مجلة دراسات الطفولة و علوم الاسرة، م١ع١ ص ص: ٣٨- ٨٤ (٢٠٢٦م)
DOI: 10.4197/Jcsfs.1-1.2

الشعور بالوحدة كمتغير وسيط للعلاقة بين الإجهاد المدرك ورهاب فقدان الهاتف المحمول (النوموفوبيا) لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي

أروى حسني عرب[١]، ابتسام يحيى عسيري[٢]

١. **أستاذ علم النفس الإكلينيكي المشارك، كلية الآداب والعلوم الإنسانية-جامعة الملك عبد العزيز – جدة – السعودية**
aarab@kau.edu.sa

٢. **قسم علم النفس – كلية الآداب والعلوم الإنسانية-جامعة الملك عبد العزيز – جدة – ا لسعودية**
ibtisamasiri1@gmail.com

مستخلص:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن الدور الوسيط للشعور بالوحدة في العلاقة بين الإجهاد المدرك والنوموفوبيا لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي، والفروق في متوسط درجات عينة الدراسة في المتغيرات الثلاثة للدراسة وفقًا الحالة الاجتماعية. شملت العينة (٣١٦) شابًا وشابة في المجتمع السعودي تراوحت أعمارهم بين ١٨-٣٤ عامًا. بمتوسط حسابي (٢٦,٨)، وانحراف معياري (٦,٧٨)، اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي المقارن، وتم تطبيق مقاييس الإجهاد المدرك، الوحدة، والنوموفوبيا. وقد أظهرت النتائج وجود مستوى منخفض من الشعور بالوحدة، وجود مستوى متوسط من الإجهاد المدرك ككل، وجود مستوى مرتفع من النوموفوبيا وأبعادها ماعدا بعد الخوف من انقطاع الشبكة لدى عينة الدراسة. كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفقًا لمتغير الحالة الاجتماعية (أعزب/ متزوج) في الشعور بالوحدة و الإجهاد المدرك وأبعاده ماعدا بعد الافتقار إلى الكفاءة الذاتية لدى عينة لدراسة في اتجاه الحالة الاجتماعية أعزب و عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفقًا لمتغير الحالة الاجتماعية (أعزب/ متزوج) في النوموفوبيا وأبعادها ، كما أظهرت النتائج إن متغير الشعور بالوحدة يتوسط العلاقة بين الإجهاد المدرك و النوموفوبيا لدى عينة الدراسة ، وقد أوصت الدراسة بتعزيز الوعي العام حول الاستخدام الصحي للتكنولوجيا من خلال تنظيم ورش عمل ودورات تدريبية من قبل المختصين بغرض نشر ثقافة التوازن بين الحياة الرقمية والواقعية.

كلمات مفتاحية: الصحة النفسية –التفاعل الاجتماعي – الضغوط الحياتية – القلق التكنولوجي – الشباب السعودي.

مقدمة الدراسة

يُعد المجال التكنولوجي من أكثر المجالات التي شهدت تطورًا متسارعًا خلال السنوات الأخيرة، وكان من أبرز مظاهر هذا التطور انتشار الهواتف المحمولة بشكل واسع، وما رافقه من زيادة في إمكانياتها وتنوع تطبيقاتها، نتيجةً للتحديثات المستمرة التي تجريها الشركات المصنعة . وفي هذا السياق يشير زيدان (٢٠٢٤) إلى أن إدمان استخدام الهاتف المحمول يُعد من أبرز

المشكلات السلوكية التي تواجه الشباب في ظل التقدم التقني والتحول الرقمي المتسارع، إذ يتسبب هذا الإدمان في ظهور مشكلات متعددة، مما ينعكس سلبًا على حياتهم العلمية والعملية، وتشمل آثاره الجوانب السلوكية والاجتماعية، حيث يتأثر تفاعل الفرد الاجتماعي ومستوى انضباطه السلوكي نتيجة الإفراط في استخدام الهاتف الذكي . وفي هذا الإطار، أوضح (Buctot, Kim & Kim. 2020)أن عددًا كبيرًا من الشباب وخاصة الطلاب يقضون ساعات طويلة يوميًا في استخدام هواتفهم الذكية لأغراض متنوعة مثل ممارسة الألعاب الإلكترونية، أو مشاهدة المقاطع المصوّرة، أو تصفح الإنترنت، أو متابعة إشعارات وسائل التواصل الاجتماعي .هذا الاستخدام المفرط يؤدي إلى زيادة اعتمادهم النفسي والسلوكي على الهاتف، وينجم عنه ظهور اضطرابات مختلفة، من أبرزها الخوف من فقدان الهاتف الذكي، المعروف اصطلاحًا بظاهرة النوموفوبيا (Nomophobia) (Murphy ,2022).

وتُعرَّف النوموفوبيا بأنها خوف مرضي وغير عقلاني يصيب الفرد عند فقدان هاتفه المحمول أو نسيانه أو البقاء خارج نطاق التغطية، مما يؤدي إلى شعور بالهلع لعدم القدرة على التواصل (Murphy, 2022). وتتجلى أعراضها في مظاهر متعددة تشمل القلق، وتسارع نبضات القلب، والتعرق، والتهيج، والارتباك (Bhattacharya et al., 2019). كما أشار (Vagka et al. 2023) إلى أن فئة الشباب تُعد الأكثر عرضة لهذا الاضطراب، نظرًا لقدرتهم العالية على تبنّي التقنيات الحديثة واستخدامها بوتيرة أسرع من الفئات العمرية الأخرى، وهذا يسهم في نشوء الإجهاد والضغوط النفسية التي اصبحت جزءًا أصيلًا من التجربة الإنسانية. ومع ذلك، فإن استجابة الأفراد لهذه الضغوط تختلف تبعًا لطريقة إدراكهم لها؛ إذ قد ينظر بعضهم إلى موقف معين بوصفه مصدرًا للإجهاد والضغط النفسي، في حين لا يراه آخرون كذلك.

وقد عرّف (Phillips ,2015) الإجهاد المدرك بأنه "المشاعر أو الأفكار التي تراود الفرد حول مدى الضغط الذي يتعرض له في فترة زمنية معينة"، وهو ما ينعكس على سلوكياته الخارجية التي قد تظهر في صور متعددة مثل سرعة الحديث، والتململ، وازدياد الانفعالات السلبية، وفقًا لما ورد في قاموس الجمعية الأمريكية لعلم النفس (American Psychological Association [APA], 2018).

ورغم أن الإحساس بالإجهاد يُعد تجربة طبيعية يمكن أن تصاحب الأفراد في مختلف مراحل حياتهم، فإن الدراسات الحديثة تشير إلى أن فئة الشباب أكثر عُرضة للشعور بالضغوط والإجهاد مقارنةً بغيرهم. كدراسة (Medaris,2023) التي أوضحت أن الأفراد الذين تتراوح أعمارهم بين (١٨–٣٤ سنة) يسجلون مستويات أعلى من الإجهاد مقارنةً بالأكبر سنًا، وهو ما أكدته نتائج أيضًا دراسة الغامدي وآخرون (٢٠٢٢) في المملكة العربية السعودية، والتي كشفت أن الشباب الأصغر سنًا يعانون مستويات مرتفعة من الضغط النفسي (Alghamdi et al., 2022). ويرى (Valtorta, 2016) أن من أبرز العوامل التي قد تسهم في ارتفاع مستويات الإجهاد لدى الشباب هو الشعور بالوحدة (كما ورد في (Novotney, 2020)، إذ أشار (Zahedi et al. 2022) إلى أن مشاعر الوحدة تزداد انتشارًا بين الشباب بسبب طبيعة هذه المرحلة العمرية التي تتطلب التخطيط للمستقبل، وما يرافقها أحيانًا من الابتعاد عن الأهل أو الأصدقاء وبناء شبكات اجتماعية جديدة. كما بيّن عزيز وآخرون (٢٠٢٢) أن بعض الشباب يواجهون حالة من الارتباك النفسي نتيجة انتقالهم من مرحلة كانوا يعتمدون فيها على دعم الآخرين في تلبية احتياجاتهم، إلى مرحلة جديدة تتسم بالاعتماد على الذات والاستقلالية في اتخاذ القرارات والتعامل مع

متطلبات الحياةوتُعد الوحدة في هذا السياق استجابة نفسية سلبية مثيرة للقلق، تنجم عن الفجوة الواضحة بين العلاقات الاجتماعية التي يرغب الفرد في تحقيقها وتلك التي يملكها فعليًا، سواء من حيث الكم أو الكيف، كما أوضح (Yanguas et al. 2018). وتتجلى مظاهرها في مجموعة من السلوكيات والمؤشرات النفسية، من أبرزها: ضعف المبادرة للتحدث مع الآخرين أو المشاركة في الأنشطة الاجتماعية، والشعور بعدم الارتياح أثناء التفاعل معهم، والتردد في تكوين علاقات جديدة، إضافةً إلى النظرة التشاؤمية نحو المستقبل وإدراك المجتمع على أنه بيئة غير مستقرة ومليئة بأشخاص غير جديرين بالثقة (الرواحية وآخرون، ٢٠٢٢). مما يجعل الشباب يلجأ إلى الاعتماد على الهواتف الذكية فتصبح جزءًا لا يتجزأ من الحياة اليومية، إلى الحد الذي جعل عددًا متزايدًا من الشباب يصرّحون بصعوبة العيش دونها. وقد وصف Zhang et al. (2022) هذا الارتباط المفرط بأنه نوع من التعلق النفسي، بحيث يُنظر إلى فقدان الهاتف أو عدم القدرة على استخدامه كمصدر للضيق والقلق.

وبناءً على ما تم استعراضه من متغيرات هذا الدراسة، يتضح أن الإجهاد المدرك يُعد تجربة نفسية شائعة بين الشباب، تؤثر على قدراتهم الذهنية والعاطفية والاجتماعية، في حين أن رهاب فقدان الهاتف المحمول (النوموفوبيا) يمثل مظاهر سلوكية ونفسية حديثة ترتبط بالاستخدام المفرط للتكنولوجيا وتأثيراتها على الصحة النفسية والاجتماعية. أما الشعور بالوحدة، فيمثل بعدًا نفسيًا جوهريًا يمكن أن يفسر ويحدد طبيعة العلاقة بين الإجهاد المدرك والنوموفوبيا، فهو يعكس الحالة الداخلية للشباب ويؤثر على إدراكهم لمستوى الدعم الاجتماعي المتاح لهم، وعلى قدرتهم على مواجهة التوتر والقلق المرتبط بفقدان الاتصال الرقمي.

لذلك تأتي أهمية هذا الدراسة في سعيها إلى الكشف عن الدور الوسيط الذي يمكن أن يلعبه الشعور بالوحدة في العلاقة بين الإجهاد المدرك والنوموفوبيا لدى الشباب في المجتمع السعودي، بما يسهم في فهم أعمق للجوانب النفسية والاجتماعية المرتبطة باستخدام الهواتف الذكية، ويساعد في وضع استراتيجيات وقائية وإرشادية تهدف إلى تعزيز الصحة النفسية لدى فئة الشباب، وتحسين قدرتهم على إدارة التوتر والتكيف مع التحديات الرقمية في حياتهم اليومية.

مشكلة الدراسة:

تعد مرحلة الشباب من أهم المراحل العمرية التي يمر بها الإنسان، إذ تشهد بروز العديد من التحديات والأحداث الحياتية التي قد يُدركها الكثيرون على أنها ضاغطة أو مُجهدة. وقد أشار الخطيب ومعالي (٢٠١٩) إلى أن التعرض المستمر لمثل هذه الضغوط دون امتلاك آليات تكيف إيجابية فعّالة قد يجعل الشباب أكثر عرضة للإصابة بأنواع متعددة من الاضطرابات النفسية. كما أوضحت الجمعية الأمريكية لعلم النفس (APA, 2022) أن التنشيط طويل المدى لنظام الاستجابة للإجهاد يرتبط بزيادة خطر الإصابة بمجموعة من مشكلات الصحة الجسدية والعقلية، مثل القلق، والاكتئاب، واضطرابات الجهاز الهضمي، والصداع، وارتفاع ضغط الدم، والنوبات القلبية.

وإلى جانب ذلك، يمثل الشعور بالوحدة عاملًا نفسيًا إضافيًا يزيد من حدة الآثار السلبية للضغوط النفسية، إذ يرى دهنون وإبراهيم (٢٠١٤) أن الشعور بالوحدة قد يؤدي إلى فقدان التوازن النفسي والعاطفي، مما يجعل الفرد أقل قدرة على التعامل مع المواقف الضاغطة، ويؤدي إلى اضطرابات في التفكير والسلوك والعلاقات الاجتماعية. ومع التحول الكبير الذي أحدثته

التقنيات الحديثة والهواتف الذكية في الحياة اليومية، أصبح الشباب أكثر عرضة لنمط جديد من الاضطرابات النفسية يتمثل في رهاب فقدان الهاتف الذكي (النوموفوبيا)، والذي وصفه (King et al. 2010) بأنه اضطراب القرن الحادي والعشرين. وتشير نتائج التحليل التلوي الذي أجراه (Olson et al. 2022) على عينة مكوّنة من (٣٣,٨٣١) شابًا وشابة من (٢٤) دولة، إلى أن الشباب السعودي جاءوا في المرتبة الثانية عالميًا من حيث الاستخدام الإشكالي للهواتف الذكية، وهو نمط يرتبط عادةً بمشاعر القلق الناتجة عن عدم القدرة على الوصول إلى الهاتف الذكي. وقد بينت دراسات عدة (الجاسر، ٢٠١٨؛ Al-Mamun et al., 2023) أن هذا الاستخدام المفرط يرتبط ارتباطًا إيجابيًا بعدد من الاضطرابات النفسية والسلوكية، مثل الاكتئاب، والأرق، وانخفاض التحصيل الدراسي.

