



يناير – مارس 2024

العدد: السابع والثلاثون

المجلد: العاشر

ردمك (النشر الإلكتروني): 1658-7472

مجلة جامعة الباحة للعولم الإنساني

دورية - علمية - محكمة



مجلة علمية تصدر عن جامعة الباحة

Email: buj@bu.edu.sa

<https://portal.bu.edu.sa/ar/web/bujhs>

مجلة جامعة الباحة للعلوم الإنسانية



ردمك (النشر الإلكتروني): 1658-7472 المجلد العاشر العدد: 37 يناير – مارس 2024

المحتويات

التعريف بالمجلة

هيئة التحرير لمجلة جامعة الباحة للعلوم الإنسانية

المحتويات

- 1 – 27 النوموفوبيا لدى الذكور والإناث بمنطقة مكة المكرمة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية
جواهر بنت إبراهيم بن عبده زيبيدي
- 28 – 74 مقاصد سورة الممتحنة، وأثرها في حياة المسلمين المعاصرة: دراسة تفسيرية
وليد بن عبد المحسن بن أحمد العمري
- 75 – 97 أسس بناء الأهداف في ضوء القرآن الكريم: دراسة تطبيقية على آية الدّين
فهد بن سالم محمد رافع الغامدي
- 98 – 130 دور التعليم الجامعي في تنمية مهارات المستقبل لدى الطلبة في ضوء برنامج تنمية القدرات البشرية: جامعة شقراء أفودجًا
نوف بنت مناحي عوض العتيبي
- 131 – 156 سيميائية العنوان اللفظي في ديوان معركة بلا راية لغازي القصبي
إبراهيم الأغيش الأمين عبد الدافع
- 157 – 177 سيميائية النظام العاطفي في رواية رغوّة سوداء لحجي جابر
أميرة بنت محارب العتيبي
- 178 – 244 حديث قدوم صرد بن عبد الله الأزديني وقد قومه على النبي -صلى الله عليه وسلم-، وفتحته جرش - رواية ودراية
إبراهيم بركات صالح عيال عواد
- 245 – 265 دراسة مرجعية لثلاث نظريات رئيسية في اكتساب اللغة الثانية: النظرية السلوكية، والنظرية المعرفية، والنظرية التفاعلية (الإنجليزية)
نسرين سعود الأحمدى
- 266 – 286 دراسة دور وسائل التواصل الاجتماعي في تشكيل تفضيلات اللغة في مجموعات الأجيال المختلفة (الإنجليزية)
عبد العزيز مشيب محمد الشهراني

المملكة العربية السعودية

وزارة التعليم

جامعة الباحة

وكالة الجامعة للدراسات العليا والبحث العلمي

مجلة جامعة الباحة للعلوم الإنسانية

تصدر عن جامعة الباحة

مجلة دورية — علمية — محكمة

الرؤية: أن تكون مجلة علمية تتميز بنشر البحوث العلمية التي تخدم أهداف التنمية الشاملة بالمملكة العربية السعودية، وخدمة البحث العلمي الأصيل وطنياً وعالمياً، وتسهم في تنمية القدرات البحثية لأعضاء هيئة التدريس ومن في حكمهم داخل الجامعة وخارجها.

الرسالة: تفعيل دور الجامعة في الارتقاء بمستوى الأداء البحثي لمنسوبيها بما يخدم أهداف الجامعة ويحقق أهداف التنمية المرجوة ويزيد من التفاعل البناء مع مؤسسات المجتمع المحلي والإقليمي والعالمي.

رئيس هيئة التحرير:

أ. د. سعيد بن أحمد عيدان الزهراني

نائب رئيس هيئة التحرير:

أ. د. محمد بن حسن زاهر الشهري

مدير التحرير:

د. يحيى بن صالح حسن دحماني

أعضاء هيئة التحرير:

أ. د. فهد بن محمد الحارثي

أستاذ (عضو هيئة تحرير)

د. احمد بن محمد الفقيه

أستاذ مشارك (عضو هيئة التحرير)

د. عبد الله بن زاهر الثقفي

أستاذ مشارك (عضو هيئة التحرير)

ردمك النشر الإلكتروني: 1658 — 7472

ص ب: 1988

هاتف: 00966 17 7274111/ 00966

17: 7250341

تحويلة: 1314

البريد الإلكتروني: buj@bu.edu.sa

الموقع: <https://portal.bu.edu.sa/ar/web/bujhs>

عنوان البحث

النوموفوبيا لدى الذكور والإناث بمنطقة مكة المكرمة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية

جواهر بنت إبراهيم بن عبده زبيدي

باحثة دكتوراه في علم النفس/الإرشاد النفسي، كلية التربية، جامعة أم القرى

j_e_z@hotmail.com

Received: 5/5/2023

Accepted: 2/2/2024

Published: Vol. 10 Issue 37

الملخص:

هدف البحث الحالي إلى الكشف عن مستوى النوموفوبيا لدى الذكور والإناث بمنطقة مكة المكرمة، والكشف عن الفروق في النوموفوبيا بين الذكور والإناث بمنطقة مكة المكرمة تعزى لمتغيرات: الجنس، والعمر، والمستوى التعليمي. ولتحقيق أهداف البحث قامت الباحثة بتطبيق مقياس النوموفوبيا- إعداد يلدريم (2014) Yildirim، ترجمة وتقنين العكوم (2017) - على عينة تكونت من (992) ذكور وإناث، تراوحت أعمارهم بين 13 - 60 سنة، من جميع المستويات التعليمية بمنطقة مكة المكرمة، للعام 2023 - 1444هـ. واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي. أظهرت نتائج البحث أن مستوى النوموفوبيا لدى الذكور والإناث بمنطقة مكة المكرمة جاء متوسطاً. وأسفرت النتائج عن وجود فروق دالة احصائياً في النوموفوبيا بين الذكور والإناث بمنطقة مكة المكرمة تعزى لمتغير الجنس؛ لصالح الذكور. كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة احصائياً في النوموفوبيا بين الذكور والإناث بمنطقة مكة المكرمة تعزى لمتغير العمر؛ لصالح الفئة العمرية 23- 39 سنة. وأسفرت النتائج عن عدم وجود فروق دالة احصائياً في النوموفوبيا بين الذكور والإناث بمنطقة مكة المكرمة تعزى لمتغير المستوى التعليمي. وفي ضوء هذه النتائج أوصت الباحثة بمجموعة من التوصيات، من أهمها: ضرورة تبصير المجتمع بالنوموفوبيا وما يحمله من آثار سلبية على الفرد والمجتمع وما يرتبط به العديد من المشكلات في مختلف جوانب الحياة النفسية والاجتماعية والأسرية والأكاديمية. إدراج النوموفوبيا ضمن البرامج الوقائية والعلاجية للحد من تفاقم أعراضه لدى الذكور والإناث من جميع المستويات التعليمية.

الكلمات المفتاحية: النوموفوبيا؛ رهاب؛ اضطراب

Title of paper

Nomophobia among males and females in Makkah Al-Mukarramah region in the light of some demographic variables

Jawaher Ibrahim Abdo Zubaidi

Department of Psychology, College of Education,
Umm Al-Qura University

Abstract:

The current study aimed to reveal the level of Nomophobia among males and females at Holy Makkah, and to reveal the differences in Nomophobia between males and females at Holy Makkah due to the variables of gender, age and educational level. To achieve the objectives of the study, the researcher applied the Nomophobia Scale - prepared by Yildirim (2014), translation and codification of Al-Akoum (2017) - on a sample that consisted of (992) males and females, their ages ranged from 13 - 60 years, from all educational levels at Holy Makkah, for the year 2023 – 1444 AH. The researcher used the descriptive method. The results of the study showed that the level of Nomophobia among males and females at Holy Makkah was moderate. The results of the study resulted in the presence of statistically significant differences in Nomophobia between males and females at Holy Makkah due to the gender variable and in favor of males. The results of the study showed that there were statistically significant differences in Nomophobia between males and females in Holy Makkah due to the age variable and in favor of the age group 39-23 years. The results of the study revealed that there were no statistically significant differences in Nomophobia between males and females at Holy Makkah due to the educational level variable. In light of these results, the researcher advised a set of recommendations: The need to enlighten the society about Nomophobia and its negative effects on the individual and society, and the many problems associated with it in various aspects of psychological, academic, social and family life. And the inclusion of Nomophobia within the preventive and treatment programs to reduce the exacerbation of Its symptoms in males and females of all educational levels.

