### ج - نظرية التعلق:

تفسر هذه النظرية النوموفوبيا على أنها نتيجة تعلق الأشخاص بهواتفهم المحمولة، ويرتبط هذا التعلق براحتهم النفسية وشعورهم بالأمان؛ لذلك يشعرون بعدم الارتياح عند الانفصال عن هواتفهم أو فقدانها؛ فإن تعلق الفرد بالهاتف المحمول يشبه أنواع الإدمان الأخرى، حيث يتضمن خللاً في الدوبامين، وهو أحد الناقلات العصبية والمسئولة عن تنظيم مركز مكافأة المخ، أي إنه يقوم بدفع وتعزيز الأشخاص للقيام بالأشياء التي يعتقدون أنها مصدر للمكافأة، ففي كل مرة يستقبل الشخص إشعاراً جديداً على هاتفه المحمول تحدث زيادة طفيفة في الدوبامين، تلزم الشخص بفتح الإشعار فوراً والرد عليه في الوقت نفسه.

### د - النظرية السلوكية:

يمكن أن تفسر النوموفوبيا في ضوء مفهوم التعزيز الذي قدمه سكينر Skinner والذي يعد أداة قوية لتحليل الآليات التي تتحكم في سلوك الأفراد، فالنوموفوبيا تنتج عن السلوك المتكرر لاستخدام الهاتف الذكي، وتعد الوظائف التي يقدمها الهاتف من الألعاب والإنترنت وشبكات التواصل الاجتماعي وغيرها من التعزيزات الإيجابية للفرد؛ هذه التعزيزات تدفعه لاستخدام الهاتف الذكي لفترات طويلة ويضحي ببعض الالتزامات، ومن ثم يقع فريسة للنوموفوبيا. ( محمد، ٢٠١٩).

ويرى الباحث أنه على رغم من المحاولات التفسيرية السابقة، فيبدو أننا مازلنا بحاجة ضرورية لتأسيس نظريات نفسية - تأخذ في الاعتبار تأثير النواحي الاجتماعية والثقافية- وتكون أكثر عمقا حول طبيعة النوموفوبيا، وكذلك مفهوم ادمان الانترنت و الهاتف الزكي، و

بخاصة أن استخدام الهاتف الذكي تكاد تسيطر على الكثير من مجالات حياتنا، فضلا من عن تزايد عدد المستخدمين لهذا الجهاز يوما بعد يوم، لاسيما المراهقين منهم، بل و الاطفال.

### استراتيجيات التعامل مع الخوف من فقدان الهاتف المحمول:

1- تعلم كيفية إدارة الأفكار والمشاعر السلبية التي تظهر عند التفكير في عدم امتلاك الهاتف، يعتمد ذلك العلاج على التعرف على المخاوف الحقيقية التي يشعر بها الفرد والتعامل معها عن طريق تبني بعض السلوكيات الصحيحة، ويجب أن يتم تحت إشراف مختص.

2- علم مواجهة الخوف من خلال التعرض التدريجي له، إذا كان لدى الشخص المصاب نوموفوبيا فسوف يعتاد ببطء على تجربة عدم امتلاك الهاتف قد يبدو هذا مخيفاً في البداية خاصة إذا كان بحاجة إلى أن يظل على التواصل مع أحبائه . (سامي ، 2021)

### المبحث الثاني: التحصيل الدراسي

#### تمهيد:

إن التحصيل الدراسي هو عبارة عن مراحل متتابعة يمر بها الطالب للوصول إلى مستوى معين، وهو كم المعلومات التي يقوم الباحث بجمعها خلال دراستهم في كل المراحل التي يمر بها خلال كل المراحل التعليمية المختلفة، ويعتبر هو المدخل الرئيسي الذي من خلاله يمكن التعرف على المشكلات التي تسببت في فشل الطلاب في المدارس لكي يتم العمل على تطويرها ورفع مستوى الطالب للوصول إلى المستوى المطلوب، كما أن التحصيل الدراسي يجعل الطالب لديه حصيلة كبيرة من المعلومات التي يستفيد بها بعد ذلك في مرحلة الدراسات العليا، لأن إعداد البحوث العلمية تعتمد على الحصيلة العلمية للطالب أو الباحث التي تكونت من خلال مروره بكل المراحل التعليمية، وعمل بحوث ورسائل ماجستير يحتاج من الطالب أو الباحث ان يكون لديه قاعدة كبيرة من المعلومات الهامة التي تخص هذا التخصص الذي سوف يقوم بإعداد رسالته فيه، وهذا الأمر ينتج من كم الاستفادة التي عادت على الطالب أو الباحث من التحصيل الدراسي، ولذلك الباحث الذي يكون قد استفاد بشكل كبير من التحصيل الدراسي في كل المراحل التعليمية يفرق كثيراً عن الباحث الذي لم يخرج من المراحل التعليمية بقدر كبير من الاستفادة. يكون هذا الباحث غير قادر على إعداد الرسالة العلمية التي يريد بها بشكل كامل ولكن الشخص الذي لديه قاعدة من المعلومات نتيجة التحصيل الدراسي يكون قادراً على إعداد رسالة ماجستير متكاملة، وهنا تكمن أهميته بالنسبة للطالب .

يعتبر التحصيل الدراسي هو وصول الطالب إلى مستوى معين من الكفاءة في الدراسة في جميع المراحل التعليمية، ويتم معرفة ذلك من خلال العديد من الاختبارات أو التقارير التي يقوم بإعدادها وتجهيزها المعلمين لكي يقيس من خلالها مستوى الطلاب في كل مرحلة، كما أن التحصيل الدراسي هو القدرة على اكتساب كم كبير من المعلومات والمهارات التي يمكن للطالب استيعابها خلال الفترة التعليمية التي يمر بها، وذلك الأمر يتوقف على قدرة الطالب على استيعاب المعلومات التي تقدم له خلال الفترة التعليمية، والتحصيل الدراسي يقاس عن طريق مؤشر الأداء الدراسي أو الأكاديمي التي يتم إعداده من قبل المسؤولين عن العملية التعليمية للطالب في كل مرحلة من المراحل التعليمية، وهي الدرجة التي يحققها الطالب أو مستوى النجاح الذي يصل إليه في مادة دراسية معينة أو مجال تعليمي معين، وهو مستوى من الكفاءة التي يصل إليه الطالب في عمله الأكاديمي أو المدرسي.

### تعريف التحصيل الدراسي:

يعرفه جابلن بأنه: مستوى محدد من الإنجاز، أو براعة في العمل المدرسي يقاس من قبل المعلمين، أو بالاختبارات المقررة (العيسوي وآخرون، 2006).

والمقياس الذي يعتمد عليه لمعرفة مستوى التحصيل الدراسي هو مجموع الدرجات التي يحصل عليها التلميذ في نهاية العام الدراسي، أو نهاية الفصل الأول، أو الثاني، وذلك بعد تجاوز الاختبارات والامتحانات بنجاح و قد تبني الباحث هذه الطريقة في بحثه. ويعرفه فريد جبرائيل نجار : المعلومات او المهارات المكتسبة في المواضيع الدراسية ، و تقاس عادة بالامتحانات او العلامات التي يضعها المعلمون للطلاب او الاثنيين معاً . (نجار، 1996).

و اما محمد يحيى زكريا يعرفه على انه : بلوغ مستوى معين من مادة مود تحدده المدرسة و تعمل من اجل الوصول اليه بهدف مقارنة مستوى التلميذ نفسه أي ماحققه ذلك التلميذ من نجاح او استيعاب للمعارف المتعلقة بالمواد التي يدرسها في فترة من الزمن او مقارنة التلاميذ ببعضهم البعض (زكريا، 1983).

و تعرفه سهاد المللي بـ: التحصيل الدراسي هو ماحققه الطلاب من درجات في المواد و الموضوعات الدراسية و مايحصلون عليه من اختبارات . (المللي، 2010).

و يعرفه صلاح الدين أبو علام بأنه : كل ماتعلمه الفرد من خبرات معينن في مادة دراسية مقررة و مدى اكتسابه من معلومات (أبو علام ، 1983).

### أهمية التحصيل الدراسي:

التحصيل من المتغيرات الأساسية في علم النفس التربوي و سيكولوجية التعليم، كما أنه عملية تقاس من خلال مستوى التحصيل ومدى تقبله المادة العلمية وقدراته على التفكير والاسترجاع عند الضرورة، وتبرز أهمية التحصيل العلمي فيما يلي:

- يساعد على تحديد جوانب القوة والضعف في المناهج الدراسية، مما يساعد على تعديل هذه المناهج وتطويرها.
- يوضح للمعلمين أهمية المهارات والقيم في تدريس المقررات الدراسية المختلفة على جانب المعرفة.
- يعد معياراً يمكن على ضوءه تحديد المستوى التعليمي للطلاب، فكل طالب يحدد مستواه التعليمي على أساس تحصيله العلمي والمتمثل في المستوى، أو حدود المخزون الذي استطاع أن يجمعه.
- إحداث تغيير سلوكي إدراكي، أو عاطفي، أو اجتماعي لدى الطالب، مثل اعتماد الطالب على نفسه و إحساسه بالثقة.
- يساعد على التكيف الاجتماعي من خلال القدرة على تحقيق المشاريع الشخصية في الحياة كون التحصيل عبارة عن الزاد الذي يواجه به الحياة ومتطلباتها ومشكلاتها.
- يساعد على أسس التقدير التحصيلية للطلاب. (محمود، 2001).

### أهداف التحصيل الدراسي:

- يعمل على تحفيز الطالب على التحصيل والاستدراك.
- وسيلة فعالة لمعرفة مدى تقدم الطالب في الدراسة والتحصيل، ودرجة تقدمه باعتباره حافزاً في طلب المزيد من التعليم والمعرفة.
- مساعدة الأستاذ في معرفة مدى استجابة الطالب لعملية التعلم وإفادته منها بطريقة الأستاذ التعليمية.
- معرفة درجة التحصيل التي وصل إليها الطالب في وقت معين محدد.
- استخدام نتائج التقييم في تقييم طرق التدريس المستخدمة من الأستاذ انطلاقاً من فرضية أن الطريقة الجيدة تؤدي إلى التحصيل الجيد.

- تساعد الامتحانات على معرفة ما حصله الطالب من قدرة المعرفة في مادة دراسية مفيدة، وكذا تتبع نموهم في الخبرة المتعلمة من خلال تكييف الامتحانات على مدى السنة.

- التوصل إلى معلومات تساعد الأستاذ على عمل صورة تقييمية لقدرات الطالب العقلية والمعرفية ومعرفة مركزه التحصيلي وتقديمه في التحصيل العلمي. (أحمد، 1997).

- يفيد في تقسيم الطلاب في فصول مدرسية متجانسة من حيث المستوى التعليمي التحصيلي

- يساعد على تشخيص صعوبات التعلم عند الطلاب مما يساعد على حسن توجيههم وإرشادهم. (أحمد، 1997).

#### مبادئ التحصيل الدراسي:

انطلاقاً من كون التحصيل هو مدى استيعاب الطالب لما يلقي عليه من دروس، فإن هذه العملية تقوم على مجموعة من المبادئ من شأنها أن تساعد على فهم هذه العملية أكثر، ومن بين هذه العوامل ما يلي:

**مبدأ المشاركة:** تعمل المشاركة في حجرة الصف على تنمية الذكاء والتفكير لدى الطالب وخلق روح المنافسة بينهم، والذي يمكنهم من اكتشاف أخطائهم وتصحيحها وتنمية رصيدهم المعرفي، وتحسين تحصيلهم العلمي، وبالتالي يكون الطالب قد اكتسب خبرات ومهارات دراسية جديدة تساعد على رفع المستوى التعليمي والمعرفي. (تيفري، 1994).

**مبدأ الحفظ والاسترجاع:** يجب أن يرتبط تعلم الطالب بالحفظ الذي يشير إلى قدرته على استرجاع ما تعلمه بعد فترة معينة، لأن هذا يدل على استفادته مما يساعد على تحقيق نتائج دراسية حسنة. (علي، 1993).