وقد هدفت عدد من الدراسات إلى استقصاء نسبة انتشار النوموفوبيا في المراحل التعليمية المختلفة وخاصة في المرحلة الجامعية، منها: دراسة(Mengjie et al،2024)التي توصلت إلى أن النوموفوبيا تنتشر بنسبة (٤٠,١%) لدى عينة من طلاب وطالبات كلية الطب، وتوصلت دراسة(Qutishat et al.،2020) إلى نسبة انتشار النوموفوبيا لدى طلاب جامعة السلطان قابوس التي بلغت نسبة (٢٠)، وبتحليل نتائج ٢٨ دراسة أجريت على ١١٣٠٠ مشارك من ثماني دول، توصلت دراسة (Kimberly et al.، 2023) إلى أن معدل انتشار رهاب النوموفوبيا الخفيف ٢٤%، ومعدل انتشار رهاب النوموفوبيا المعتدل ٥٦، ومعدل انتشار رهاب النوموفوبيا الشديد ١٧٪.وبالنظر إلى هذه الدراسات يتضح مدى خطورتها على الشباب.

كما يوجد ندرة في الدراسات العربية التي تناولت هذه المتغيرات معًا، ووفقًا لما تم الاطلاع عليه، لم تُجر أي دراسة سابقة تناولت العلاقة بين الإجهاد المدرك والنوموفوبيا من خلال متغير الشعور بالوحدة مجتمعة او لدى عينة الدراسة وهما الشباب في المجتمع السعودي. ومن هذا المنطلق جاءت هذه الدراسة لإلقاء الضوء على دور الشعور بالوحدة كمتغير وسيط في العلاقة بين الإجهاد المدرك، والنوموفوبيا على عينة من الشباب في المجتمع السعودي.

وبناءً على ما سبق، تتمثل مشكلة الدراسة في الأسئلة التالية:

١-مامستوى كل من الشعور بالوحدة والإجهاد المدرك والنوموفوبيا لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي؟

٢-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات كل من، الشعور بالوحدة، والإجهاد المدرك والنوموفوبيا لدى عينة الدراسة تعزى إلى الحالة الاجتماعية (متزوج – غير متزوج)؟

٣-هل يتوسط الشعور بالوحدة العلاقة بين الإجهاد المدرك والنوموفوبيا لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي؟

أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على:

١-مستوى كل من الشعور بالوحدة والإجهاد المدرك، والنوموفوبيا لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي.

٢- الفروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات كل من الشعور بالوحدة، الإجهاد المدرك والنوموفوبيا لدى عينة الدراسة تعزى إلى الحالة الاجتماعية (متزوج – غير متزوج).

٣- الدور الوسيط للشعور بالوحدة في العلاقة بين الإجهاد المدرك، والنوموفوبيا لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي.

أهمية الدراسة

تستمد الدراسة أهميتها النظرية مما يلي:

-تناول موضوع حديث وحيوي في البحث النفسي المعاصر: وهو تسليط الضوء على العلاقة بين الشعور بالوحدة، والإجهاد المدرك، والنوموفوبيا لدى الشباب، مما يسد فجوة في الأبحاث الحالية، نظرًا لندرة الدراسات التي تدمج بين هذه المتغيرات النفسية والسلوكية في السياقات الاجتماعية والثقافية، خاصة على المستوى المحلي.

-تأتي أهمية الدراسة من تركيزها على فئة الشباب الذين يشكلون شريحة كبيرة من المجتمع، ويواجهون تحديات حياتية واجتماعية ونفسية تؤثر على صحتهم النفسية وسلوكياتهم اليومية، بما في ذلك استخدام الهواتف الذكية وتأثرهم بالنوموفوبيا.

-تتماشى الدراسة مع أهداف رؤية المملكة العربية السعودية ٢٠٣٠ التي تسعى إلى تعزيز صحة الشباب، ودعم التوعية النفسية والاجتماعية، واستخدام المعرفة العلمية الحديثة في تحسين جودة الحياة، بما يسهم في بناء مجتمع صحي ومتوازن نفسيًا ومعرفيًا.

ومن ناحية أخرى، تستمد الدراسة أهميتها التطبيقية من:

قد تسهم نتائج الدراسة في تسليط الضوء على الأبعاد النفسية والسلوكية المرتبطة بارتفاع مستويات الإجهاد المدرك والشعور بالوحدة وتأثيرها على النوموفوبيا لدى الشباب. ويتيح ذلك وضع توصيات استراتيجية للجهات المختصة لتطوير برامج إرشادية، ووقائية، وعلاجية تهدف إل تعزيز الصحة النفسية، وتقليل آثار الوحدة والإجهاد النفسي، وتعليم الشباب أساليب فعّالة للتعامل مع استخدام الهواتف الذكية بطريقة صحية ومتوازنة.

مصطلحات الدراسة

-الشعور بالوحدة (Loneliness): تتبنى الباحثة تعريف (Alateeq et al,, 2021) " تجربة محددة ذات طبيعة غير سارة، والتي يكمن سببها في الافتقار الكمي أو النوعي للعلاقات الاجتماعية للأفراد؛ كما أنه يمكن فهمه باعتباره شعور ناتج عن التناقض بين العلاقات الاجتماعية المرغوبة والفعلية" (pp. 31 -32). ويُقاس في الدراسة الحالية بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص في مقياس الشعور بالوحدة النسخة القصيرة (ULS-8) من إعداد (Hays & DiMatteo 1987) ترجمة وتقنين (Alateeq et al,, 2021).

-الإجهاد المدرك (Perceived Stress): تتبنى الباحثة تعريف (Ali et al., 2021) هو " المواقف التي يدركها الفرد ويقيمها على أنها مُجهدة أو ضاغطة" (p. 394). ويُقاس في الدراسة الحالية بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص في مقياس الإجهاد المدرك من إعداد (Cohen, 1988) ترجمة وتقنين (Ali et al., 2021).

-رهاب فقدان الهاتف المحمول "النوموفوبيا" (Nomophobia): تتبنى الباحثة تعريف البراشدية والظفري (٢٠٢٠) هو "الانزعاج أو القلق عند عدم القدرة على الوصول للهاتف المحمول، وهو خوف من أن يصبح الفرد غير متصل بالتكنولوجيا، أو بعيدًا عن الهاتف الذكي أو غير متصل بالشبكة" (ص.٥٢). ويُقاس في الدراسة الحالية بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص في مقياس النوموفوبيا من إعداد (Yildirim، 2015) ترجمة وتقنين (البراشدية والظفري،٢٠٢٠).

حدود الدراسة

الحدود الموضوعية: ركزت الدراسة على الدور الوسيط للشعور بالوحدة في العلاقة بين الإجهاد المدرك والنوموفوبيا. والتعرف على مستويات متغيرات الدراسة لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي.

الحدود البشرية: شملت الدراسة على عينة من الشباب السعودي الذين تتراوح أعمارهم ما بين (18-٣٤ سنة) من الذكور والإناث (ن= ٣١٦).

الحدود الزمنية: أجريت الدراسة خلال العام الدراسي ٢٠٢٤ م- ١٤٤٥هـ..

الحدود المكانية: غطت الدراسة كافة مناطق المملكة العربية السعودية.

الحدود الأدائية: اعتمدت الدراسة مقياس الشعور بالوحدة النسخة القصيرة (ULS-8) من إعداد (Hays & DiMatteo 1987) ترجمة وتقنين (Alateeq et al,, 2021). ومقياس الإجهاد المدرك من إعداد (Cohen, 1988) ترجمة وتقنين (Ali et al., 2021) ومقياس النوموفوبيا من إعداد (Yildirim، 2015) ترجمة وتقنين (البراشدية والظفري،٢٠٢٠).

خلفية الدراسة

أولًا: الشعور بالوحدة (Loneliness)

يختلف الباحثين في تعريف مفهوم الوحدة النفسية، ويرجع هذا الاختلاف إلى الأسس النظرية التي يستند إليها كل منهما. فقد يعرف حمادة (٢٠٠٣) الشعور بالوحدة النفسية بأنه: "شعور الفرد بوجود فجوة نفسية تباعد بينه وبين الوسط المحيط وحدوث خلل في العلاقة الاجتماعية نتيجة شعوره بالإهمال وعدم التقبل، مما يؤدي به إلى الشعور بالوحدة والانزواء" (ص. ٤٥). ويرى (Rokach, 2003) أن الوحدة النفسية تنتج عن شدة الحساسية، حيث يشعر الفرد بالوحدة والانفصال عن الآخرين، مع شعور بالألم النفسي نتيجة غياب العلاقات الاجتماعية المشبعة، مصحوبة بأعراض الضغط النفسي (12. P). يعرف الدليم و عامر (٢٠٠٤) الوحدة النفسية أيضًا بأنها: "عجز الفرد في المهارات الاجتماعية وفي علاقاته مع الآخرين، مما قد يدفعه إلى اضطرابات نفسية مثل القلق أو الاكتئاب أو التفكير في الانتحار، إضافة إلى معاناته من أعراض نفس جسمية كالصداع وضعف الشهية والإجهاد والتعب، فضلاً عن العدوانية والمشكلات الدراسية والهروب من المنزل، ما يترك آثارًا حادة على الأداء النفسي والتوافق الشخصي" (ص. ٧٨). وعرفتها محدب وسليماني (٢٠٢٠) بأن "الشعور بالوحدة النفسية تعتبر حالة نفسية وانفعالية ناتجة عن عدم الإشباع العاطفي ونقص العلاقات مع الآخرين والتي يصاحبها أو تنتج عنها اضطرابات أخرى كالاكتئاب، القلق، الاغتراب، الوحشة، الضيق، الضجر... إلخ مما يؤدي إلى اختلال في الصحة النفسية" (ص. ٣٩٨).

وأوضح (Power,2023) أن الشعور بالوحدة النفسية تجربة إنسانية متعددة الأبعاد، تتضمن إحساسًا بالانفصال العاطفي والاجتماعي، وتنشأ عندما يدرك الفرد وجود فجوة بين العلاقات الاجتماعية التي يرغب بها وتلك التي يعيشها، سواء من حيث القرب العاطفي أو الدعم الاجتماعي، وتتأثر هذه التجربة بعوامل ثقافية وشخصية وحياتية مثل فقدان الشريك، أو التقاعد، أو ضعف المشاركة الاجتماعية، مما يجعلها حالة معرفية وانفعالية ترتبط بتقدير الفرد الذاتي لجودة تواصله الاجتماعي أكثر من ارتباطها بعدد العلاقات التي يمتلكها. كما وعرفتها فاطمة (٢٠٢٤) بأنها " حالة من العزلة الاجتماعية، والرغبة في الانفصال عن العالم الخارجي، والأشخاص المحيطين بك دون سبب واضح" (ص. ٢٤٤).

المفاهيم المرتبطة بمفهوم الوحدة النفسية:

-**العزلة الاجتماعية:** تشير العزلة الاجتماعية إلى "حالة يشعر فيها الفرد بانسحابه من التيار الثقافي والاجتماعي السائد، وبافتقاده للاندماج مع المجتمع وتبنّيه لمفاهيم أو قيم مغايرة لما هو مألوف، مما يؤدي إلى عجزه عن التوافق مع الأوضاع

القائمة. يعيش الفرد في هذه الحالة تناقضًا بين وجوده المادي داخل المجتمع وغيابه النفسي عنه، فهو حاضر جسديًا لكنه منفصل شعوريًا عن الآخرين" (حامد، ٢٠٠٣، ص. ٤٠٤).

ويُميز علماء الاجتماع بين العزلة الاجتماعية والوحدة النفسية، إذ تعدّ الأخيرة خبرة ذاتية داخلية وليست مرادفة للعزلة الموضوعية؛ فالفرد قد يكون وحيدًا دون أن يشعر بالوحدة، كما قد يشعر بها وهو محاط بالناس. ومن هذا المنطلق، ركّز علماء النفس على الخبرة الذاتية للشعور بالوحدة النفسية باعتبارها حالة وجدانية داخلية أكثر من كونها حالة مادية (حسين، ٢٠٠٤، ص. ٣٥٩).

- **العزلة الوجدانية،** فقد عرّفها (Perlman& Peplau,1982.p89)"بأنها حالة نفسية تنشأ نتيجة الفجوة بين العلاقات الاجتماعية التي يرغب بها الفرد والعلاقات التي يعيشها فعليًا، أي أنها تمثل حرمانًا وجدانيًا من التفاعل العاطفي القريب".

وتُعرف العزلة عمومًا بأنها انقطاع الفرد عن الجماعات البشرية أو ابتعاده عنها نتيجة عوامل اجتماعية أو جغرافية، بحيث لا يشارك في شؤون الجماعة إما بسبب ضعف قدرته أو لعدم رغبته في ذلك. وقد تكون العزلة في بعض الحالات وسيلة إيجابية لإشباع حاجة الفرد إلى الاستقلال أو الهدوء النفسي، حيث تمثل حالة من الاكتفاء الذاتي والانسحاب المؤقت لتلبية حاجات داخلية، والوحدة هنا قد تُفهم إما كحالة كيانية وجودية، أو كحالة عقلية وجدانية داخلية (عرفات، ٢٠٠٩، ص. ٥).

-**الاغتراب:** أن الاغتراب يمثل أحد أوجه خبرة الوحدة، إذ يشير إلى شعور الفرد بالخواء الداخلي والابتعاد عن ذاته الحقيقية، أي الاغتراب عن جوهر الذات وموقعها في العالم (Rokach, 1988.p 533) .