Keywords: Nomophobia, phobia, disorder

المقدمة

تعد تكنولوجيا الهاتف الذكي جزءاً لا يتجزأ من نمط الحياة اليومية (محمد، 2019)، بل بميزاتها المتطورة باستمرار ساعدت على تسهيل الاتصال السريع، كما تساعد الأفراد على البقاء على اتصال بالعالم في جميع الأوقات (durak, 2018)، وعلى الرغم من أن استخدامه يجعل حياة الفرد أسهل للوصول لكل ما يريد وهو في مكانه، إلا أنه قد يسبب بعض العواقب السلبية (محمد، 2019)؛ فقد كشف علماء النفس عن ظهور مرض نفسي جديد أطلقوا عليه "النوموفوبيا" (شربيني، 2018)، ويعني الخوف المرضي من فقدان الهاتف الذكي أو الخوف من عدم القدرة على استخدامه. وذكر كومار وتوماس (Kumar and Thomas (2020) أن النوموفوبيا مصطلح يُستخدم لوصف حالة نفسية عندما يخاف الأفراد من الانفصال عن اتصالاتهم بالهاتف الذكي.

وأشارت العديد من الدراسات إلى أن انتشار استخدام الهاتف الذكي بين الأفراد أحدث تغييراً سلبياً ملموساً في أسلوب حياتهم وتواصلهم مع الآخرين (العكوم، 2017). بل أطلقوا على النوموفوبيا "سم للروابط الاجتماعية" بين الأفراد (صادق، 2019؛ الشال، 2015). وفي ذات السياق، ذكر جيمي وآخرون (Jimmy et al. (2019 أن النوموفوبيا يتسبب في تدهور التفاعلات الاجتماعية.

كما أن النوموفوبيا يمكن أن يكون له تأثير على الصحة النفسية، وقد يسبب اضطرابات النوم والاكنتاب، وسلوكيات مرضية تتضمن مشكلات شخصية في العمل أو الدراسة، وتجاهل الأصدقاء والمسؤوليات الأسرية والشخصية، وسرعة الغضب والانخفاض العام في الأنشطة الجسدية (العكوم، 2017). إضافة إلى ذلك، أشارت دراسة الجاسر (2018) إلى أن النوموفوبيا يؤدي إلى تدني التحصيل الدراسي. كما أشار عبدالله (2017) إلى أنه قد يسبب أيضاً خلل أو تعطيل في الأداء الوظيفي السلوكي كالكذب، والجدال والخلافات، وضعف الأداء وانخفاض الإنجاز، والعزلة الاجتماعية، والانشغال بمحادثات هامشية، وتجنب لقاء الآخرين، والكثير من المشكلات الاجتماعية. كما أشارت دراسة عبد الوارث (2020) إلى أن النوموفوبيا يؤدي إلى الشعور بالوحدة النفسية.

وفي ذات السياق، فإن النوموفوبيا أدى إلى تغيرات في سلوكيات ونظام حياة الأفراد اليومية فأصاحم الأرق. كما أنه يسبب تشتت الانتباه حتى أثناء السير بالشوارع، أو داخل جدران حجرات الدراسة بالمؤسسات الأكاديمية، فقد تأثر الجهاز العصبي واحتلت الساعة البيولوجية بجسم الإنسان، ولم يعد للوقت الأهمية المطلوبة؛ حيث تم إهداره، وتأجيل المهام وعدم الالتزام بالمواعيد، فتغيرت العادات اليومية، وساءت العلاقات الأسرية، بل وتفككت بين أفراد الأسرة الواحدة وبين الأسر بعضها البعض (صادق، 2019). وذكر العمري (2016) أنه ظهر جلياً أثر النوموفوبيا بين الأزواج، حيث زاد من حدة الخلافات بين الزوجين، وهددت علاقتهم.

والنوموفوبيا يُنظر إليه على أنه "أكبر فوبيا في العالم" من حيث الانتشار، على حد وصف "إيدي مورين" سنة 2012م (الشال، 2015).

واستناداً إلى ما سبق، فإن البحث الحالي يسعى إلى التعرف على النوموفوبيا لدى الذكور والإناث بمنطقة مكة المكرمة في ضوء بعض المتغيرات.

مشكلة البحث وتساؤلاته:

من الدوافع التي أثارت اهتمام الباحثة لدراسة النوموفوبيا لدى المجتمع المحلي؛ هو أنه خلال السنوات القليلة الماضية، أُجريت عدة دراسات للكشف عن مدى انتشار النوموفوبيا على مستوى عدد من الدول، ومنها دراسة أُجريت في الولايات المتحدة، وأخرى في بريطانيا، وثالثة في فرنسا، ودراسة كانت خاصة بالدول العربية والشرق الأوسط، ومن الجدير بالذكر هنا هو أن النتائج جاءت شبه متطابقة في جميع هذه الدراسات، حتى مع اختلاف ظروف الدول أو مجموعات الدول التي طبقت فيها (الشال، 2015)، وعلى الرغم من ذلك إلا أنه لم يحظ بالاهتمام الكبير من الباحثين لاسيما في المجتمع السعودي.

كما اهتم البحث الحالي بالنوموفوبيا لدى المراهقين والشباب وأواسط العمر؛ ولعل الدافع في ذلك هو أن العديد من دراسات النوموفوبيا التي أُجريت في عدة دول أجنبية وعربية؛ أشارت إلى ظهور أعراض النوموفوبيا لدى مختلف الفئات العمرية، كدراسات: شيبان (2023)، ومحمد (2020)، ودكست وآخرون (2010) Dixit et al.، وجيزجن وكاكير (2016) Gezgin and Cakir، وفاجكا وآخرون (2023) Vagka et al.، ويدريرم وآخرون Yildirim (2014) et al. (2015)، وكذلك ما جاء في سكيور انفوي (2012) SecurEnvoy. إلا أن الباحثة وجدت هناك تناقض بين الآراء والدراسات في الفئات الأكثر ظهوراً لديها أعراض النوموفوبيا، فعلى سبيل المثال لا الحصر، ذكر ييدريرم (2014) Yildirim أن الأفراد المستخدمين للهواتف الذكية الذين تتراوح أعمارهم بين 18-24 عاماً أكثر عرضة للإصابة بالنوموفوبيا، يليه المستخدمين الذين تتراوح أعمارهم بين 25-34 عاماً، في حين مستخدمي الهواتف الذكية الذين تتراوح أعمارهم 55 فأكثر هم ثالث أكثر المستخدمين الذين يعانون من النوموفوبيا. بينما أشارت إحدى الدراسات إلى ارتفاع النوموفوبيا لدى الأفراد الذين تتراوح أعمارهم بين 24-28 عاماً (العكوم، 2017). وعلى النقيض من ذلك، أشار دراك (2018) durak إلى أن أعراض النوموفوبيا أصبحت منتشرة بشكل متزايد بين المراهقين.

وفي ضوء هذا التناقض في الآراء ونتائج الدراسات؛ تكمن أهمية إجراء المزيد من الدراسات حول النوموفوبيا، لاسيما أن المجتمع السعودي بمختلف شرائحه يختلف عن المجتمعات الأخرى وفق النواحي الثقافية والفكرية والاجتماعية والاتجاهات وظروف التربية، وانتهاء البحث بتقديم التوصيات والمقترحات التي قد تسهم في خفض

مستوى النوموفوبيا والحد من تفاقمه؛ للتقليل من المشكلات النفسية والاجتماعية والأسرية والأكاديمية الناتجة عنه، ودعم الاستخدام الإيجابي للأمتل للهواتف الذكية.

واستناداً إلى ما سبق، جاء البحث الحالي، والذي سيتناول النوموفوبيا لدى الذكور والإناث بمنطقة مكة المكرمة في ضوء بعض المتغيرات.

وعليه، فإن البحث الحالي يسعى للإجابة عن التساؤلات الآتية:

1. ما مستوى النوموفوبيا لدى الذكور والإناث بمنطقة مكة المكرمة؟
2. هل توجد فروق دالة احصائياً في النوموفوبيا بين الذكور والإناث بمنطقة مكة المكرمة تعزى لمتغير الجنس؟
3. هل توجد فروق دالة احصائياً في النوموفوبيا بين الذكور والإناث بمنطقة مكة المكرمة تعزى لمتغير العمر؟
4. هل توجد فروق دالة احصائياً في النوموفوبيا بين الذكور والإناث بمنطقة مكة المكرمة تعزى لمتغير المستوى

التعليمي؟

أهداف البحث:

1. الكشف عن مستوى النوموفوبيا لدى الذكور والإناث بمنطقة مكة المكرمة.
2. الكشف عن الفروق في النوموفوبيا بين الذكور والإناث بمنطقة مكة المكرمة تعزى لمتغير الجنس.
3. الكشف عن الفروق في النوموفوبيا بين الذكور والإناث بمنطقة مكة المكرمة تعزى لمتغير العمر.
4. الكشف عن الفروق في النوموفوبيا بين الذكور والإناث بمنطقة مكة المكرمة تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

أهمية البحث:

الأهمية النظرية:

- تكمن أهمية البحث الحالي في تناوله النوموفوبيا وهو نوع من أنواع الرهاب الحديثة التي قد يعاني منها الفرد لاسيما أننا في عصر التكنولوجيا الحديثة، والتقدم الكبير في تكنولوجيا الاتصالات والمعلومات، فقد صاحب ذلك تزايد معدلات استخدام الأفراد لهذه التكنولوجيا وبخاصة في مجال الهواتف الذكية التي أصبحت لا غنى عنها في حياتنا اليومية، مما قد تفيد نتائج البحث الحالي في تقديم معلومات تزيد من تبصر التربويين والمتخصصين والمرشدين النفسيين بالنوموفوبيا والأعراض الناتجة عنه.
- يُزود البحث الحالي الباحثين والمتخصصين والمرشدين النفسيين بأطر حول مستوى النوموفوبيا لدى

مختلف الفئات العمرية (المراهقين، والشباب، وأواسط العمر) من كلا الجنسين، ومختلف العوامل التي قد تؤثر فيه: (الجنس، العمر، المستوى التعليمي).

