

الإسهام النسبي لإدمان الهواتف الذكية للتنبؤ بالقلق نحو الصحة لدى عينة من طلاب جامعة الطائف

إعداد

أ. وفاء بنت سلمان صامل العتيبي

ماجستير، إرشاد نفسي، قسم علم النفس، كلية الآداب ، جامعة الطائف

**مجلة الدراسات التربوية والانسانية .كلية التربية .جامعة دمنهور
المجلد الخامس عشر - العدد الرابع - الجزء الرابع (ج) لسنة 2023**

الإسهام النسبي لإدمان الهواتف الذكية للتنبؤ بالقلق نحو الصحة لدى عينة من طلاب جامعة الطائف

أ/ وفاء بنت سلمان صامل العتيبي

ملخص البحث:

هدف البحث الي التعرف علي مدي الإسهام النسبي لإدمان الهواتف الذكية للتنبؤ بالقلق نحو الصحة لدى عينة من طلاب جامعة الطائف بلغ عددهم(438) طالبًا، واستخدمت الباحثة مقياس إدمان الهواتف الذكية من (Kwon,et al,2013)، ومقياس القلق نحو الصحة (Salkovskis,etal,2002) وقامت الباحثة بترجمتهما الي العربية، وأوضحت النتائج أن هناك علاقة موجبة دالة إحصائيًا بين إدمان الهواتف الذكية والقلق نحو الصحة لدى عينة البحث من طلاب جامعة الطائف، كما أنه يمكن التنبؤ بالقلق نحو الصحة من خلال مستوي إدمان الهواتف الذكية، وانتهي البحث ببعض التوصيات والبحوث المقترحة.

الكلمات مفتاحية:

الإدمان، الهواتف الذكية، القلق نحو الصحة، طلاب الجامعة.

The relative contribution of smartphone addiction to predicting health anxiety among a sample of Taif University students

Research summary:

The research aimed to identify the extent of the relative contribution of smartphone addiction to predicting anxiety towards health among a sample of Taif University students, numbering (438) students. The researcher used the smartphone addiction scale from (Kwon, et al, 2013), and the anxiety scale towards health. Health (Salkovskis, etal, 2002) and the researcher translated them into Arabic, and the results showed that there is a positive, statistically significant relationship between smartphone addiction and anxiety about health among the research sample of Taif University students, and anxiety about health can be predicted from the level of smartphone addiction. The research ended with some recommendations and proposed research.

Keywords: addiction, smart phones, anxiety about health, university students.

مقدمة:

تتوسع تكنولوجيا الهواتف الذكية بسرعة في جميع أنحاء العالم ويمكن أن يكون للتطور السريع للتكنولوجيا تأثير إيجابي على المستخدمين، والذي يمكنهم الاستفادة منه ليس فقط لإجراء المكالمات والرسائل، ولكن التطبيقات الموجودة في الهواتف الذكية تغطي مختلف المجالات التي تكمل حياة الناس.

وتؤدي الهواتف الذكية اليوم دوراً مهماً في الثقافة التكنولوجية لمجتمعنا وخاصة بين جيل الشباب، وعلى الرغم من مزايا الهاتف الذكي واحتياجاته؛ إلا أن الاستخدام المفرط له يمكن أن يؤدي إلى إدمانه، ويشير إدمان الهواتف الذكية إلى التبعية والاستخدام المفرط وغير المنضبط للهاتف الذكي (Billieux, et al, 2017). ومن ثم أصبحت ظاهرة إدمان الهواتف الذكية مصدر قلق عالمي لأنها يمكن أن تسهم في ضعف الصحة النفسية خاصة بين طلاب الجامعات (Abu-Shanab & Haddad, 2015).

وتتيح الهواتف الذكية لمستخدميها إمكانية الوصول إلى الإنترنت والوسائط والألعاب والشبكات الاجتماعية. في الوقت الحاضر يفضل الكثير من الناس في الحياة الحديثة الاتصال عبر الهواتف الذكية. بجانب الفوائد المحتملة للهواتف الذكية، وينبغي أيضاً أن في الاعتبار الأضرار الكبيرة لإدمان الهواتف الذكية خاصة بين طلاب الجامعة (Hawi, & Samaha, 2017).

ووفقاً لبيانات 46% من مستخدمي الهواتف الذكية فإنهم "لا يستطيعون العيش بدون هواتفهم الذكية" وبحلول يونيو 2022 وصل عدد مستخدمي شبكات الهواتف الذكية في الصين إلى 1.047 مليار، وهو ما يمثل حوالي 74.1% من سكان الصين (مركز معلومات الإنترنت الصيني، 2022). وبحلول مايو 2022، كان 93% إلى 97% من البالغين في الولايات المتحدة يمتلكون هواتف ذكية، مقارنة بـ 35% في عام 2013 (Ge., Liu, , Cao., & Zhou, 2023) في حين أن الهاتف الذكي يقدم العديد من الفوائد إلا أن له أيضاً الكثير من العواقب السلبية ومع تزايد الآثار الضارة، ظهر المصطلح الجديد "إدمان الهواتف الذكية" (Lin, et al., 2014).

وأجرى Olson et al. (2022) تحليلاً للدراسات المنشورة بين عامي 2014 و2020 واكتشف أن انتشار إدمان الهواتف الذكية يتزايد عالمياً. وفي الوقت نفسه كانت أعلى مستويات إدمان الهواتف الذكية في الصين والمملكة العربية السعودية، حيث يكون 36.6% من طلاب الجامعات معرضين بشكل خاص لإدمان الهواتف الذكية، وارتفع متوسط الوقت اليومي أمام الشاشات بشكل كبير من 3.75 ساعة في عام 2012 إلى 5.78 ساعة في عام 2017 وبالتالي فمن الضروري التحقيق في تشكيل إدمان الهواتف الذكية بين طلاب الجامعات الصينية وبالتالي فمن الضروري التحقيق في تشكيل إدمان الهواتف الذكية بين طلاب الجامعات الصينية (Ge, et al,2023).

كما أصدرت الهيئة العامة للإحصاء في المملكة العربية السعودية (GaStat) من خلال موقعها الرسمي يوم الخميس 10 مايو 2018م تقريراً حول نتائج مسح نفاذ، واستخدام تقنية المعلومات والاتصالات وللأسر، وللأفراد 2017م؛ فبين التقرير أن نسبة الأفراد مستخدمي الهاتف المتنقل بلغت 73.28 % من إجمالي سكان المملكة، البالغ عددهم (32,552,336) مليون نسمة، وأن 92% من إجمالي الأفراد ، بين 12-65 سنة استخدموا الهاتف المتنقل (الهيئة العامة للإحصاء، 2018) .

وبناءً على الدراسات السابقة تم تصنيف إدمان الهواتف الذكية أيضاً على أنه إدمان سلوكي بسبب عدم قدرة المستخدمين على التحكم في استخدامه (Pavithra., Madhukumar., & TS, 2015). وأوضح (Chóliz, 2010) أن مشكلة استخدام الهواتف الذكية ترتبط بالإدمان السلوكي والذي يسبب تأثيرات نفسية على العواطف والشخصية والمعرفية التي يكون فيها جيل الشباب أكثر عرضة للاستخدام المفرط والاعتماد على الآخرين الهواتف الذكية. وأشارت منظمة الصحة العلمية (World Health Organization 2015) إلى أن الأفراد الذين يعانون من الإدمان السلوكي لديهم أعراض مثل الرغبة والسلوك المفرط وأعراض الانسحاب النفسية والجسدية، ويتميز هذا الإدمان السلوكي عادةً برغبة قوية جداً تشجع الشخص على القيام بشيء ما بشكل متكرر دون القدرة على التحكم فيه أو تقليله أو التوقف عنه.

ويرى (Hwang., Yoo, & Cho, 2012) أن إدمان الهواتف الذكية يسبب مشاكل في الصحة النفسية مثل القلق والاكتئاب مما قد يسبب حواجز حرجة في العلاقات والأنشطة

والصحة الجسدية والنفسية. وقد وصلت هذه القضية إلى مصدر قلق كبير على الصحة العامة وفي عام 2015 أصدرت منظمة الصحة العالمية (World Health Organization 2015) تقريراً عن الآثار الصحية العامة الناجمة عن الاستخدام المفرط للإنترنت وأجهزة الكمبيوتر والهواتف الذكية والأجهزة الإلكترونية المماثلة. ويخص هذا التقرير المشكلات المرتبطة بالاستخدام المفرط للهواتف الذكية مع الصحة النفسية مثل القلق والاكتئاب والتوتر.

بالإضافة إلى ذلك وجدت الدراسات السابقة أن هناك علاقة بين إدمان الهواتف الذكية والقلق (Kang & Park, 2012). وأوضح (Demirci., Akgönül, & Akpinar, 2015) أنه كلما زاد ادمان الفرد لاستخدام على الهاتف الذكي كان القلق لديه أعلى، وسيفقد الفرد المدمن السيطرة على نفسه، وانعدام الرغبة والقدرة على التواصل مع الآخرين. ونتيجة لذلك، سيبدأ الفرد في عزل نفسه ويستمر في الاعتماد على الهواتف الذكية وبشكل غير مباشر يؤدي هذا أيضاً إلى شعور الفرد بالقلق عندما لا يتمكن من استخدام الهاتف الذكي.