كما يرى الفاروق (٢٠٠١) أن الاغتراب هو حالة من الانفصال عن الذات والآخرين والطبيعة، بحيث يعيش الإنسان عزلة إنسانية شاملة تعبّر عن موقف وجودي عام (ص. ١٣٧).

-**الانسحاب النفسي:** فهو آلية دفاعية يستخدمها الفرد عندما يعجز عن مواجهة المواقف المهددة، إذ يلجأ إلى الانسحاب الداخلي لتخفيف مشاعر القلق والتوتر. ويُعد هذا الانسحاب وسيلة لتجنّب المواقف المثيرة للضغوط عبر الابتعاد الذهني عنها (بن إسماعيل، ٢٠٠٧، ص ص. ٨٩-٩٠).

النظريات المفسرة للشعور بالوحدة:

-**النظرية التحليلية:** وفقاً لفرويد، تنشأ الوحدة النفسية نتيجة اضطرابات في العلاقات الطفولية المبكرة، خاصة علاقة الطفل بالأم، حيث يؤدي فقدان الأمان أو الحب إلى صعوبات لاحقة في بناء علاقات صحية والانفتاح على الآخرين، ويظهر ذلك شعوراً بالوحدة والانطواء (Freud, 1923/1961).

-**النظرية المعرفية السلوكية:** تشير هذه النظرية كما قدمها بيك (Beck, 1976) إلى أن الشعور بالوحدة لا ينشأ فقط نتيجة نقص العلاقات الاجتماعية، بل أيضًا بسبب "الافتراضات المعرفية السلبية" التي يحملها الفرد تجاه ذاته والآخرين. فقد يفسر الفرد بعض التفاعلات الاجتماعية بشكل سلبي، مثل اعتقاده بأن الاخرين لا يرغبون في التواصل معه، مما يدفعه للانسحاب والانغلاق، وبالتالي تتعزز مشاعر العزلة والانفصال النفسي.

-**نظرية التعلق:** تشير هذه النظرية، التي أسسها بولبي (Bowlby. 1969) إلى أن نمط التعلق الذي يتكون في الطفولة يحدد طريقة تفاعل الفرد مع الآخرين في مراحل عمره المختلفة. الأفراد الذين لديهم نمط تعلق غير آمن (مثل التعلق التجنبي أو القلق) يكونون أكثر عرضة للشعور بالوحدة النفسية نتيجة خوفهم من الرفض أو صعوبة إقامة علاقات مستقرة ومرضية.

النظرية التطورية: تشير هذه النظرية، كما طرحها (Cacioppo et al., 2006)، إلى أن الشعور بالوحدة هو آلية تطورية تحفز الإنسان على إعادة الارتباط بالجماعة لضمان البقاء. غير أن هذه الآلية، في ظروف الحياة الحديثة، قد تصبح مزمنة وتؤدي إلى انسحاب اجتماعي أكبر، مما يزيد من آثارها النفسية السلبية.

ثانيًا: الإجهاد المدرك (Perceived Stress)

مفهوم الإجهاد المدرك:

عرفها (Cohen, Kamarck, & Mermelstein, 1983, p. 385). بأنها "الدرجة التي يتم فيها تقييم المواقف في حياة الفرد على أنها مرهقة" وعرّف (Lazarus & Folkman, 1984) الإجهاد المدرك أيضًا على أنه "العلاقة الخاصة بين الشخص وبيئته التي يتم تقييمها على أنها مرهقة أو تتجاوز موارده" (p. 19). والإجهاد المدرك وفقًا (Phillips, 2013, p. 479) على أنه "المشاعر أو الأفكار التي يمتلكها الفرد حول مقدار الإجهاد الذي يعاني منه في وقت معين أو خلال فترة زمنية معينة". وقد أشار (Berjot & Gillet, 2011, p. 2). إلى أن الإجهاد المدرك هو "تقييم الفرد للتهديد الذي تشكله المؤثرات والإجهاد الناتج عن ذلك" . وفي دراسة (Harris, 2023, p. 1) عرف الإجهاد المدرك (PSS-10) على أنه "درجة تقييم الفرد لحياته على أنها غير متوقعة، غير قابلة للتحكم، ومفرطة خلال الشهر الماضي" وعرفها (Teke et al., 2025) بأن "الإجهاد المدرك يؤثر على الرضا عن الحياة بشكل مباشر وغير مباشر من خلال المعتقدات غير العقلانية والأمل" (p. 1).

المؤشرات الأولية للإجهاد النفسي

وقد أشار عسكر (٢٠٠٠، ص. ١٢٣). إلى أربعة مؤشرات أولية يمكن الاعتماد عليها لتحذير الفرد من التعرض للإجهاد النفسي:

١. الانشغال الدائم والانتهاء من المهام بسرعة على حساب الجودة.

٢. تأجيل الأنشطة الاجتماعية والمهام السارة.

٣. اتباع قاعدة "يجب ويُفترض" في الحياة اليومية، مما يزيد الضغط النفسي.

٤. فقدان الرؤية أو المنظور، حيث يصبح كل شيء عاجلاً ومهماً، مما يؤدي إلى الإجهاد والانشغال المستمر بالعمل

مراحل الإجهاد:

يرى (Selye, 1976) أن الإجهاد النفسي يمر عبر ثلاث مراحل متتابعة، تمثل متلازمة التكيف العام، وهي كما يلي:

١- **الاستجابة للإنذار:** وهي مرحلة التنبيه، حيث يصبح الفرد مدركًا لعوامل الإجهاد التي يتعرض لها في حياته اليومية، سواء في العمل أو الحياة العامة ومن أعراضها القلق المستمر، سرعة الانفعال، ارتفاع ضغط الدم، الأرق، النسيان، الصداع. (حسن،٢٠٠٣: ص١٢٣). وتنقسم هذه المرحلة قسمين مرحلة الصدمة ومرحلة ما بعد الصدمة.

٢-**مرحلة المقاومة:** وهي مرحلة توفير الطاقة حيث يقوم الفرد فيها بمحاولة التكيف مع الضغوط المستمرة وتشمل أعراض السلوكية مثل تأجيل المهام، المماطلة، اللامبالاة، السخرية، الشعور بالتعب عند الاستيقاظ. وتختفي هذه الأعراض تدريجيًا عندما يتكيف الجسم مع الضغط المستمر (عثمان،٢٠٠١).

٣-**مرحلة الإنهاك:** في هذه المرحلة يصل الفرد إلى الاستنزاف الكامل للطاقة التكيفية، حيث تنهار دفاعات الجسم وتعتبر هذه المرحلة الأكثر خطورة، حيث تعتمد شدتها على مدى استنفاد الفرد لمصادر التكيف الداخلية والخارجية (حسن، ٢٠٠٣) وتظهر في هذه المرحلة أعراض فسيولوجية ونفسية تهدف إلى المحافظة على الكيان الحي، وأطلق سيلي عليها نظرية التكيف العام.

نظريات الإجهاد المدرك

-**نظرية العالم (1939) Cannon:** تؤكد النظرية على أن الإجهاد يرتبط بتغيرات فسيولوجية واضحة وردود فعل نفسية مرافقة، وأن مواجهة المواقف المثيرة للقلق تتخذ شكلين أساسيين: **القتال:** يميل الفرد إلى المواجهة والدفاع، **الهروب:** يلجأ إلى الانسحاب أو الاتكالية. ويرتبط رد الفعل الأول بتنشيط الجهاز العصبي السمبثاوي، في حين يرتبط الثاني بزيادة نشاط الجهاز نظير السمبثاوي، مما يشير إلى الطبيعة المزدوجة للاستجابات الانفعالية في مواجهة المواقف الضاغطة.

-**نظرية العالم (1947) Wolff: عرفا** (Wolff, Hinkle, 1947) الإجهاد باعتباره حالة دينامية تصيب الكائن الحي نتيجة مطالب تكيفية مستمرة، إذ إن الحياة بطبيعتها تتطلب قدراً دائماً من التكيف مع المواقف المتغيرة. وأكد ا أن جميع الكائنات الحية تعيش في حالة من الإجهاد تتفاوت شدتها تبعاً للظروف. كما بيّن أن العوامل البيولوجية والاجتماعية وخبرات الحياة السابقة لا تحدد نوع المرض الناتج عن الإجهاد، لكنها تؤثر بشكل كبير على مدى استمراره ومساره. وأن الإجهاد سببًا في نشوء الاضطرابات السيكوسوماتية، حيث يتفاعل الجسد والعقل بشكل مستمر في مواجهة الضغوط الحياتية.

-**نظرية العالم :(1984) Lazarusقدّم** (Lazarus & Folkman, 1984) نموذج التقييم المعرفي للإجهاد، الذي يفسّر كيفية تعامل الأفراد مع المواقف الضاغطة. استندت الفكرة الأساسية إلى أن الإجهاد المدرك ينشأ نتيجة التفاعل بين الفرد والبيئة، بحيث تشكل المتطلبات المجهدة عبئًا أو تتجاوز الوسائل المتاحة للفرد، وقد تكون هذه المواقف نفسية، فسيولوجية، أو اجتماعية. وأي تغيير في التوازن يحتاج إلى وسائل جديدة للتكيف، وأكدا على أن الإجهاد كعملية ديناميكية بين الفرد والبيئة (Lazarus & Folkman, 1984, p. 27).

ثالثًا: رهاب فقدان الهاتف المحمول "النوموفوبيا" (Nomophobia)

مفهوم النوموفوبيا:

يعد مصطلح النوموفوبيا مصطلحا حديثا، حيث إن الفوبيا، تعني الرهاب، وهي اضطراب نفسي، يعرف بأنه خوف متواصل من مواقف، أو نشاطات معينة عند حدوثها، أو مجرد التفكير فيها". (عبد الوارث واسلام، ٢٠٢٠: ٢٤٥). والنومو، هي اختصار الأحرف الأولى لNo Mobile Phone والنوموفوبيا هو نوع حديث من الرهاب أو الخوف المرضي الذي يصيب الفرد بمجرد التفكير بضياع هاتفه المحمول او النقال أو حتى نسيانه، والهلع الناجم من الوجود خارج نطاق تغطية الشبكة. ويشير مصطلح النوموفوبيا إلى "أن الأشخاص الذين يفقدون تقنية الهاتف النقال بكل أنواعها بعد أن كانوا قد اعتادوا عليها، يصابون بتشويش ذهني، واضطراب سلوكي واضح. إذ إن هذا الفقدان يعني عدم القدرة على التواصل مع الأصدقاء، والانقطاع

عن كل ما يحدث حولهم، بعد أن اعتاد هؤلاء الناس حمل الهواتف في كل مكان يذهبون إليه سواء في حجرة النوم وفي مكان العمل، وفي أثناء سيرهم، وحتى أثناء استخدامهم المصعد". (عبد الوارث واسلام، ٢٠٢٠: ٢٤٥). وعرفها السميري وبهلول (٢٠٢٢) بأنها "المشاعر الناتجة عن الاعتمادية المرضية لتكنولوجيا الهواتف الذكية، والمتمثلة بالاضطراب والتوتر والقلق التي تنتاب الشخص الناتجة من ابتعاده عن هاتفه الذكي، بسبب نفاذ شحن البطارية، أو انقطاع شبكة المحمول، أو عدم القدرة للوصول للإنترنت، أو ضعف إشارة البيانات، الأمر الذي يؤدي لفقدانه التواصل مع الآخرين". (ص:٣٥٢). ويعرفها أيضًا الطنطاوي (٢٠٢٢) بأنها: "شعور الفرد بالخوف والقلق والارتباك وعدم الراحة، والتي تتبدى عليه بمجرد إحساسه بافتقاد هاتفه الذكيّ، أو تركه في مكان ما (سواء عن قصد، أو بدون قصد)، أو كان هاتفه خارج نطاق الشبكة (شبكة الهاتف أو شبكة الإنترنت)، أو بطارية هاتفه على وشك النفاذ؛ مما يجعل الفرد غير قادر على التواصل مع الآخرين، وينعكس هذا الشعور سلبًا على الجوانب الصحية والاجتماعية والأكاديمية لديه" (ص.١٠).

أبعاد النوموفوبيا:

يشير عبد الجواد (٢٠٢٢) إلى أن النوموفوبيا تتكون من خمسة أبعاد رئيسية، تمثل الجوانب المختلفة للشعور بالقلق أو الانزعاج الناتج عن فقدان الهاتف المحمول أو عدم القدرة على استخدامه:

١-**عدم القدرة على التواصل مع الآخرين:** يركز هذا البعد على شعور الفرد بالعزلة والاضطراب النفسي عندما لا يستطيع استخدام هاتفه للتواصل مع الآخرين. ويتضمن ذلك القلق من عدم قدرة الأسرة أو الأصدقاء على الوصول إليه، أو فقدان المكالمات والرسائل المهمة.

٢-**فقدان الاتصال:** يرتبط هذا البعد بالمشكلات التقنية التي قد تواجه المستخدم، مثل نفاد رصيد المكالمات أو باقة الإنترنت قبل انتهاء المدة المحددة، استنفاد بطارية الهاتف، أو التواجد في أماكن ذات شبكات ضعيفة، مما يعيق الاتصال الفوري ويزيد من شعور القلق.

٣-**عدم القدرة على الوصول إلى المعلومات:** يتمثل هذا البعد في شعور الفرد بالغضب أو التوتر عند عدم تمكنه من الحصول على المعلومات أو متابعة الأخبار اليومية والأحداث الحديثة عبر وسائل التواصل الاجتماعي، مما يولد شعورًا بالانفصال عن العالم المحيط.