**الجزء:** لقد بينت الدراسات التي أجريت في الميدان التربوي مدى الأثر الفعال المبدئي للعقاب والجزاء في دفع المتعلم نحو الدراسة أو الامتناع عنها، فالطالب يقوم بسلوكيات معينة وبذل الجهد من أجل المشاركة في النشاط التعليمي، فإن كان يدرك أنه سيجاز عليه، فإن تحصيله يكون حسناً والعكس صحيح وبالتالي فإذا ما أردنا تحقق تحصيل علمي فعال فمن الواجب أن نترك في نفسية الطالب أثراً حسناً حتى يكون ذلك حافزاً ودافعاً على العمل والتحصيل، وقد أدرك الجميع الآن أن العقاب ليس من الدراسة، لأنه ترك أثراً سيئاً وقد كان ذلك سبباً فعالاً في العديد من حالات الغش والتسرب المدرسي.

**الحدأة والتجديد:** إن الروتين والتكرار الممثل يقتل روح الاكتشاف والإبداع والتجديد لدى الإنسان، ويمكن تطبيق ذلك في النشاط إذ لا بد على المعلمين والأساتذة إخضاع الطالب مراراً لمسائل جديدة يتعرض لها لأل مرة بحيث يجد نفسه مضطراً لبذل جهد فكري ومحاولات حتى وإن كانت عشوائية، ويعتبر ذلك تدريباً لجهازه العصبي على استعمال عقله والتفكير في كل المشكلات التي تعترضه والتقليل من استعمال ذاكرته، فإذا ما تعرض دوماً لنفس المشاكل في كرة مرة فالحدأة تخلق روح التحدي والعمل والتفكير العلمي المنطقي لدى الطالب وتساعد على التحصيل الجيد. (فيروز، 1997).

**الاستعدادات والميول:** ومن بين العوامل التي تساعد على التحصيل وزيادة الخبرات لدى الطالب، نجد الاستعدادات الجسمية والعقلية والعوامل الاجتماعية، هذه العوامل المرتبطة ببعضها البعض تعتبر عاملاً حاسماً في عملية التحصيل، فكلما زاد ميل الطالب إلى نوع من أنواع الدراسات أو التخصصات كلما زاد تحصيله فيها والعكس صحيح. - البيئة: إن عملية التحصيل كغيرها من العوامل الأخرى، تدور في بيئة طبيعية واجتماعية خاصة بها، فالبيئة بصفة عامة والعوامل النفسية التي يعيشها الطالب في الأسرة تلعب دوراً هاماً لا يستهان به في تقوية وإضعاف التحصيل العلمي، وذلك تبعاً لنوعية التحصيل العلمي الذي يمارسه.

**مبدأ الواقعية:** يجب أن تكون المادة الدراسية المقررة والمقدمة للطالب مرتبطة بحياته الاجتماعية حتى تسهل عليه عملية تعلمها، وبالتالي تحصيل معلوماتها بالشكل المطلوب، إذ أن البرنامج أو المنهاج إذا ابتعد أو اختلف عما يعيشه الطالب في محيطه الاجتماعي، فإن هذا

من شأنه أن يقتل لدى الطالب الدافعية على اعتبار أنه أهمل ميوله ورغباته كون الطالب بطبعه يميل إلى الأمور العلمية والواقعية التي تسهل عملية استيعابها. (نور الدين، 1998).

### أنواع التحصيل الدراسي:

تبين الدراسات المختلفة أن للتحصيل الدراسي نوعان:

تحصيل جيد وتحصيل ضعيف.

### التحصيل الجيد:

يعرف "محمود أبو نبيل" التحصيل الدراسي الجيد على أنه سلوك يعبر عن تجاوزات الأداء التحصيلي للفرد لأداء أقران العمر نفسه الطفلي والزمني (سميرة ، 2010) ، فالفرد المتفوق دراسيا وعلميا يمكنه تحقيق مستويات تحصيلية مرتفعة عن المتوقع وحسب "عبد الحميد عبد اللطيف" التحصيل الدراسي الجيد "هو عبارة عن سلوك يعبر عن تجاوز أداء الفرد للمستوى المتوقع. (عبد الحميد، 1990). التحصيل الضعيف: يكون ضعف التحصيل العلمي أو التخلف الدراسي على شكلين رئيسيين: العام والخاص، فالتخلف العام هو الذي يظهر عند الطالب في كل المواد الدراسية، أما الخاص فهو تقصير ملحوظ في عدد من الموضوعات الدراسية، مثل مادة الرياضيات والفيزياء. (نعيم، 1978).

كما يشير "عبد السلام زهران" إلى أن التحصيل العلمي الضعيف هو حالة ضعف أو نقص، أو بعبارة أخرى عدم اكتمال النمو التحصيل نتيجة عوامل عديدة، عقلية، جسمية أو اجتماعية بحيث تنخفض درجة أو نسبة الذكاء عن المستوى العادي. (عبد السلام، 1995).

### شروط التحصيل الدراسي:

توصل الباحثون على مجموعة من الشروط التي تجعل التحصيل الدراسي جيد وهي:

التكرار: لحدوث التعلم لابد من التكرار أو الممارسة، فلا يستطيع الطالب حفظ أي شيء دون تكرار ذلك عدة مرات حتى يتم إعادة التعلم واتقانه.

الدافعية: شرط من شروط حدوث التعلم الجيد، وهو أن يكون هناك دافع نمو بذل الجهد والطاقة لتعلم المواقف الجديدة أو حل المشكلات. (قاصدي، 2015).

التدريب في التكرار الموزع والمركز: ويقصد بالتدريب المركز ذلك التدريب الذي يتم في وقت واحد وفي دورة واحدة، أما التدريب الموزع فيتم في فترات متباعدة تتخللها فترات من الراحة أو عدم التدريب.

فقد وجد أن التدريب المركز يؤدي إلى التعب والشعور بالملل، كما أن ما يتعلمه الفرد بالطريقة المركزة يكون عرضة للنسيان، وكذلك إن فترات الراحة التي تتخلل دورات التدريب الموزع تؤدي إلى تثبيت ما يتعلمه الفرد، هذا إلى جانب تجدد نشاط المتعلم بعد فترات الانقطاع وإقباله على التعلم باهتمام كبير. (عبد الرحمن، 2004).

الطريقة الكلية والجزئية: يفضل معظم العلماء استخدام الطريقة الكلية إذا كانت المادة الدراسية غير مجزأة واستخدام الطريقة الجزئية في حالة تعدد أجزاء المادة أو صعوبتها.

نوع المادة العلمية ومدى تنظيمها: كلما كانت المادة مرتبطة منطقاً، ومترابطة الأجزاء، وواضحة المعنى تكون سهلة الحفظ والمراجعة.

السمع الذاتي: وهي محاولة استرجاع أثناء الحفظ مما يساعد على تثبيت المعلومات والقدرة على استدعائها.

التوجيه والإرشاد: ثبت أن التحصيل العلمي المقترن بالتوجيه أفضل من التحصيل بدونه، فالمتعلم له يعي أهمية ما حصله ويعرف ماذا يريد. (رشاد، 1999).

**النشاط الشخصي:** ويعتبر أمثل السبل لاكتساب المهارات والخبرات والمعلومات والمعارف المختلفة، فالتعليم الجيد هو الذي يقوم من النشاط الشخصي للمتعلم بحيث أن المعلومات التي يتحصل عليها الطالب عن طريق جهده ونشاطه تكون أكثر رسوخا في ذهنه وأكثر بعدا عن النسيان والزوال . (عبد الرحمن، 1984).

**العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي:**

هناك عدة عوامل متداخلة فيما بينها، تؤثر على التحصيل الدراسي، ومن هذه العوامل نذكر:

**العوامل العقلية:** ويقصد بها كل العوامل المرتبطة بالقدرات العقلية من أهمها نجد:

✓ **الذكاء:** هو من أهم العوامل العقلية المؤثرة في التحصيل وذلك لوجود علاقة ارتباطية قوية بينها، وهذا ما أكدته الدراسات التي أجريت في هذا المجال. (القاضي يوسف مصطفى وآخرون، 1981).

✓ **القدرات الخاصة:** لقد كشفت معظم الدراسات والبحوث طبيعة العلاقة بين التحصيل العلمي والقدرات الخاصة، من بينها القدرة اللغوية التي تؤدي إلى الفهم الصحيح والدقيق لمعاني المتغيرات اللغوية، وكذلك القدرة على الاستدلال العام. (أحمد سلامة وآخرون، 1973).

**العوامل الجسمية:** بالنسبة للعوامل الجسمية العامة والعاهات الخلقية نجد أن قدرة الطالب على بذل جهد ومسايرة زملائه، ومن أكثر العاهات المنتشرة ضعف حاستي السمع والبصر وعيوب النطق.

**العوامل التربوية:** تتمثل في مجمل الظروف المدرسية التي يعيشها الطالب داخل المؤسسة التعليمية.

✓ **الأستاذ كعامل مؤثر في التحصيل العلمي.**

✓ **الجو الاجتماعي يعد من العوامل العامة التي تؤثر على التحصيل العلمي.**

✓ **المناهج:** إذا كان البرنامج مبني على أسس سليمة، بحيث تراعي فيها طبيعة نموه.

**العوامل الأسرية:** تعتبر الأوضاع الأسرية من أهم العوامل التي تؤثر في الحالة النفسية والجسمية والعقلية لدى الطالب، وتحدد هذه الأوضاع في المستوى الثقافي للأسرة الجو السائد فيها. (محمد، 1981).

**النظريات المفسرة لاختلاف التحصيل الدراسي:**

**أ - الاتجاه الوظيفي:**

يرى أصحاب الاتجاه الوظيفي أن مؤسسات التعليم هي أهم مؤسسة تعمل على توريث القيم الاجتماعية والأخلاقية إضافة إلى مؤسسات أخرى كالمسجد والإعلام، لها وظائف مكملة لتحقيق التطبيع الاجتماعي، هذا التكامل في الوظائف يحقق المنظور الوظيفي لعلاقة التعليم بالمجتمع الذي نادى به إيميل دوركايم. ويرى أنصار الاتجاه الوظيفي أن الاختلاف في مستوى التحصيل لدى التلاميذ يعود إلى قدرات التلاميذ من ذكاء وذاكرة، كما أنه مرتبط بطموحات وتطلعات التلاميذ إضافة إلى طموحات أوليائهم.

## ب - الاتجاه الصراعى:

يعتمد هذا الاتجاه في مرجعيته على النظرية الماركسية التي ترى أن الصراع بين طبقات المجتمع هو المسؤول عن تباين التحصيل الدراسي و يقسم طبقات المجتمع إلى: طبقة مسيطرة على التغيير الاجتماعي. طبقة تابعة.

فالتبعية المسيطرة يتلقى أبنائها تعليمهم في مدارس خاصة، ويتدربون منذ نعومة أظافرهم على فنون القيادة ليصبحوا في المستقبل قادة لمجتمعاتهم، ويتحكمون في نفس الوقت في طبيعة مناهج المدارس التي يتردد عليها أبناء العامة من المجتمع، لكن هذا الاتجاه لا ينطبق إلى حد ما على مجتمعنا حالياً؛ لتكافؤ فرص التعلم بين مختلف فئات المجتمع بسبب سياسة مجانية وإجبارية التعلم التي تطبقها الدولة؛ لذلك ارتبط التحصيل الدراسي بمتغيرات حديثة تمس صلابة المتعلم و قدراته و مهاراته. (رحماني، ٢٠٢٠).

## ج - النظرية السلوكية:

ركزت النظرية السلوكية على أهمية البيئة في التعلم، و أن ما يستحق دراسته عن تعلم الإنسان هو ما يمكن ملاحظته فقط، لذا لم يتطرق السلوكيون إلى الأحوال الذهنية وعمليات التفكير، وما ساهم في ذلك أن أغلب الدراسات التي تجري - مثل كيفية تعلم الكلاب قفز الحواجز مثلاً أو عبور الممرات للوصول إلى الهدف - ما هي إلا محاولات للوصول إلى الهدف الرئيسي لعلم النفس، وهو معرفة الخصائص العامة للسلوك، وتحديد المتغيرات الرئيسية التي تؤثر على هذه الخصائص، ولذلك فإن دراسة العلاقات بين هذه المتغيرات والسلوك تعتبر على جانب كبير من الأهمية؛ لأنها تساعد على معرفة المبادئ الرئيسية للتعلم. (حمزة، ٢٠١٦).