كما وجدت (Sanusi., Al-Batayneh., Khader, & Saddki,2022) علاقة ارتباطية بين إدمان الهواتف الذكية ومشاكل النوم والقلق النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة؛ وأنه كلما ارتفع مستوى إدمان الهاتف الذكي كانت جودة النوم أضعف. وأن استخدام المفرط للهواتف الذكية يرتبط بالقلق (Shaw et al., 2015)، والاكتئاب (Nesi & Prinstein, 2015)، وانخفاض احترام الذات (Appel et al., 2015).

ويشير إدمان الهواتف الذكية إلى الحالة التي يقضي فيها الأفراد فترات طويلة من الوقت على الهاتف الذكي ويشعرون بعدم الارتياح والانزعاج بسبب الغياب المؤقت للهاتف الذكي (Odaci & Kalkan, 2010)، وأن الهاتف الذكي له تأثير خطير للغاية على حياة ونفسية الأشخاص. الأفراد (Fineberg et al., 2022). لقد وجدت الدراسات أن المراهقين الذين يعانون من إدمان الهواتف الذكية يتميزون بهوس مفرط بالهاتف الذكي (Yang et al., 2016)، وانخفاض الأداء الأكاديمي، والقلق من التفاعل مع الأقران (Odaci & Kalkan, 2010)، والقلق المفرط استخدام الهواتف الذكية الذي له تأثير سلبي على الحياة والعادات الطبيعية (Behera, 2017; Fineberg et al., 2022).

مشكلة البحث: من خلال ما سبق يمكن تلخيص مشكلة البحث في النقاط الآتية:

• أنه في الآونة الأخيرة أصبح إدمان الهواتف الذكية مصدر قلق كبير لأنه يؤدي إلى ضعف الصحة النفسية؛ والقلق والاكتئاب لدى طلاب الجامعات حول العالم (Ithnain., Ghazali., & Jaafar, 2018). كما تتزايد أعراض إدمان الهواتف الذكية على مستوى العالم، لقد وجدت العديد من الدراسات أن المشاعر السلبية ترتبط بإدمان الهواتف الذكية (Ge., Liu., Cao., & Zhou,2023). وأن الإفراط في استخدام الهواتف الذكية يؤثر على الصحة البدنية والاجتماعية والنفسية (Kim, et al., 2021).

• أن الطلاب الذين لديهم مخاطر عالية لإدمان الهواتف الذكية والذين ينظرون إلى سلوكهم على أنه مثير للمشاكل، كانوا أكثر عرضة للإبلاغ عن انخفاض الصحة النفسية والرفاهية (Frydenlund, et al., 2023) كما يميل الأفراد الذين يعانون من إدمان الهواتف الذكية إلى تأجيل وقت النوم ويشعرون بمزيد من الاكتئاب والقلق (Geng, et al., 2021). كما ارتبط إدمان الهواتف الذكية بمشاكل النوم والقلق النفسي (Sanusi, et al., 2022)

• أصبحت الهواتف الذكية موجودة في كل مكان في حياة الناس إلى حد يستدعي البحث في تأثيرها السلبي، وأثارت ندرة مثل هذه البحوث اهتمام الباحثين لدراسة العلاقات بين إدمان الهواتف الذكية والقلق (Hawi & Samaha,2017). وأن الأبحاث حول إدمان الهواتف الذكية واضطرابات القلق قليلة (Kim, et al., 2021).

• بما أن إدمان الهواتف الذكية مرتبط بضعف الصحة النفسية وانخفاض مستويات النشاط البدني، فمن المهم فحص المتغيرات المترتبة علي استخدام الهواتف الذكية (Frydenlund, et al., 2023)

• أكدت الهيئة العامة للإحصاء في المملكة العربية السعودية (GaStat) أن نسبة الأشخاص المستخدمين للهاتف الذكي المتنقل بلغت 73.28 % من إجمالي سكان المملكة، استخدموا الهاتف الذكي (الهيئة العامة للإحصاء، 2018)

ورغم تأكيد الدراسات السابقة علي وجود ارتباط بين ادمان الهواتف الذكية والقلق نحو الصحة فإن هناك ندرة في البيئة العربية وخاصة البيئة السعودية للدراسات التي تناولت تنبؤ إدمان الهواتف الذكية بالقلق نحو الصحة؛ وعليه ويمكن بلورة مشكلة البحث في السؤالين الآتية:

السؤال الأول: ما علاقة إدمان الهاتف الذكي بالقلق نحو الصحة (الطمأنينة وسلوك التجنب) لدى عينة من طلاب جامعة الطائف؟

السؤال الثاني: هل يمكن التنبؤ بالقلق نحو الصحة (الطمأنينة وسلوك التجنب) من خلال درجات طلاب جامعة الطائف على مقياس إدمان الهواتف الذكية؟
أهداف البحث:

• الكشف عن علاقة إدمان الهاتف الذكي بالقلق نحو الصحة (الطمأنينة وسلوك التجنب) لدى عينة من طلاب جامعة الطائف.

• التنبؤ بالقلق نحو الصحة (الطمأنينة وسلوك التجنب) من خلال درجات طلاب جامعة الطائف على مقياس إدمان الهواتف الذكية.

أهمية البحث: تكمن أهمية البحث فيما يلي:

الاهمية النظرية: والتي تتضمن التوصل الي نتائج مبنية علي إحصائيات علمية تساعد المسئول علي اتخاذ القرار السليم، كما أنه تم نقل وترجمة مقياسي إدمان الهواتف الذكية والقلق نحو الصحة إلى البيئة العربية وخاصة السعودية منها.

الأهمية التطبيقية: والتي تشمل إفادة العاملين في مجال الطب النفسي والإرشاد النفسي (أطباء وطبيبات في الطب النفسي الإخصائي والإخصائية في المجال النفسي، ومعلمين ومعلمات، والمرشدين والمرشدات)، بأهمية تخفيف مستوى إدمان الهواتف الذكية، وأيضًا تصميم البرامج الارشادية التي تعمل علي تخفيف مستوى إدمان الهواتف الذكية، وكذلك التوعية بمخاطر القلق نحو الصحة لدى طلاب الجامعة.

حدود الدراسة: يتحدد البحث الحالي بحدود موضوعية متمثلة في إدمان الهاتف الذكي والقلق نحو الصحة، وبتحديد مكانية بجامعة الطائف، وبتحديد الزمانية حي تم تطبيق مقياسي البحث

في العام الدراسي 1445هـ / 2023م، وحدود بشرية شملت عينة من طلاب جامعة الطائف بالمملكة العربية السعودية.

مصطلحات البحث:

إدمان الهاتف الذكي: عرفه (عبد العال، 2022) بأنه: حالة من الاضطراب النفسي والحاجة الملحة لاستخدام الهاتف الذكي والذي يشمل تركيزاً مكثفاً على الهاتف الذكي أو تطبيق معين فيه بدون حاجة أو سبب معين ظاهر، ويجد الشخص صعوبة في الانفصال والابتعاد عنه مما يؤثر سلباً على حياته بوجه عام.

ويعرف إدمان الهاتف الذكي إجرائياً: الدرجة التي يحصل عليها المفحوص علي مقياس إدمان الهواتف الذكية.

القلق نحو الصحة: عرفه (طالب، 2001) بأنه: اضطراب نفسي جسدي المظهر ذو منشأ نفسي لا أساس عضوي له يتصف بانشغال الفرد المفرط والدائم حول صحته الجسمية وما يرتبط بها من أعضاء وأجهزة وعمل وظائف جسدية وبخوفه وقلقه المتكرر من الإصابة بمرض بدني خطير أو أكثر يشكو فيه من آلام وإحساسات مضايقة ومزعجة مقدا لها تفسيرات خاطئة وغير معقولة مهولا أمرها.

ويعرف القلق نحو الصحة إجرائياً: الدرجة التي يحصل عليها المفحوص علي مقياس القلق نحو الصحة.

أولاً: مفهوم إدمان الهاتف الذكي:

يُعرّف إدمان الهواتف الذكية بأنه: "نوع جديد من الإدمان السلوكي الناجم عن الإفراط في الاعتماد على الهواتف الذكية وإساءة استخدامها، مما يؤدي إلى مشاكل نفسية وسلوكية" (Lee et al., 2014).

وأكد (حامد زهران، ٢٠٠٥) أنّ الإدمان تعتبر صعوبة أو عائقة كثيرة الأبعاد فهو من الأمراض التي تؤثر على الجانب الجسمي. ويرى (العنزي، 2019) أن إدمان الهاتف الذكي يشير إلى الإفراط والاسراف في استخدام الهواتف الذكية إلى الحد الذي يضايق حياة المستخدمين اليومية، وذلك من خلال ثلاثة أبعاد تتضمن: تداخل نشاطات الحياة اليومية، والتي

توضح إلى الأثر السلبي لاستعمال الأنشطة والممارسات في الحياة اليومية المختلفة، وتعديل المزاج ويقصد به الخبرة الشخصية التي يشعر بها الشخص وذلك بسبب الإدمان في الهاتف الذكي في استعمال المتكرر للهاتف الذكي بشكل متواصل، وفقد التحكم والسيطرة وتشير إلى عدم القدرة على التحكم في استخدام الهاتف الذكي.