٤-**التخلي عن الراحة:** يعكس هذا البعد الصعوبة الكبيرة التي يواجهها الفرد في تقليل استخدام الهاتف أو التخلي عنه، إذ يشعر بالانزعاج والضيق عند عدم توفر التطبيقات والخدمات التي يعتمد عليها الهاتف، ما يدفعه أحيانًا إلى الانشغال بالحياة الافتراضية وإهمال الجوانب الواقعية الأخرى.

٥-**افتقاد الهاتف المحمول:** يتمثل هذا البعد في شعور الفرد بأن جزءًا أساسيًا من حياته مفقود إذا لم يكن الهاتف بحوزته أو كان بعيدًا عنه، الأمر الذي قد يعوق أدائه لمهامه اليومية بفاعلية ويزيد من شعوره بالاعتماد النفسي على الجهاز.

وقام (Yildirim& Correia,2015) بتطوير مقياس النوموفوبيا (NMP-Q) الذي يتضمن أربعة أبعاد رئيسية:

١-**عدم القدرة على التواصل:** يشير إلى القلق الناتج عن فقدان القدرة على الاتصال بالآخرين.

٢-**فقدان الاتصال:** يتعلق بالخوف من فقدان الاتصال بالآخرين.

٣-عدم القدرة على الوصول إلى المعلومات: يتمثل في القلق من عدم القدرة على الحصول على المعلومات.

٤-التخلي عن الراحة: يشير إلى الشعور بالضيق عند عدم القدرة على استخدام الهاتف المحمول.

كما حدد (Figueroa-Quiñones et al. 2025) النوموفوبيا أربعة أبعاد رئيسية:

١-القلق من عدم الوصول إلى المعلومات: يتعلق بالخوف من فقدان الوصول إلى المعلومات من خلال الهاتف المحمول.

٢-القلق من فقدان الاتصال بالآخرين: يشير إلى الخوف من فقدان الاتصال بالعائلة والأصدقاء والزملاء.

٣-القلق من فقدان الهوية الرقمية: يتعلق بالخوف من فقدان الوصول إلى الشبكات الاجتماعية والخدمات عبر الإنترنت الأخرى.

٤-القلق من التخلي عن الراحة: يشير إلى الخوف من عدم القدرة على إدارة استخدام الهاتف المحمول بشكل مريح.

-النظريات المفسرة للنوموفوبيا:

-نظرية التعلم الاجتماعي: تؤكد نظرية التعلم على أن السلوك يتم اكتسابه من خلال الملاحظة والتقليد. وفقًا لهذه النظرية، يمكن تفسير النوموفوبيا كسلوك مكتسب يتعلمه الفرد عبر محاكاة الأشخاص المهمين في محيطه الاجتماعي. فإذا أظهر هؤلاء سلوكيات الخوف أو التجنب المرتبطة بالهاتف المحمول، فمن المحتمل أن يكتسب الفرد نفس السلوك. ويعتمد نجاح هذا التعلم على أربعة عناصر أساسية: الانتباه للسلوك الملاحظ، الاحتفاظ به، وجود الدافع، والقدرة على أداء السلوك (الطنطاوي، ٢٠٢٢).

-النظرية السلوكية المعرفية: تفسر النظرية السلوكية المعرفية النوموفوبيا على أنها نتيجة المعتقدات المشوهة حول الحاجة المستمرة للتواصل عبر الهاتف المحمول. وتشير الدراسات الحديثة إلى أن تعديل هذه المعتقدات باستخدام إعادة البناء المعرفي وتقنيات التعرض التدريجي يساعد على تقليل الاعتماد المرضي على الهاتف وتحسين التكيف النفسي (Trabelsi & Jahrami, 2023).

-النظرية الوجودية: توضح النظرية الوجودية أن النوموفوبيا قد تكون انعكاسًا لشعور الفرد بالفراغ النفسي والسعي للمعنى والهوية في العالم الرقمي. يصبح استخدام الهاتف الذكي أداة للتكيف مع القلق والانعزال، خصوصًا لدى المراهقين الذين يواجهون صعوبة في التعبير عن هويتهم أو شعورهم بالانتماء. وأظهرت دراسة طولية حديثة أن الاعتماد المفرط على الهواتف الذكية مرتبط بزيادة مستويات الاكتئاب والقلق بين الشباب (Saddik et al., 2025).

-نظرية التعلق: تفسر نظرية التعلق النوموفوبيا على أنها استجابة تكيفية بيولوجية للأفراد الذين يعانون من قلق التعلق. وفقًا لهذه النظرية، قد يشعر الأفراد القلقون عند الانفصال عن هواتفهم، إذ يُنظر إلى الهاتف الذكي كهدف للتعلق، ويتطور هذا التعلق أحيانًا ليشمل الأشياء بدل الأشخاص، مما يؤدي إلى الخوف من فقدان الهواتف (عبد الرزاق وآخرون، (2021؛ Parent et al., 2021) كما ورد في الفقي، ٢٠٢٣).

-**نظرية التعلق الرقمي:** توضح هذه النظرية أن النوموفوبيا قد تنشأ نتيجة التعلق المفرط بالأجهزة الرقمية كوسيلة للشعور بالأمان والانتماء الاجتماعي. وتشير الدراسات الحديثة إلى أن القلق الاجتماعي يعمل كوسيط بين الإدمان الرقمي والنوموفوبيا، بحيث يكون المراهق أكثر عرضة للشعور بالخوف من الانقطاع عن الهاتف إذا كانت لديه مهارات تكيف اجتماعي ضعيفة (Kircaburun et al., 2025).

٦-**نظرية التقدير الذاتي:** تفسر نظرية التقدير الذاتي النوموفوبيا من خلال انخفاض شعور المراهق بقيمته الذاتية. يستخدم المراهق الهاتف كوسيلة لتعزيز الصورة الذاتية والشعور بالقبول الاجتماعي. وقد أظهرت دراسة حديثة أن القلق المرتبط بالنوموفوبيا يؤثر على الأداء الأكاديمي ويزيد من مستويات التوتر النفسي بين المراهقين (Chen et al., 2024).

الدراسات السابقة

من خلال مراجعة الدراسات السابقة العربية والأجنبية ذات الصلة بمتغيرات الدراسة الحالية وعينتها، والتي أسهمت في توفير قاعدة معرفية تدعم تفسير نتائج الدراسة الحالية. ولتحقيق تنظيم منهجي، تم تصنيف هذه الدراسات بتسلسل زمني من الأقدم إلى الأحدث على أربعة محاور رئيسية كالاتي:

أولًا: الدراسات السابقة التي تناولت الشعور بالوحدة:

هدفت دراسة عبد الوهاب (٢٠٢١) إلى تحديد مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب الجامعة واستخدم الباحث المنهج الوصفي ، وبلغت عينة الدراسة ٤٧ طالب وطالبة من قسم علم النفس بجامعة تلمسان ، ولجمع البيانات اعتمد الباحث على مقياس الشعور بالوحدة النفسية لراسيل (١٩٩٦) تعريب الدسوقي (١٩٩٨) ، كما استخدم الباحث المنهج الوصفي ،وبرنامج spss لمعالجة البيانات حيث توصل البحث الى: وجود مستوى متوسط للشعور بالوحدة النفسية في حين لا توجد فروق في مستوى الشعور بالوحدة النفسية تعزى الى متغير الجنس والمستوى التعليمي والسن .كما هدفت دراسة العتيق (Alateeq et al., 2022) إلى تقييم مستوى الشعور بالوحدة والاكتئاب، والكشف عن العلاقة بينهما في ظل بعض المتغيرات الديموغرافية؛ على عينة من الطالبات الجامعيات في الرياض، ممن تبلغ أعمارهن 18 عامًا فأكثر. شملت الدراسة (753) طالبة من جامعتي الأميرة نورة بنت عبد الرحمن، وجامعة الملك سعود. استخدم في الدراسة المنهج الوصفي، وقد تم استخدام مقياس الوحدة والاكتئاب. أظهرت النتائج أن مستوى الشعور بالوحدة بين الطالبات كان مرتفعًا، وأن الطالبات المتزوجات كن أقل شعورًا بالوحدة مقارنة بالطالبات غير المتزوجات. بينما هدفت دراسة (Barjakova et al. 2023)إلى مراجعة العوامل المسببة للوحدة. تم مراجعة (109) دراسة سابقة، مع التركيز على التحليلات البعدية والدراسات الطولية. تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي؛ وقد أظهرت أهم النتائج أن العمر يتنبأ بالوحدة بشكل غير مباشر، حيث أن الأفراد الأصغر سنًا يشعرون بالوحدة أكثر من الأفراد في منتصف العمر، ثم يرتفع الشعور بالوحدة مرة أخرى في كبار السن؛ وبالإضافة إلى ذلك، أظهرت الدراسة أن غير المتزوجين، المطلقين، والأرامل يشعرون بالوحدة أكثر مقارنة بالمتزوجين. كما هدفت دراسة Bonsaksen et al. (2023) إلى الكشف عن العلاقة بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والوحدة. وذلك على عينة من الراشدين بلغ عددهم (1649) فردًا من أربع دول (النرويج، المملكة المتحدة، الولايات المتحدة، وأستراليا). تم اعتماد المنهج الوصفي، كما تم استخدام

مقياس الوحدة ومقياس استخدام وسائل التواصل الاجتماعي. أظهرت أهم نتائج الدراسة وجود علاقة إيجابية دالة إحصائيًا بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والوحدة، ووجود فروق دالة إحصائيًا في متوسط درجات الوحدة بين الفئات العمرية حيث كانت مستويات الوحدة أعلى لدى الأفراد الأصغر سنًا (39 –18) مقارنة بالفئات العمرية الأكبر، ووجود فروق دالة إحصائيًا في متوسط درجات الوحدة تعزى للحالة الاجتماعية، حيث كانت مستويات الوحدة أعلى لدى الأفراد غير المتزوجين مقارنة بالمتزوجين.

ثانيا: الدراسات السابقة التي تناولت الإجهاد المدرك:

سعت دراسة (Zhao et al. 2021) إلى الكشف عن الدور الوسيط للدعم الاجتماعي عبر الانترنت، والدور المعدل للدعم الاجتماعي المدرك في العلاقة بين الإجهاد المدرك والاستخدام للأجهزة الذكية، على عينة من طلبة الجامعة في الصين بلغ عددهم (1123) طالب وطالبة. تم استخدام المنهج الوصفي، كما استخدم مقياس الإجهاد المدرك، ومقياس الاستخدام الإشكالي للأجهزة الذكية، بالإضافة إلى مقياس الدعم الاجتماعي عبر الانترنت، ومقياس الدعم الاجتماعي المدرك؛ وأظهرت أهم النتائج وجود ارتباط إيجابي ودال بين الإجهاد المدرك والاستخدام الأجهزة الذكية، بوساطة جزئية للدعم الاجتماعي عبر الانترنت، حيث كشفت الدراسة أن الطلبة الذين يتعرضون لمزيد من الضغوط هم أكثر عرضة للبحث عن الراحة عبر الإنترنت، حيث يحصلون على المزيد من الدعم الاجتماعي عبر الإنترنت مما يطور احتمالية استخدامهم للأجهزة الذكية. بينما ا كشفت دراسة خلف (٢٠٢٣) عن العلاقة بين الضغوط النفسية والمساندة الاجتماعية، والفروق في الضغوط النفسية والمساندة الاجتماعية لدى عينة من طلبة كلية التربية في جامعة تكريت وذلك وفقًا لبعض المتغيرات الديموغرافية. شملت الدراسة (120) طالب وطالبة.؛ وقد تم استخدام المنهج الوصفي، كما تم استخدام مقياسي الضغوط النفسية والمساندة الاجتماعية. أظهرت أهم النتائج وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية والمساندة الاجتماعية لدى أفراد العينة؛ كما تبين أن غير المتزوجين يعانون من ضغوط نفسية أكثر من المتزوجين؛ وفيما يتعلق بالمساندة الاجتماعية، أظهرت النتائج أن المتزوجين يحصلون على مستويات أعلى من المساندة الاجتماعية مقارنة بغير المتزوجين. وكشفت دراسة (Elamin et al., 2024) إلى الكشف عن العلاقة بين الاستخدام الإشكالي للهواتف الذكية والضغوط النفسية إلى جانب متغيرات أخرى، على عينة من طلبة الجامعة بالسعودية. شملت العينة (235) طالب وطالبة. تم اعتماد المنهج الوصفي، كما تم استخدام مقياس الاستخدام الإشكالي للهواتف الذكية ومقياس الضغوط النفسية. أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية دالة إحصائيًا بين الاستخدام الإشكالي للهواتف الذكية والضغوط النفسية، وعدم وجود فروق دالة إحصائيًا في متوسط درجات الضغوط النفسية لدى أفراد العينة والتي تعزى للحالة الاجتماعية.