ويتبنى الباحث النظرية السلوكية حيث سهولة التدريب على تغيير سلوك الإدمان على الهاتف، وبما أن الاستخدام المفرط للهاتف الذكي سلوك مكتسب، فإن التدريب على ترشيد استخدامه سلوك أيضاً، وتعزيزه عبر قرار واع وبرنامج علاجي، وبالنسبة للمتغير الثاني - التحصيل الدراسي - فالتحصيل الدراسي يكون مرتفعاً؛ نتيجة لتكرار سلوك التعلم، فلذلك يمكن مساعدة الطلاب أن يحصلوا على درجات مرتفعة عن طريق تطبيق برنامج يستند إلى النظرية السلوكية.

ويرى الباحث أن العوامل التي تؤثر في التحصيل الدراسي لا شك أنها كثيرة ومتشعبة، بدءاً من المدرسة وإمكانياتها، والمعلم ومهاراته، وطرق التعليم، وحوادثها وفعاليتها، والمنهاج وجودته وغناه، وإمكانيات الفرد واستعداداته، ودور الأسرة في تحفيز ما لديه ودفعه لإنجاز أفضل، أو إعاقته أحياناً حيث إن دور الأسرة يتأثر بمستواها الاقتصادي والاجتماعي والثقافي. و يرى الباحث أيضاً ان التحصيل الدراسي ذو أهمية كبيرة في حياة الفرد وأسرته، فهو ليس فقط تجاوز مراحل دراسية متتالية بنجاح والحصول على الدرجات التي تؤهله لذلك، بل له جوانب هامة جداً في حياته باعتباره الطريق الإجباري لاختيار نوع الدراسة و المهنة، وبالتالي تحديد الدور الاجتماعي الذي سيقوم به الفرد، والمكانة الاجتماعية التي سيحققها، ونظرة لذاته، وشعوره بالنجاح ومستوى طموحه.

### المبحث الثالث: الدراسات السابقة

#### تمهيد:

يتناول الباحث في هذا المبحث الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات الدراسة وهي ذات علاقة ارتباطية كلية اوجزئية ، وهي متنوعة بين الدراسات العربية والاجنبية. وايضاً سوف يتم عرض الدراسات التي تناولت كل متغير مع متغيرات آخري..  
أولاً الدراسات العربية:

1- دراسة فارس ( ٢٠١٨ ) بعنوان: (اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلبة التعليم الثانوي بدولة الكويت)، وتمثلت عينة الدراسة في 154 طالب وطالبة من الصفين الحادي والثاني عشر، استخدمت الباحثة مقياسين من أدوات القياس لجمع المعلومات: المقياس الأول: اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول "النوموفوبيا". أما المقياس الثاني فتضمن التحصيل الدراسي، وأسفرت النتائج عن أنه توجد علاقة بين الخوف من فقدان الهاتف المحمول ومستوى التحصيل الدراسي لطلبة التعليم الثانوي بدولة الكويت، وهذه العلاقة سلبية بمعنى أنه كلما زاد الخوف من فقدان الهاتف المحمول انخفضت نسبة التحصيل الدراسي لدى الطلبة. ومن الممكن أن الطلاب الذين لديهم سلوك منخفض اتجاه الدورة التدريبية والذين لا يستطيعون الأداء بالشكل المرضي على المستوى الأكاديمي يميلون إلى التركيز على استخدام الهاتف الذكي أثناء وبعد وقت التدريس.

2- دراسة القضاة و الصرايرة (2018) بعنوان: (درجة انتشار الشعور بالخوف من فقدان الهاتف المحمول(النوموفوبيا) لدى طلبة جامعة الطفيلة التقنية) وتمثلت عينة الدراسة في (313) طالباً وطالبة و استخدم الباحث استبانة الذي اعدت بواسطة الباحثين و اسفرت النتائج عن أن الوحدة والاكتئاب من أكثر الأعراض ظهوراً على الأفراد عندما يبتعدون عن هواتفهم، كما أظهرت النتائج أن (28.8%) من أفراد عينة الدراسة مصابين بالنوموفوبيا في حين أن ما نسبته (70.3%) هم في خطر الإصابة بالنوموفوبيا، ولم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى النوموفوبيا يعزى لمتغيري الكلية أو السنة الدراسية أو التفاعل بينهما. كما أظهرت النتائج وجود علاقة دالة إحصائية بين الإصابة بالنوموفوبيا وفترة امتلاك الهاتف الخليوي.

3- دراسة الجاسر(2019) بعنوان: اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول ( النوموفوبيا) وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلبة التعليم الثانوي بدولة الكويت وتمثلت عينة الدراسة في (154) طالباً وطالبة و استخدم الباحث مقياسان من أدوات القياس لجمع المعلومات، المقياس الأول : اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول " النوموفوبيا " أما المقياس الثاني فنضمن التحصيل الدراسي، كما أظهرت النتائج انه توجد علاقة بين الخوف من فقدان الهاتف المحمول ومستوى التحصيل الدراسي لطلبة التعليم الثانوي بدولة الكويت وهذه العلاقة سلبية بمعنى كلما زاد الخوف من فقدان الهاتف المحمول انخفضت نسبة التحصيل الدراسي لدى الطلبة.

4- دراسة عدنان محمود (2017) التي تهدف لمعرفة مدى انتشار الخوف المرضي من فقدان الهاتف النقال (النوموفوبيا) لدى طلبة جامعة اليرموك، بالإضافة إلى الكشف عن القدرة التنبؤية للعوامل الديمغرافية (الجنس، والكلية، وعدد سنوات امتلاك الهاتف، وطبيعة السكن، ومكان الإقامة، والسنة الدراسية ) في انتشار النوموفوبيا لدى طلبة جامعة اليرموك . تكونت عينة الدراسة من (1425) طالبا وطالبة من طلبة البكالوريوس في جامعة اليرموك، تم استخدام مقياس يلدريم ( Yildirim, 2014) لقياس الخوف المرضي من فقدان الهاتف النقال بعد التحقق من صدقه وثباته . وقد أظهرت نتائج الدراسة أن نسبة انتشار الخوف المرضي من فقدان الهاتف النقال (النوموفوبيا) بين طلبة جامعة اليرموك (من وجهة نظر الطلبة) كان مقدارها(37.15%) حيث أظهرت النتائج وجود أثر نسبي للمتنبئ (عدد سنوات امتلاك الهاتف النقال) الذي يرتبط طردياً مع المتنبأ به (النوموفوبيا). كما كشفت النتائج وجود أثر نسبي للمتنبئ (الجنس) لصالح الطلبة الإناث مقارنة بنظرائهم الطلبة الذكور وكذلك وجود أثر مشترك للمتنبئات (عدد سنوات امتلاك الهاتف، ثم الجنس)

المتنبأ به (النوموفوبيا). وكشفت نتائج الدراسة أيضاً عن عدم وجود أثر نسبي أو قدرة تنبؤية للعوامل الديمغرافية المؤثرة (الكلية، وطبيعة السكن، ومكان الإقامة، والسنة الدراسية) في انتشار النوموفوبيا لدى طلبة جامعة اليرموك.

5- دراسة العصيمي واليحيى ( ٢٠١٥ ) بعنوان: (إدمان الهاتف المحمول بين طلاب مدينة الرياض)، وتهدف الدراسة إلى استكشاف ظاهرة إدمان الهواتف الذكية، على عينة قوامها 2367، تم استخدام استبانة إلكترونية ذاتية الإدارة والاستخدام الإشكالي للهواتف المحمولة (PUMP). أظهرت نتائج هذه الدراسة أن طلاب الجامعات في المملكة العربية السعودية معرضون لخطر الإدمان على استخدام الهواتف الذكية، وهو ما يرتبط بالتأثيرات السلبية على النوم، ومستوى الطاقة، وعادات الأكل، والوزن، والتمارين الرياضية، والأداء الأكاديمي . وتشير نتائج هذه الدراسة الحالية إلى الحاجة إلى دراسات أكبر متعددة المراكز تشمل مجموعات سكانية أوسع لاستكشاف إمكانية تجنب النتائج السلبية المحتملة.

6- دراسة مصطفى عبد الرزاق وآخرون (2021) بعنوان: (الخوف من الضياع وعلاقته بفوبيا فقدان الهاتف المحمول (نوموفوبيا) بين المراهقين الوافدين) وتم تمثيل عينة الدراسة في (584) باحث مراهق. الذين استخدموا مقياس النوم (584). وكشفت النتائج أن هناك علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين الخوف من الضياع وبين الرهاب لدى المراهقين الوافدين ، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث خوفاً من الضياع ، و وجود فروق بين الإناث والذكور في مساهمة النوم والخوف من الضياع. في التنبؤ برهاب المراهقين المغتربين.

7- دراسة الديب (1991) سلطنة عمان: بعنوان: (نمو مفهوم الذات لدى الأطفال والمراهقين من الجنسين وعلاقته بالتحصيل الدراسي). مكان الدراسة : مدارس المرحلتين الابتدائية والإعدادية في سلطنة عمان، العينة 222 تلميذاً وتلميذة من المرحلتين. هدفت الدراسة إلى الكشف عن نمو مفهوم الذات لدى الأطفال والمراهقين من الجنسين وعلاقته بالتحصيل الدراسي. نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى وجود ترابط إيجابي بين التحصيل الدراسي ومفهوم الذات عند مستوى الدلالة 01.0 لدى أفراد عينة البحث وجد أن أصحاب مفهوم الذات العالي أكثر تحصيلاً من أصحاب مفهوم الذات المنخفض.

ثانياً الدراسات الأجنبية:

1/ دراسة (MB et al., 2015) بعنوان: دراسة الخوف من فقدان الهاتف لدى طلبة كلية الطب في (BANGALORE): تمثلت عينة الدراسة في (200) طالباً وطالبة و استخدم الباحث مقياسان من أدوات القياس لجمع المعلومات، المقياس الأول : اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول " النوموفوبيا" أما المقياس الثاني فتضمن التحصيل الدراسي، كما أظهرت النتائج انه غالبية الطلبة (74%) ينفقون ما بين (300-500) روبية ( ما يعادل 16-26 ريال سعودي) كل شهر لتعبئة الهاتف، و(25%) من الطلبة تضعف حالة الانتباه و التركيز لديهم ويشعرون بالضغط النفسي عندما لا يكون الهاتف بقربهم، و(39,5%) منهم يشعرون بمرض الخوف من فقدان الهاتف أو ما يسمى بمرض " نوموفوبيا" و(27%) منهم يشعر باستفحال هذا المرض.

2/ دراسة (Essel et al., 2021) بعنوان: (تأثير اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول " النوموفوبيا على الطلاب في غانا): تمثلت عينة الدراسة في (670) طالباً جامعياً. و استخدم الباحث مقياس النوموفوبيا الذي اعد بواسطة الباحثين .و أظهرت النتائج درجات متنوعة من الرهاب ، و لوحظت الدلالة الإحصائية بين التحصيل الأكاديمي ومستوى اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول " النوموفوبيا.

3/ دراسة (Gezgin et al., 2018) بعنوان: (مستويات اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول " النوموفوبيا لدى طلاب المدارس الثانوية وإدمانهم على الإنترنت): تمثلت عينة الدراسة (929) طالباً و طالبة من طلاب المدارس الثانوية تم اختيارهم بشكل عشوائي من بين طلاب الصف التاسع إلى الثاني عشر من المدارس الثانوية التركية في مناطق اجتماعية واقتصادية مختلفة في مقاطعات أفيون وأنقرة وماردين. في عملية جمع البيانات ، تم استخدام استبيان ديموغرافي، بالإضافة إلى مقياس Nomophobia ومقياس إدمان الإنترنت. وفقاً للنتائج، تم العثور على مستويات رهاب طلاب المدارس الثانوية أعلى بقليل من المتوسط فيما يتعلق بالاختلافات بين الجنسين ، تميل الطالبات إلى إظهار سلوكيات معادية للمخاوف مقارنة بالطلاب الذكور بالإضافة إلى ذلك، لا تؤثر مستويات درجات الطلاب على انتشار رهاب النوموفوبيا. بالنظر إلى مدة ملكية الهاتف الذكي، فقد وجد أنه كلما طال مدة استخدام الهاتف الذكي، زادت مخاطر إظهار اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول " النوموفوبيا. أخيراً ، أشارت النتائج إلى أنه كلما ارتفع مستوى إدمان الطلاب على الإنترنت ، زادت من اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول " النوموفوبيا لدى الطلاب.