وترى الباحثة أن إدمان الهاتف الذكي هو الاستسلام الجسدي والنفسي لعادة معينة والإلحاح المستمر والدائم لاستخدام الهاتف الذكي والذي يشمل مجهوداً عالياً على الهواتف الذكية أو إحدى تطبيقات الهاتف الذكي بدون أن يكون هناك سبب واضح أو أسباب ظاهرة، ويسعر الفرد بصعوبة في الانفصال عنه أو البعد في استخدامه، وبذلك يكون له الآثار السلبية في حياة الأشخاص الخاصة وعلاقتهم مع العالم الخارجي.

ومن أشكال الإدمان السلوكي وكذلك يعتبر من اشكال إدمان التي تعتبر الإدمان عليها ليس علي مواد مخدرة، ولا تستند على ذلك وحدد الدليل التشخيصي والإحصائي الخامس للاضطرابات النفسية المحك التشخيصي لهذا النوع من الإدمان فيما يأتي:

- الانشغال الكامل بها دائماً ومستمر وبشكل غير فطري ولمدة تكون أقل من عام واحد.
- تعرض الشخص علي ظهور بعض من أعراض النفسية مثل: انسحابيه واكتئاب شديد وتهيج وقلق عند البعد عن أداة الإدمان.
- الإلحاح المستمر الدائم على قضاء مزيد من المدة الزمنية على التطبيقات المرتبطة بالإنترنت والهاتف.
- فقد سيطرت الفرد على التحكم في الذات عند استخدام أداة الإدمان.
- عدم الرغبة بالاهتمام بالهوايات والمهارات الماضية.
- الاستخدام المفرط لتطبيقات الهواتف الذكي والإنترنت بالرغم إمام الفرد بالأضرار السلبية على الجانب النفسي والاجتماعي غير الصحي.

ثانياً القلق نحو الصحة:

يعرف (Abramowitz & Bradock،2006) هو اضطراب في الجانب النفسي يصف بالهلو المعتقد والغير واضح بحدوث مرض جسيم يهدد حياة الشخص، وهناك من الكثير

من الحالات تعمل بهذا المعتقد إلى إعاقة المهن الاجتماعية والمهنية، والعائلية للفرد، وكذلك إلى أن هذا الإنشغال يبقى مستمراً بالرغم من التقييم الصحيح وطمأنة الشخص بأن صحته الجسدية جيدة.

ويشير (قندول، ٢٠١٨) بأنه: "اضطراب نفسي يوهم الشخص بالإصابة بمرض خطير ويشعره بالخوف والقلق الدائم، وبذلك يبدأ المريض بتفسير ما يشعر به من شعور وإدراك طبيعي أو غير طبيعي وأن هذا الإحساس يدل على بداية الإصابة بمرض خطير معين. حيث إن انشغال بصيرة الفرد بالاعتلالات والمخاوف والأمراض من أي مرض إنشغالا وهميا لا سند له في الواقع يدعّمه، فالأفراد الذين لديهم وساوس كهذه يعتقدون أن أية إحساسات نظراً في أي مكان من أجسامه بأنها اعتلالات حاصلة لهم، مما يدفعهم قلقهم وتكبيرهم وتوترهم الزائد عن الحد (هيلر، 1999).

والفرد الذي لديه مستوى من القلق نحو الصحة يعاني من شكوى في الجانب الجسمي بدون أسباب واضحة ولا تكون ظاهرة أو بارزة وأن كل فرد قد يكون معرض لفكرة معينة تجاه هذا المرض في بعض الفترات، حيث يوجد هناك الكثير من الأفراد يشعرون في الحقيقة وبكل صدق من أحاسيس ومشاعر أو نزاعات هذا المرض وحيث أن هذا المرض قد يكون من شخص لآخر ومن فترة زمنية إلى فترة زمنية أخرى. (Orme, 1984).

النماذج المفسرة لاضطراب توهم المرض:

(1) - القلق نحو الصحة في ضوء نموذج التحليل النفسي (Psychoanalysis):

فقد ذكر (Abramowitz & Brado، 2006) إلى وجود الكثير من التقديرات النفسية التي تعلق اضطراب توهم المرض والتي توضح بأن النزعات اللاوعي والتي تكون خلف هذا الاضطراب، فتتغير الأحاسيس العدوانية دون شعور إلى اعتلالات جسدية غير صحيحة، وقد تظهر علامات توهم المرض بسبب صدمه أو خيبة أمل ظهرت في فترة الطفولة، وحدثت مره أخرى في فترة البلوغ بسبب تعرض الشخص لمواقف محبطة وضغوط نفسية تشبه لتلك التي حدثت في فترة الطفولة ، وقد تحدث علامات دفاعاً ضد أحاسيس الذنب وضعف احترام الذات.

(2) - توهم المرض في ضوء النموذج المعرفي السلوكي (Cognitive - Behavioral Model)

حيث يشير (Abramowitz & Bradnock، 2006) في تفسيرهم لاضطراب توهم المرض على النظرية المعرفية لبيك Beck الخاصة بعلم الأمراض والاعتلالات النفسية، والتي تقترح أن الاضطرابات النفسية والانفعالية كانت من أسبابها المعتقدات المختلفة وظيفياً يتبناها الأشخاص عن ذواتهم والبيئة الخارجية المحيطة بهم، فيتبني الأفراد الذين يتوهمون المرض معتقدات غير صحيحة وخاطئة والضرر بفهم وتحليل الحقائق وعدم إيضاح الأمور المرتبطة بالصحة، مثل الصحة الطبية وهي المراد بها عدم مشاهدة علامات وأنا مصاب بشكل خاص للتعرض بالمرض المعايير التشخيصية لاضطراب القلق نحو الصحة: أشار (Longley, Calamari, Noyes, Meyers & Mcdowell, 2014) إلى أن هناك بعض المعايير التشخيصية

- الإنشغال والشعور بالخوف باتجاه فكرة وجود مرض خطير يهدد حياة الشخص بسبب سوء تفسيرات عن الأعراض الجسدية.
- يدوم الإنشغال بالتفكير توهم ووجود المرض بالرغم من التقييم الطبي الصحيح والطمأنينة من الطبيب.
- التوهم ليس من شدة الوهم (مثل ما هو الحال في الاضطراب الوهمي، المجال الجسدي) ولا ينحصر على القلق المرتبط بالمظهر كما هو الحال في اضطراب تشوه الجانب الجسدي).
- هذا الإنشغال يؤدي اضطراباً ونقصاً وضعفاً إكلينيكياً عالياً في المجالات الاجتماعية، والمهنية وغيرها.
- فترة الاضطراب لا تقل عن ستة أشهر على الأقل.
- لا يستطيع تعليل الانشغال بحالة أفضل بكشف اضطراب القلق العام، أو اضطراب الوسواس القهري، أو اضطراب الهلع، أو الاكتئاب الشديد، قلق الانفصال، اضطرابات الجسد الأخرى.

الدراسات السابقة

يمكن عرض بعض الدراسات السابقة التي تناولت العلاقة بين ادمان الهواتف الذكية والقلق نحو الصحة لدى طلاب الجامعة وذلك علي النحو الآتي:

هدفت دراسة (Aljomaa, et al., 2016) إلى التعرف علي إدمان الهواتف الذكية لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات لدى عينة من طلاب جامعة الملك سعود بلغت (416) طالبًا جامعيًا، وأظهرت النتائج أن نسبة الإدمان بين المشاركين بلغت 48%. وجاء ترتيب مؤشرات إدمان الهواتف الذكية على النحو التالي: الإفراط في استخدام الهاتف الذكي، البعد التكنولوجي، البعد النفسي الاجتماعي، الانشغال بالهواتف الذكية، البعد الصحي. كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في درجة الإدمان على مجمل الاستبيان وبجميع أبعاده باستثناء البعد التكنولوجي لصالح الذكور. وقد وجد أن طلاب درجة البكالوريوس لديهم أعلى درجة من الإدمان. كما تم اكتشاف فروق ذات دلالة إحصائية حسب ساعات الاستخدام اليومي لصالح المشاركين الذين يستخدمون الهاتف الذكي لأكثر من 4 ساعات يوميًا.