ثالثًا: الدراسات السابقة التي تناولت النوموفوبيا:

هدفت دراسة أجراها (Anggoro and Handiyani ,2022) إلى تحديد العلاقة بين الكفاءة الذاتية ومستوى النوموفوبيا على عينة من الممرضين والممرضات. شملت الدراسة (133) ممرض وممرضة ممن تراوحت أعمارهم بين 56 –26 عام. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي، كما تم استخدام مقياس النوموفوبيا ومقياس الكفاءة الذاتية؛ أظهرت النتائج وجود مستوى مرتفع من الكفاءة الذاتية المدركة لدى العينة، ووجود مستوى نوموفوبيا معتدل، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في

متوسط درجات النوموفوبيا والتي تعزى إلى العمر والحالة الاجتماعية. بنما جاءت دراسة Amiri and Thaghinejad (2022,) للكشف عن دور العمر في التنبؤ بالنوموفوبيا إلى جانب متغيرات اخرى، وذلك على عينة من الطلبة شملت (378) طالب وطالبة، تراوحت أعمارهم بين 18 و٤٠ عام. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وتم استخدام مقياس النوموفوبيا؛ وأظهرت أهم النتائج وجود مستوى نوموفوبيا معتدل بين الطلبة. كما ووجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين العمر، ومستوى النوموفوبيا، حيث أن الطلبة الأصغر سنًا يظهرون درجة أعلى من النوموفوبيا مقارنة بالطلبة الأكبر عمرًا. كما هدفت دراسة (Aldhahir et al., 2023) إلى تحديد مدى انتشار النوموفوبيا وعلاقتها بالأداء الأكاديمي على عينة من طلبة الجامعة. شملت العينة (806) طالب وطالبة. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وتم استخدام مقياس النوموفوبيا، ومقياس الأداء الأكاديمي. أظهرت النتائج أن مستويات النوموفوبيا تراوحت بين مستويات خفيفة ومتوسطة، كما وأظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائيًا في متوسط درجات النوموفوبيا بين الطلبة المتزوجين وغير المتزوجين. وسعت دراسة Al-Mamun et al. (2023) إلى تقييم مدى انتشار النوموفوبيا وعلاقتها بالإدمان على الهواتف الذكية على عينة من طلبة الجامعة في بنغلاديش تكونت العينة من (585) طالب وطالبة. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وتم استخدام مقياس النوموفوبيا، مقياس إدمان الهواتف الذكية؛ وقد أظهرت أهم النتائج وجود فروق دالة إحصائيًا في متوسط درجات النوموفوبيا بين الطلبة المتزوجين وغير المتزوجين، وذلك في اتجاه الطلبة المتزوجين.

رابعاً: الدراسات السابقة التي تناولت متغيري أو أكثر من متغيرات الدراسة

هدفت دراسة ((Nguyen et al. 2022 إلى الكشف عن الدور الوسيط للوحدة في العلاقة بين الإجهاد المدرك والنوموفوبيا بين طلبة الثانوية. بلغ عدد العينة (556) طالب وطالبة، وقد تم استخدام المنهج الوصفي، كم تم استخدام مقياس الإجهاد المدرك ومقياس الوحدة، بالإضافة إلى مقياس النوموفوبيا؛ أظهرت النتائج وجود ارتباط إيجابي بين الإجهاد المدرك والوحدة، وكذلك بين الوحدة والنوموفوبيا، كما كشفت النتائج عن وجود تأثير مباشر وإيجابي بين الإجهاد المدرك والنوموفوبيا. بالإضافة إلى ذلك، أظهرت النتائج أن الوحدة تلعب دورًا وسيطًا جزئيًا في العلاقة بين الإجهاد والنوموفوبيا. بينما تناولت دراسة (Santl et al. 2022) العلاقة بين النوموفوبيا ومجموعة من المتغيرات منها الشعور بالوحدة والضغوط، وذلك على عينة من طلبة الجامعة، تكونت العينة من (257) طالب وطالبة تتراوح أعمارهم ما بين (42 -18) سنة. تم استخدام المنهج الوصفي، كما تم استخدام مقياس النوموفوبيا، مقياس الوحدة، والضغوط؛ وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود مستوى مرتفع من النوموفوبيا، ومستوى أقل من المتوسط في الوحدة، ومستوى خفيف من الضغوط، بالإضافة إلى ذلك، أظهرت النتائج جود علاقة دالة إيجابية بين النوموفوبيا والضغوط في حين لم توجد علاقة بين النوموفوبيا والوحدة؛ وأيضًا أشارت النتائج إلى وجود فروق في مستوى النوموفوبيا تعزى للفئة العمرية وذلك في اتجاه الطلبة الأصغر سنًا، في حين لم توجد في مستوى الضغوط تعزى للفئة العمرية. وأجريت دراسة شيبان (٢٠٢٣) إلى البحث عن مدى انتشار النوموفوبيا، بالإضافة إلى الكشف عن العلاقة بين النوموفوبيا والوحدة النفسية، وذلك على عينة من طلبة جامعة في مدينة حلب. وقد بلغ عدد العينة (100) طالب وطالبة، وتم استخدام المنهج الوصفي، كما تم استخدام مقياس النوموفوبيا، ومقياس الوحدة النفسية، وقد أشارت أبرز النتائج إلى وجود علاقة إيجابية دالة إحصائيًا بين النوموفوبيا والوحدة النفسية. وجاءت دراسة (Valenti et al. 2024) لتقييم مستوى النوموفوبيا، وفحص العلاقة بين صعوبة تنظيم العواطف بجانبيه (كبح التعبير العاطفي واعادة التقييم المعرفي) والنوموفوبيا، مع دراسة دور

الشعور بالوحدة كوسيط في هذه العلاقة على المجتمع. تكونت العينة من (456) فرد من الجنسين، تتراوح أعمارهم بين 18 و٦٧ عام. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي، واعتمدت على مقياس النوموفوبيا، ومقياس تنظيم العواطف، ومقياس الوحدة؛ وقد أظهرت النتائج أن مستوى النوموفوبيا كان معتدلًا بين الأفراد؛ وعدم وجود فروق دالة إحصائيًا في متوسط درجات النوموفوبيا تعزى للفئة العمرية.

تعليق عام على الدراسات السابقة

من خلال عرض الدراسات السابقة العربية والأجنبية التي تناولت العلاقات بين متغيرات الدراسة؛ الشعور بالوحدة والإجهاد المدرك ورهاب فقدان الهاتف المحمول (النوموفوبيا)؛ استفادت الباحثة منها في تحديد الأهداف، واختيار العينة، والوقوف على تعريفات وأبعاد متغيرات الدراسة، كما استفادت منها في تحديد الأدوات والاساليب التي تم استخدامها، كما أنها أعانتها في تفسير النتائج. كما لاحظت الباحثتين على الرغم من الجهود البحثية التي تناولت موضوع الشعور بالوحدة والإجهاد المدرك ورهاب فقدان الهاتف المحمول (النوموفوبيا) إلا أنه في –حدود علم الباحثة– لم يتم تناوله معاً على عينة من الشباب في المجتمع السعودي في البيئة العربية مما يعزز أهمية الدراسة الحالية. كما تتفرد الدراسة الحالية بالكشف عن الدور الوسيط للشعور بالوحدة في العلاقة بين الإجهاد المدرك ورهاب فقدان الهاتف المحمول (النوموفوبيا) لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي.

منهجية الدراسة واجراءاتها

منهج الدراسة: تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي المقارن وذلك لملاءمته لأهداف الدراسة؛ للتعرف على مستوى انتشار متغيرات الدراسة لدى عينة الدراسة والتعرف على الفروق في متغيرات الدراسة وفقًا للمتغيرات الديموغرافية محل المقارنة لدى عينة الدراسة.

مجتمع وعينة الدراسة

يتمثل مجتمع الدراسة في جميع الشباب السعودي الذكور والإناث، والبالغ عددهم وفقا للهيئة العامة للإحصاء ما يقارب (12,451,229) شاب وشابة (الهيئة العامة للإحصاء قاعدة البيانات الإحصائية، ب.د). وتم جمع البيانات بالطريقة المتيسرة من عينة بلغ عددها (٣١٦)، شاب سعودي من الجنسين، ممن تتراوح أعمارهم ما بين ١٨– ٣٤ عامًا، بمتوسط حسابي قدره (٢٦,٨)، وانحراف معياري قدره (٦,٧٨)؛ عن طريق إنشاء نسخة إلكترونية لأسئلة الدراسة وإرسالها للمشاركين عبر البريد الالكتروني ومنصات التواصل الاجتماعي المختلفة. وقد تم أخذ موافقة المشاركين إلكترونيا قبل شروعهم بالإجابة عن أسئلة الدراسة ويوضح جدول (١) خصائص عينة الدراسة.

جدول ١: الخصائص الديموغرافية لعينة الدراسة (ن= ٣١٦)

المتغيرات		التكرارات	النسبة المئوية %
النوع	ذكور	٧٨	%٢٤,٧
	إناث	٢٣٨	%٧٥,٣
	المجموع	٣١٦	%١٠٠
فئات العمر	من ١٨ – ٢٣ سنة	٨٧	%٢٧,٥
	من ٢٤- ٢٨ سنة	١٠٦	%٣٣,٥
	من ٢٩- ٣٤ سنة	١٢٣	%٣٨,٩
	المجموع	٣١٦	%١٠٠
الحالة الاجتماعية	أعزب	٢٠٨	%٦٥,٨
	متزوج	١٠٨	%٣٤,٢
	المجموع	٣١٦	%١٠٠
طبيعة السكن	اسكن وحيدًا	٢٩	%٩,٢
	اسكن مع عائلتي	٢٨٧	%٩٠,٨
	المجموع	٣١٦	%١٠٠
الدخل الشهري للأسرة	أقل من ٥٠٠٠ألف ريال	١٣٨	%٤٣,٧
	من ٥٠٠٠ ألف ريال-أقل من ١٠٠٠٠ ألف ريال	٨٦	%٢٧,٢
	أعلى من ١٠٠٠٠ألف ريال	٩٢	٢٩,١٥
	المجموع	٣١٦	%١٠٠
ساعات استخدام الهاتف الذكي	أقل من ثلاث ساعات	٢٥	%٧,٩
	من ثلاث ساعات إلى خمس ساعات	١١٤	%٣٦,١
	أكثر من خمس ساعات	١٧٧	%٥٦,٠
	المجموع	٣١٦	%١٠٠

يتضح من جدول (١) أن عينة الدراسة الأساسية تكونت من (٣١٦) في المجتمع السعودي ؛ حيث تم توزيعها وفقًا للنوع (٧٨ ذكور/ ٢٣٨ إناث)، ووفقًا للعمر (٨٧ من ١٨- ٢٣ سنة/ ١٠٦ من٢٤- ٢٨ سنة/ ١٢٣ من ٢٩- ٣٤ سنة)، ووفقاً للحالة الاجتماعية (٢٠٨ أعزب/ ١٠٨ متزوج)، ووفقًا لطبيعة السكن (٢٩ اسكن وحيدًا/٢٨٧ اسكن مع عائلتي)، وفقًا للدخل الشهري للأسرة (١٣٨ من أقل ٥٠٠٠ ألف ريال/ ٨٦ من ٥٠٠٠ألف ريال-أقل من ١٠٠٠٠ألف ريال/٩٢ أعلى من ١٠٠٠٠ألف ريال، ووفقًا لساعات استخدام الهاتف الذكي (٢٥ أقل من ثلاث ساعات/ ١١٤ من ثلاث ساعات إلى خمس ساعات/ ١٧٧ أكثر من خمس ساعات).

عينة الدراسة الاستطلاعية: تم تطبيق مقاييس الدراسة على عينة استطلاعية بهدف التحقق من الخصائص السيكومترية للمقاييس، وتكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (٢٠٠) من الشباب في السعودية، ويوضح جدول (٢) خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية.

جدول ٢: خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية (ن= ٢٠٠)

المتغيرات		التكرارات	النسبة المئوية %
النوع	ذكور	٥٠	%٧٥,٠
	إناث	١٥٠	%٢٥,٠
	المجموع	٢٠٠	%١٠٠
فئات العمر	من ١٨ – ٢٣ سنة	٥٣	%٢٦,٥
	من ٢٤– ٢٨ سنة	٦٥	%٣٢,٥
	من ٢٩– ٣٤ سنة	٨٢	%٤١,٠
	المجموع	٢٠٠	%١٠٠
الحالة الاجتماعية	أعزب	١٢٧	%٦٣,٥
	متزوج	٧٣	%٣٦,٥
	المجموع	٢٠٠	%١٠٠
طبيعة السكن	اسكن وحيدًا	٢٠	%١٠,٠
	اسكن مع عائلتي	١٨٠	%٩٠,٠
	المجموع	٢٠٠	%١٠٠
الدخل الشهري للأسرة	أقل من ٥٠٠٠ألف ريال	٨٠	%٤٠,٠
	من ٥٠٠٠ ألف ريال–أقل من ١٠٠٠٠ ألف ريال	٥٨	%٢٩,٠
	أعلى من ١٠٠٠٠ألف ريال	٦٢	%٣١,٠
	المجموع	٢٠٠	%١٠٠
ساعات استخدام الهاتف الذكي	أقل من ثلاث ساعات	١٨	%٩,٠
	من ثلاث ساعات إلى خمس ساعات	٧٤	%٣٧,٠
	أكثر من خمس ساعات	١٠٨	%٥٤,٠
	المجموع	٢٠٠	%١٠٠

يتضح من جدول (٢) أن عينة الدراسة الاستطلاعية تكونت من (٢٠٠) من الشباب في المجتمع السعودي؛ حيث تم توزيعها وفقًا للنوع (٥٠ ذكور/ ١٥٠ إناث)، ووفقًا للعمر (٥٣ من ١٨– ٢٣ سنة/ ٦٥ من٢٤– ٢٨ سنة/ ٨٢ من ٢٩– ٣٤ سنة)، ووفقاً للحالة الاجتماعية (١٢٧ أعزب/ ٧٣متزوج)، ووفقًا لطبيعة السكن (٢٠ اسكن وحيدًا/١٨٠ اسكن مع عائلتي)، وفقًا للدخل الشهري للأسرة (٨٠ من أقل ٥٠٠٠ ألف ريال/ ٥٨ من ٥٠٠٠ألف ريال–أقل من ١٠٠٠٠ألف ريال/٦٢ أعلى من ١٠٠٠٠ألف ريال، ووفقًا لساعات استخدام الهاتف الذكي (١٨ أقل من ثلاث ساعات/ ٧٤ من ثلاث ساعات إلى خمس ساعات/ ١٠٨ أكثر من خمس ساعات).