4/ دراسة إبراهيم ( 2014 ) Abraham: هدفت إلى تقييم الاعتماد على الهاتف، المعرفة وتأثير النوموفوبيا وتحديد العلاقة بين النوموفوبيا وبعض المتغيرات الشخصية والتمثلة في العمر-الجنس-مدة استخدام الهاتف في اليوم - عدد مرات التحقق من الهاتف - ردود الأفعال في حال تعطل الهاتف . وتكونت عينة الدراسة من ( ٢٠٠ ) فردٍ من طلاب الجامعة تراوحت أعمارهم بين ١٨-٢٣ عاماً. وبعد تطبيق مقياس النوموفوبيا توصلت الدراسة إلى عدة نتائج من أهمها أن هناك علاقة بين تأثير النوموفوبيا ومتغيري العمر وعدد مرات التحقق من الهاتف.

5/ دراسة يلدرم وزملائه (Yildirm al et 2016): هدفت للتعرف على معدلات انتشار النوموفوبيا بين الشباب في تركيا، وذلك على ( 484 ) طالبا من طلاب الجامعات التركية ( 361 ) ذكرا - 123 أنثى)، تراوحت أعمارهم بين 17-34 عاماً، طبق عليهم اختبار النوموفوبيا. وتوصلت الدراسة إلى أن 42 % من الشباب يعانون من النوموفوبيا، وأن أكبر مخاوفهم تتعلق بالاتصال والوصول للمعلومات. كما توصلت إلى أن نوع الجنس ومدة ملكية الهواتف الذكية لهما تأثير على النوموفوبيا. كذلك توصلت إلى وجود فروق دالة إحصائية في سلوكيات النوموفوبيا بين طلاب و طالبات الجامعات التركية. أما عن متغير العمر فتوصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في درجات النوموفوبيا بين الطلاب الأصغر سناً ( ٢٠ سنة فأقل، والطلاب الأكبر سناً أكثر من ٢٠ سنة ).

6/ دراسة (Qutishat et al., 2020) بعنوان: (مدى انتشار اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول" النوموفوبيا ، والعوامل الديموغرافية التي تؤثر على اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول " النوموفوبيا ، والعلاقة بين اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول " النوموفوبيا والأداء الأكاديمي بين طلاب الجامعات في عمان: تمثلت عينة الدراسة (735) طالباً. تم تحديد Nomophobia باستخدام أداة تقرير ذاتي ، استبيان Nomophobia ، والذي يتضمن 20 عنصراً على مقياس ليكرت مصنفة من 1 ("لا أوافق بشدة") إلى 7 ("أوافق بشدة"). تم استخدام التحليل الوصفي والاختبار الإحصائي للارتباط بيرسون لتحديد العلاقة المحتملة بين الرهاب والأداء الأكاديمي. أسفرت النتائج عن انتشار الرهاب بين الطلاب بنسبة 99.33 % ، وكان معظمهم بمستوى معتدل من الرهاب. أفاد الطلاب الذين يعانون من رهاب الخوف الشديد من الأداء الأكاديمي الضعيف (p = 706. ) ، لكن هذا لم يكن ذا دلالة إحصائية.

7/ دراسة (Hamutoglu et al., 2018) بعنوان: (تأثير الخوف من الضياع بين طلاب الجامعات التركية): تمثلت عينة الدراسة في (538) طالباً جامعياً تم استخدام استبيان (nomophobia (NMPQ) ومقاييس الخوف من الضياع كأدوات لجمع البيانات. أظهرت النتائج أنه تم العثور على مستوى إيجابي متوسط للعلاقة بين Nomophobia و الخوف من الضياع. العلاقة بين الخوف من الضياع بين طلاب الجامعات التركية.

8/ دراسة (Rajyalakshmi & Singamsetty, 2021) التي استخدمت أسلوب المراجعة المنهجية للأدب (systematic literature review) لاستكشاف Nomophobia و التأثير على المضاعفات الصحية: حيث تم جمع المقالات من قاعدة بيانات PubMed وكانت معايير الاختيار لفحص الأدبيات من السكان الذين يعانون من Nomophobia الفئة العمرية بين 17 و 25 عامًا. كانت الكلمات الرئيسية للبحث المضمنة هي رهاب نوموفوبيا وإدمان الهاتف الخليوي والتأثيرات الصحية والقلق وعدم وجود رهاب للهاتف المحمول . أجريت الدراسة في عام 2020. وتألقت مجموعة الدراسة من مجموعة سكانية مع Nomophobia بين الفئة العمرية 17-25. النتيجة والاستنتاج: يتم إجراء هذه المراجعة لفهم الأعراض السريرية والمضاعفات والتدابير الوقائية المختلفة المتخذة ضد رهاب نوموفوبيا ومن النتائج التي تم الحصول عليها بعد فحص المقالات ذات الصلة بناءً على معايير الاختيار ، يمكن استنتاج أن الإدمان على الهواتف المحمولة ووسائل التواصل الاجتماعي قد يؤدي إلى للاكتئاب وفقدان الذاكرة والقلق.

9/ دراسة (Ozdemir et al., 2018) التي هدفت لمعرفة مدى انتشار نوموفوبيا بين طلاب الجامعات والعلاقة بين نوموفوبيا واحترام الذات والوحدة والسعادة الذاتية فيما يتعلق بالجنس وسنة الدراسة لطلاب الجامعات في باكستان وتركيا: تكونت مواد الدراسة من 729 طالبًا و 368 (50.5%) منهم من تركيا و 361 (49.5%) من باكستان. تم جمع البيانات باستخدام مقياس Nomophobia Scale ((NMP-Q و (UCLA Loneliness Scale (8-UCLA)) ومقياس السعادة الذاتية ومقياس تقدير الذات ل Rosenberg من قبل الباحثين من باكستان وتركيا على التوالي. تم فحص علاقة وتأثير كل بنية نفسية على رهاب النوموفوبيا باستخدام نموذج الانحدار الخطي المتعدد. تم فحص الاختلاف عبر فئات المتغيرات المستقلة في كل من المتغيرات التابعة (الوحدة ، السعادة الذاتية ، احترام الذات ورهاب الألفة) وعلى التركيبية الخطية للمتغيرات التابعة لكل بلد بواسطة MANOVA متعددة المتغيرات. وفقًا لنتائج التأثيرات متعددة المتغيرات ، كان التأثير الرئيسي للجنس على تقدير الذات ورهاب النوم ذو دلالة إحصائية مما يشير إلى أن الفروق بين الطلاب والطالبات فيما يتعلق بتقدير الذات ورهاب النوم كانت ذات دلالة إحصائية. أظهرت الدراسة أيضًا وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلاب الأتراك والباكستانيين في رهاب الذات والوحدة والسعادة الذاتية، في حين لم يكن الاختلاف في احترام الذات عبر البلدان ذات دلالة إحصائية.

10/ دراسة هيربرت ديليو مارش (marsh. w Herbert 1990, استراليا، بعنوان: (مفهوم الذات والتحصيل الأكاديمي): هدفت الدراسة إلى تعرف العلاقة بين مفهوم الذات والتحصيل الأكاديمي، أخذت العينة من عدة مستويات دراسية متتالية إحصائية، ثانوي، ومتخرجين جدد من المدارس، وبلغت العينة (1456) طالباً وطالبة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أنه وجد أن هناك تأثيراً متبادلاً بين مفهوم الذات والتحصيل الأكاديمي، فقد حصل الطلاب الذين لديهم مفهوم ذات إيجابي على معدلات عالية في التحصيل الأكاديمي والعكس صحيح. (حموي، منى، 2010).

12/ دراسة تافا كوليزدا وآخرين (Tavakolizadeh, J. et al) انتشار الاستخدام المفرط للهواتف المحمولة وعلاقته بالصحة النفسية والعوامل الديموغرافية لدى الطلاب من جامعة جونا باد للعلوم الطبية في (2011-2012): هدفت الدراسة إلى تحديد مدى انتشار الاستخدام المفرط للهاتف المحمول وعلاقته بحالة الصحة العقلية والعوامل الديموغرافية على (257) طالب من جامعة جونا باد للعلوم الطبية، وتوصلت النتائج إلى أنه بلغ معدل انتشار الاستخدام المفرط للهاتف المحمول 36.7% بين الطلاب، وتوجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاستخدام المفرط للهاتف المحمول والصحة العقلية للطلاب؛ لذلك أظهر 205 طالباً من 257 طالباً يستخدمون الهاتف المحمول بشكل مفرط حالة ذهنية غير طبيعية، وكان 52 طالباً فقط من المستخدمين بشكل مفرط يتمتعون بحالة طبيعية، بينما كانت هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاستخدام المفرط للهاتف المحمول مع 3 مستويات فرعية من الجسدية (أعراض جسدية ناتجة عن سبب نفسي و غير جسدي) والقلق والاكتئاب لطلاب، وهذه النتائج تتوافق مع نتائج دراسات مماثلة في هذا المجال.

- 14/** أجريت عدة دراسات تناولت متغيرات وعينات مختلفة، حيث أجرى بيفين وبريتي وبارفين وثولاسب دراسة ( Bivin, Preeti, Parveen & Thulasip, 2013): هدفت إلى معرفة أنماط استخدام الطلبة للهاتف النقال، وعلاقتها بمستوى النوموفوبيا. تكونت العينة من (547) من طلبة البكالوريوس في العلوم الصحية في الولايات المتحدة. أشارت النتائج إلى أن (64%) من الطلبة معرضون للإصابة بالنوموفوبيا، وأن (23%) منهم يعانون من النوموفوبيا. وأظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية في اعتماد الطلبة على الهاتف النقال تعزى للتخصص. وبينت النتائج وجود علاقة ارتباطيه موجبة الاتجاه دالة إحصائية بين نمط استخدام الهاتف النقال المتعلقة بعدد الهواتف النقالة، وعدد مرات تفقد الهاتف النقال، وعدد سنوات التملك للهاتف النقال، وحدة النوموفوبيا لدى الطلبة.
- 15/** هدفت دراسة كنج وآخرون (King al et, 2014) إلى معرفة مدى احتمالية تأثير النوموفوبيا على الحالة النفسية للمرضى الذين يعانون من اضطراب الهلع (Disorder Panic) و رهاب الخلاء (Agoraphobia) تكونت عينة الدراسة من (50) مريضاً، يتلقون العلاج في مختبر معهد الطب النفسي التابع للجامعة الاتحادية في بالبرازيل جانيرو دي ريو ( Institute of Psychiatry, Federal Brazil, Janerio, University of Rio de Janeiro) و(70) فرداً من الأصحاء المتطوعين. بينت النتائج أن مرضى اضطراب الهلع والخوف من الأماكن المكشوفة قد أبدوا أعراضاً جسدية ونفسية شديدة عندما كانوا بعيدين عن الهاتف النقال أو غير قادرين على استخدامه، مقارنة بالمتطوعين الأصحاء، إذ أظهروا زيادة كبيرة في القلق، وتسارع في نبضات القلب، والرجفان والتعرق، والرهاب، والخوف، والاكنتاب. وبينت النتائج أيضاً أن كلا المجموعتين شعرت بالراحة النفسية من خلال وجود الهاتف النقال لديهم خلال فترة الدراسة.
- 16/** قام مايناساري وأريانا (Ariana & Mayangsari, 2015): الدراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين تقدير الذات و النوموفوبيا لدى المراهقين في إندونيسيا. تكونت العينة من (103) مراهقين، تتراوح أعمارهم بين (18-23) سنة. وأظهرت النتائج عدم وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائية بين تقدير الذات والنوموفوبيا، ووجود اختلاف في تقدير الذات بين الجنسين، ووجود اختلاف في طول فترة امتلاك الهاتف النقال و النوموفوبيا.
- 17/** دراسة تافولاكس وميرنجارك، وريشارد، ودوجوليت، زاندر (Tavolacci, Meyrignac, Richard, Dechelotte, & Ladner, 2015) هدفت إلى التحقق من نسبة انتشار النوموفوبيا لدى طلبة الجامعات الفرنسية، وأثر ذلك على المشكلات النفسية. تكونت العينة من (760) طالباً وطالبة. بينت النتائج أن نسبة انتشار النوموفوبيا بين الطلبة بلغت (3.31%) وبينت النتائج أن ((3.12% من الطلبة يعانون من مشكلات في النوم بسبب النوموفوبيا، وأن (3.11%) منهم يعاني من القلق الشديد. وبينت النتائج أيضاً أن انتشار النوموفوبيا لدى الطالبات كانت أعلى من الطلاب.
- 18/** أجرى يوسال، وأوزن ومادنجلو (Uysal, Madenoglu & Ozen, 2016): دراسة هدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين النوموفوبيا والرهاب الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين. تكونت العينة من (265) طالباً وطالبة. أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائية بين النوموفوبيا والرهاب الاجتماعي وأظهرت أن مستوى النوموفوبيا لدى طلبة السنة الدراسية الرابعة أعلى منه لدى طلبة السنة الثانية، ومستوى النوموفوبيا لدى طلبة السنة الثانية أعلى منه لدى طلبة السنة الأولى. كذلك أظهرت أن نسبة انتشار النوموفوبيا لدى الإناث بلغت (53%) في حين بلغت (47%) لدى الذكور.
- 19/** دراسة جيزجن وكاكر (Çakır & Gezgin 2016) هدفت إلى تعرف مستوى النوموفوبيا لدى طلبة الثانوية العامة في تركيا في ضوء بعض المتغيرات. وتكونت العينة من (475) طالباً وطالبة من ست جامعات. أظهرت النتائج أن متوسطات درجات الطلبة المتعلقة بسلوكيات النوموفوبيا كانت أعلى من المتوسط. وبينت النتائج وجود فروق دالة إحصائية في مستوى النوموفوبيا لدى الطلبة تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث، وكذلك وجود فروق دالة إحصائية في مستوى النوموفوبيا لدى الطلبة تعزى لمتغير مدة استخدام الهاتف النقال