وحاولت دراسة (Hawi, & Samaha, 2017) تحديد علاقة إدمان الهواتف الذكية بالقلق الاجتماعي والشعور بالوحدة لدى طلاب الجامعة، على عينة بلغت (367) لديهم هاتف ذكي في إحدى جامعات إسطنبول، وطُبق عليهم مقياس إدمان الهواتف الذكية - الإصدار القصير (SAS-SV) ومقياس الوحدة بجامعة كاليفورنيا، ومقياس الرهاب الاجتماعي، وأوضحت أهم النتائج وجود ارتباط بين الدرجات الإجمالية للمقياس الرهاب الاجتماعي مع درجات مقياس ادمان الهواتف الذكية، كما ارتبطت درجات مقياس الشعور بالوحدة بجامعة كاليفورنيا في لوس أنجلوس بشكل إيجابي مع درجات مقياس ادمان الهواتف الذكية لدى عينة البحث. وهدفت دراسة (Hawi & Samaha, 2017) إلي فحص العلاقات بين إدمان الهواتف الذكية والقلق والعلاقات الأسرية علي عينة بلغت (381) طالبًا جامعيًا في استطلاع عبر الإنترنت، ومقياس إدمان الهواتف الذكية - النسخة القصيرة، ومقياس بيك للقلق، وأظهرت النتائج أن الطلاب الجامعيين الذين لديهم إدمان على الهواتف الذكية أظهروا احتمالات أكبر للإصابة بالقلق الشديد مقارنة بأولئك الذين لم يكونوا مدمنين، وأظهر الطلاب الذين لديهم قلق

شديد احتمالات أكبر لوجود مشاكل كبيرة سريريًا في علاقاتهم الأسرية. ومع ذلك، أظهر تحليل المسار أن القلق يتوسط في علاقة إيجابية بين إدمان الهواتف الذكية والعلاقات الأسرية الإشكالية.

وهدفت دراسة هلال؛ الرواشدة (2018) إلى بحث العلاقة بين إساءة استخدام الهواتف الذكية وكل من المهارات الاجتماعية والقلق على عينة من طلاب الجامعة (ن = 200) (52 ذكر) (148 إناث)، واستخدمت الدراسة أداة إساءة استخدام الهواتف الذكية، ومقياس القلق لسبيلرجر، ومقياس المهارات الاجتماعية، وتوصلت الدراسة إلى: وجود علاقة ارتباطية دالة وسالبة بين إساءة استخدام الهواتف الذكية والمهارات الاجتماعية، ووجود علاقة ارتباطية دالة وسالبة بين إساءة استخدام الهواتف الذكية والقلق، إمكانية التنبؤ بإساءة استخدام الهواتف الذكية من خلال كل من القلق والمهارات الاجتماعية.

وكان الهدف من دراسة (Ithnain, et al, 2018) هو تحديد العلاقة بين إدمان الهواتف الذكية مع القلق والاكنتاب بين الطلاب الجامعيين في إحدى الجامعات المحلية في ماليزيا علي عينة بلغت (369) طالبًا، طُبّق عليهم مقياس إدمان الهواتف الذكية (SAS-M)، ومقياس بيك للقلق (BAI-M)، وأظهرت نتائج التحليل الاستدلالي وجود علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين إدمان الهواتف الذكية والقلق والاكنتاب.

وتناولت دراسة (Kim, & Koh, 2018) العلاقة بين احترام الذات والقلق وإدمان الهواتف الذكية لدى طلاب الجامعات علي عين قوامها (313) طالبًا جامعيًا في إحدى الجامعات الخاصة الكبيرة الحجم في كوريا. واستجاب المشاركون لاستبيان القلق وإدمان الهواتف الذكية، وأشارت أهم النتائج إلى أن المسارات الارتباط بين احترام الذات والقلق، واحترام الذات وإدمان الهواتف الذكية، والقلق وإدمان الهواتف الذكية ذات دلالة إحصائية.

وهدفت دراسة العنزي (2020) إلى الكشف عن العلاقة بين إدمان الهاتف الذكي وجودة الحياة لدى طلاب وطالبات كلية التربية والآداب بجامعة الحدود الشمالية، وتكونت عينة الدراسة من (320) طالبًا، واستخدم الباحث مقياس إدمان الهاتف الذكي، ومقياس جودة الحياة. وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين أبعاد إدمان الهاتف الذكي (تداخل أنشطة

الحياة اليومية-فقد السيطرة-الدرجة الكلية) وجودة الحياة لدى طلبة كلية التربية والآداب بجامعة الحدود الشمالية. وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات مرتفعي ومنخفضي إدمان الهاتف الذكي لدى طلاب وطالبات جامعة الحدود الشمالية لصالح منخفضي إدمان الهاتف الذكي. وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب والطالبات في إدمان الهاتف الذكي تبعاً لمتغير النوع، ويمكن التنبؤ بجودة الحياة من خلال أبعاد إدمان الهاتف الذكي.

وسعت دراسة (Pravchanska, et al., 2020) إلى التعرف علي علاقة إدمان الهواتف الذكية واضطراب القلق بين طلاب الطب في صوفيا، علي هيئة بلغت (369) طالباً جامعياً، طُبق عليهم ذلك مقياس إدمان الهواتف الذكية ومقياس اضطراب القلق العام، وأوضحت النتائج أن معدل انتشار الإدمان الخفيف على الهواتف الذكية بلغ 55% والإدمان، وأن هناك ارتباط دال إحصائياً بين مان الهواتف الذكية واضطراب القلق بين طلاب الجامعة.

هدفت دراسة (Zhang, et al., 2020) إلى بحث العلاقة المحتملة بين الاعتماد على إدمان الهاتف الذكي والحالة الصحية النفسية (أي: الحياة الطيبة الذاتية والقلق والاكتئاب) والدور الوسيط للتأقلم مع الجامعة لدى عينة من الطلاب الجامعيين بالصين قوامها (٢٦٥) طالباً جامعياً بالسنة الأولى متوسط أعمارهم ١٨,٩٥ سنة، وطبقت المقاييس التالية على الطلاب مقياس الميل إلى إدمان الهاتف الذكي ومقياس تأقلم الطلاب الصينيين مع الجامعة ومقياس التقدير الذاتي للاكتئاب ومؤشر الحياة الطيبة ومقياس التقدير الذاتي للقلق، وأوضحت النتائج وجود علاقة ارتباطية بين كل من إدمان الهاتف الذكي في السنة الأولى والتأقلم مع الجامعة في السنة الثانية والحالة الصحية النفسية في السنة الثالثة ، وأظهرت النتائج انتشار القلق والاكتئاب في السنة الثالثة بنسبة ٧,٥% و ٩.٤ % على التوالي .

وهدفت دراسة (Hwang, et al, 2020) الي التعرف علي استخدام الهاتف الذكي، وعلاقته بجودة النوم لدى عينة من طلاب الجامعات الصينية قوامها (٤٣٩) طالباً، واستخدمت الدراسة مقياس مؤشر جودة النوم ومقياس ادمان الهواتف الذكية، وأبانت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية بين إدمان الهاتف الذكي وجودة النوم والشعور بالقلق والانسحاب

أو الهروب، وأوصت الدراسة بضرورة أن يحظى الاستخدام المفرط للهواتف بين طلاب الجامعات بمزيد من الاهتمام من قبل الإداريين والعاملين في مجال الصحة، ومراقبة الاستخدام المفرط للهواتف الذكية، مع تحسين الدعم الاجتماعي وآليات التعامل مع الاكتئاب.

وهدفت دراسة (Kim, et al., 2021) إلى التعرف علي العلاقة بين القلق وخطر إدمان الهواتف الذكية لدى المراهقين الكوريين، على عينة بلغت (1733) مراهقاً، واستخدم مقياس القلق لدى الأطفال ومقياس إدمان الهواتف الذكية الكوري. وأوضحت النتائج أن هناك علاقة كوجبة دالة إحصائياً القلق وخطر إدمان الهواتف الذكية لدى المراهقين الكوريين، وأظهر التحليل متعدد المتغيرات أن ضعف المستوى الصحي المُبلغ عنه ذاتياً، وارتفاع خطر إدمان الهواتف الذكية، وانخفاض عدد الأصدقاء المقربين، واستهلاك مشروبات الكافيين، وتعاطي الكحول، ارتبطت بمزيد من القلق.

وهدفت دراسة (Geng, et al., 2021) إلى التعرف علي تنبؤ ادمان الهواتف الذكية بالاكتئاب والقلق لدى طلاب الجامعة، على عينة بلغت (355) طالباً يدرسون في جامعات مختلفة في الصين، طُبّق عليهم مقياس إدمان الهواتف الذكية - الإصدار القصير (SAS-SV) ومقياس ملاحظة وقت النوم، ومقياس التحكم الذاتي ومقياس الاكتئاب والقلق والإجهاد، وأوضحت النتائج ارتباط درجات مقياس إدمان الهواتف الذكية بشكل إيجابي مع الاكتئاب والقلق بين طلاب الجامعة من خلال المماثلة قبل النوم كما أن يميل الأفراد الذين يعانون من إدمان الهواتف الذكية إلى تأجيل وقت النوم ويشعرون بمزيد من الاكتئاب والقلق.

وهدفت دراسة الحربي؛ وعبدالعليم(2022) إلى التعرف على دور المساندة الاجتماعية في التنبؤ بالقلق الاجتماعي وإدمان الهواتف الذكية لدى طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة، على عينة قوامها (555) طالبا، وخلصت الدراسة إلى نتائج من أهمها: . توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات عينة الدراسة من طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة في القلق الاجتماعي والمتوسط الفرضي له، وأن مستوى انتشاره متوسط بين فئة المراهقين، بالإضافة إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات عينة الدراسة من طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة في إدمان الهواتف الذكية والمتوسط الفرضي له، وأن مستوى إدمان الهواتف الذكية

منتشر بدرجة متوسطة بين المراهقين. وأخيرا يمكن للمساعدة الاجتماعية للتنبؤ بالقلق الاجتماعي في كل الأبعاد والتنبؤ بإدمان الهواتف الذكية.