أدوات الدراسة

١-مقياس جامعة كاليفورنيا لوس أنجلوس للوحدة النسخة القصيرة (8-ULS) من إعداد (Hays & DiMatteo 1987)، وترجمة (Alateeq et al., 2022) مقياس جامعة كاليفورنيا لوس أنجلوس للوحدة (8-ULS)، صممه لأول مرة Russel et al.1980)، وهو مقياس يستخدم بشكل جوهري في أبحاث الشخصية لقياس الشعور بالوحدة. وقد تم تقديم النسخة المختصرة والمنقحة لاحقًا من قبل (Hays and DiMatteo, 1987) وأصبحت النسخة المختصرة والمنقحة تستخدم على نطاق واسع نظرًا لسهولة تطبيقه على المشاركين؛ حيث إنه ضم العشرين بند في النسخة الأصلية من المقياس في (8) بنود بناءً على نتائج التحليل العاملي؛ في حين أن نتائج التحليل العاملي للصورة المقننة من المقياس على البيئة العربية خلصت إلى ملائمة المقياس بعد حذف عبارة واحدة، ليحتوي في صورته النهائية على (7) عبارات. لا يوجد أبعاد في المقياس، وقد صيغت جميع العبارات بشكل سلبي باستثناء البندين (3، ٦) حيث تصحح بشكل عكسي، وتأتي الاجابات على مقياس ليكرت الرباعي حيث (أبدًا=1، نادرًا= 2، أحيانًا= 3، دائمًا= 4)، وتتراوح النتيجة الإجمالية من (8 إلى 32 درجة)، حيث تشير الدرجات الأعلى إلى درجة مرتفعة من الوحدة؛ وقد بلغت قيمة معامل ألفا كرونباخ في المقياس الأصلي (α= 0.84) في حين بلغ بعد ترجمته وتقنينه على البيئة العربية (α = 0.78) مما يدل على اتساق داخلي مرتفع لمقياس الوحدة.

الخصائص السيكومترية لمقياس الشعور بالوحدة في الدراسة الحالية:

-**صدق الاتساق الداخلي:** تم التحقق من صدق المقياس بطريقة الاتساق الداخلي عن طريق حساب معاملات ارتباط بيرسون بين كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس كما هو موضح في جدول (٣).

جدول (٣): يوضح معاملات ارتباط بيرسون بين كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس الشعور بالوحدة لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي (ن= ٢٠٠).

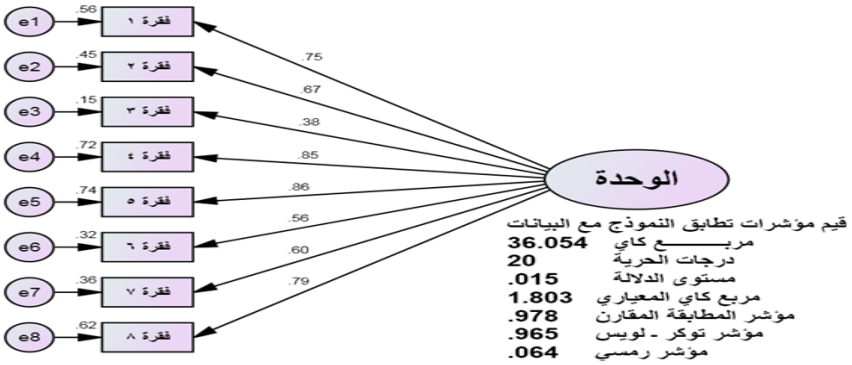
الفقرة	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨
الارتباط	٠,٧٨**	٠,٧٣**	٠,٤٦**	٠,٨١**	٠,٨٤**	٠,٦٢**	٠,٦٧**	٠,٧٨**

** **معاملات دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة ٠، ٠١**

تشير النتائج في جدول (٣) إلى أن الدرجة الكلية لمقياس الشعور بالوحدة لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي ارتبطت ارتباطًا دالًا بدرجة كل فقرة من فقرات المقياس؛ حيث كانت قيم معاملات الارتباط دالة إحصائيًا عند مستوي الدلال ة٠,٠١؛ مما يشير إلى صدق مقياس الشعور بالوحدة لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي عن طريق الاتساق الداخلي؛ ومما يدل على التجانس الداخلي للمقياس، وأنه صالح للاستخدام في البيئة السعودية.

-**الصدق العاملي التوكيدي:** استخدم في الدراسة الحالية الصدق العاملي التوكيدي من الدرجة الأولى؛ للتأكد من الصدق العاملي الاستكشافي الذي استخرجه مُعد الشعور بالوحدة لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي ولمعرفة تطابق العوامل

المستخرجة (عامل واحد فقط) التي تم التوصل إليه بناء على الصدق العاملي الاستكشافي مع النموذج المقترح للصدق العاملي التوكيدي لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي، ويوضح ذلك شكل (١)، وجدولي (٤، ٥).



شكل ١: نموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الشعور بالوحدة لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي (ن=٢٠٠).

يتبين من شكل (٢) أن كل عامل من العوامل الكامنة لمقياس الشعور بالوحدة لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي قد تشبعت عليه الفقرات الخاصة به، كما أن مؤشرات حسن المطابقة تقع في المدى المقبول لها، ويمكن توضيح معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية لنموذج الشعور بالوحدة لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي ودلالتها الإحصائية في جدول (٤)، بينما يوضح جدول (٥) مؤشرات حسن المطابقة لنموذج مقياس الوحدة لدى عينة من الشباب السعودي.

جدول ٤ معاملات الانحدار المعيارية واللا معيارية ودلالتها الإحصائية لتشبعات الفقرات على العوامل مقياس الشعور بالوحدة لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي (ن= ٢٠٠).

العامل	<---	الفقرة	معاملات الانحدار المعيارية	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة
الوحدة	<---	فقرة ١	٠,٧٥	١,٠٠٠	–	–	–
	<---	فقرة ٢	٠,٦٧	٠,٩٩	٠,١٠	٩,٤٧	٠,٠٠١
	<---	فقرة ٣	٠,٣٨	٠,٣٩	٠,٠٧	٤,٩٦	٠,٠٠١
	<---	فقرة ٤	٠,٨٥	١,١٠	٠,١٠	١٠,٨٤	٠,٠٠١
	<---	فقرة ٥	٠,٨٦	١,١٨	٠,١٠	١١,٨٦	٠,٠٠١
	<---	فقرة ٦	٠,٥٦	٠,٧٠	٠,٠٩	٧,٤٥	٠,٠٠١
	<---	فقرة ٧	٠,٦٠	٠,٨٣	٠,١٠	٨,٣٤	٠,٠٠١
	<---	فقرة ٨	٠,٧٩	١,١٠	٠,١٠	١٠,٤٩	٠,٠٠١

جدول٥: مؤشرات حسن المطابقة لنموذج مقياس الشعور بالوحدة لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي (ن=٢٠٠).

مؤشرات حسن المطابقة	القيمة والتفسير	المدى المثالي للمؤشرات
الاختبار الإحصائي كا٢ χ^2 مستوى دلالة كا٢	٣٦,٠٥ دالة ٠,٠٥	أن تكون قيمة كا٢ غير دالة، وأحيانًا تكون دالة؛ يرجع ذلك إلى حجم العينة.
درجة الحرية DF	٢٠	–
df/ (النسبة بين كا٢ إلى درجة حريتها χ^2	١,٨٠ (ممتاز)	صفر إلى أقل من ٥
(CFI)مؤشر المطابقة المقارن	٠,٩٧ (ممتاز)	من ٠,٩٠ إلى ١
(RMSEA) مؤشر جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب	٠,٠٦ (ممتاز)	من صفر إلى أقل من ٠,٠٨
مؤشر المطابقة التزايدي (IFI)	٠,٩٥ (ممتاز)	من ٠,٩٠ إلى ١
مؤشر تاكر– لويس (TLI)	٠,٩٦ (ممتاز)	من ٠,٩٠ إلى ١
مؤشر جودة المطابقة (GFI)	٠,٩٣ (ممتاز)	من ٠,٩٠ إلى ١

يتضح من خلال جدولي (٤، ٥) أن نتائج التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الأولى تشير إلى أن مقياس الشعور بالوحدة لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي يتمتع بنموذج قياسي ممتاز، وهذا ما أكدته مؤشرات حسن المطابقة، والتي كانت في مداها المثالي، حيث بلغت النسبة بين كا٢ إلى درجة حريتها (١,٨٠)، وكانت قيمة مؤشر المطابقة المقارن (٠,٩٧)، وبلغت قيمة مؤشر جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب (٠,٠٦)، بينما كانت قيمة مؤشر المطابقة التزايدي (٠,٩٥)، كما بلغت قيمة مؤشر تاكر– لويس (٠,٩٦)، وكانت قيمة مؤشر جودة المطابقة (٠,٩٣)، كما تشبعت كل فقرة من فقرات المقياس على العامل العام الخاص بها، كما كانت جميع التشعبات دالة إحصائيًا؛ مما يجعلنا نطمئن إلى مدى صلاحية وملائمة النموذج الحالي في قياس الشعور بالوحدة لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي ، وبالتالي يمكن استخدامه في البيئة السعودية.

–**ثبات مقياس الشعور بالوحدة :** استخدمت الباحثة معامل ألفا لكرونباخ ومعامل ماكدونالد أوميجا ومعامل ثبات التجزئة النصفية لحساب ثبات لمقياس الشعور بالوحدة لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي ، وتم تصحيح معامل ثبات التجزئة النصفية باستخدام معادلتي سبيرمان–براون، وجتمان، ويوضح جدول (٦) قيم معاملات الثبات لمقياس الشعور بالوحدة باستخدام ألفا لكرونباخ ومعامل ماكدونالد أوميجا والتجزئة النصفية للمقياس لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي.

جدول٦ قيم معاملات الثبات لمقياس الشعور بالوحدة باستخدام ألفا لكرونباخ ومعامل ماكدونالد أوميجا والتجزئة النصفية للمقياس لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي (ن=٢٠٠).

المتغير	عدد الفقرات	معامل ألفا لكرونباخ	معامل ماكدونالد أوميجا	معامل ثبات التجزئة النصفية		
				معامل الارتباط بين النصفين	بعد التصحيح بمعادلة سبيرمان – براون	بعد التصحيح بمعادلة جتمان
الدرجة الكلية لمقياس الوحدة	٨	٠,٨٦	٠,٨٤	٠,٨٢	٠,٩٠	٠,٩٠

يتضح من جدول (٦) أن مقياس لمقياس الشعور بالوحدة لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي ثابت سواء بطريقة معامل ألفا لكرونباخ، أو بطريقة التجزئة النصفية للمقياس، مع تصحيح معامل الارتباط بين نصفي المقياس وأبعاده باستخدام "معادلة سبيرمان– براون"، "ومعادلة جتمان"، حيث كانت قيمة معامل ثبات ألفا لكرونباخ للدرجة الكلية للمقياس (٠,٨٦)، بينما كانت قيمة معامل ثبات ماكدونالد أوميجا للدرجة الكلية للمقياس (٠,٨٤)، في حين كانت قيمة معامل ثبات التجزئة النصفية بعد التصحيح بمعادلة "جتمان" للدرجة الكلية للمقياس (٠,٩٠)، أما كانت قيمة معامل ثبات التجزئة النصفية بعد التصحيح بمعادلة "سبيرمان– براون" للدرجة الكلية للمقياس (٠,٩٠)، وتوضح النتائج السابقة أن مقياس الشعور بالوحدة لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي جميعها تتمتع بمعاملات ثبات مرتفعة في الدراسة الحالية، وبالتالي يمكن استخدامه في البيئة السعودية.

٢–مقياس الإجهاد المدرك إعداد (Cohen, 1988)، ترجمة وتقني (Ali et al., 2021)

مقياس الإجهاد المدرك (PSS)، والذي يعتبر من الأكثر المقاييس استخدامًا لقياس الإجهاد المدرك. يتكون المقياس من (10) بنود يقيم المفحوص من خلالها الدرجة التي أدرك بها بأن موقف ما على أنه مجهد خلال الشهر الماضي؛ ويحتوي على بعدين: بعد العجز المدرك (1، 2، 3، 6، 9، 10) وتقيس مشاعر الفرد بعدم السيطرة على ظروفه أو عواطفه أو ردود أفعاله، وبعد الافتقار إلى الكفاءة الذاتية (4، 5، 7، 8) وتقيس عدم قدرة الفرد على التعامل مع المشكلات. وقد تمت صياغة جميع بنود (PSS–10) بشكل سلبي باستثناء البنود (4، 5، 7، 8) والتي تمت صياغتها بشكل إيجابي وتأتي الإجابات على مقياس ليكرت الخماسي حيث (أبدًا= 0، نادرًا=1، أحيانًا= 2، كثيرًا= 3، دائمًا= 4). وتتراوح الدرجة الإجمالية لـ (PPS–10) من (0 إلى 40 درجة) حيث تشير الدرجات الأعلى إلى مستويات أعلى من الإجهاد المدرك؛ وقد بلغت قيمة معامل ألفا كرونباخ في المقياس الأصلي (α= 0.70)؛ في حين بلغ بعد ترجمته وتقنينه على البيئة العربية (α = 0.86)؛ ما يدل على اتساق داخلي مرتفع لمقياس الإجهاد المدرك.