- تبرز أهمية البحث الحالي في تناوله شرائح مهمة من المجتمع والمأمول منهم أن يتقدم ويتطور بهم المجتمع، حيث تناول (المراهقين، والشباب، وأواسط العمر) بمختلف مستوياتهم التعليمية، وما تحتاج إليه هذه الفئات العمرية من كلا الجنسين في عصر التكنولوجيا الحديثة من مقترحات وتوصيات تساهم في دعم الاستخدام الأمثل للهواتف الذكية، وخفض مستوى النوموفوبيا والحد من تفاقمه لديهم.
- يمكن أن تفيد نتائج البحث الحالي البحوث المستقبلية اللاحقة التي تتناول النوموفوبيا.
- يعد هذا البحث إضافة علمية في موضوع النوموفوبيا.
- يفتح هذا البحث آفاقاً جديدة للباحثين لإجراء المزيد من الدراسات حول موضوع النوموفوبيا.

الأهمية التطبيقية:

- قد يترتب على الكشف عن مستوى النوموفوبيا إدخاله ضمن البرامج الإرشادية الوقائية والعلاجية، وتقديم الخدمات النفسية حول كيفية الوقاية منه، والسيطرة عليه، وخفضه، وعلاجه للحد منه، لاسيما مع تزايد معدلات استخدام الهواتف الذكية.
- قد يساهم الكشف عن الفروق في النوموفوبيا بين الذكور والإناث في مكة المكرمة تبعاً لمتغيرات البحث: (الجنس، والعمر، والمستوى التعليمي) في تقديم تصور شامل للتربويين والمتخصصين والمرشدين النفسيين، مما قد يساعد على توسيع الخدمات النفسية، ووضع خطط للبرامج الإرشادية بطرائقها الوقائية والإنمائية والعلاجية، لاسيما أننا في عصر التكنولوجيا، للوصول بهم إلى مستوى مناسب من الاستخدام الإيجابي للهواتف الذكية.

مصطلحات البحث:

النوموفوبيا Nomophobia:

عرفه يلدريم (2014) Yildirim بأنه: "الخوف من عدم القدرة على استخدام الهاتف الذكي أو الخدمات والميزات المتوفرة فيه، والخوف من عدم القدرة على التواصل وفقدان الترابط الذي تسمح به الهواتف الذكية، وعدم القدرة على الوصول إلى المعلومات من خلال الهواتف الذكية، والتخلي عن الراحة التي توفرها الهواتف الذكية" (P. 74).

التعريف الإجرائي:

يقاس بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس النوموفوبيا، إعداد يلدريم (2014) Yildirim، ترجمة وتقنين العكوم (2017).

حدود البحث:

الحدود البشرية: الذكور والإناث، ممن تتراوح أعمارهم بين 13 - 60 سنة، من جميع المستويات التعليمية بمنطقة مكة المكرمة.

الحدود الزمانية: عام 2023 م - 1444هـ.

الحدود المكانية: بمنطقة مكة المكرمة.

الحدود الموضوعية: النوموفوبيا لدى الذكور والإناث بمنطقة مكة المكرمة في ضوء بعض المتغيرات.

الإطار النظري:

النوموفوبيا:

ظهر مصطلح النوموفوبيا لأول مرة وتم صياغته سنة 2008م (Yildirim, 2014؛ شربيني، 2018)، وهو مصطلح تم قبوله علمياً في كل المجتمعات، وتشير الأرقام إلى أنه من بين الـ 1000 شخص الذين أُجري عليهم الاختبار منهم 66% يعانون من النوموفوبيا (شربيني، 2018).

وذكر يلدريم Yildirim أن النوموفوبيا نوع من أنواع الرهاب الحديثة، وأطلق عليه كينغ وآخرون King et al. بأنه اضطراب القرن الواحد والعشرين بسبب التكنولوجيا الحديثة، كما أن النوموفوبيا مصطلح حديث العهد (العمرى، 2016).

وذكر شارما وآخرون Sharma et al. (2015) أن النوموفوبيا تؤثر على الحالة العقلية لمستخدمي الهواتف الذكية، ولهذا السبب تم اقتراح أن يتم تضمين النوموفوبيا ضمن الإصدار الخامس من الدليل التشخيصي والاحصائي للاضطرابات العقلية DSM5.

مفهوم النوموفوبيا:

النوموفوبيا Nomophobia هي اختصار لـ No - Mobile - Phobia (دردر، 2016؛ العكوم، 2017). وهو اختصار لرهاب عدم استخدام الهاتف الذكي (Yildirim, 2014).

وعرف International Business Times 2013 النوموفوبيا بأنه "مشاعر القلق الناتجة عن عدم توفر الهواتف الذكية، وهو قلق يواجهه الناس عندما يشعرون أنهم لا يستطيعون الحصول على إشارة برج الهاتف، أو نفاذ البطارية، أو نسيان الهاتف الذكي وعدم القدرة على تلقي المكالمات والرسائل النصية أو اشعارات البريد الالكتروني لفترة زمنية معينة، باختصار هو الخوف النفسي من فقدان الاتصال بالهاتف الذكي" (Yildirim, 2014, pp.8-9).

كما عرف براقزي وبونيت Bragazzi and Puente 2014 النوموفوبيا بأنه "مجموعة المؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات شعور الفرد بالخوف من فقدان الهاتف النقال، سواءً أكان بنسيانه في مكان ما، أو تعطله عن العمل أو الاتصال، أو السير بدونه، والذي قد يسبب حالة من عدم الارتياح، والقلق والعصبية، والخوف الناجم عن ذلك عند المستخدم" (العكوم، 2017، ص.8).

وعرف الشال (2015) النوموفوبيا: بأنه "الخوف المرضي من ضياع الهاتف أو سرقة" والتي تعني الشعور بالخوف من فقدان "الهاتف المحمول" لسبب أو لآخر، أو أن يكون الهاتف المحمول بعيداً عن صاحبه، خصوصاً بعد أن آدمه الشخص (ص.10).

وعرف العكوم (2017) النوموفوبيا بأنه: "مجموعة من المؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات شعور الفرد بالخوف من فقدان الهاتف النقال، سواء بنسيانه، أو تعطله عن العمل والاتصال، أو حتى السير بدونه، مما قد يسبب حالة من عدم الارتياح والقلق والعصبية والخوف الناجم من البعد عن ممارسة تقنية الهاتف" (ص.14).

كما عرف المومني والعكور (2018) النوموفوبيا بأنه: "نوع جديد من الرهاب أو الخوف المرضي الذي يصيب الفرد لمجرد التفكير بضياع هاتفه النقال أو حتى نسيانه، والهلع الناجم من الوجود خارج نطاق تغطية الشبكة، ومن ثم عدم القدرة على الاتصال أو استقبال الاتصالات" (ص.35).

أعراض النوموفوبيا:

1. النظر إلى الهاتف المحمول وفحصه بشكل مستمر وبصورة مفرطة عدة مرات في اليوم وبشكل يزيد عن المعدل الطبيعي للتأكد من عدم وجود اتصالات فائتة أو إيميالات.
2. شحن الهاتف المحمول بصورة مستمرة، والتأكد طوال الوقت من أن الهاتف المحمول مشحون تماماً حتى لو كان الشخص في المنزل ولن يغادر مكانه قريباً.
3. يتعذب الشخص المصاب بالنوموفوبيا عندما يجد نفسه مضطراً إلى إطفاء الجهاز الخاص به.
4. امتلاك أكثر من هاتف محمول احتياطاً في حال فقدان أحدها أو تعطله عن العمل.
5. محاولة تجنب الأماكن التي يُحظر فيها استخدام الهاتف المحمول.
6. حمل الهواتف المحمولة أثناء السير في الشارع (والذي قد يتسبب في تصادم الأشخاص بعضهم ببعض في حالة ما إذا كان كل منهم منشغلاً "بماتفه المحمول").
7. شعور الفرد بأنه يستحيل عليه الاستغناء عن هاتفه المحمول والعيش دونه، وهي حالة غير مفتعلة؛ إذ عندما يتعدد الانسان المصاب هنا عن جهاز الهاتف المحمول، فإنه يحس كأنه ضائع، يحس نفسه تائهاً وتغيب عنه حالة الأمان والتي هي حاجة ضرورية للإنسان.
8. الإمساك "بالهاتف المحمول" بمجرد الاستيقاظ من النوم وحتى قبل القيام من السرير.
9. الشعور بالاضطراب حينما يكتشف أن "الهاتف المحمول بعيداً عنه.
10. حمل أكثر من "هاتف محمول".
11. عدم اغلاق الهاتف المحمول.
12. الخوف من الاستهلاك العالي لبطارية الهاتف المحمول، ونفاذ الرصيد الائتماني (الشال، 2015).
13. الاعتياد على حمل الهواتف المحمولة في كل مكان يذهب إليه الفرد، وبالتالي فإن فقدان الهاتف المحمول يعني فقدان واحد من أعز الأصدقاء الذي يقضي الفرد معه أكبر وقت من حياته (شربيني، 2018).
14. تفضيل التواصل الاجتماعي الافتراضي أكثر من الواقعي عبر شبكة الانترنت باستخدام الهاتف المحمول.
15. الاستخدام المفرط للهاتف المحمول قد يسبب فقد الشعور بالزمن، أو تجاهل الأنشطة اليومية الأساسية.
16. ظهور أعراض انسحابية كمشاعر القلق عند فقد الهاتف المحمول أو شبكة الاتصال.
17. الاحتفاظ بأكثر من هاتف محمول، أو أكثر من شاحن للهاتف، والشغف بكل جديد في تكنولوجيا الهواتف المحمولة.
18. تزايد الانفاق على الهاتف المحمول والانترنت.