وحاولت دراسة (Sanusi, et al., 2022) العلاقة بين إدمان الهواتف الذكية وجودة النوم والضغط النفسي لدى طلاب طب الأسنان الأردنيين، علي عينة بلغت (420) طالبًا بجامعة العلوم والتكنولوجيا الأردنية. طُبق عليهم مقياس إدمان الهاتف الذكي وجودة النوم بالإضافة إلى التوتر المدرك، وأوضحت النتائج أن مستوى إدمان الهواتف الذكية بين الطلاب كان مرتفعًا وكانت العلاقة بين ادمان الهاتف الذكي ومؤشر جودة النوم كانت كبيرة مما يشير إلى أنه كلما ارتفع مستوى إدمان الهاتف الذكي قلت جودة النوم. وبالمثل وجد أن هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجة مقياس الإجهاد المدرك ودرجة مقياس جودة النوم مما يعني ضمناً أن الطلاب الذين لديهم إجهاد مدرك أعلى عانوا من ضعف نوعية النوم.

وهدف دراسة (Frydenlund, et al., 2023) إلى التحقيق في خطر إدمان الهواتف الذكية وفحص سلوك استخدام الهاتف الذكي بين طلاب الكليات الجامعية، تم إجراء هذا الاستطلاع عبر الإنترنت بين 1251 طالبًا من طلاب الكلية الجامعية الدنماركية، وتم تقدير خطر إدمان الهواتف الذكية باستخدام مقياس إدمان الهواتف الذكية - الإصدار القصي (SAS-SV) وأوضحت النتائج أن واحد من كل أربعة (23%) معرضًا لخطر كبير لإدمان الهواتف الذكية. ومن بين هذه المجموعة المعرضة للخطر الشديد، حدد 74% أن سلوكهم في استخدام هواتفهم الذكية يمثل مشكلة، بينما فكر 91% منهم في تقليل استخدام هواتفهم الذكية.

وحاولت دراسة (Ge, et al., 2023) استكشاف العلاقة بين القلق والاكتئاب وإدمان الهواتف الذكية على عينة قوامها (421) طالبًا جامعيًا صينيًا وتم تطبيق مقياس القلق والاكتئاب وإدمان الهواتف الذكية والخلل الوظيفي التنفيذي، وأشارت النتيجة إلى أن القلق والاكتئاب والخلل الوظيفي التنفيذي كانت مرتبطة بشكل إيجابي وهام بإدمان الهواتف الذكية. وعلى وجه التحديد يتوسط الخلل الوظيفي التنفيذي بشكل كامل في مسار القلق وإدمان الهواتف الذكية.

وحاولت دراسة (Yilmaz, et al., 2023) التحقيق في العلاقة بين قلق المظهر الاجتماعي، والعدوان، وإدمان الهواتف الذكية، واضطراب ألعاب الإنترنت علي عينة قوامها

(383) طالبًا جامعيًا تركيًا، واستخدمت الدراسة مقياس قلق المظهر الاجتماعي ومقياس العدوان بوس بييري، ومقياس إدمان الهواتف الذكية، ومقياس اضطراب ألعاب الإنترنت، وأظهرت النتائج أن قلق المظهر الاجتماعي وإدمان الهواتف الذكية كان لهما تأثير مباشر على اضطراب ألعاب الإنترنت، بالإضافة إلى ذلك توسط إدمان الهواتف الذكية جزئيًا العلاقة بين العدوان اضطراب ألعاب الإنترنت.

تعقيب علي الدراسات السابقة:

بمراجعة الدراسات السابقة يتبين أن هناك شبه اتفاق علي وجود علاقة موجبة بين إدمان الهواتف الذكية والقلق نحو الصحة، كما أنه يمكن الاستفادة من الدراسات السابقة في المنهج المستخدم؛ حيث استخدمت العديد من هذه الدراسات السابقة المنهج الوصفي، كما أنه يمكن للباحثة استخدام مقياس إدمان الهواتف الذكية الصورة القصيرة التي استخدمت في العديد من الدراسات السابقة، وأيضاً يمكن الاستفادة من الدراسات السابقة في تفسير نتائج الدراسة. إجراءات الدراسة:

منهج الدراسة:

تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي في دراسة الإسهام النسبي لإدمان الهواتف الذكية للتعقب ببعدي القلق نحو الصحة (الطمأنينة وسلوك التجنب) لدى طلاب الجامعة من خلال الاعتماد على معامل الارتباط وتحليل الانحدار في التحقق من فروض الدراسة. المشاركون:

تكون مجتمع الدراسة من طلاب جامعة الطائف في المملكة العربية السعودية، وتم إرسال لينك إلكتروني على مجموعات الواتس، وتكونت العينة من 438 طالب وطالبة بجامعة الطائف وبمتوسط عمر (21.70) وانحراف معياري (5.15) ومتوسط ساعات استخدام الهاتف الذكي أو الجوال (6.93) ساعة يومياً وفيما يلي توزيع عينة الدراسة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية متمثلة في النوع والتخصص كما هو في الجدول الآتي:

جدول (1): توزيع عينة الدراسة في ضوء المتغيرات الديموغرافية (ن = 438)

المتغير	العدد	النسبة المئوية
الجنس	ذكر	4.8%
	أنثى	95.2%
التخصص	انساني	85.6%
	علمي	14.4%
العينة الكلية	438	100%

أدوات البحث:

قامت الباحثة بتطبيق مقياسي ادمان الهواتف الذكية (Kwon, et al.,2013)، ومقياس القلق نحو الصحة (Salkovskis, et al., 2000)، واتبعت الباحثة الإجراءات الآتية في التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس:

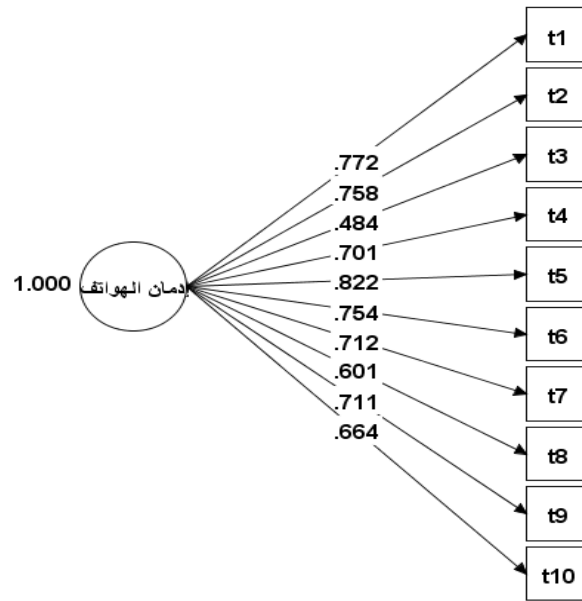
(1) - مقياسي ادمان الهواتف الذكية (Kwon, et al.,2013): قامت الباحثة بترجمة مقياس إدمان الهواتف الذكية الذي وضعه (Kwon, et al.,2013) والذي يتكون من (10) عبارات يستجيب عليها المفحوص وفق تدرج سداسي، وقامت الباحثة بما يلي:

صدق الترجمة والمحتوي: قامت الباحثة بترجمة المقياس ثم عرضه علي ثلاثة من المتخصصين في الترجمة للتحقق من مدي دقة الترجمة ومناسبتها للبيئة العربية، ثم قامت بعرض العبارات بعد ترجمتها علي خمسة من المتخصصين في التربية وعلم النفس للتأكد من مدي مناسبة العبارات لمحتوى المقياس ومناسبة لعينة البحث، وقد أشار بعض المحكمين بتعديل صياغة بعض العبارات بما يتناسب مع عينة البحث.

الصدق البنائي: نظرا لأن المقياس مكون من عشرة مفردات وغير محددة الأبعاد ولذلك تم إجراء التحليل العامل الاستكشافي باستخدام طريقة المكونات الأساسية حيث اتضح أن قيمة ($KMO=0.90$) وهذا يدل على مناسبة معاملات الارتباطات للتحليل العائلي، وأنتج التحليل عامل عام بجذر كامن = (4.79) وفسر %47.91 من تباين مصفوفة الارتباطات بين المفردات وتراوح معامل التشبع من 0.51 إلى 0.79.

وتم إجراء التحليل العائلي التوكيدي لنموذج العامل العام وكانت مؤشرات الملائمة الإحصائية كالاتي قيمة كاي تربيع (328.99(p=0.00) ومؤشر RMSEA= 0.10 ومؤشر CFI= 0.93

ومؤشر $TLI=0.91$ وذلك باعتبار أنها متغيرات رتببية تصنيفية وفيما شكل المسار بالتشبعات المعيارية الدالة إحصائياً:



الشكل (1): شكل المسار لنموذج التحليل العاملي التوكيدي المعياري لمقياس إدمان الهواتف الذكية.

ويتضح من الشكل أن معظم تشبعات المفردات بالعوامل المحددة عليها زادت عن 0.50 وهو يعبر عن معامل صدق تقاربي مرتفع جداً وزادت قيم T المناظرة لكل التشبعات عن 2.58 بالتالي فهي دالة عند مستوى الدلالة الإحصائية 0.01 وعليه يتمتع مقياس إدمان الهواتف الذكية بدرجة مرضية من صدق المفهوم.