الخصائص السيكومترية لمقياس الإجهاد المدرك في الدراسة الحالية:

–**صدق الاتساق الداخلي** تم التحقق من صدق المقياس بطريقة الاتساق الداخلي عن طريق حساب معاملات ارتباط بيرسون بين كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس (جدول٧)، وبين كل فقرة والبعد الذي تنتمي له (جدول٨)، وكذلك حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس جدول (٩).

DOI: 10.4197/Jcsfs.1-1.2

جدول ٧: يوضح معاملات ارتباط بيرسون بين كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس الإجهاد المدرك لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي (ن= ٢٠٠)

الفقرة	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠
الارتباط	٠,٦٤**	٠,٧٩**	٠,٧١**	٠,٣٩**	٠,٦٣**	٠,٧٠**	٠,٥١**	٠,٦٠**	٠,٦١**	٠,٧٤**

** **معاملات دالة إحصائيًّا عند مستوى الدلالة ٠، ٠١**

تشير النتائج في جدول (٧) إلى أن الدرجة الكلية لمقياس الإجهاد المدرك لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي ارتبطت ارتباطًا دالًا بدرجة كل فقرة من فقرات المقياس؛ حيث كانت قيم معاملات الارتباط دالة إحصائيًا عند مستوي الدلالة**٠,٠١**.

جدول ٨: يوضح معاملات ارتباط بيرسون بين كل فقرة من فقرات مقياس الإجهاد المدرك والبعد الذي تنتمي له لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي (ن=٢٠٠).

بُعد العجز المدرك (٦عبارات)		بُعد الافتقار إلى الكفاءة الذاتية (٤عبارات)	
الفقرة	ر	الفقرة	ر
١	٠,٧١**	٤	٠,٦٠**
٢	٠,٧٩**	٥	٠,٧٦**
٣	٠,٧٩**	٧	٠,٧١**
٦	٠,٧٤**	٨	٠,٧٥**
٩	٠,٧٠**		
١٠	٠,٧٨**		

** **دالة احصائيا عند مستوى الدلالة ٠,٠١.**

يتضح من جدول (٨) أن كل فقرة من فقرات مقياس الإجهاد المدرك لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي ارتبطت ارتباطًا دالًا بدرجة البعد الخاص بالفقرة، وكانت جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيًا عند مستوي **٠,٠١**.

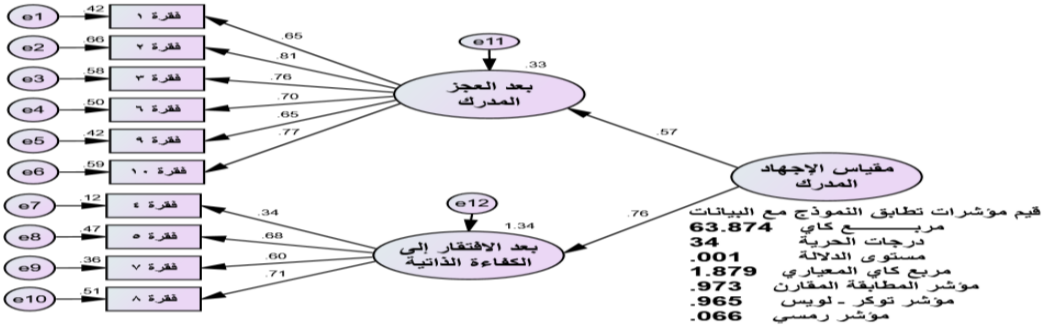
جدول ٩: يوضح معاملات ارتباط بيرسون بين كل بُعد والدرجة الكلية للإجهاد المدرك لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي (ن=٢٠٠).

المتغيرات	بُعد العجز المدرك	بُعد الافتقار إلى الكفاءة الذاتية
ر	٠,٩٣**	٠,٧٦**

**جميع معاملات الارتباط دالة احصائيا عند مستوى الدلالة ٠,٠١

من جدول (٩) يتضح أن كل بُعد من أبعاد مقياس الإجهاد المدرك لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي ارتبط ارتباطًا دالًا بالدرجة الكلية على مقياس الإجهاد المدرك؛ حيث كانت جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوي ٠,٠١. يتضح مما سبق ذكره ووفقاً لما أشارت إليه النتائج في جدول (٧، ٨، ٩) أن الدرجة الكلية لمقياس الإجهاد المدرك لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي ارتبطت ارتباطًا دالًا بدرجة كل فقرة من فقرات المقياس، ودرجة كل فقرة ترتبط ارتباطًا دالًا بدرجة البعد الذي تنتمي إليه، وكذلك ترتبط درجة كل بُعد من أبعاد مقياس الإجهاد المدرك لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي ارتباطًا دالًا بالدرجة الكلية له؛ مما يشير إلى صدق مقياس الإجهاد المدرك لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي عن طريق الاتساق الداخلي؛ ومما يدل على التجانس الداخلي للمقياس، وأنه صالح للاستخدام في البيئة السعودية.

- **الصدق العاملي التوكيدي:** استخدم في الدراسة الحالية الصدق العاملي التوكيدي من الدرجة الثانية؛ للتأكد من الصدق العاملي الاستكشافي الذي استخرجه مُعد مقياس الإجهاد المدرك لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي، ولمعرفة تطابق العوامل المستخرجة (عاملان) التي تم التوصل إليه بناء على الصدق العاملي الاستكشافي مع النموذج المقترح للصدق العاملي التوكيدي لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي، ويوضح ذلك شكل (٢)، وجدولي (١٠، ١١).



شكل ٢: نموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الإجهاد المدرك لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي (ن=٢٠٠).

يتبين من شكل (٢) أن كل عامل من العوامل الكامنة لمقياس الإجهاد المدرك لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي قد تشبعت عليه الفقرات الخاصة به، كما أن مؤشرات حسن المطابقة تقع في المدى المقبول لها، ويمكن توضيح معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية لنموذج مقياس الإجهاد المدرك لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي ودلالتها الإحصائية في جدول (١٠)، بينما يوضح جدول (١١) مؤشرات حسن المطابقة لنموذج مقياس الإجهاد المدرك لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي.

مجلة دراسات الطفولة و علوم الاسرة، م١ع١ ص ص: ٣٨- ٨٤ (٢٠٢٦م)
DOI: 10.4197/Jcsfs.1-1.2

جدول ١٠: معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية ودلالتها الإحصائية لتشبعات الفقرات على العوامل الكامنة لمقياس الإجهاد المدرك لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي (ن= ٢٠٠).

العامل	<---	الفقرة	معاملات الانحدار المعيارية	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة
بُعد العجز المدرك	<---	فقرة ١	٠,٦٥	١,٠٠٠	–	–	–
	<---	فقرة ٢	٠,٨١	١,٣٩	٠,١٥	٩,١١	٠,٠٠١
	<---	فقرة ٣	٠,٧٦	١,٢١	٠,١٣	٨,٩٥	٠,٠٠١
	<---	فقرة ٦	٠,٧٠	١,١٥	٠,١٥	٧,٦١	٠,٠٠١
	<---	فقرة ٩	٠,٦٥	١,٠٠	٠,١٤	٧,٠٩	٠,٠٠١
	<---	فقرة ١٠	٠,٧٧	١,٢٨	٠,١٥	٨,١٢	٠,٠٠١
بُعد الافتقار إلى الكفاءة الذاتية	<---	فقرة ٤	٠,٣٤	١,٠٠٠	–	–	–
	<---	فقرة ٥	٠,٦٨	٢,١٠	٠,٥١	٤,٠٥	٠,٠٠١
	<---	فقرة ٧	٠,٦٠	١,٦٤	٠,٤٣	٣,٨٢	٠,٠٠١
	<---	فقرة ٨	٠,٧١	٢,١٦	٠,٥٧	٣,٨٠	٠,٠٠١

جدول ١١: مؤشرات حسن المطابقة لنموذج مقياس الإجهاد المدرك لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي (ن=٢٠٠).

مؤشرات حسن المطابقة	القيمة والتفسير	المدى المثالي للمؤشرات
الاختبار الإحصائي كا٢ χ^2 مستوى دلالة كا٢	٦٣,٨٧ دالة ٠,٠٠١	أن تكون قيمة كا٢ غير دالة، وأحيانًا تكون دالة؛ يرجع ذلك إلى حجم العينة.
درجة الحرية DF	٣٤	–
/df) (النسبة بين كا٢ χ^2 إلى درجة حريتها	١,٨٧ (ممتاز)	صفر إلى أقل من ٥
(CFI)مؤشر المطابقة المقارن	٠,٩٧ (ممتاز)	من ٠,٩٠ إلى ١
(RMSEA) مؤشر جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب	٠,٠٦ (ممتاز)	من صفر إلى أقل من ٠,٠٨
مؤشر المطابقة التزايدي (IFI)	٠,٩٥(ممتاز)	من ٠,٩٠ إلى ١
مؤشر تاكر- لويس (TLI)	٠,٩٦ (ممتاز)	من ٠,٩٠ إلى ١
مؤشر جودة المطابقة (GFI)	٠,٩٢ (ممتاز)	من ٠,٩٠ إلى ١

يتضح من خلال جدولي (١٠، ١١) أن نتائج التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الثانية تشير إلى أن مقياس الإجهاد المدرك لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي يتمتع بنموذج قياسي ممتاز، وهذا ما أكدته مؤشرات حسن المطابقة، والتي كانت في مداها المثالي، حيث بلغت النسبة بين كا^{2} إلى درجة حريتها (١,٨٧)، وكانت قيمة مؤشر المطابقة المقارن (٠,٩٧)، وبلغت قيمة مؤشر جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب (٠,٠٦)، بينما كانت قيمة مؤشر المطابقة التزايدي (٠,٩٥)، كما بلغت قيمة مؤشر تاكر– لويس (٠,٩٦)، وكانت قيمة مؤشر جودة المطابقة (٠,٩٢)، كما تشعبت كل فقرة من فقرات المقياس على العامل العام الخاص بها، كما كانت جميع التشعبات دالة إحصائيًا؛ مما يجعلنا نطمئن إلى مدى صلاحية وملائمة النموذج الحالي في قياس الإجهاد المدرك لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي ، وبالتالي يمكن استخدامه في البيئة السعودية.

٢-ثبات مقياس الإجهاد المدرك:

استخدمت الباحثة معامل ألفا لكرونباخ ومعامل ماكدونالد أوميجا ومعامل ثبات التجزئة النصفية لحساب ثبات مقياس الإجهاد المدرك وأبعاده لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي، وتم تصحيح معامل ثبات التجزئة النصفية باستخدام معادلتي سبيرمان–براون، وجتمان، ويوضح جدول (١٢) قيم معاملات الثبات لمقياس الإجهاد المدرك وأبعاده باستخدام ألفا لكرونباخ ومعامل ماكدونالد أوميجا والتجزئة النصفية للمقياس لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي .

جدول ١٢ : قيم معاملات الثبات لمقياس الإجهاد المدرك وأبعاده باستخدام ألفا لكرونباخ ومعامل ماكدونالد أوميجا والتجزئة النصفية للمقياس لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي (ن=٢٠٠).

مقياس الإجهاد المدرك وأبعاده	عدد الفقرات	معامل ألفا لكرونباخ	معامل ماكدونالد أوميجا	معامل ثبات التجزئة النصفية		
				معامل الارتباط بين النصفين	بعد التصحيح بمعادلة سبيرمان – براون	بعد التصحيح بمعادلة جتمان
بُعد العجز المدرك	٦	٠,٨٥	٠,٨٣	٠,٦٥	٠,٧٩	٠,٧٩
بُعد الافتقار إلى الكفاءة الذاتية	٤	٠,٦٦	٠,٦٦	٠,٥٩	٠,٧٤	٠,٧٤
الدرجة الكلية لمقياس الإجهاد المدرك	١٠	٠,٨٤	٠,٨٣	٠,٦٧	٠,٨١	٠,٨١

يتضح من جدول (١٢) أن مقياس الإجهاد المدرك، وأيضًا كل بُعد من الأبعاد الخاصة بالمقياس لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي ثابته سواء بطريقة معامل ألفا لكرونباخ، أو بطريقة التجزئة النصفية للمقياس، مع تصحيح معامل الارتباط بين نصفي المقياس وأبعاده باستخدام "معادلة سبيرمان– براون"، "ومعادلة جتمان"، حيث تراوحت معاملات ثبات ألفا لكرونباخ لأبعاد المقياس ما بين (٠,٦٦– ٠,٨٥)، وللدرجة الكلية للمقياس (٠,٨٤)، بينما تراوحت معاملات ثبات ماكدونالد أوميجا ما بين (٠,٦٦– ٠,٨٣)، وللدرجة الكلية للمقياس (٠,٨٣)، في حين تراوحت معاملات ثبات التجزئة النصفية بعد التصحيح بمعادلة "جتمان" ما بين (٠,٧٤– ٠,٧٩)، وللدرجة الكلية للمقياس (٠,٨١)، أما تراوحت معاملات ثبات التجزئة النصفية بعد التصحيح بمعادلة "سبيرمان– براون" (٠,٧٤– ٠,٧٩)، وللدرجة الكلية للمقياس (٠,٨١). وتوضح النتائج السابقة أن مقياس

الإجهاد المدرك وأبعاده لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي جميعها تتمتع بمعاملات ثبات مرتفعة في الدراسة الحالية، وبالتالي يمكن استخدامه في البيئة السعودية.