19. الحرص على أن يكون الهاتف المحمول مفتوحاً طوال اليوم، بل وأثناء النوم (دردره، 2016).
20. قلق الرنة: أي القلق المترقب والمتكرر عند سماع أي رنة مشابهة لهاتف محمول يخص شخص آخر، مما يؤدي إلى رد فعل غير محسوب لدى الفرد يتمثل في البحث عن هاتفه بعد سماع أو افتراض سماع نغمة رنين.
21. في حالة اقتراب بطارية الهاتف المحمول من النفاذ يصاب بحالة من الخوف والفرع الشديد، ويحاول بأقصى قدرته إيصال الهاتف بالشاحن فوراً مهما كلفه ذلك من جهد أو مال (العكوم، 2017؛ المومني والعكور، 2018).
22. الشعور بالقلق عند عدم القدرة على استخدام الهاتف المحمول بسبب عدم وجود تغطية للشبكة.
23. النظر المتكرر للشاشة لمعرفة الرسائل أو الاتصالات الجديدة، وإبقاء الهاتف مفتوحاً طوال اليوم.
24. النوم بجوار الهاتف المحمول.
25. قلة التواصل مع الآخرين - في العالم الواقعي -.
26. الانفاق المفرط للمال على استخدام الهاتف المحمول.
27. يكون الهاتف وتطبيقاته مدار حديث الفرد بين أفراد الأسرة.
28. حمل الهاتف المحمول لأي مكان يتواجد فيه، بما في ذلك عند قضاء الحاجة (العمرى، 2016).

أسباب النوموفوبيا:

إن فقدان يعني عدم القدرة على التواصل مع الأصدقاء، والانقطاع عن كل ما يحدث حولهم (شربيني، 2018).

وكذلك هناك أسباب تجعل الناس ترتبط بهواتفهم؛ حيث بحثت "إليزابيث واترمان" في ظاهرة النوموفوبيا وعقدت جلسات علاج للمصابين به، وحاولت أن تجد تفسيراً لهذه الحالة، وتوصلت إلى وجود عدة أسباب لربط الناس بهواتفهم...، حيث الهاتف لدى بعضهم يمثل غطاء الأمان...، فهم يشعرون بالأمان حينما يعرفون أن بإمكانهم الاتصال لطلب المساعدة وقتما يشاءون، وبالنسبة لآخرين، فإن فحص هواتفهم باستمرار وبصورة مفرطة يُسكن ويخفف عنهم قلق الظن بأنهم يفتقدون شيئاً ما، أو أن هناك طارئاً ما يحتاجون أن يستعدوا له.

ووجدت واترمان أن المصابين بالنوموفوبيا يخافون من فقدان الهاتف المحمول مما يؤدي إلى استحالة اتصاليهم مع العالم الخارجي، لذلك حاولت واترمان وفريق العمل معها أن يجعلوا هؤلاء "المرضى" يفهمون أن الآخرين لن

ينسوهم حينما ينقطع الاتصال بهم لعدة أيام...، وأن من يعاني النوموفوبيا هو أيضاً لن ينقطع اتصاله بأصدقائه (الشال، 2015).

الدراسات السابقة:

أجرى العمري (2016) دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين النوموفوبيا والتواصل الأسري لدى المتزوجين، لدى عينة قوامها (550) زوج وزوجة، وأظهرت النتائج أن مستوى النوموفوبيا جاء بدرجة متوسطة لدى الأزواج والزوجات.

وأعدّ دردر (2016) دراسة حول النوموفوبيا رهاب الهواتف الذكية وعلاقته بالبحث الحسي والقلق الاجتماعي، لدى عينة تكونت من (430) طالباً وطالبة من المرحلة الجامعية، وأظهرت النتائج وجود فروق في النوموفوبيا بين الجنسين لصالح الذكور.

كما أجرى العكوم (2017) دراسة حول الخوف المرضي من فقدان الهاتف النقال (النوموفوبيا) لدى طلبة جامعة اليرموك، لدى عينة قوامها (1425) طالباً وطالبة من المرحلة الجامعية، واستخدمت الباحثة مقياس يلدريم (2014) Yildirim، وأسفرت النتائج عن انتشار النوموفوبيا لدى طلبة الجامعة بنسبة منخفضة، كما أظهرت النتائج وجود أثر نسبي منخفض للمتنبئ (الجنس) لصالح الإناث.

وسعى عبدالله (2017) إلى إعداد دراسة حول الخوف المرضي من فقدان الهاتف المحمول، لدى عينة قوامها (335)، منهم (181) ذكوراً، و(154) إناثاً، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود فروق في النوموفوبيا تبعاً للجنس ولصالح الذكور.

في حين أعدّ الجاسر (2018) دراسة حول اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول (النوموفوبيا) وعلاقته بالتحصيل الدراسي بدولة الكويت، لدى عينة تكونت من (154) طالباً وطالبة من المرحلة الثانوية، وأظهرت النتائج وجود فروق في النوموفوبيا بين الجنسين لصالح الإناث، كما أسفرت النتائج عن عدم وجود فروق في النوموفوبيا تبعاً لمتغير العمر.

وأجرى يلدريم وآخرون (2018) Yildirim et al. دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين مستوى النوموفوبيا وإدمان الإنترنت لدى طلبة المدارس الثانوية، لدى عينة تكونت من (929) طالباً وطالبة من المرحلة الثانوية،

وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى النوموفوبيا لدى طلبة المدارس الثانوية أعلى بقليل من المتوسط. كما أسفرت النتائج عن وجود فروق في النوموفوبيا بين الطلبة تبعاً للجنس ولصالح الإناث.

كما أجرى محمود (2019) دراسة حول دور الوحدة النفسية والسعادة الشخصية والاندفاعية وبعض المتغيرات الديموغرافية في التنبؤ بالنوموفوبيا، لدى عينة قوامها (263)، منهم (112) طالباً، و(151) طالبة، من المرحلة الجامعية، تراوحت أعمارهم من 18-24 عاماً، وأسفرت النتائج عن عدم وجود فروق في النوموفوبيا تبعاً للجنس، كما أظهرت النتائج وجود فروق في النوموفوبيا تبعاً للعمر ولصالح الأصغر سناً ذو الأعمار بين (18-21 سنة) مقارنة بالطلبة الأكبر سناً ذو الأعمار من (21 سنة فأكثر).

وسعى صادق (2019) إلى إجراء دراسة حول الإسهام النسبي للنوموفوبيا في التنبؤ بالتسويق الأكاديمي والعلاقات الأسرية، لدى عينة تكونت من (180) طالباً وطالبة، من المرحلة الجامعية، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق في النوموفوبيا تبعاً للجنس ولصالح الذكور.

في حين أجرى الحلبي (2019) دراسة حول النوموفوبيا وعلاقتها بالاغتراب النفسي والقلق الاجتماعي لدى طلبة الجامعات في غزة، لدى عينة قوامها (374) طالباً وطالبة، من المرحلة الجامعية، وأظهرت النتائج أن مستوى النوموفوبيا جاء متوسط مرتفع لدى طلبة الجامعات في غزة، كما أسفرت النتائج عن عدم وجود فروق في النوموفوبيا تبعاً للجنس.

كما أجرى عبد الوارث (2020) دراسة حول النوموفوبيا وعلاقتها بكل من الشعور بالوحدة النفسية والأداء الأكاديمي، لدى عينة قوامها (120)، منهم (60) طالباً، و(60) طالبة، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود فروق في النوموفوبيا تبعاً للجنس ولصالح الإناث.