ثبات المقياس: تم تقدير معامل الثبات أوميغا لمقياس إدمان الهواتف الذكية لبيانات الدراسة الحالية وبلغت قيمته 0.88 وهو معامل ثبات مرضي لإجراء التحليلات الإحصائية.

(2) - مقياس القلق نحو الصحة من إعداد: (Salkovskis, etal, 2002)، ترجمة الباحثة:

قامت الباحثة بترجمة مقياس القلق نحو الصحة من إعداد: (Salkovskis, etal, 2002)

(والذي يتكون من 18) عبارات يستجيب عليها المفحوص وفق أربعة خيارات وتم تصحيح المفردات في ضوء مقياس تدريجي رباعي من صفر إلى ثلاثة، وتوزعت المفردات على بعدين

هما الطمانينة حيث تضمن (14) مفردة والسلوك التجنبي تضمن (4) مفردات، وقامت الباحثة بالتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس كما يلي:

صدق الترجمة والمحتوي: قامت الباحثة بترجمة المقياس ثم عرضه علي ثلاثة من المتخصصين في الترجمة للتحقق من مدي دقة الترجمة ومناسبتها للبيئة العربية، ثم قامت بعرض العبارات بعد ترجمتها علي خمسة من المتخصصين في التربية وعلم النفس للتأكد من مدي مناسبة العبارات لمحتوى المقياس ومناسبة لعينة البحث، وقد أشار بعض المحكمين بتعديل صياغة بعض العبارات بما يتناسب مع عينة البحث.

الصدق البنائي: تم تقدير الصدق البنائي باستخدام التحليل العاملي التوكيدي وتم توظيف طريقة التقدير (WLSMV) *Weighted least square mean variance* لأنها تصلح للبيانات غير الاعتدالية والرتبية والتصنيفية وأحجام العينات الصغيرة (Muthen & Muthen, 2012) ، وتم تقييم مطابقة نموذج التحليل العاملي التوكيدي في ضوء مؤشر المطابقة أو الملائمة الإحصائية مثل مؤشر المطابقة المقارن CFI، ومؤشر توكر- لويس TLI (أكبر من 0.90)، ومؤشر RMSEA (0.08 فأقل)، وإحصاء كاي تربيع وقيمة p غير الدالة إحصائيًا عند 0.05 وإجراء اتضح أن مؤشرات حسن المطابقة كاي تربيع $(P)=0.000$ 581.54 ومؤشر $RMSEA=0.087$ ومؤشر $CFI=0.89$ ومؤشر $TLI=0.87$ وتشبعت كل المفردات بالعاملين المحددان مسبقًا بقيمة تشبع زادت عن 0.30 ما عدا العبارتين (1، 2) وتم استبعادهما وإعادة التحليل مرة أخرى حيث كانت قيمة كاي تربيع $(P)=0.000$ 314.85 ومؤشر $RMSEA=0.069$ ومؤشر $CFI=0.95$ ومؤشر $TLI=0.94$ بالتالي تطابق النموذج مع البيانات بدرجة مناسبة وفيما يلي التأثيرات المعيارية:

جدول (2) نتائج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس القلق نحو الصحة لدى عينة من طلاب جامعة الطائف

العبرة	الطمأنينة		العبرة	الطمأنينة		العبرة
	ثبات	التشبعات		ثبات	التشبعات	
1	0.49(11.08)	0.50	8	0.68(20.71)	0.63	15
2	0.20(4.73)	0.58	9	0.44(10.71)	0.62	16
3	0.61(18.44)	0.62	10	0.66(20.83)	0.43	17
4	0.78(31.24)	0.56	11	0.83(37.46)	0.58	18
5	0.83(37.07)	0.71	12	0.70(22.36)	0.80	
6	0.49(11.08)	0.50	13	0.40(9.67)	0.56	
7	0.20(4.73)	0.58	14	0.68(20.71)	0.62	

يتضح من الجدول (2) تشبع مفردات كل بعد على البعد المحدد عليها حيث زادت قيمة T عن 1.96 لكل المفردات.

كما قامت الباحثة بحساب الارتباط بين البعدين حيث بلغ معامل الارتباط بين بعد الطمأنينة وبعد السلوك التجنبي بلغ (- 0.67) وعليه يتمتع مقياس القلق الصحي بالصدق البنائي كما يتضح وجود علاقة ارتباطية سالبة قوية ودالة احصائيا بين العاملين. ثبات الاتساق الداخلي أوميغا تربيع: تم تقدير ثبات الاتساق الداخلي لبعد الطمأنينة فبلغت 0.83 وللبعد السلوك التجنبي 0.65

نتائج البحث:

تناولت نتائج الدراسة الإجابة على أسئلتها، ولكن قبل عرض نتائج الدراسة لابد من عرض الإحصائيات الوصفية لمتغيرات الدراسة على النحو التالي:
جدول (3): المتوسطات والانحرافات المعيارية والالتواء والتفرطح لمتغيرات الدراسة (N=438)

التفرطح	الالتواء	الانحراف المعيارى	المتوسط	العدد	
-0.20	.21	8.33	28.61	438	إيمان الهوائف الذكية

الإسهام النسبي لإدمان الهواتف الذكية للتنبؤ بالقلق نحو الصحة أ/ وفاء بنت سلمان صامل العتيبي

1.94	1.27	6.25	10.71	438	بعد الطمأنينة لمقياس القلق نحو الصحة
0.37	-0.88	2.47	8.75	438	بعد سلوك التجنب لمقياس القلق نحو الصحة

يتضح من جدول (3) أن قيم الالتواء والتفرطح لم تتخطي (2، -2) وعليه تتمتع متغيرات الدراسة بالاعتدالية ويلاحظ انخفاض مستوى بعد الطمأنينة وارتفاع مستوى سلوك التجنب لدى طلاب الجامعة.

النتائج الخاصة بالسؤال الأول: ما علاقة إدمان الهاتف الذكي بالقلق نحو الصحة (الطمأنينة وسلوك التجنب) لدى عينة من طلاب جامعة الطائف؟ وللإجابة على ها السؤال تم تقدير معامل ارتباط بيرسون بين متغيرات الدراسة على النحو التالي:

جدول (4) مصفوفة معاملات الارتباطات بين إدمان الهاتف الذكي والقلق نحو الصحة

(N=438)

إدمان الهواتف الذكية	سلوك التجنب	الطمأنينة	
		1.000	الطمأنينة
	1.000	-0.66**	سلوك التجنب
1.000	-0.66**	0.55**	إدمان الهواتف الذكية

**دالة عند 0.01، * دالة عند 0.05

يتضح من جدول(4) وجود علاقة ارتباطية سالبة متوسطة ودالة احصائيا عند مستوى دلالة 0.01 بين بعدي القلق نحو الصحة (الطمأنينة وسلوك التجنب) بمعنى كلما زاد مستوى الطمأنينة قل سلوك التجنب، وعلاقة ارتباطية موجبة دال إحصائيا بين إدمان الهواتف الذكية وبعد القلق نحو الصحة (سلوك التجنب) عند مستوى دلالة 0.01

وقد اتفقت نتيجة ذلك السؤال مع نتائج بعض الدراسات السابقة مثل الحربي؛ وعبدالعليم (2022)(Odaci & Kalkan, 2010; Hwang., Yoo, & Cho, 2012; Kang & Park, 2012; Demirci, et al, 2015; Hawi, & Samaha, 2017; Ithnain, et al, 2018; Sanusi, et al,2022; Behera, 2017; Fineberg et al., 2022;Kim, & Koh, 2018; Zhang, et al., 2020; Ge, et al.,2023; Yilmaz, et al., 2023)

وترى الباحثة أن العلاقة الإيجابية بين إدمان الهواتف الذكية والقلق نحو الصحة توضح أنه إذا كان طلاب الجامعات يميلون إلى إدمان الهواتف الذكية، فقد يكونون معرضين لخطر الإصابة بالأمراض النفسية وعندما يستخدم طلاب الجامعات هواتفهم الذكية بطريقة مناسبة خلال فترة زمنية محددة، فإنهم أقل عرضة للشعور بالقلق نحو الصحة، ومع ذلك إذا كان طلاب الجامعات يستخدمون هواتفهم الذكية دون سيطرة فإنهم أكثر عرضة للمعاناة من الشعور بالقلق نحو الصحة. كما أن إدمان الطلاب للهواتف الذكية قد يسبب اضطراب عديدة منها التأخر في النوم فقد أظهرت الدراسات السابقة أن التأخر في قوت النوم يمكن أن تؤدي إلى الكثير من النتائج السلبية، مثل عدم كفاية النوم، وقصر مدة النوم، والتي كانت تعتبر منبهات للقلق نحو الصحة (Kim et al., 2019; Strine & Chapman, 2005; Sullivan & Ordiah, 2018)