للإنترنت، بينما أظهرت عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى النوموفوبيا لدى الطلبة تعزى لمتغيرات المستوى الدراسي، والمستوى التعليمي للوالدين، ومدة استخدام الهاتف النقال.

#### تعليق الباحث على الدراسات السابقة:

يلاحظ من مراجعة الدراسات السابقة التي تناولت موضوع اضطراب فقدان الهاتف المحمول (النوموفوبيا) أنها قد تباينت في أهدافها، حيث هدف بعضها إلى الكشف عن مستوى انتشار النوموفوبيا لدى الطلبة (Yildirim et al, 2016; Çakır and Gezgin, 2016). كما هدف البعض الآخر، إلى الكشف عن العلاقة بين النوموفوبيا ومتغيرات وأمراض نفسية أخرى، مثل: اضطراب الهلع ورهاب الخلاء (King et al) 2014، وتقدير الذات (Mayangsari and Ariana, 2015) والرهاب لاجتماعي (Uysal, et al) 2016) و المشكلات النفسية (Tavolacci et al) 2015) ويلاحظ أن الدراسات السابقة اختلفت في عيناتها، حيث تراوحت بين المراهقين والشباب من طلبة المدارس الثانوية (Mayangsari & Ariana, 2016; Gezgin and Çakır, 2015)، (والطلبة الجامعيين (Bivin, et al., 2013; Tavolacci, et al., 2015; Uysal, et al., 2016; Yildirim et al).

#### الاستفادة من الدراسات السابقة في الآتي:

1 - الاستفادة من نتائج الدراسات السابقة لتحديد هدف هذه الدراسة وهو تحديد العلاقة بين اضطراب الهاتف المحمول ومستوى التحصيل الدراسي بحيث يضيف إلى البحوث حول موضوع النوموفوبيا .

2 - الاستفادة من نتائج الدراسات السابقة في تحديد المنهج وكيفية اختيار العينة والادوات المستخدمة في الدراسة .

#### الفصل الثالث: منهج وأجراءات البحث

##### منهج البحث:

يعتمد الباحث الحالي على المنهج الوصفي لملاءمته لطبيعة الموضوع، حيث يعد إجراء للحصول على حقائق وبيانات مع تفسير لكيفية ارتباط هذه البيانات بمشكلة الدراسة و يقوم المنهج بوصف الظاهرة (اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول (النوموفوبيا) و علاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلاب و طالبات كلية الآداب بجامعة الملك عبدالعزيز). كما في الواقع بطريقة علمية منظمة، قائمة على الانتقاء من بين ظاهرة موضوع البحث، علاوة على ذلك يقوم بتفسير البيانات و تحليلها واستخراج الاستنتاجات ذات المغزى بمشكلة الدراسة، ثم بعد ذلك خطوة تقديم المقترحات لحل مشكلة البحث. (فان دالين، 1996).

##### مجتمع البحث:

يتكون مجتمع الدراسة من طلاب و طالبات كلية الآداب بجامعة الملك عبدالعزيز وذلك من مختلف الأقسام (علم النفس \_ لغة انجليزية \_ تقنية معلومات \_ جغرافيا \_ تاريخ ) ، وقد بلغ عدد الطلاب بالكلية (11,964) ، منهم عدد الطلاب (4775 طالب) و عدد الطالبات (7189 طالبة ) حسب سجلات الكلية لعام 2021م.

##### عينة البحث:

تتكون عينة البحث من (188) طالب و طالبة منهم (118) طالب و (70) طالبة و قد تم اختيارهم بطريقة العينة العشوائية البسيطة من مجتمع الدراسة و يمكن وصف خصائص العينة من خلال الجدول الآتي:

الجدول (1): توزيع افراد عينة البحث وفقاً للمتغيرات المستقلة.

النسبة المئوية	العدد الكلي =188	
		الجنس
63%	118	ذكر
37%	70	انثى
		العمر
53.7%	101	18 سنة الي 27 سنة
46.3%	87	28 سنة الي 35 سنة

أخرى\* ( لغة انجليزية \_ تقنية معلومات \_ جغرافيا \_ تاريخ).

أداة الدراسة:

مقياس اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول (النوموفوبيا):

بعد الاطلاع على الدراسات السابقة المتعلقة بموضوع الخوف المرضي من فقدان الهاتف النقال (النوموفوبيا) (Preeti, Bivin, 2015, Correia & Yildirim), (Tavolacci, Meyrignac, Parveen & Thulasip, 2013), (Yildirim, 2014), (Richard, Dechelotte & Ladner, 2015) (والاستفادة من المقاييس التي اعتمدت في هذا المجال؛ تم اعتماد الصورة المعربة من مقياس النوموفوبيا والذي قام بتعريبه كل من حفيظة البراشدية و سعيد الظفري، لقياس نسبة انتشار اضطراب الخوف من فقدان الهاتف (النوموفوبيا) لدى الطلبة و هو يتكون من 18 عبارة وقد قام الباحث بتعديل بعض العبارات لتناسب مع طبيعة عينة ومجتمع الدراسة وقد تم عمل نسخة إلكترونية من المقياس دون الإخلال بالبنود الموجودة فيه.

تصحيح المقياس:

اعتمد الباحث على تدرج ليكرت الرباعي للتصحيح على النحو الآتي:

جدول رقم (2) يوضح تصحيح المقياس على حسب تدرج ليكرت الرباعي:

لا اتفق بشدة	لا اتفق	اتفق	اتفق بشدة
1	2	3	4

الصدق الظاهري:

قام الباحث بعرض المقياس على عدد من المحكمين و المختصين و استفاد الباحث من وجهات نظر المحكمين في المقياس حيث أطلع المحكمين على العبارات كاملة و تمت الإفادة بأنها لا تحتاج الى تعديل او إضافة:

الاسم	الدرجة العلمية	الجامعة
د. محمد جمل الليل	استاذ	جامعة الملك عبدالعزيز
د. الامين جنان	استاذ مشارك	جامعة الملك عبدالعزيز
د. يحي احمد الماحي	استاذ مشارك	جامعة جدة

### الاتساق الداخلي للمقياس:

قام الباحث بحساب الاتساق الداخلي للمقياس و ذلك بإيجاد ارتباط كل فقرة بالفقرة التي تاليه للمقياس و الجدول التالي يوضح ذلك:  
 جدول رقم (3) يوضح معاملات الارتباط بين الفقرات وبين مقياس النوموفوبيا.

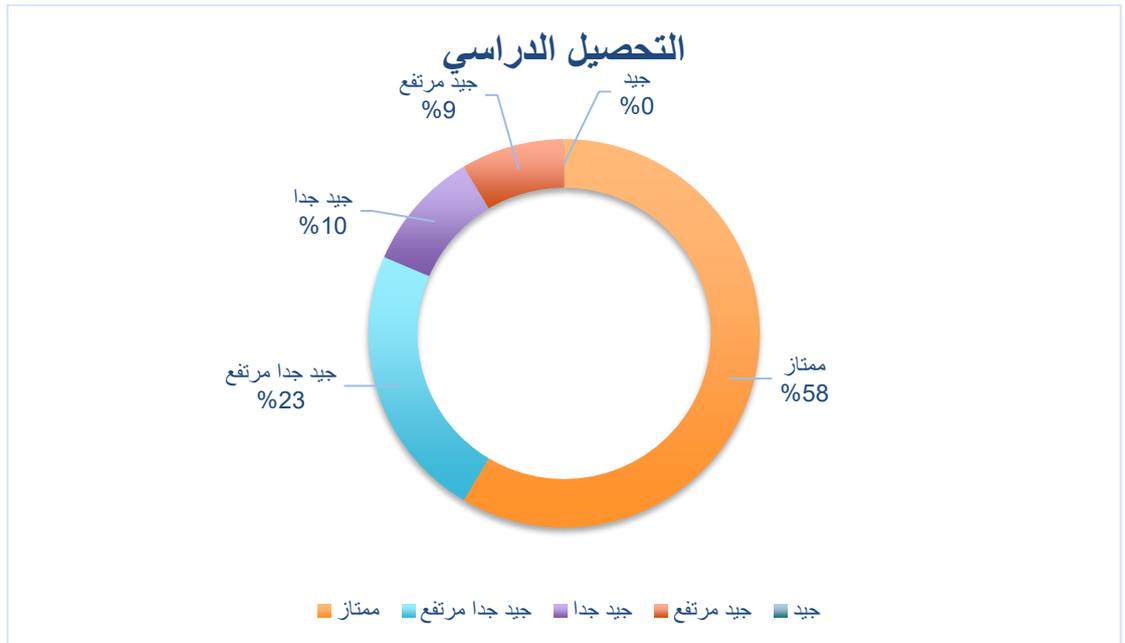
الارتباط	مضمون الفقرة	الرقم
0.72	1-أشعر بالخوف إذا قارب شحن بطارية هاتفي الذكي على النفاذ	1
0.71	2-أشعر بالخوف من ضياعي في مكان عندما لا يكون هاتفي الذكي معي	2
0.65	3-فقدان هاتفي الذكي يجعلني أنزعج بسبب فقدان المعلومات المخزنة في هاتفي الذكي بشكل نهائي	3
0.53	4-إذا لم يكن هاتفي معي فإنني أشعر بالتوتر إذ لن أستطيع الرد على الرسائل والمكالمات	4
0.51	5-فقدان هاتفي الذكي يجعلني غير مرتاح؛ لأنني لن أتمكن من البقاء على إطلاع بالمستجدات في الأخبار و وسائل التواصل الاجتماعي والشبكات الإلكترونية	5
0.50	6-فقدان هاتفي الذكي يجعلني أنزعج لأنني لن أستطيع استعمال بيانات هاتفي الذكي، أو أيًا من تطبيقات عندما أرغب بذلك	6
0.59	7-أشعر بالذعر إذا قارب رصيدي أو اشتراك بياناتي الشهرية في خدمة الهاتف الذكي على النفاذ	7
0.53	8-أشعر برغبة مستمرة لتفقد شاشة هاتفي الذكي	8
0.57	9-إذا لم يكن هاتفي معي فإنني أشعر بالتوتر، لأنني سأفقد التواصل مع الآخرين	9
0.54	10-إذا لم يكن هاتفي معي فإنني أكون قلقاً؛ لأن عائلتي أو أصدقائي لن يتمكنوا من التواصل معي	10
0.60	11-أتوتر إذا لم يكن لدي رصيد بيانات أو تعذر اتصالي بشبكة Wi-F	11
0.63	12-اصبح عصبياً؛ لأنني سوف أنفصل عن هويتي الرقمية على الإنترنت	12
0.67	13-فقدان هاتفي الذكي يجعلني أشعر بعدم الراحة لأنني لن أستطيع البحث عن المعلومات عبر هاتفي الذكي عندما أحتاج إليها	13
0.54	14-فقدان هاتفي الذكي يجعلني أشعر بالعصبية لعدم قدرتي على الحصول على الأخبار و الأحداث والطقس وما إلى ذلك	14