وأعدّ كومار وتوماس (Kumar and Thomas 2020) دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين النوموفوبيا والغضب لدى طلبة الجامعة خلال جائحة كورونا كوفيد-19، لدى عينة قوامها (120)، منهم (60) طالباً، و(60) طالبة، من المرحلة الجامعية، تراوحت أعمارهم من 18-22 عاماً، ومن بين النتائج التي توصلت إليها عدم وجود فروق في مستوى النوموفوبيا بين طلبة الجامعة تبعاً لمتغير الجنس.

كما سعى أبو شيبه والبلهان (2021) إلى إعداد دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول (النوموفوبيا) ومستوى التحصيل الأكاديمي لطلاب جامعة الكويت، لدى عينة قوامها

(667)، منهم (314) طالباً، و(353) طالبة، من المرحلة الجامعية، تراوحت أعمارهم بين أقل من 20- أكثر من 21 عاماً، ومن بين النتائج التي توصلت إليها وجود فروق في النوموفوبيا بين طلبة الجامعة تبعاً لمتغير الجنس؛ لصالح الذكور. كما أظهرت النتائج وجود فروق في النوموفوبيا بين طلبة الجامعة تبعاً لمتغير العمر؛ لصالح الأصغر سناً.

وأجرى بهلول والسميري (2022) دراسة هدفت إلى التعرف على النوموفوبيا وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى المراهقين، لدى عينة قوامها (600)، منهم (223) مراهقاً، و(377) مراهقة، ومن بين النتائج التي توصلت إليها وجود فروق في النوموفوبيا تبعاً للجنس؛ لصالح المراهقات.

وأعدّ شيبان (2023) دراسة هدفت إلى التعرف على النوموفوبيا وعلاقتها بالوحدة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة حلب بسوريا، لدى عينة قوامها (100)، منهم (57) طالباً، و(43) طالبة، من المرحلة الجامعية، تراوحت أعمارهم بين 18- 30 عاماً، ومن بين النتائج التي توصلت إليها عدم وجود فروق في النوموفوبيا بين طلبة الجامعة تبعاً لمتغير الجنس.

التعقيب على الدراسات السابقة:

- تباينت نتائج الدراسات الأجنبية والعربية فيما يتعلق بمستوى النوموفوبيا.
- تناقضت نتائج الدراسات الأجنبية والعربية فيما يتعلق بالفروق في النوموفوبيا وفقاً لمتغير الجنس.
- تباينت نتائج الدراسات العربية فيما يتعلق بالفروق في النوموفوبيا وفقاً لمتغير العمر.
- إن التناقض في نتائج الدراسات الأجنبية والعربية مازال يعطي مبرراً لإجراء المزيد من الدراسات حول النوموفوبيا، لا سيما أن المجتمع السعودي بمختلف شرائحه يختلف عن المجتمعات الأخرى وفق النواحي الثقافية والفكرية والاجتماعية والاتجاهات وظروف التربية.
- إن الدراسات الأجنبية والعربية التي أتاحت للباحثة الاطلاع عليها والتي تناولت النوموفوبيا لم تتناول الفروق وفقاً لمتغير (المستوى التعليمي).
- يتفق البحث الحالي مع دراسة العكوم (2017) في استخدامها لمقياس النوموفوبيا- من اعداد يلدريم . Yildirim (2014)
- يختلف البحث الحالي عن الدراسات الأجنبية والعربية السابقة في أنها تدرس النوموفوبيا لدى الذكور والإناث

بمنطقة مكة المكرمة، فضلاً عن تقصّي ما إذا كانت هناك فروق في النوموفوبيا بين الذكور والإناث تعزى لمتغيرات البحث: (الجنس، والعمر، والمستوى التعليمي).

منهج البحث:

تم استخدام المنهج الوصفي المسحي والفارقي؛ كونه المناسب لتحقيق أهداف البحث.

مجتمع البحث:

يتكون مجتمع البحث من الذكور والإناث، من المراهقين والشباب وأواسط العمر، تراوحت أعمارهم بين 13-60 سنة، من جميع المستويات التعليمية بمنطقة مكة المكرمة، للعام 2023 - 1444هـ. ووفقاً للهيئة العامة للإحصاء بالمملكة العربية السعودية بلغ عدد مجتمع البحث بمنطقة مكة المكرمة ما يقارب (6.348.182) (الهيئة العامة للإحصاء، 2019).

عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث من مجتمع البحث والبالغ عددها (992) من الذكور والإناث، حيث جرى اختيارهم بطريقة كرة الثلج. والجدول (1) يوضح توزيع أفراد عينة البحث تبعاً لمتغيرات البحث الديموغرافية.

جدول (1) توزيع أفراد عينة البحث تبعاً لمتغيرات البحث الديموغرافية:

المتغير	الفئات	التكرار	النسبة المئوية
الجنس	ذكر	306	30.8%
	أنثى	686	69.2%
	المجموع	992	100%
العمر	13-22 سنة	303	30.5%
	23-39 سنة	487	49.1%
	40-60 سنة	202	20.4%
	المجموع	992	100%
المستوى التعليمي	ثانوية فأقل	259	26.1%
	بكالوريوس	647	65.2%
	ماجستير فأعلى	86	8.7%
	المجموع	992	100%

أدوات البحث:

مقياس النوموفوبيا Nomophobia:

وصف المقياس:

قام بإعداد هذا المقياس يلدريم (2014) Yildirim، لدى طلبة الجامعة من الذكور والإناث بالولايات المتحدة الأمريكية، وقد تكون المقياس في صورته الأصلية من (20) عبارة متمثلة في أربعة أبعاد كما يلي:

1. **البعد الأول: عدم القدرة على التواصل:** يشير هذا البعد إلى الشعور بفقدان الاتصال الفوري مع الناس وعدم القدرة على استخدام الخدمات التي تسمح بالاتصال الفوري. وترتبط العبارات الواردة في هذا الموضوع بشعور الشخص بفقدان قدرته على الاتصال بالآخرين أو حتى اتصاهم به. ويشمل العبارات التالية: (1،2،3،4).
 2. **البعد الثاني: فقدان الاتصال:** يشير إلى الشعور بفقدان الاتصالات التي توفرها الهواتف الذكية في كل مكان، وكذلك الشعور الناتج من الانقطاع عن الهوية الشخصية أو المستعارة في الانترنت (خصوصاً في وسائل التواصل الاجتماعي). ويشمل العبارات التالية: (5،6،7،8،9).
 3. **البعد الثالث: عدم القدرة على الوصول إلى المعلومات:** الانزعاج من فقدان القدرة على الوصول الدائم للمعلومات من خلال الهواتف الذكية، وعدم القدرة على استرجاع المعلومات والبحث عنها. ويشمل العبارات التالية: (10،11،12،13،14،15).
 4. **البعد الرابع: التخلي عن وسائل الراحة:** تتعلق بمشاعر التخلي عن الراحة التي يقدمها الهاتف الذكي، وتعكس الرغبة المتعلقة في الاستفادة من الراحة التي يوفرها. ويشمل العبارات التالية: (16،17،18،19،20).
- وقد قام العكوم (2017) بترجمة المقياس وتقنينه على البيئة العربية وتحديد الأردن لدى طلبة الجامعة من الذكور والإناث.

وستكون الإجابة على عبارات المقياس وفقاً لتدريب ليكرت الحماسي كالاتي:

ينطبق علي بدرجة: (كبيرة جداً= 5، كبيرة= 4، متوسطة= 3، قليلة= 2، قليلة جداً= 1).

الخصائص السيكومترية لمقياس النوموفوبيا في البيئة الأردنية:

■ أولاً: الصدق:

1- صدق المحكمين (الصدق الظاهري):

تم عرض المقياس في صورته الأولية على 10 محكمين، وفي ضوء ملاحظات المحكمين تم تعديل صياغة بعض العبارات، وبقي المقياس مكون من 20 عبارة.

2- الاتساق الداخلي:

قيم معاملات ارتباط العبارة مع المقياس تراوحت بين 0.45 - 0.76.

3- القوة التمييزية لعبارات المقياس:

تم التوصل إلى وجود فرق جوهري عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) بين المتوسطين الحسابيين الخاصين بكافة عبارات مقياس النوموفوبيا يعزى للفئة.

■ ثانياً: الثبات:

1- ألفا كرونباخ:

بلغت قيمة معامل الثبات 0.93.

2- إعادة التطبيق:

بلغ معامل ارتباط بيرسون بين نتيجتي التطبيق الأول والثاني قيمته 0.86.

الخصائص السيكومترية لمقياس النوموفوبيا في البحث الحالي:

■ أولاً: الصدق:

1- صدق المحكمين (الصدق الظاهري):

تم التحقق من الصدق الظاهري لمقياس النوموفوبيا من خلال عرضه بصورته الأولية على مجموعة من المحكمين المتخصصين في مجال علم النفس من مختلف الجامعات السعودية، لإبداء آرائهم وملاحظاتهم في مدى وضوح صياغة

العبارات وملائمتها للبيئة السعودية، وقد تم الأخذ بملاحظاتهم واقتراحاتهم، حيث تم تعديل العبارات التي كانت نسبة الاتفاق على (وضوح صياغتها) منخفضة بين المحكمين، واعتمد معيار (86% - 100%) نسبة الاتفاق على العبارات التي تم استبقائها دون تعديل. والجدول (2) يوضح نسبة الاتفاق بين المحكمين على كل عبارة لمقياس النوموفوبيا.