السؤال الثاني: هل يمكن التنبؤ بالقلق نحو الصحة (الطمأنينة وسلوك التجنب) من خلال درجات طلاب جامعة الطائف علي مقياس إدمان الهواتف الذكية؟ وللتحقق من هذا السؤال تم اعتبار بعد الطمأنينة أحد أبعاد القلق نحو الصحة متغير تابع وادمان الهواتف الذكية متغير مستقل، وتم التحقق من ذلك باستخدام تحليل الانحدار البسيط، حيث اتضح أن نتائج تحليل التباين لنموذج الانحدار $F_{(1,436)} = 10.15 (p = .00)$ بالتالي توجد دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.01 وعليه يمكن التنبؤ ببعد القلق الطمأنينة أحد أبعاد القلق نحو الصحة من إدمان الهواتف الذكية وأن قيمة مربع معامل الارتباط المصحح $R^2_{adj} = 0.021$ وهذا مفاده أن الهواتف الذكية فسرت 2.1% من بعد الطمأنينة أحد أبعاد القلق نحو الصحة، وفيما يلي معامل الانحدار:

الجدول (5) نتائج تحليل الانحدار للإسهام النسبي للهواتف الذكية ببعد الطمأنينة (N=438)

النموذج	معامل الانحدار غير المعيارى B	معامل الانحدار المعيارى Beta	قيمة T	p
الطمأنينة	الثابت		7.05	.001
	إدمان الهواتف	.11	3.19	.002

يتضح من الجدول (5) وجود تأثير موجب للهواتف الذكية على بعد الطمأنينة أحد أبعاد القلق نحو الصحة وبمعامل انحدار معياري 0.15 ودال احصائيا عند 0.01 وهذا مفاده ان زيادة وحدة معيارية لإدمان الهواتف الذكية يقابلها زيادة 0.15 وحدة معيارية لبعده الطمأنينة، وعليه يوجد إسهام نسبي إلى حد ما لإدمان الهواتف الذكية للتنبؤ ببعده الطمأنينة أحد أبعاد القلق نحو الصحة وهذا يتفق مع دراسة (Sarliza Yasmin, et al., 2021) وكذلك تتفق النتيجة مع دراسة (Ying Li و et al. 2020)

كما يمكن التحقق من الإسهام النسبي لإدمان الهواتف الذكية للتنبؤ ببعده سلوك التجنب أحد أبعاد القلق نحو الصحة لدى طلاب جامعة الطائف باعتبار بعه سلوك التجنب أحد أبعاد القلق نحو الصحة متغير تابع وإدمان الهواتف الذكية متغير مستقل، وتم التحقق من ذلك باستخدام تحليل الانحدار البسيط، حيث اتضح أن نتائج تحليل التباين لنموذج الانحدار $F_{(1,436)} = 11.96 (p = .00)$ بالتالي توجد دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.01 وعليه يمكن التنبؤ ببعده سلوك التجنب أحد أبعاد القلق نحو الصحة من إدمان الهواتف الذكية وأن قيمة مربع معامل الارتباط المصحح $R_{adj}^2 = 0.02$ وهذا مفاده أن الهواتف الذكية فسرت 2.4% من بعه سلوك التجنب أحد أبعاد القلق نحو الصحة وفيما يلي معامل الانحدار:

جدول (6) نتائج تحليل الانحدار للإسهام النسبي للهواتف الذكية ببعده سلوك التجنب أحد

أبعاد القلق نحو الصحة (N=438)

النموذج	معامل الانحدار غير المعياري B	معامل الانحدار المعياري Beta	قيمة T	P
سلوك	10.14		7.05	.001
التجنب	-0.050	-0.16	3.19	.002

يتضح من جدول (6) أنه يوجد تأثير سالب للهواتف الذكية على بعه سلوك التجنب لمقياس القلق نحو الصحة أحد أبعاد القلق نحو الصحة بمعامل انحدار معياري -0.16 ودال إحصائيا عند 0.01 وهذا مفاده أن زيادة وحدة معيارية لإدمان الهواتف الذكية يقابلها نقصان 0.16 وحدة معيارية لبعده سلوك التجنب أحد أبعاد القلق نحو الصحة، وعليه يوجد إسهام نسبي

سالب ضعيف نسبيا لإدمان الهواتف الذكية للتنبؤ ببعده سلوك التجنب أحد أبعاد القلق نحو الصحة.

وبمراجعة الدراسات السابقة وجدت الباحثة أن العديد منها يتفق مع نتائج الدراسة الحالية؛ حيث أشارت العديد من الدراسات السابقة أنه يمكن التنبؤ بالقلق نحو الصحة من خلال إدمان الهواتف الذكية مثل دراسة: هلال؛ الرواشدة (2018)؛ (Demirci, et al, 2015; Lee, 2015; Geng, et al., 2021، وتري الباحثة أن هذا يعني أن كلما زاد إدمان الهواتف الذكية ارتفع معه مستوى القلق نحو الصحة؛ لأن إدمان الهواتف الذكية يتضمن عدم قدرة الطلاب الاستغناء عن استخدام الهواتف الذكية وأن هذا يترتب عدم تفاعله مع الآخرين والنوم لفترات قصيرة، وأيضًا التأخر في النوم مما يظهر علي الطلاب أعراض القلق نحو الصحة.

توصيات وبحوث مقترحة:

توصيات البحث في ضوء ما أسفر عنه البحث الحالي يوصى الباحث بما يأتي:

-تفعيل دور المرشد الأكاديمي والاختصاصي النفسي لتوعية الطلاب بمخاطر إدمان الهواتف الذكية.

-مساعدة الطلاب علي التخلص من الاستخدام المفرط للهواتف الذكية.

-عقد الندوات لتوعية أولياء الامور بمخاطر ادمان ابنائهم للهواتف الذكية.

-تنفيذ البرامج التعليمية والعلاج الفردي والجماعي الشباب على الحد من استخدام الهواتف الذكية.

-توجيه الباحثين لإجراء دراسات وبحوث تتناول استخدام الهاتف الذكي لدى العديد من المتغيرات مثل النوع والعمر والحالة الاجتماعية، وأن تغطي عينات مختلفة مثل طلاب الدراسات العليا والمتزوجين وغير المتزوجين.

-حث الطلاب والطالبات في الجامعة للاشتراك في الأنشطة الطلابية والنوادي الاجتماعية لتكوين صداقات، ولاكتساب مهارات في الاتصال والتواصل الاجتماعي مع الاخرين وتحفيزهم على ذلك.

بحوث مقترحة: يمكن عرض مجموعة من الاقتراحات لدراسات تالية كما يلي:

-برنامج إرشادي معرفي سلوكي لترشيد استخدام الهواتف الذكية لدى عينة من طلاب الجامعة.

-الفروق في القلق نحو الصحة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية لدى عينة من المراهقين.

-بعض المتغيرات المعرفية واللامعرفية المسهمة في القلق نحو الصحة لدى عينة من طلاب الجامعة.

المراجع:

الحربي، حاكم هليل شباب؛ عبدالعليم، مجاور عبدالفهم.(2022). دور المساندة الاجتماعية في التنبؤ بالقلق الاجتماعي وإدمان الهواتف الذكية لدى طلاب المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة. *مجلة العلوم التربوية والدراسات الانسانية*، دائرة الدراسات العليا والبحث العلمي جامعة تعز، فرع التربية، ، 23، 106-135.

زهران، حامد عبد السلام. (٢٠٠٥). *الصحة النفسية والعلاج النفسي*. القاهرة ، عالم الكتب. طالب، سوسن نور الدين. (2001). *توهم المرض وعلاقته بصورة الجسم*. رسالة ماجستير، جامعة بغداد كلية الآداب.

العنزي، خالد بن الحميدي. (2020). إدمان الهاتف الذكي لدى طلاب جامعة الحدود الشمالية وعلاقته بجودة الحياة. *مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية*، شئون البحث العلمي والدراسات العليا الجامعة الإسلامية بغزة، 28(5)، 133 - 158.

قندول، نبيل. (٢٠١٨). أثر الأفكار اللاعقلانية المرتبطة بالصحة في الإصابة باضطراب توهم المرض. *رسالة دكتوراه*، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعه محمد خضير بسكره. هلال، أحمد الحسيني؛ الرواشدة، أروه مسعد . (2018). *إساءة استخدام الهواتف الذكية وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية والقلق لدى عينة من طلاب الجامعة*. الجمعية المصرية للقراءة والمعرفة، كلية التربية، جامعة عين شمس، 203، 181 - 228.

الهيئة العامة للإحصاء. (2018). *نشرة مسح نفاذ واستخدام تقنية المعلومات والاتصالات للأسر والأفراد في المملكة العربية السعودية*، استطلاع عام 2017، تم استرداده من

<https://www.stats.gov.sa/en/6026>

هيلر، ديانا وهيلر ،روبرت. (1999). *العناية بالعقل والنفس*. تعريب: عبد العلي الجسماني. الدار العربية للعلوم.

Al-Harbi, governor of Hillel Shabab; Abdel-Aleem, adjacent to Abdel-Fahim. (2022). The role of social support in predicting social anxiety and smartphone addiction among secondary school students in Medina. *Journal of Educational Sciences and Human Studies*, Department of Graduate Studies and Scientific Research, Taiz University, Education Branch, 23, 106-135.