0.61	15- إذا لم يكن هاتفي معي فإنني أشعر بالانزعاج، لأنني لن أستطيع التواصل الفوري مع عائلتي أو أصدقائي	15
0.67	16- في حالة انقطاع شبكة الانترنت أشعر بالإحراج ؛ لأنني لن أستطيع الرد على الإشعارات التي تصلني من جهات اتصالي وأصدقائي في الشبكات الاجتماعية	16
0.73	17- في حالة انقطاع شبكة الانترنت أشعر بالقلق؛ لأنني لن أستطيع الرد على رسائل بريدي الإلكتروني	17
0.72	18- في حالة انقطاع شبكة الانترنت فإنني أشعر بالملل لأنني لن اعرف ماذا سأفعل في وقت فراغي	18

يلاحظ الباحث من الجدول السابق ان معاملات الارتباط تراوحت بين ( 0.53 \_ 0.73 ) وهي تعتبر نسبة ثبات عالية، مما يشير ان المقياس يتمتع بدرجات عالية من الصدق.  
**ثبات المقياس:**

تم حساب ثبات الاتساق الداخلي لأداة نسبة انتشار النوموفوبيا لدى الطلبة باستخدام معادلة كرونباخ ألفا ، حيث بلغت قيمة ثبات الاتساق الداخلي للمقياس (0.93)، وتم حساب ثبات الإعادة لأداة الدراسة باستخدام معامل ارتباط بيرسون بين نتيجتي التطبيقين الأول والثاني حيث بلغت قيمته (0.86).  
**مقياس التحصيل الدراسي:**

يتم قياس التحصيل الدراسي من خلال الحصول على درجات الطلبة في اختبارات الفصل الدراسي الثاني من العام 1441هـ - 1442هـ حيث تحصلنا على النتائج التالية:



الشكل رقم (1) يوضح توزيع التحصيل الدراسي للطلاب

كان التحصيل الدراسي لأغلب المشاركين (ممتاز) بنسبة 59% و (جيد جدا) بنسبة 23%.  
إجراء التطبيق الميدانية:

بعد تجهيز المقياس و تنسيق العبارات بما يتناسب مع مجتمع الدراسة قام الباحث بتوزيع المقياس على المحكمين و المختصين للتحقق من تناسب العبارات مع مجتمع الدراسة و بعد التحقق قام الباحث بإعداد المقياس على هيئة استبانة إلكترونية من موقع (نماذج قول) و أضاف إليها البيانات الديموغرافية للمبحوثين والتي احتوت على (الجنس - الحالة الاجتماعية - الفئة العمرية - المستوى الدراسي - التخصص - التقدير) و بعد ذلك قام الباحث بنشر الاستبانة على نطاق ضيق لعدد (50) شخص للتحقق من صدق المقياس و بعد التحقق من ذلك قام الباحث بنشر الاستبانة على اعلى نطاق فقد ساهم في توزيع الاستبانة عدد من أفراد الأسرة و الأصدقاء و الزملاء و بعد ذلك توجه الباحث الى عمادة البحث العلمي لنشر الاستبانة للوصول لأكبر عدد ممكن من مجتمع الدراسة ، و بعد الحصول على إجابات المبحوثين قام الباحث بتحليل البيانات على برنامج SPSS والذي يختص بتحليل البيانات و بعد تحليل البيانات قام الباحث بتفسير البيانات وعرض النتائج.

الأساليب الإحصائية:

تم الاعتماد بشكل أساسي على برنامج التحليل الاحصائي (Spss) ، لتحقيق أهداف الدراسة وكانت هذه الأساليب على النحو التالي:

1. معامل ارتباط بيرسون
  2. اختبار ت ( T test ) لعينة واحدة .
  3. اختبار ت ( T test ) لعينتين مستقلتين.
  4. اختبار التباين الاحادي انوفا ( ANOVA ) .
- الفصل الرابع: عرض ومناقشة النتائج

الفرض الأول: ينص الفرض على أنه ( تتسم السمة العامة لاضطراب الخوف من فقدان الهاتف بين طلاب كلية الآداب جامعة الملك عبدالعزيز بالارتفاع):

جدول رقم (4) يوضح اختبار(ت) لمجتمع واحد لمعرفة السمة المميزة لاضطراب الخوف من فقدان الهاتف بين طلاب كلية الآداب جامعة الملك عبدالعزيز:

السمة	حجم العينة	المتوسط الفرضي	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
اضطراب الخوف من فقدان الهاتف	108	36	31.32	7.14	6.43	187	0.001	تتميز السمة بالارتفاع

لمناقشة نتائج هذا الفرض التي تظهر أن المتوسط الفرضي لاضطراب الخوف من فقدان الهاتف (36) والوسط الحسابي(31.32) وقيمة (ت) (6.43) مما يشير إلي أن اضطراب فقدان الخوف من الهاتف يتميز بالارتفاع وسط العينة و هذه نسبة عالية جدا تتوافق مع ما جاء في دراسة ( Qutishat et al., 2020 ) التي اسفرت نتائجها عن انتشار اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول بين الطلاب بنسبة 99.33% . وعلى خلاف النسبة المنخفضة التي تحصل عليها كل من (القضاة & الصرايرة, 2018) التي أظهرت دراستهما أن (28.8%) من أفراد عينة الدراسة مصابين بالنوموفوبيا في حين أن ما نسبته (70.3%) و كذلك دراسة (عدنان محمود,

2017) التي اظهرت أن نسبة انتشار الخوف المرضي من فقدان الهاتف النقال (النوموفوبيا) بين طلبة جامعة اليرموك كان مقدارها (37.15%) ، و يعزي الباحث سبب التعلق الشديد بالهاتف الجوال للعينة لارتباط نمط الحياة العامة مع الجوال ارتباطاً وثيقاً جداً فلا تكاد نجد اليوم حياة منفصلة عن الجوال فأغلب أمور الحياة من واجبات دراسية او اعمال او حتى أمور المنزل والتسلية و تتبع اخبار العائلة و الجيران و الحي و الدولة و الاجتماعات و الحالة الصحة و الهوية الرقمية والجواز الرقمي من الأمور التي لا يمكن التخلي عنها و ايضاً نجد كثيراً من الأعمال التجارية و الوظائف مربوطة ارتباطاً تاماً بالجوال مربوط بالجوال . وقد اشار الجاسر (٢٠١٨).الي ان ظاهرة الخوف من فقدان الهاتف توجد كل افراد المجتمع خاصة وسط الشباب ، كما اوضح ان هنالك الكثير المتغيرات النفسية التي تلعب دوراً كبيراً في حدوث ظاهرة الخوف. أيضاً الحربي (2020) اوضح ان كل فرد يكون في قمة الحرص علي الحفاظ علي هاتفه وما يحمله من اسرار وخصوصيات لايسمح للآخرين الاطلاع عليها . وقد اشار الجاسر (2019) ان اطلاع الافراد علي هتف الفرد الخاص قد يؤدي به الي حدوث بعض المشكلات النفسية والسلوكية.

**الفرض الثاني:** ينص الفرض على أنه (توجد علاقة ارتباطية بين اضطراب الخوف من فقدان الهاتف والتحصيل الدراسي لدي طلاب كلية الآداب جامعة الملك عبدالعزيز).

جدول رقم (5) يوضح نتائج معامل ارتباط بيرسون لمعرفة العلاقة بين اضطراب الخوف من فقدان الهاتف والتحصيل الدراسي لدي طلاب جامعة الملك عبدالعزيز:

المتغير	قيمة معامل الارتباط مع التحصيل الدراسي	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
اضطراب الخوف من فقدان الهاتف	0.874	0.050	توجد علاقة ارتباطية عكسية

يلاحظ الباحث من الجدول السابق أن قيمة ارتباط اضطراب الخوف من فقدان الهاتف مع التحصيل الدراسي بلغت (0.874) و القيمة الاحتمالية (0.050) وهي دالة احصائياً ، مما يشير الى وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين المتغيرين. وهذا يتوافق مع دراسة فارس (٢٠١٨) التي أسفرت نتائجها عن وجود علاقة بين الخوف من فقدان الهاتف المحمول ومستوى التحصيل الدراسي لطلبة التعليم الثانوي بدولة الكويت، وهذه العلاقة سلبية بمعنى أنه كلما زاد الخوف من فقدان الهاتف المحمول انخفضت نسبة التحصيل الدراسي لدى الطلبة. وبخلاف دراسة (Qutishat et al., 2020) التي على الرقم من ان الطلاب الذين يعانون من رهاب الخوف الشديد افادوا ان أداءهم الأكاديمي كان ضعيفاً ، و يعزي الباحث تلك النتيجة لشدة التعلق بالجوال بالنسبة للطلاب قد يكون فيها هدراً للوقت و تشتيتاً لذهنه و تجعله مشغول البال و غير صافي الذهن و لذلك نجد انه كلما زاد مستوى اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول كلما ضعف مستوى التحصيل الدراسي و كلما انخفض مستوى اضطراب الخوف من فقدان الهاتف كلما زاد مستوى التحصيل الدراسي . وقد اشار الحربي (2020) لتلك العلاقة التي يلعب الخوف من فقدان الهاتف دوراً كبيراً في تحديد مسارها بما يتركه من آثار نفسية وسلوكية نتيجة لفقدان الهاتف. وبين المؤمني (2019) ان الخوف يلعب دوراً في تدني مستوى التحصيل الدراسي للطلاب نتيجة لعدم قدرة الطالب علي التركيز والاستنكار بما يصيبه من حالات القلق والتوتر الانفعالي.

**الفرض الثالث:** ينص الفرض على أنه (توجد فروق في اضطراب الخوف من فقدان الهاتف بين طلاب كلية الآداب جامعة الملك عبدالعزيز تعزى لمتغير النوع):

جدول (6) يوضح نتائج اختبارات (ت) لعينتين مستقلتين لمعرفة الفروق في اضطراب الخوف من فقدان الهاتف بين طلاب كلية الآداب جامعة الملك عبدالعزيز التي تعزى لمتغير النوع:

مجموعتي المقارنة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت) المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الاستنتاج
ذكور	118	14,23	15,42	4,54	106	0,001	توجد فروق دالة
إناث	70	11,34	13,21				

يلاحظ من الجدول أعلاه ان متوسط الذكور (14,23) والانحراف المعياري (15,42) بينما متوسط مجموعة الإناث بلغ (11,34) والانحراف المعياري (13,21)، وبلغت قيمة (ت) للمقارنة بينهما (4,54) وهي دالة إحصائياً، مما يشير الي وجود فروق لصالح الذكور. و هذا جاء موافقا لدراسة جيزجن وكاكر (Çakır & Gezgin, 2016) التي قامت بدراسة مستوى النوموفوبيا لدى طلبة الثانوية العامة في تركيا في ضوء بعض المتغيرات حيث أظهرت نتائجها وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى النوموفوبيا لدى الطلبة تعزى لمتغير الجنس إلا انها تختلف عن نتائج دراستنا في أن هذه الفروقات ذات الدلالة الاحصائية كانت لصالح الإناث ، و يرى الباحث ان هذا الاختلاف قد يكون بسبب اعتماد الرجال على الجوال بشكل اكبر من النساء خاصة و ان الجوال في الوقت الحالي يكون مرتبطاً بأغلب أمور الحياة و لا غنى للرجل عنه في تواصله مع جميع من حوله و حتى اهله و اقرب الناس منه فنجد ان طلبات المنزل و طلبات العمل و واجبات الدراسة و استلام الأموال و تحويلها و الدفع و غيرها من الأمور كلها مرتبطة بالجوال و قد عززت جائحة كورونا هذا التعلق بكون ان الشخص البالغ لا يستطيع دخول أي منشأة صحية او تجارية او حكومية الا بوجود جواله و بعد اظهار الجواز الصحي. وقد المؤمني ( 2019 ) اشار الي الرجال اكثر استخداماً للهاتف في مجالات العمل المختلفة وبالتالي يكونون اكثر حرصاً علي الحفاظ علي الهاتف من الأناث. كل هذا يفسر دالة هذا الفرض.