جدول (2) نسبة الاتفاق بين المحكمين على كل عبارة لمقياس النوموفوبيا:

العبرة	نسبة الاتفاق	العبرة	نسبة الاتفاق
1	86%	11	43%
2	57%	12	100%
3	86%	13	14%
4	86%	14	43%
5	100%	15	57%
6	100%	16	100%
7	86%	17	43%
8	86%	18	100%
9	57%	19	100%
10	57%	20	86%

2- الاتساق الداخلي (الصدق الارتباطي):

تم حساب صدق الاتساق الداخلي عن طريق إيجاد قيم معاملات الارتباط، كما هو مبين في الجدول (3):

جدول (3) قيم معاملات الارتباط لمقياس النوموفوبيا:

العبرة	الدرجة الكلية	العبرة	الدرجة الكلية
1	0.553**	11	0.683**
2	0.663**	12	0.823**
3	0.661**	13	0.761**
4	0.708**	14	0.806**
5	0.674**	15	0.733**
6	0.677**	16	0.775**
7	0.707**	17	0.765**
8	0.708**	18	0.792**
9	0.710**	19	0.640**
10	0.709**	20	0.696**

** دال احصائياً عند مستوى دلالة $\alpha = 0.01$

يتضح من الجدول (3) أن جميع قيم معاملات الارتباط للمقياس دالة احصائياً عند مستوى $(\alpha = 0.01)$ ، حيث تراوحت قيم معاملات الارتباط ما بين $(0.553 - 0.823)$ ، مما يدل على أن المقياس يتمتع بدلالات الصديق.

■ ثانياً: الثبات:

ألفا كرونباخ:

بلغت قيمة معامل ثبات المقياس ككل (0.949) وهو معامل ثبات جيد، مما يدل على أن المقياس يتصف بالثبات.

المعالجات الإحصائية المستخدمة:

للإجابة عن تساؤلات البحث تم استخدام المعالجات الإحصائية التالية:

1. للإجابة عن التساؤل الأول، تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.
2. للإجابة عن التساؤل الثاني، تم استخدام اختبار T-test لعينتان مستقلتان.
3. للإجابة عن التساؤل الثالث والرابع، تم استخدام اختبار One way anova لتحليل التباين الأحادي.

نتائج البحث ومناقشتها:

نتائج التساؤل الأول الذي ينص على:

1. ما مستوى النوموفوبيا لدى الذكور والإناث بمنطقة مكة المكرمة؟

وللإجابة عن هذا التساؤل تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، كما هو مبين في الجدول (4). وللحكم على المتوسطات الحسابية، تم حساب طول المدى: $(5-1=4)$ ، ثم حساب الفترة: $(3/4=1.33)$ ، وعليه فإن طول الفترة هو (1.33) ، وعليه اعتمد التقدير التالي:

المستوى	الفترة
مرتفع	5 - 3.67
متوسط	3.66 - 2.34
منخفض	2.33 - 1

جدول (4) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للعبارات والدرجة الكلية لمقياس النوموفوبيا:

العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المجموع	المستوى
1	3.45	1.16	3425	متوسط
2	3.24	1.22	3214	متوسط
3	2.91	1.32	2885	متوسط
4	3.11	1.26	3082	متوسط
5	2.93	1.37	2910	متوسط
6	3.13	1.46	3109	متوسط
7	3.71	1.34	3149	متوسط
8	3.01	1.34	2987	متوسط
9	3.45	1.24	3427	متوسط
10	3.67	1.27	3643	مرتفع
11	3.69	1.24	3665	مرتفع
12	3.34	1.31	3309	متوسط
13	3.50	1.24	3475	متوسط
14	3.14	1.32	3118	متوسط
15	3.47	1.25	3442	متوسط
16	2.96	1.33	2936	متوسط
17	2.89	1.34	2868	متوسط
18	2.66	1.33	2638	متوسط
19	2.21	1.28	2195	منخفض
20	2.94	1.40	2913	متوسط
المجموع	3.14	18.56	62390	متوسط

يتضح من الجدول (4) أن المتوسطات الحسابية لعبارات النوموفوبيا تراوحت ما بين (2.21 - 3.69)، والانحراف المعياري تراوح ما بين (1.16 - 1.46)، وكان مستوى العبارات ما بين المنخفض والمتوسط والمرتفع، حيث كان أعلى متوسط للعبارات (أشعر بالقلق إذا لم يكن هاتفي معي لعدم قدرة أفراد أسرتي أو أصدقائي على الاتصال بي) بمتوسط حسابي (3.69) وبمستوى مرتفع، وأقل متوسط كان للعبارات (إذا لم يكن هاتفي معي فإنني أشعر بالقلق إذا لم أتمكن من تفقد بريدي الإلكتروني) بمتوسط حسابي (2.21) وبمستوى منخفض.

كما بلغ المتوسط الحسابي للدرجة الكلية للنوموفوبيا (3.14) وبمستوى متوسط. وهذا يعني أن مستوى النوموفوبيا لدى الذكور والإناث بمنطقة مكة المكرمة جاء متوسطاً.

تتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة العمري (2016) والتي أظهرت أن مستوى النوموفوبيا جاء متوسطاً.

كما اختلفت هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة يلديريم وآخرون (Yildirim et al. (2018) والحليمي (2019) والتي أسفرت نتائجها عن أن مستوى النوموفوبيا أعلى من المتوسط.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة؛ إلى أن التكنولوجيا أصبحت تسيطر يوماً بعد يوم على حياتنا، وبالأخص الهواتف الذكية التي سيطرت على جزء كبير من حياتنا، وأخذت حيزاً واسعاً من وقتنا، فمن الصعب اليوم تخيل الحياة من دون الهواتف الذكية، فالهاتف الذكي لم يعد مجرد هاتف؛ بل أصبح يمثل عنصراً أساسياً في حياتنا، الأمر الذي أدى إلى الانتشار الواسع للهاتف الذكي واقتنائه رغم ما يترتب على ذلك من احتمالية ظهور أعراض النوموفوبيا وتأثيراته السلبية على مختلف جوانب حياة الأفراد.

كما يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء النظرية السلوكية؛ ذلك أن النوموفوبيا قد تكوّن بفعل الاقتران الشرطي الخاطيء، من خلال تعرض الأفراد لموقف ما، ولّد لديهم النوموفوبيا أي الخوف من الابتعاد عن هواتفهم، مثل: عدم قدرة الفرد على التواصل مع أسرته لأمر طارئ (مثير شرطي) بسبب عدم قدرته على استخدام هاتفه، إما لنسيانه، أو نفاذ البطارية، أو عدم توفر رصيد، أو خارج تغطية الشبكة (مثير غير شرطي)، الأمر الذي ساعد على تشكيل النوموفوبيا (المنعكس الشرطي) لدى الفرد، ومن ثم تعميمه في المواقف اللاحقة، وبالتالي الالتصاق بهاتفه.

نتائج التساؤل الثاني الذي ينص على:

2. هل توجد فروق دالة احصائياً في النوموفوبيا بين الذكور والإناث بمنطقة مكة المكرمة تعزى لمتغير الجنس؟

وللإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام اختبار T-test لعينتين مستقلتين، كما هو مبين في الجدول (5).

جدول (5) نتائج اختبار T-test للفروق بين متوسطين لعينتين مستقلتين لمقياس النوموفوبيا تبعاً لمتغير الجنس:

الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	عدد العينة	اختبار ليفين لتجانس التباين		اختبارات
					قيمة ف	مستوى دلالة	
ذكور	64.69	18.35	1.05	306	0.00	0.993	درجات الحرية
إناث	62.09	18.60	0.71	686		2.04	مستوى الدلالة

* دال احصائياً عند مستوى دلالة $\alpha = 0.05$

يتضح من الجدول (5) وجود فروق دالة احصائياً في النوموفوبيا بين الذكور والإناث تبعاً لمتغير الجنس ولصالح الذكور، حيث بلغت قيمة (ت) (2.04) وهي قيمة دالة احصائياً عند $(\alpha = 0.05)$.

تتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة أبو شيببة والبلهان (2021) ودرودة (2016) وصادق (2019) ومحمد (2017)، والتي أظهرت وجود فروق في النوموفوبيا ولصالح الذكور.

كما اختلفت هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة بهلول والسميري (2022) والعكوم (2017) والجاسر (2018) ويلدريم وآخرون (2018) Yildirim et al. وعبد الوارث، والتي أسفرت نتائجها عن وجود فروق في النوموفوبيا ولصالح الإناث.