- Zahran, Hamed Abdel Salam. (2005). *Mental health and psychotherapy*. Cairo, the world of books.
- Talep, Sawsan Nour El-Din. (2001). Delusional illness and its relationship to body image. *Master's thesis*, University of Baghdad, College of Arts.
- Al-Anazi, Khalid bin Al-Hamidi. (2020). Smartphone addiction among Northern Border University students and its relationship to quality of life. *Journal of the Islamic University for Educational and Psychological Studies*, Scientific Research and Postgraduate Studies Affairs, Islamic University of Gaza, 28(5), 133-158.
- Kandul, Nabil. (2018). The effect of irrational thoughts related to health on developing hypochondriacal disorder. *Doctoral dissertation*, Faculty of Humanities and Social Sciences, Mohamed Kheidar University, Biskra.
- Hilal, Ahmed Al-Husseini; Al-Rawashda, Arwa Massad. (2018). Misuse of smartphones and its relationship to social skills and anxiety among a sample of university students. *Egyptian Society for Reading and Knowledge*, Faculty of Education, Ain Shams University, 203, 181-228.
- Heller, Diana and Heller, Robert. (1999). *Mind and soul care. Arabization: Abdul Ali Al Jasmani*. Arab House of Science.
- General Authority for Statistics. (2018). Bulletin of the Survey on Access and Use of ICT for Households and Individuals in the Kingdom of Saudi Arabia, 2017 Survey, retrieved from <https://www.stats.gov.sa/en/6026>
- Abramowitz, J. S., & Braddock, A. E. (2006). Hypochondriasis: conceptualization, treatment, and relationship to obsessive-compulsive disorder. *Psychiatric Clinics*, 29(2), 503-519.
- Abu-Shanab, E., & Haddad, E. (2015). The influence of smart phones on human health and behavior: Jordanians' perceptions. *International Journal of Computer Networks and Applications*, 2(2), 52-56.
- Aljomaa, S. S., Qudah, M. F. A., Albursan, I. S., Bakhiet, S. F., & Abduljabbar, A. S. (2016). Smartphone addiction among university students in the light of some variables. *Computers in Human Behavior*, 61, 155-164.
- Billieux, J., Van der Linden, M., d'Acromont, M., Ceschi, G., & Zermatten, A. (2007). Does impulsivity relate to perceived dependence on and actual use of the mobile phone?. *Applied cognitive psychology*, 21(4), 527-537.
- Chóliz, M. (2010). Mobile phone addiction: a point of issue. *Addiction*, 105(2), 373-374.
- Demirci, K., Akgönül, M., & Akpınar, A. (2015). Relationship of smartphone use severity with sleep quality, depression, and anxiety in university students. *Journal of behavioral addictions*, 4(2), 85-92.

- Demirci, K., Akgönül, M., & Akpınar, A. (2015). Relationship of smartphone use severity with sleep quality, depression, and anxiety in university students. *Journal of behavioral addictions*, 4(2), 85-92.
- Frydenlund, G., Guldager, J. D., Frederiksen, K. O., & Egebæk, H. K. (2023). Do young people perceive their smartphone addiction as problematic? A study in Danish university college students. *Heliyon*, 9(10).
- Ge, J., Liu, Y., Cao, W., & Zhou, S. (2023). The relationship between anxiety and depression with smartphone addiction among college students: The mediating effect of executive dysfunction. *Frontiers in Psychology*, 13, 1033304..
- Geng, Y., Gu, J., Wang, J., & Zhang, R. (2021). Smartphone addiction and depression, anxiety: The role of bedtime procrastination and self-control. *Journal of affective disorders*, 293, 415-421.
- Hawi, N. S., & Samaha, M. (2017). Relationships among smartphone addiction, anxiety, and family relations. *Behaviour & Information Technology*, 36(10), 1046-1052.
- Hawi, N. S., & Samaha, M. (2017). Relationships among smartphone addiction, anxiety, and family relations. *Behaviour & Information Technology*, 36(10), 1046-1052.
- Hwang, K. H., Yoo, Y. S., & Cho, O. H. (2012). Smartphone overuse and upper extremity pain, anxiety, depression, and interpersonal relationships among college students. *The Journal of the Korea Contents Association*, 12(10), 365-375.
- Ithnain, N., Ghazali, S. E., & Jaafar, N. (2018). Relationship between smartphone addiction with anxiety and depression among undergraduate students in Malaysia. *Int J Health Sci Res*, 8(1), 163-171.
- Kang, H. Y., & Park, C. H. (2012). Smartphone addiction scale, factor analysis, crossvalidation, preoccupation, life difficulty, usual, excessiveness, relationship. *Korean Journal Psychology General*, 31(2), 563-580.
- Kim, E., & Koh, E. (2018). Avoidant attachment and smartphone addiction in college students: The mediating effects of anxiety and self-esteem. *Computers in Human Behavior*, 84, 264-271.
- Kim, H. J., Oh, S. Y., Joo, J. H., Choi, D. W., & Park, E. C. (2019). The relationship between sleep duration and perceived stress: findings from the 2017 Community Health Survey in Korea. *International journal of environmental research and public health*, 16(17), 3208.
- Kim, K., Yee, J., Chung, J. E., Kim, H. J., Han, J. M., Kim, J. H., ... & Gwak, H. S. (2021). Smartphone addiction and anxiety in adolescents—A cross-sectional study. *American journal of health behavior*, 45(5), 895-901.
- Kwon, M., Kim, D. J., Cho, H., & Yang, S. (2013). The smartphone addiction scale: development and validation of a short version for adolescents. *PloS one*, 8(12), e83558.

- Lee, E. B. (2015). Too much information: Heavy smartphone and Facebook utilization by African American young adults. *Journal of Black Studies*, 46(1), 44-61.
- Lin, Y. H., Chang, L. R., Lee, Y. H., Tseng, H. W., Kuo, T. B., & Chen, S. H. (2014). Development and validation of the Smartphone Addiction Inventory (SPAI). *PloS one*, 9(6), e98312.
- Longley, S., E Calamari, J., Noyes, R., Meyers, K., & McDowell, E. (2014). Health anxiety (hypochondriasis): an emotional disorder in an alternative taxonomy. *Current Psychiatry Reviews*, 10(1), 3-13.
- Olson, J. A., Sandra, D. A., Colucci, É. S., Al Bikaii, A., Chmoulevitch, D., Nahas, J., ... & Veissière, S. P. (2022). Smartphone addiction is increasing across the world: A meta-analysis of 24 countries. *Computers in Human Behavior*, 129, 107138.
- Pavithra, M. B., Madhukumar, S., & TS, M. M. (2015). A study on nomophobia-mobile phone dependence, among students of a medical college in Bangalore. *National Journal of community medicine*, 6(03), 340-344.
- Pravchanska, M., Velkova, A., Georgieva, L., Georgieva, E., Pesheva, P., & Hristov, N. (2020). Smartphone addiction and anxiety disorder among medical students in Sofia—a preliminary study. *European Journal of Public Health*, 30(Supplement_5), ckaa166-063.
- Salkovskis, P. M., Rimes, K. A., Warwick, H. M. C., & Clark, D. (2002). The Health Anxiety Inventory: development and validation of scales for the measurement of health anxiety and hypochondriasis. *Psychological medicine*, 32(5), 843-853.
- Sanusi, S. Y., Al- Batayneh, O. B., Khader, Y. S., & Saddki, N. (2022). The association of smartphone addiction, sleep quality and perceived stress amongst Jordanian dental students. *European Journal of Dental Education*, 26(1), 76-84.
- Sanusi, S. Y., Al-Batayneh, O. B., Khader, Y. S., & Saddki, N. (2022). The association of smartphone addiction, sleep quality and perceived stress amongst Jordanian dental students. *European Journal of Dental Education*, 26(1), 76-84.
- Strine, T. W., & Chapman, D. P. (2005). Associations of frequent sleep insufficiency with health-related quality of life and health behaviors. *Sleep medicine*, 6(1), 23-27.
- Sullivan, K., & Ordiah, C. (2018). Association of mildly insufficient sleep with symptoms of anxiety and depression. *Neurology, Psychiatry and Brain Research*, 30, 1-4.
- Ting, D. H., Lim, S. F., Patanmacia, T. S., Low, C. G., & Ker, G. C. (2011). Dependency on smartphone and the impact on purchase behaviour. *Young consumers*, 12(3), 193-203.

- World Health Organization. (2015). *Public health implications of excessive use of the internet, computers, smartphones and similar electronic devices: Meeting report, Main Meeting Hall, Foundation for Promotion of Cancer Research, National Cancer Research Centre, Tokyo, Japan, 27-29 August 2014*. World Health Organization.
- Yilmaz, R., Sulak, S., Griffiths, M. D., & Yilmaz, F. G. K. (2023). An exploratory examination of the relationship between internet gaming disorder, smartphone addiction, social appearance anxiety and aggression among undergraduate students. *Journal of Affective Disorders Reports, 11*, 100483.
- Zhang, G., Yang, X., Tu, X., Ding, N., & Lau, J. T. (2020). Prospective relationships between mobile phone dependence and mental health status among Chinese undergraduate students with college adjustment as a mediator. *Journal of affective disorders, 260*, 498-505.