الفرض الرابع: ينص الفرض علي انه (توجد فروق في اضطراب الخوف من فقدان الهاتف بين طلاب كلية الآداب جامعة الملك عبدالعزيز تعزى لمتغير العمر).

جدول (7) يوضح نتائج اختبارات (ت) لعينتين مستقلتين لمعرفة الفروق في اضطراب الخوف من فقدان الهاتف بين طلاب كلية الآداب جامعة الملك عبدالعزيز التي تعزى لمتغير العمر

مجموعتي المقارنة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت) المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الاستنتاج
27-18 سنوات	101	13,12	11,21	0,65	106	0,001	لا توجد فروق دالة
28-35 سنوات	87	12,99	12,98				

يلاحظ من الجدول أعلاه ان متوسط الفئة العمرية الكبرى (13,12) والانحراف المعياري (11,21) ، بينما متوسط الفئة العمرية الصغرى (12,99) والانحراف المعياري (12,98)، وبلغت قيمة (ت) للمقارنة بينهما (0,65) وهي غير دالة إحصائياً، مما يشير الي عدم وجود فروق في اضطراب الخوف من فقدان الهاتف تعزى لمتغير العمر و هذا ما يتفق مع دراسة يلدريم وزملائه (Yildirm, .,al 2016) التي خلصت الي عدم وجود فروق دالة إحصائياً في درجات النوموفوبيا بين الطلاب الأصغر سناً ( ٢٠ سنة فأقل، والطلاب الأكبر سناً أكثر من ٢٠ سنة ). وبخلاف دراسة (عدنان محمود، 2017) التي كشفت نتائجها عن عدم وجود أثر نسبي لعامل العمر في انتشار النوموفوبيا لدى طلبة جامعة اليرموك ، و يعزى الباحث ذلك لتعلق اغلب أمور الحياة بالجوال فنجد ان كثيراً من الطلبة او

حتى أصحاب الاعمال لديهم نسخة من أعمالهم او واجبات او محادثات او صور و مقاطع قد تكون ذو أهمية بالنسبة للشخص موجودة في الجوال غير ان ارتباط الحياة في الوقت الحالي يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالجوال فنجد ان الشخص في الوقت الحالي لا يستطيع دخول أي منشأة الا بوجود الجوال و اظهار الحالة الصحية و هذا مما عزز التعلق بالجوال . وقد أوضح الجاسر (2019) ان الافراد في جميع المستويات العمرية يكونون حريصين علي الحفاظ علي الهاتف. ايضاً اشار العصيمي (2015) ان الخوف من فقدان الهاتف علي يتأثر بمستوي عمري معين فالافراد في جميع الاعمار يشعرون بالخوف والقلق والتوتر عند فقدان الهاتف الخاص بهم.

**الفرض الخامس:** ينص الفرض علي انه ( يوجد تفاعل دال احصائياً بين النوع واضطراب الخوف من فقدان الهاتف علي التحصيل الدراسي لدي طلاب كلية الآداب جامعة الملك عبدالعزيز):

جدول رقم (8) يوضح معامل التحليل التباين لمعرفة التفاعل بين النوع واضطراب الخوف من فقدان الهاتف علي التحصيل الدراسي لدي طلاب كلية الآداب جامعة الملك عبدالعزيز:

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ت)	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
النوع	97.81	1	94.81	0.654	0.37	يوجد
التفاعل	1493.51	2	786.76	6.75	0.567	
الخطأ	155681.6	106	299.66			تفاعل
الكلي	998998.7	210				

يلاحظ الباحث من الجدول السابق. وجود تفاعل دال إحصائياً بين النوع واضطراب الخوف من فقدان الهاتف على التحصيل الدراسي ، حيث بلغت القيمة الاحتمالية ( للتفاعل 6.75). حيث تختلف هذه النتائج مع دراسة (القضاة & الصرايرة، 2018) التي لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية بين النوع واضطراب الخوف من فقدان الهاتف على التحصيل الدراسي، و يرى الباحث ان تلك النتيجة قد ترجع أهمية وجود الجوال عند الرجال والنساء علي حد سواء خاصة و ان الجوال في الوقت الحالي يكون مرتبطاً بأغلب أمور الحياة للافراد . وان التغيرات الحياتية تتطلب الاستخدام الامثل للجوال فاصبحت جميع معاملات الفرد الحياتية تتم بصورة متكاملة من خلال الجوال . وقد اشار القضاة (2018) ان استخدام الجوال في تلبية مطالب الحياة اصبح من الامور التي تعتبر دليل علي الوعي والترقي والتحضر . و أوضح الحربي (2020) ان استخدام الجوال اصبح ضرورة ملحة من ضرورات الحياة العصرية ، وان كثير من الامور الحياتية يتم ادائها من خلال الجوال المحمول. ايضاً اشار عدنان (2017) ان الكثير من الطلاب يستخدمون الجوال في حضور المحاضرات الالكترونية والمذاكرة واداء الاختبارات خاصة مع ظهور جائحة كورونا ، كل هذا يفسر نتيجة هذا الفرض.

## الفصل الخامس: خاتمة البحث

### تلخيص النتائج

1. ينتشر اضطراب الخوف من فقدان الهاتف بين طلاب كلية الآداب بجامعة الملك عبدالعزيز بالارتفاع .
2. توجد علاقة ارتباطية بين اضطراب الخوف من فقدان الهاتف والتحصيل الدراسي لدى طلاب كلية الآداب بجامعة الملك عبدالعزيز.
3. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب كلية الآداب جامعة الملك عبدالعزيز في اضطراب الخوف من فقدان الهاتف تعزى لمتغير النوع، وذلك لصالح الذكور.
4. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب كلية الآداب جامعة الملك عبدالعزيز في اضطراب الخوف من فقدان الهاتف تعزى لمتغير العمر.
5. يوجد تفاعل دال إحصائياً بين النوع وإضطراب الخوف من فقدان الهاتف علي التحصيل الدراسي لدي طلاب كلية الآداب جامعة الملك عبد العزيز

### التوصيات

- 1/ دعوة إدارة الجامعة الى المزيد من الاهتمام بنشر التوعية باضطراب الخوف من فقدان الهاتف (النوموفوبيا) ، من خلال البرامج الارشادية للطلبة حول سلوكيات النوموفوبيا و أثرها على الحياة الجامعية والشخصية للطلبة.
2. لابد من المزيد من الاهتمام والعناية بنشر التوعية بالنوموفوبيا ، من خلال البرامج الارشادية للطلبة حول سلوكيات النوموفوبيا و أثرها على الحياة الجامعية و الشخصية للطلاب
3. يجب التفكير بعناية في استخدام الهاتف المحمول، وأداء التعلم؛ للحصول على منظورٍ أكثر توازناً لتأثيرات الهواتف المحمولة على الانتباه والتعلم.
4. يجب علي الطلاب اعادة التفكير بعناية في استخدام الهاتف المحمول، وأداء التعلم؛ للحصول على منظورٍ أكثر توازناً لتأثيرات الهواتف المحمولة على الانتباه والتعلم

### المقترحات:

#### يقترح الباحث إجراء الدراسات الآتية:

- 2/ اجراء مزيد من الدراسات حول النوموفوبيا و عمل دراسة اوسع تضم جميع فئات المجتمع.
- 3/ فعالية العلاج المعرفي في تخفيف اضطراب فقدان الهاتف المحمول (النوموفوبيا).
- 4/ اضطراب فقدان الهاتف و علاقته بدافعية الانجاز لدي طلاب الجامعة.
- 5/ التحصيل الدراسي وعلاقته بمستوي الطموح لطلاب الجامعة.

## المصادر والمراجع:

### أولاً: المصادر العربية:

- أبو جدي، أمجد. (2008). الإدمان على الهاتف النقال وعلاقته بالكشف عن الذات لدى عينة من طلبة الجامعتين الأردنية وعمان الأهلية. *المجلة الأردنية في العلوم التربوية*، 4(2)، 137-150.
- أحمد سلامة وآخرون (1973). علم النفس، الطفل للطلبة والمعلمين، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، ط 1، ص 47.
- أحمد زكي (1997). علم النفس التربوي، دار النهضة المصرية العربية، مصر، د ط1، ص 95.
- آمنة أمينة جاري، فاطمة الزهراء سعداوي (2014). المدونات التعليمية ودورها في تنمية التحصيل العلمي، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر، جامعة قاصدي مرباح، تكنولوجيا الاتصال الجديدة، ورقلة، ص 49.
- البراشدية، حفيظة، الظفري، سعيد ( ٢٠٢٠). الخصائص السيكوماترية للصورة المعربة من مقياس النوموفوبيا لدى الشباب العماني، *مجلة البحوث التربوية والنفسية*، م ٦٤ ، ع ١٧.
- الجابسر، لولوة مطلق ( ٢٠١٨). اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول (النوموفوبيا) وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلبة التعليم الثانوي بدولة الكويت، *مجلة البحث العلمي* ع ١٩، الكويت.
- الجابسر. د. (2019). اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول ( النوموفوبيا ) وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلبة التعليم الثانوي بدولة الكويت *مجلة البحث العلمي في التربية* 61468. <https://doi.org/10.21608/jsre.2019.61468>, 19(1), 591-612.
- الحربي، سندس عبد الرحمن ( ٢٠٢٠). النوموفوبيا وعلاقتها بالقلق لدى عينة من طالب جامعة الملك عبد العزيز، المملكة العربية السعودية، *المجلة الإلكترونية الشاملة متعددة التخصصات*، ع ٢٥.
- المومني، فواز ، العكور، شيرين ( ٢٠١٩). الخوف المرضي من فقدان الهاتف النقال (النوموفوبيا) لدى طلبة جامعة اليرموك، *المجلة الأردنية للعلوم التربوية* م ١٥ ، ع ١.
- العيسوي، عبد الرحمن الزعبلوي (٢٠٠٦). القدرات العقلية و علاقتها الجدلية بالتحصيل العلمي، *مجلة مدرسة الوطنية الخاصة، منشورات وزارة التربية والتعليم، سلطنة عمان*.
- العصيمي، فهد ، الحيحي، هيفا ( ٢٠١٥). إدمان الهواتف الذكية بين طلاب الجامعات في الرياض بالمملكة العربية السعودية، *جامعة الملك سعود، الرياض*.
- العلجة، بوكروط ( ٢٠١٢). علاقة فاعلية الذات بدافعية الإنجاز بالتحصيل الدراسي لدى طلبة السنة الرابعة علم النفس - تخصص تربية علاجية - الجزائر، *جامعة المسيلة، كلية الآداب والعلوم الاجتماعية*.
- القاضي يوسف مصطفى وآخرون (1981). الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي، دار المريخ، السعودية، ط 1، ص 427 .
- القضاة، م.، الصرايرة، خ. (2018). درجة انتشار الشعور بالخوف من فقدان الهاتف المحمول (النوموفوبيا) لدى طلبة جامعة الطفيلة التقنية. *مجلة المنارة للبحوث والدراسات* 001-003-024-0531-0531-003. <https://doi.org/10.33985/0531-024-003-001>, 9.
- حمزة، راوية ( ٢٠١٦ ). ملامح النظرية السلوكية في ظل منهاج تعليمية أنشطة اللغة العربية في الطور الأول من المرحلة الابتدائية في الجزائر ، *جامعة محمد خيضر بسكرة، كلية الآداب واللغة العربية*.
- محمد حسن (1981). الأسرة ومشكلاتها، دار النهضة العربية، بيروت، ط 1، ص 134.
- محمد، هبة محمود ( ٢٠١٩ ). دور الوحدة النفسية والسعادة الشخصية والاندفاعية وبعض المتغيرات الديموغرافية في التنبؤ بالنوموفوبيا لدى الشباب الجامعي، *جامعة حلوان، كلية الآداب، دراسات نفسية*، مج ٢٩ ، ع ٤ .