كما اختلفت هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة شيبان (2023) ومحمود (2019) والحليمي (2019) وكومار وتوماس (2020) Kumar and Thomas والتي أظهرت عدم وجود فروق في النوموفوبيا وفقاً لمتغير الجنس.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة؛ إلى الفروق في التنشئة الاجتماعية بين طبيعة كل من الذكور والإناث وأدوارهم المتمثل في الخروج الدائم للذكور من المنزل، وابتعادهم المستمر عن أسرهم وأقاربهم، الأمر الذي يجعلهم يرتبطون بهواتفهم، بل وقد يمثل لهم غطاء الأمان، فهم يشعرون بالأمان حينما يعرفون أن بإمكانهم الإتصال لطلب المساعدة وقتما يشاءون، أو التواصل مع أسرهم وأقاربهم بأي وقت، وأن نسيانهم لهواتفهم بالمنزل عند خروجهم قد يشعرهم بالضيق وغياب الأمان، الأمر الذي قد ساعد على ارتباطهم بهواتفهم لفترات أطول مما قد أدى إلى ظهور أعراض النوموفوبيا لديهم بدرجة أعلى من الإناث.

كما يمكن تفسير هذه النتيجة في سياق النظرية السلوكية؛ ذلك أن النوموفوبيا يمكن تعلمه من خلال الملاحظة، ولأن الذكور أكثر احتكاكاً بالعالم الخارجي، بحكم خروجهم الدائم من المنزل، الأمر الذي قد جعلهم يشاهدون أو يلاحظون نماذج أو أشخاصاً عاشوا موقفاً سلبياً، بسبب ابتعادهم عن هواتفهم، الأمر الذي يعد مثيراً لخلق النوموفوبيا لدى هؤلاء الذكور.

نتائج التساؤل الثالث الذي ينص على:

3. هل توجد فروق دالة احصائياً في النوموفوبيا بين الذكور والإناث بمنطقة مكة المكرمة تعزى لمتغير العمر؟

وللإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام اختبار One way anova التباين الأحادي للمقارنة بين عدة متوسطات لعينات مستقلة، كما هو مبين في الجدول (6) و(7).

جدول (6) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبعاً لمتغير العمر:

الفئة العمرية	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري
22-13 سنة	303	63.34	18.94	1.09
39-23 سنة	487	63.83	17.96	0.81
60-40 سنة	202	59.96	19.18	1.35
الكلي	992	62.89	18.56	0.59

جدول (7) نتائج تحليل التباين الأحادي تبعاً لمتغير العمر:

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
بين المجموعات	2225.83	2	1112.92	3.25	*0.039
داخل المجموعات	338980.84	989	342.75		
الكلي	341206.67	991			

* دال احصائياً عند مستوى دلالة $\alpha = 0.05$

يتضح من الجدول (7) وجود فروق دالة احصائياً في النوموفوبيا بين الذكور والإناث تبعاً لمتغير العمر. حيث بلغت قيمة (ف) (3.25) وهي قيمة دالة احصائياً عند $(\alpha = 0.05)$ ، ولتحديد اتجاه الفروق تم استخدام اختبار شيفيه، كما هو مبين في الجدول (8).

جدول (8) المقارنات البعدية بطريقة شيفيه:

الفئة العمرية	متوسط الفرق بين المجموعتين	الخطأ المعياري	مستوى الدلالة
39-23 سنة	0.49	1.35	0.938
22-13 سنة	3.38	1.68	0.133
60-40 سنة	*3.869	1.55	0.045

* دال احصائياً عند مستوى دلالة $\alpha = 0.05$

يتضح من الجدول (8) وجود فروق دالة احصائياً بين متوسطي الفئة العمرية 39-23 سنة و 60-40 سنة، ولصالح الفئة العمرية 39-23 سنة، بمتوسط حسابي (63.83).

تختلف هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة أبو شيبه والبلهان (2021)، والتي أسفرت نتائجها عن وجود فروق في النوموفوبيا تبعاً لمتغير العمر ولصالح الأصغر سنًا: أي أقل من 20 سنة.

ويمكن تفسير هذه النتيجة؛ إذ أن ذلك قد يعود إلى المغريات التي يوفرها الهاتف الذكي والتي هي أقرب إلى ميول الشباب في هذه المرحلة العمرية ومنها التواصل مع الأقارب والأصدقاء، وإقامة علاقات افتراضية دون الإجماع عن الإفصاح بهوياتهم الحقيقية، فيستطيعون التعبير عن آرائهم الشخصية بحرية، ويعلنون ما يرونه مناسباً بالنسبة إليهم، ومتمتعاً بمشاركة المعلومات مع الآخرين عبر برامج التواصل الاجتماعي، بالإضافة إلى توجيههم لتخزين وتضمين هواتفهم الذكي لمعلومات ذات طبيعة خاصة فيخشون فقدانها، الأمر الذي قد ولد لديهم الخوف والرهاب من فقدان هواتفهم الذكية.

نتائج التساؤل الرابع الذي ينص على:

4. هل توجد فروق دالة احصائياً في النوموفوبيا بين الذكور والإناث بمنطقة مكة المكرمة تعزى لمتغير المستوى التعليمي؟

وللإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام اختبار One way anova التباين الأحادي للمقارنة بين عدة متوسطات لعينات مستقلة، كما هو مبين في الجدول (9) و(10).

جدول (9) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبعاً لمتغير المستوى التعليمي:

المستوى التعليمي	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري
ثانوي فأقل	259	62.66	18.98	1.18
بكالوريوس	647	62.77	18.60	0.73
ماجستير فأعلى	86	64.50	17.03	1.84
الكلي	992	62.89	18.56	0.59

جدول (10) نتائج تحليل التباين الأحادي تبعاً لمتغير المستوى التعليمي:

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
بين المجموعات	245.47	2	122.74	0.36	0.701
داخل المجموعات	340961.20	989	344.75		
الكلي	341206.67	991			

يتضح من الجدول (10) عدم وجود فروق دالة احصائياً في النوموفوبيا بين الذكور والإناث تبعاً لمتغير المستوى التعليمي. حيث بلغت قيمة (ف) (0.36) وهي قيمة غير دالة احصائياً، حيث بلغت قيمة الدلالة (0.701) وهي قيمة أكبر من $(\alpha = 0.05)$.

ويمكن تفسير هذه النتيجة؛ إذ أن ذلك قد يعود إلى أن تكنولوجيا الهاتف الذكي أحدث تغييراً جذرياً في نمط حياة الأفراد من جميع المستويات التعليمية، سواءً على مستوى استخدامها، أو آثارها في الجوانب الاجتماعية والنفسية والأكاديمية والأسرية، الأمر الذي قد أسهم في إلغاء الفروق في النوموفوبيا تبعاً للمستوى التعليمي بين الأفراد.

ملخص نتائج البحث:

بعد استعراض نتائج البحث الحالي وتفسيرها، تقدم الباحثة ملخصاً لأهم ما توصل إليه البحث الحالي:

1. مستوى النوموفوبيا لدى الذكور والإناث بمنطقة مكة المكرمة جاء متوسطاً.
2. توجد فروق دالة احصائياً في النوموفوبيا بين الذكور والإناث بمنطقة مكة المكرمة تعزى لمتغير الجنس؛ لصالح الذكور.
3. توجد فروق دالة احصائياً في النوموفوبيا بين الذكور والإناث بمنطقة مكة المكرمة تعزى لمتغير العمر؛ لصالح الفئة العمرية 23-39 سنة.
4. لا توجد فروق دالة احصائياً في النوموفوبيا بين الذكور والإناث بمنطقة مكة المكرمة تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

التوصيات:

- ضرورة تبصير المجتمع بالنوموفوبيا وما يحمله من آثار سلبية على الفرد والمجتمع وما يرتبط به العديد من المشكلات في مختلف جوانب الحياة النفسية والاجتماعية والأسرية والأكاديمية.
- تفعيل دور البرامج الإرشادية والتثقيفية لدى فئة الشباب وخاصة الذكور منهم لكيفية الاستخدام الإيجابي الأمثل للهواتف الذكية.
- إدراج النوموفوبيا ضمن البرامج الوقائية والعلاجية للحد من تفاقم أعراضه لدى الذكور والإناث من جميع المستويات التعليمية.

المقترحات البحثية:

- إعادة إجراء البحث الحالي لدى عينات أخرى مختلفة، وبمناطق أخرى بالمملكة العربية السعودية.
- دراسة العلاقة بين النوموفوبيا والجوانب الأخرى التي قد يؤثر عليها سلبياً كالتفاعل الاجتماعي والاستقرار الأسري والتحصيل الدراسي.