- محمود عبد الحلیم المنسي، أحمد صالح(2000). التقييم التربوي ومبادئ الإحصاء، مكتبة الإسكندرية، مصر، ط2، ص 83.
- مصطفى عبدالرازق، محمد سليمان، علي طلب (2021). الخوف من الضياع وعلاقته بزهاب فقدان الهاتف المحمول (النوموفوبيا) لدى المراهقين المغتربين. المجلة التربوية لكلية التربية بسوهاج. 70-11، (82).
- نور الدين بن الشيخ(1998). تقييم التحصيل في مادة الفلسفة لدى الأقسام النهائية، رسالة ماجستير، جامعة قسنطينة، ص 57-58.
- نعيم الرفاعي(1978) الصحة النفسية، دار النشر والتوزيع، دمشق، ط 1، ص 436.
- سميرة عبد(2010). الضغط المدرسي وعلاقته بسلوكيات العنف والتحصيل الدراسي لدى المراهق المتمدرس، ص 105 .
- عبد الرحمان العيسوي(1984). علم النفس، دار النهضة العربية، لبنان، ص 189 .
- عبد الحميد عبد اللطيف محدث(1990). الصحة النفسية والتفوق الدراسي، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت، ط 1، ص 188.
- عبد السلام زهران(1995). علم النفس نمو الطفولة والمراهقة، عالم الكتاب، القاهرة، ط 1، ص 502.
- علي راشد (1993). مفاهيم ومبادئ تربوية، دار الفكر العربي، القاهرة، ط 1، ص 82.
- عبد الرحمن العيسى(2004). علم النفس دراسة في التعلم وعادات الاستذكار ومعوقاته، دار النهضة العربية، لبنان، ص 41.
- عدنان محمود، ش. (2017). الخوف المرضي من فقدان الهاتف النقال (النوموفوبيا) لدى طلبة جامعة اليرموك. جامعة اليرموك، إربد، 60.
- فيروز زرافة(1997). التوجيه المدرسي وعلاقته بتحصيل تلاميذ السنة 1 ثانوي (أدبي، علمي)، رسالة ماجستير، جامعة قسنطينة، ص 76.
- رشاد صلاح الدمنهوري(1999). التنشئة الاجتماعية والتأخر الدراسي، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، مصر، ص 87.
- شريفة، رحمانى ( ٢٠٢٠ ). أساليب التواصل الوالدية و علاقتها بالصلاية النفسية و الانجاز الأكاديمي في ضوء متغير الجنس، وهران، جامعة محمد بن أحمد وهران، كلية العلوم الاجتماعية.
- تيفري أحمد (1994). هل توظيف الأهداف التعليمية استراتيجية تدريسية علاقة بالتحصل، قراءات ندى سامي (2021) . النوموفوبيا.. اضطراب نفسي يهددك عند الإفراط في استخدام هاتفك المحمول ، الكونسلتو .

#### ثانياً: المصادر الأجنبية:

- Bekaroalu, E., & Y?lmaz, T. (2020). Nomophobia: Differential Diagnosis and Treatment. Current Approaches in Psychiatry/Psikiyatride Guncel Yaklasimlar, 12(1).
- Betoncu, O., & Ozdamli, F. (2019). The disease of 21st century: Digital disease. TEM Journal, 8(2), 598.
- Bhattacharya, S., Bashar, M., Srivastava, A., & Singh, A. (2019). NOMOPHOBIA: NO MOBILE PHONE PHOBIA. Journal Of Family Medicine And Primary Care, 8(4), 1297. [https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc\\_71\\_19](https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_71_19).
- Bragazzi, N., & Puente, G. (2014). A proposal for including nomophobia in the new DSM-V. Psychology Research and Behavior Management journal, 7, 155-160.
- Daei, A., Ashrafi-rizi, H., & Soleymani, M. R. (2019). Nomophobia and health hazards: Smartphone use and addiction among university students. International Journal of Preventive Medicine, 10.
- Durak.,H ( 2018 ).nvestigatin of nomophobia and smartphone addiction predictors among adolescents in Turkey: 7-Demographic variables and academic performance, the social science journal, socscl 1518, p.26 .
- Essel, H., Vlachopoulos, D., & Tachie-Menson, A. (2021). The relationship between the nomophobic levels of higher education students in Ghana and academic achievement. PLOS ONE, 16(6), e0252880. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0252880>.

- Galhardo, A., Loureiro, D., Raimundo, E., Massano-Cardoso, I., & Cunha, M. (2020). Assessing Nomophobia: Validation Study of the European Portuguese Version of the Nomophobia Questionnaire. *Community Mental Health Journal*, 1-10.
- Gezgin, D., Cakir, O., & Yildirim, S. (2018). The Relationship between Levels of Nomophobia Prevalence and Internet Addiction among High School Students: the factors influencing Nomophobia. *International Journal Of Research In Education And Science*, 215-225. <https://doi.org/10.21890/ijres.383153>.
- Hamutoglu, N., Gezgin, D., Sezen-Gultekin, G., & Gemikonakli, O. (2018). Relationship between nomophobia and fear of missing out among Turkish university students. *Cypriot Journal Of Educational Sciences*, 13(4), 549-561. <https://doi.org/10.18844/cjes.v13i4.3464>.
- Kang, S. & Jung, J. (2014). Mobile communication for human needs: A comparison of smartphone uses between the US and Korea. *Computers in Human Behavior*, 35, 376-387.
- King, A., Valença, A., & Nardi, A. (2010). Nomophobia: the mobile phone in panic disorder with agoraphobia: Reducing phobias or worsening of dependence? *Cognitive and Behavioral Neurology*, 23(1), 52-54.
- King, A., Valença, A., Silva, A., Baczynski, T., Carvalho, M. & Nardi, A. (2013). Nomophobia: Dependency on virtual environments or social phobia? *Computers in Human Behavior*, 29 (1), 140-144.
- King, A., Valença, A., Silva, A., Sancassiani, F., Machado, S. & Nardi, A. (2014). "Nomophobia": Impact of cell phone use interfering with symptoms and emotions of individuals with panic disorder compared with a control group. *Clinical Practice and Epidemiology in Mental Health* 10, 28-35.
- Lee, S. Y. (2014). Examining the factors that influence early adopters' smartphone adoption: The case of college students. *Telematics and Informatics*, 31 (2), 308-318.
- Lee, Y., Chang, C., Lin, Y. & Cheng, Z. (2014). The dark side of smart phone usage: Psychological traits, compulsive behavior and techno stress. *Computers in Human Behavior*, 31, 373-383.
- Louis, L. (2005). Leisure boredom, sensation seeking self-esteem, and addiction symptoms as predictors of social use, features use, and improper use of mobile phones. *Media and Communication*, 12(2), 213-241.
- Mayangsari, A. & Ariana, A. (2015). Hubungan antara self-esteem dengan kecenderungan nomophobia remaja. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 4(3), 157-163.
- MB, P., Madhukumar, S., & Murthy TS, M. (2015). A Study on Nomophobia - Mobile Phone Dependence, Among Students of a Medical College in Bangalore. *Directory For Medical Articles*.
- Moreno-Guerrero, A. J., Aznar-Daaz, I., Cereces-Reche, P., & Rodraguez-Garcaa, A. M. (2020). Do Age, Gender and Poor Diet Influence the Higher Prevalence of Nomophobia among Young People?. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(10), 3697.
- 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). <https://doi.org/10.29333/ejmste/84839>.
- Parsons, T. & Rizzo, A. (2011). Affective outcomes of virtual reality exposure therapy for anxiety and specific phobias: A meta-analysis. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 39, 250-261.
- Pavithra, M. B., Madhukumar, S., & Mahadeva, M. (2015). A study on nomophobia-mobile phone dependence, among students of a medical college in Bangalore. *National Journal of community medicine*, 6(3), 340-344.
- Qutishat, M., Rathinasamy Lazarus, E., Razmy, A., & Paekianathan, S. (2020). University students' nomophobia prevalence, sociodemographic factors and relationship with academic performance at a University in Oman. *International Journal Of Africa Nursing Sciences*, 13, 100206. <https://doi.org/10.1016/j.ijans.2020.100206>.
- Rajyalakshmi, S., & Singamsetty, B. (2021). Prevalence of nomophobia and its impact among medical students at an institution in Andhra Pradesh during COVID: an online study. *International Journal Of Community Medicine And Public Health*, 8(2), 602. <https://doi.org/10.18203/2394-6040.ijcmph20210067>.
- SecurEnvoy. (2012). 66% of the population suffer from Nomophobia the fear of being without their phone. Retrieved on May 25, 2016, from: <http://www.securenvoy.com/blog/2012/02/16/66-of-the-population-suffer-from-nomophobia-the-fear-of-being-without-their-phone/>
- Rodraguez-Garcaa, A. M., Moreno-Guerrero, A. J., & Lapez Belmonte, J. (2020). Nomophobia: An Individual's Growing (296) Fear of Being without a Smartphone—A Systematic Literature Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(2), 580.
- Sezer., B, The Dark Side of Smartphone Use (Do We Need to Worry About Nomophobia? University Faculty of Medicine Department of Medical Education and Informatics, 06100 Sıhhiye-Ankara, Turkey.
- Sharma, N., Sharma, P., Sharma, N. & Wavare, R. (2015). Rising concern of nomophobia amongst Indian medical students. *International Journal of Research in Medical Sciences*, 3(3), 705-707.

- Thomé, 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.
- Uysal, S., Ozen, H., & Madenoglu, C. (2016). Social phobia in higher education: the influence of nomophobia on social phobia. *The Global ELearning Journal*, 5(2), 1-8.
- Van Dalen, (1996). *Research Methods in Education and Psychology*, 3, 140.
- 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. Unpublished Master thesis, Iowa State University.
- Yildirim, C., Sumuer, E., Adnan, M., & Yildirim, S. (2016). A growing fear: Prevalence of nomophobia among Turkish college students. *Information Development*, 32(5), 1322-1331.
- Tavakolizadeh, J., & Atarodi, A., & Ahmadpour, S., & Pourghisar, A. (2012). The Prevalence of Excessive Mobile Phone Use and its Relation With( Mental Health Status and Demographic Factors Among the Students )of Gonabad University of Medical Sciences, gonabad University .

## **“Disorder of Fear of Loss of Mobile Phone (Nomophobia) and its Relationship to Academic Achievement in a Sample of Students of the Faculty of Arts at King Abdulaziz University”**

### **Abstract:**

The aim of the research is to find out the extent of the prevalence of fear disorder of losing a mobile phone among students of the Faculty of Arts at King Abdulaziz University and its relationship to academic achievement. In a simple random sample method, the researcher used both the mobile phone fear disorder scales (nomophobia) and the academic achievement scale, and the data were analyzed by Pearson's coefficient, t-test for one sample, t-test for two independent samples, and two-way analysis of variance (ANOVA). The following results were shown: Fear disorder spreads from Loss of phone among students of the Faculty of Arts at King Abdulaziz University, and there is a correlation between the disorder of fear of losing the phone and academic achievement among students of the Faculty of Arts at King Abdulaziz University, and there are statistically significant differences between students of the Faculty of Arts at King Abdulaziz University At King Abdulaziz University, there are statistically significant differences between students of the Faculty of Arts at King Abdulaziz University in the disorder of fear of losing the phone due to the gender variable, in favor of males, there are no statistically significant differences between students of the Faculty of Arts at King Abdulaziz University in the disorder of fear of losing the phone due to the variable Age, there is a statistically significant interaction between gender and the disorder of fear of losing the phone on the academic achievement of students of the Faculty of Arts, King Abdulaziz University. In conclusion, the researcher made several recommendations, including: More attention to spreading awareness of nomophobia and its impact on university life through counseling programs for students.

**Keywords:** Fear disorder, Academic achievement, Losing the phone.