المراجع

- أبو شيبية، قيروان، والبلهان، عيسى (2021). التعرف على العلاقة بين اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول (النوموفوبيا) ومستوى التحصيل الأكاديمي لطلاب جامعة الكويت. مجلة بحوث، 2(5)، 29-65.
- بهلول، نجوى، والسميري، نجاح (2022). النوموفوبيا وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى المراهقين. المجلة الإفريقية للدراسات المتقدمة في العلوم الإنسانية والاجتماعية، 1(4)، 348-363.
- الجباسر، لولوه (2018). اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول (النوموفوبيا) وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلبة التعليم الثانوي بدولة الكويت. مجلة البحث العلمي في التربية، 19(1)، 592-611.
- الخليمي، هالة (2019). النوموفوبيا وعلاقتها بالإغتراب النفسي والقلق الاجتماعي لدى طلبة الجامعات في محافظات قطاع غزة. رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية غزة، فلسطين.
- دردرة، السعيد (2016). النوموفوبيا رهاب الهواتف الذكية وعلاقته بالبحث الحسي والقلق الاجتماعي. دراسات نفسية، 26(3)، 361-392.
- الشال، انشراح (2015). النوموفوبيا في عصر وسائل الاتصالات الرقمية. مجلة بحوث العلاقات العامة الشرق الأوسط، 2(2)، 9-31.
- شربيني، لطفي (2018). قراءة في سيكولوجية هموم الناس. الجزائر: دار الجديد للنشر والتوزيع.
- شيبان، عبد الحميد (2023). النوموفوبيا وعلاقتها بالوحدة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة حلب بسوريا. مجلة الأستاذ للعلوم الإنسانية والاجتماعية، 62(3)، 132-147.
- صادق، مروة (2019). الإسهام النسبي للنوموفوبيا في التنبؤ بالتسويق الأكاديمي والعلاقات الأسرية لدى الطلاب المعلمين. مجلة الإرشاد النفسي، 2(58)، 347-405.
- عبدالله، محمد (2017). الخوف المرضي من فقدان الهاتف المحمول لدى الأطفال. مجلة الطفولة العربية، 74(1)، 50-71.
- عبد الوارث، إسلام (2020). النوموفوبيا وعلاقتها بكل من الشعور بالوحدة النفسية والأداء الأكاديمي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. مجلة كلية التربية جامعة الإسكندرية، 30(3)، 239-281.

- العكوم، شيرين (2017) الخوف المرضي من فقدان الهاتف النقال (النوموفوبيا) لدى طلبة جامعة اليرموك. رسالة ماجستير، جامعة اليرموك، الأردن.
- العمرى، معاذ (2016). النوموفوبيا وعلاقته بالتواصل الأسري لدى المتزوجين. رسالة ماجستير، جامعة اليرموك، الأردن.
- محمد، علا (2019). النوموفوبيا وعلاقتها بالسعادة النفسية وتقدير الذات لدى الطالبات الملمات بالطفولة المبكرة بالجامعة. مجلة دراسات الطفولة، 22(84)، 21-32.
- محمد، هدى (2020). النوموفوبيا (رهاب الهواتف الذكية) لدى عينة من الآباء والأمهات وعلاقتها بالأمن النفسي لدى أبنائهم في المرحلة العمرية من (9-12) سنة. حوليات آداب عين شمس، 15(1)، 250-280.
- محمد، هبة (2019). دور الوحدة النفسية والسعادة الشخصية والاندفاعية وبعض المتغيرات الديموغرافية في التنبؤ بالنوموفوبيا لدى الشباب الجامعي. دراسات نفسية، 29(4)، 761-831.
- المومني، فواز، والعكور، شيرين (2018). الخوف المرضي من فقدان الهاتف النقال (النوموفوبيا) لدى طلبة جامعة اليرموك. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، 15(1)، 33-47.
- الهيئة العامة للإحصاء (2019). الكتاب الإحصائي السنوي. العدد الخامس والخمسون. استرجعت من <https://www.stats.gov.sa/ar/258>.
- Durak, Hatice (2018). The What Would You Do Without Your Smartphone? Adolescents' Social Media Usage, Locus of Control, and Loneliness as a Predictor of Nomophobia. *The Turkish Journal On Addictions*, 5 (2), 1- 5.
- 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*, 35(2), 339-341.
- Gezgin, D., & Çakır, O. (2016). Analysis of nomofobic behaviors of adolescents regarding various factors. *Journal Human Sciences*, 13(2), 2504- 2519.
- Jimmy, H., Rita, L., Eder, V., Carmen, A., & Jose, S. (2019). Determining Symptomatic Factors of Nomophobia in Peruvian Students from the National University of Engineering. *Applied Sciences*, 9, 1- 17.
- Kumar, A., & Thomas, S. (2020). Study on nomophobia and anger among undergraduates during COVID-19 pandemic. *The International Journal of Indian Psychology*, 8, (3), 1398-1403.

- Secur Envoy. (2012). *66% of the population suffer from Nomophobia the fear of being without their phone.* <https://securenvoy.com/blog/66-population-suffer-nomophobia-fear-being-without-their-phone-2/>
- 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.
- Vagka, E., Gnardellis, C., Lagiou, A., & Notara, V. (2023). Prevalence and Factors Related to Nomophobia: Arising Issues among Young Adults. *Investigation in Health Psychology and Education*, 13(8), 1467–1476.
- Yildirim, Caglar (2014). *Exploring the dimensions of nomophobia: Developing and validating a questionnaire using mixed methods research* [Publication Masters thesis, the Iowa State University Ames, Iowa].
- Yildirim, C. & Correia, A. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: Development and validation of a self-reported questionnaire. *Computers in Human Behavior*, 49, 130–137.
- Yildirim, S., Gezgin, D., & Cakir, O. (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*, 4 (1), 215- 225.

Albaha University Journal of Human Sciences

Periodical - Academic - Refereed



e-ISSN: 1658 – 7472

Vol. 10

Issue No.: 37

January – March 2024

Kingdom Saudi Arabia
Ministry of Education

Al Baha University

University Vice Presidency for
Postgraduate Studies and Scientific
Research

Al Baha University Journal for
Humanities

Published by Al-Baha University
Periodical - Scientific - Refereed

Vision: To be a scientific journal characterized by publishing scientific research that serves the goals of comprehensive development in the Kingdom of Saudi Arabia; serving original scientific research nationally and internationally; contributing to the development of research capabilities of university members and the like inside and outside the university as well as the country.

Mission: Activating the university's role in raising the level of research performance of its employees to serve the university's goals, achieve the desired development goals, and increase constructive interaction with local, regional, and global community institutions.

Chairman of the Editorial Board:

Prof. Saeed ibn Ahmed Eidan Al-Zahran

Deputy Chairman of the Editorial Board:

Prof. Mohammad Hasan Zahir Al Shihri

Director of the Editorial Board:

Dr. Yahya Saleh Hasan Dahami,
Associate Professor

Members of the Editorial Board:

Prof. Fahad Mohammad Al Harithi

Dr. Ahmad Mohammad Al Fagaih,
Associate Professor

Dr. Abdullah ibn Zahir Al Thagafi
e-ISSN: 1658 – 7472

PO Box: 1988

Tel: 00966 17 7274111/ 00966

17:7250341

Ext: 1314

Email: huj@bu.edu.sa

Website:

<https://portal.bu.edu.sa/ar/web/bujhs>

Contents

Introduction to the journal

Editorial Board of Al Baha University Journal for Human Sciences

Contents

Nomophobia among males and females in Makkah Al-Mukarramah region in the light of some demographic variables 1 – 27

Jawaher Ibrahim Abdo Zubaidi

Purposes of Surah Al-Mumtahina and its impact on the lives of contemporary Muslims: An interpretive study 28 - 74

Waleed bin Abdul Mohsen bin Ahmed Al-Omari

Grounds of goal establishment in the Holy Quran: An applied study to the Debt Verse 75 - 97

Fahad salem rafea alghamdi

The role of university education in developing students' future skills in light of the human capabilities development program: Shaqra University as a model 98 - 130

Nouf M Alotaibi

The semiotics of the verbal title in the collection (Battle without a Banner) by Ghazi Al-Gosaibi 131 - 156

Ibrahim Elagbash Elamen Abdeldafi

The Path of the Emotional Hero: Semiotics of the Emotional System in the Novel of "Black Foam" by Haji Jabir 157- 177

Amira bint Muharib Al-Otaibi

Hadith of Surad bin Abdullah Al-Azdi- May Allah be pleased with him- coming with his delegation, peace and blessings be upon the prophet, and his conquest of Jorash Narration and Knowledge 178 – 244

Ibrahim Barakat Saleh IeyyalAwwad

A review of three major theories in second language acquisition; behaviourist, cognitive and interactionist (English) 245 – 265

Nesreen Saud Alahmadi

Examining the Role of Social Media in Shaping Language Preferences in Different Generational Groups (English) 266 – 286

Abdulaziz Mushabbab Alshahrani



Albaha University Journal of Human Sciences

Periodical - Academic - Refereed



Published by Al Baha University

e-ISSN: 1658 – 7472

Vol. 10

Issue No.: 37

January – March 2024

Email: buj@bu.edu.sa

<https://portal.bu.edu.sa/ar/web/bujhs>