٣-مقياس رهاب فقدان الهاتف المحمول "النوموفوبيا" من إعداد (Yildirim, 2015)، وترجمة وتقنين (البراشدية والظفيري، 2020) تم تصميم النسخة الأصلية من المقياس من قبل (2015) Yildirim؛ وقد تكون المقياس في نسخته الأصلية من 20 عبارة والتي قسمت وفقًا لنتائج التحليل العاملي على أربعة أبعاد؛ في حين أن نتائج التحليل العاملي للصورة المقننة من المقياس على البيئة العربية خلصت إلى ملائمة المقياس بعد حذف عبارتين ليصبح مكون من 18 عبارة يتم الإجابة عليها وفقا لمقياس ليكرت السباعي، بحيث(1= لا أوافق بشدة، و 7 = أوافق بشدة). وتتراوح الدرجة الإجمالية للمقياس من (20 إلى 140) حيث تشير الدرجات الأعلى إلى مستويات أعلى من الرهاب. كما كشفت نتائج التحليل العاملي عن وجود ثلاثة أبعاد رئيسية وهي بعد الخوف من فقدان الترابط (1، 2، 4، 5، 6، ٧)، بعد الخوف من فقدان التواصل بالآخرين (8، 9، 10، 11، 12، 13)، وبعد الخوف من انقطاع الشبكة (3، 14، 15، ١٦، 17، ١٨). وقد بلغت قيمة معامل ألفا كرونباخ في المقياس الأصلي (α= 0.95) في حين بلغ بعد ترجمته وتقنينه على البيئة العربية (α = 0. 94) مما يدل على اتساق داخلي مرتفع لمقياس النوموفوبيا.

الخصائص السيكومترية لمقياس النوموفوبيا في الدراسة الحالية:

-صدق الاتساق الداخلي تم التحقق من صدق المقياس بطريقة الاتساق الداخلي عن طريق حساب معاملات ارتباط بيرسون بين كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس (جدول١٣)، وبين كل فقرة والبعد الذي تنتمي له (جدول١٤)، وكذلك حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس جدول (١٣). **جدول 13: يوضح معاملات ارتباط بيرسون بين كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس النوموفوبيا لدى عينة من الشبابفي المجتمع السعودي (ن= ٢٠٠)**

. معاملات دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة ٠,٠١**

الفقرة	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠
الارتباط	٠,٦٠**	٠,٥٩**	٠,٦٨**	٠,٥٦**	٠,٦٠**	٠,٥٥**	٠,٦٣**	٠,٧٥**	٠,٧٩**	٠,٦٨**
الفقرة	١١	١٢	١٣	١٤	١٥	١٦	١٧	١٨		
الارتباط	٠,٧١**	٠,٨١**	٠,٧٧**	٠,٧٢**	٠,٧٥**	٠,٥٨**	٠,٥١**	٠,٥٩**		

تشير النتائج في جدول (١٣) إلى أن الدرجة الكلية لمقياس النوموفوبيا لدى لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي ارتبطت ارتباطًا دالًا بدرجة كل فقرة من فقرات المقياس؛ حيث كانت قيم معاملات الارتباط دالة إحصائيًا عند مستوي الدلالة٠,٠١.

جدول 14: يوضح معاملات ارتباط بيرسون بين كل فقرة من فقرات المقياس والبعد الذي تنتمي له لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي *(ن=٢٠٠)*

بُعد الخوف من فقدان الترابط (٦عبارات)		بُعد الخوف من فقدان التواصل بالآخرين (٦عبارات)		بعد الخوف من انقطاع الشبكة (٦عبارات)	
الفقرة	ر	الفقرة	ر	الفقرة	ر
١	٠,٧٤**	٨	٠,٧٤**	٣	٠,٦٦**
٢	٠,٦٨**	٩	٠,٧٩**	١٤	٠,٨٥**
٤	٠,٦٦**	١٠	٠,٨٢**	١٥	٠,٨٥**
٥	٠,٧١**	١١	٠,٨٥**	١٦	٠,٧٦**
٦	٠,٦٦**	١٢	٠,٨٨**	١٧	٠,٧٣**
٧	٠,٧٠**	١٣	٠,٨٣**	١٨	٠,٦٣**

** **دالة احصائيا عند مستوى الدلالة ٠,٠١.**

يتضح من جدول (١٤) أن كل فقرة من فقرات مقياس النوموفوبيا لدى عينة لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي ارتبطت ارتباطًا دالًا بدرجة البعد الخاص بالفقرة، وكانت جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيًا عند مستوي ٠,٠١.

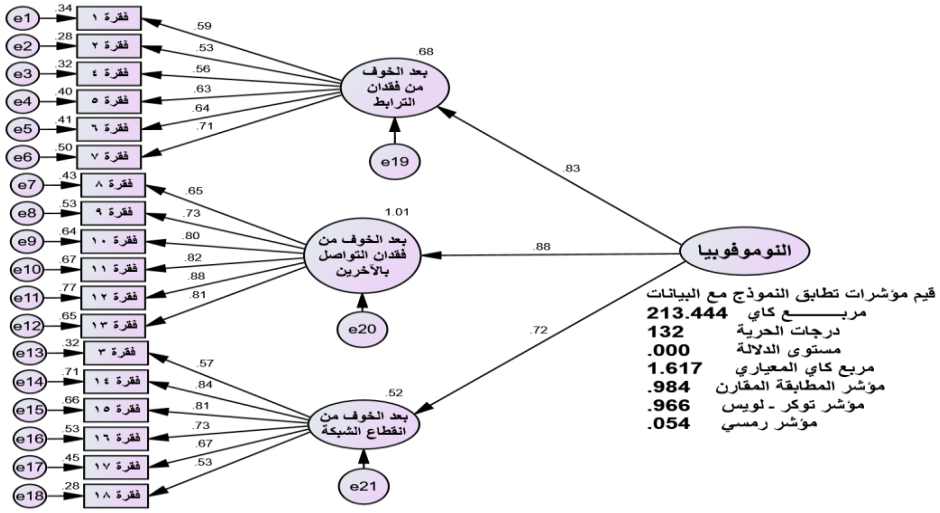
جدول 15: يوضح معاملات ارتباط بيرسون بين كل بُعد والدرجة الكلية لمقياس النوموفوبيا لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي (ن=٢٠٠).

المتغيرات	بُعد الخوف من فقدان الترابط	بُعد الخوف من فقدان التواصل بالآخرين	بعد الخوف من انقطاع الشبكة
ر	٠,٨٥**	٠,٩٢**	٠,٨٦**

جميع معاملات الارتباط دالة احصائيا عند مستوى الدلالة ٠,٠١

من جدول (١٥) يتضح أن كل بّعد من أبعاد مقياس النوموفوبيا لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي ارتبط ارتباطًا دالًا بالدرجة الكلية على مقياس الإجهاد المدرك؛ حيث كانت جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوي ٠,٠١. ويتضح مما سبق ذكره ووفقاً لما أشارت إليه النتائج في جدول (١٣، ١٤، ١٥) أن الدرجة الكلية لمقياس النوموفوبيا لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي ارتبطت ارتباطًا دالًا بدرجة كل فقرة من فقرات المقياس، ودرجة كل فقرة ترتبط ارتباطًا دالًا بدرجة البعد الذي تنتمي إليه، وكذلك ترتبط درجة كل بُعد من أبعاد مقياس النوموفوبيا لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي ارتباطًا دالًا بالدرجة الكلية له؛ مما يشير إلى صدق مقياس النوموفوبيا لدى عينة من الشباب السعودي عن طريق الاتساق الداخلي؛ ومما يدل على التجانس الداخلي للمقياس، وأنه صالح للاستخدام في البيئة السعودية.

- **الصدق العاملي التوكيدي:** استخدم في الدراسة الحالية الصدق العاملي التوكيدي من الدرجة الثانية؛ للتأكد من الصدق العاملي الاستكشافي الذي استخرجه مُعد مقياس النوموفوبيا لدى عينة من الشباب السعودي، ولمعرفة تطابق العوامل المستخرجة (ثلاثة عوامل) التي تم التوصل إليه بناء على الصدق العاملي الاستكشافي مع النموذج المقترح للصدق العاملي التوكيدي لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي، ويوضح ذلك شكل (٣)، وجدولي (١٦، ١٧).



شكل ٣: نموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس النوموفوبيا لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي (ن=٢٠٠).

يتبين من شكل (٣) أن كل عامل من العوامل الكامنة لمقياس النوموفوبيا لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي قد تشبعت عليه الفقرات الخاصة به، كما أن مؤشرات حسن المطابقة تقع في المدى المقبول لها، ويمكن توضيح معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية لنموذج مقياس النوموفوبيا لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي ودلالتها الإحصائية في جدول (١٦)، بينما يوضح جدول (١٧) مؤشرات حسن المطابقة لنموذج مقياس النوموفوبيا لدى عينة من الشباب السعودي.

جدول 16: معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية ودلالتها الإحصائية لتشبعات الفقرات على العوامل الكامنة لمقياس النوموفوبيا لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي (ن= ٢٠٠).

العامل	<---	الفقرة	معاملات الانحدار المعيارية	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة
بُعد الخوف من فقدان الترابط	<---	فقرة ١	٠,٥٩	١,٠٠٠	–	–	–
	<---	فقرة ٢	٠,٥٣	٠,٩٦	٠,١٥	٦,٠٥	٠,٠٠١
	<---	فقرة ٤	٠,٥٦	٠,٨٩	٠,١٤	٦,٣٤	٠,٠٠١
	<---	فقرة ٥	٠,٦٣	١,١٧	٠,١٧	٦,٨٨	٠,٠٠١
	<---	فقرة ٦	٠,٦٤	٠,٨٧	٠,١٢	٦,٩٣	٠,٠٠١
	<---	فقرة ٧	٠,٧١	١,٠٢	٠,١٣	٧,٤٠	٠,٠٠١
بُعد الخوف من فقدان التواصل بالآخرين	<---	فقرة ٨	٠,٦٥	١,٠٠٠	–	–	–
	<---	فقرة ٩	٠,٧٣	١,٠٠	٠,١١	٩,٠٤	٠,٠٠١
	<---	فقرة ١٠	٠,٨٠	١,٠٦	٠,١١	٩,٧٩	٠,٠٠١
	<---	فقرة ١١	٠,٨٢	١,٠٥	٠,١٠	٩,٩٩	٠,٠٠١
	<---	فقرة ١٢	٠,٨٨	١,٢٥	٠,١١	١٠,٥٢	٠,٠٠١
	<---	فقرة ١٣	٠,٨١	١,٠٨	٠,١٠	٩,٨٧	٠,٠٠١
بعد الخوف من انقطاع الشبكة	<---	فقرة ٣	٠,٥٧	١,٠٠٠	–	–	–
	<---	فقرة ١٤	٠,٨٤	١,٥٠	٠,١٨	٨,٢٦	٠,٠٠١
	<---	فقرة ١٥	٠,٨١	١,٤٥	٠,١٧	٨,١١	٠,٠٠١
	<---	فقرة ١٦	٠,٧٣	١,١٩	٠,١٥	٧,٦٢	٠,٠٠١
	<---	فقرة ١٧	٠,٦٧	١,١٢	٠,١٥	٧,٢٢	٠,٠٠١
	<---	فقرة ١٨	٠,٥٣	٠,٨٩	٠,١٤	٦,٠٨	٠,٠٠١

جدول ١٧: مؤشرات حسن المطابقة لنموذج مقياس النوموفوبيا لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي (ن=٢٠٠).

مؤشرات حسن المطابقة		القيمة والتفسير	المدى المثالي للمؤشرات
الاختبار الإحصائي كا٢ مستوى دلالة كا٢	χ^2	٢١٣,٤٤ دالة ٠,٠٠١	أن تكون قيمة كا٢ غير دالة، وأحيانًا تكون دالة؛ يرجع ذلك إلى حجم العينة.
درجة الحرية DF		١٣٢	–
/df) (النسبة بين كا٢ إلى درجة حريتها	χ^2	١,٦١ (ممتاز)	صفر إلى أقل من ٥
(CFI)مؤشر المطابقة المقارن		٠,٩٨ (ممتاز)	من ٠,٩٠ إلى ١
(RMSEA) مؤشر جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب		٠,٠٥ (ممتاز)	من صفر إلى أقل من ٠,٠٨
مؤشر المطابقة التزايدي (IFI)		٠,٩٦(ممتاز)	من ٠,٩٠ إلى ١
مؤشر تاكر– لويس (TLI)		٠,٩٦ (ممتاز)	من ٠,٩٠ إلى ١
مؤشر جودة المطابقة (GFI)		٠,٩٣ (ممتاز)	من ٠,٩٠ إلى ١

يتضــح من خلال جدولي (١٦، ١٧) أن نتائج التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الثانية تشــير إلى أن مقياس النوموفوبيا لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي يتمتع بنموذج قياسي ممتاز، وهذا ما أكدته مؤشرات حسن المطابقة، والتي كانت في مداها المثالي، حيث بلغت النســبة بين كا^{2} إلى درجة حريتها (١,٦١)، وكانت قيمة مؤشــر المطابقة المقارن (٠,٩٨)، وبلغت قيمة مؤشر جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب (٠,٠٥)، بينما كانت قيمة مؤشر المطابقة التزايدي (٠,٩٦)، كما بلغت قيمة مؤشر تاكر– لويس (٠,٩٦)، وكانت قيمة مؤشر جودة المطابقة (٠,٩٣)، كما تشبعت كل فقرة من فقرات المقياس على العامل العام الخاص بها، كما كانت جميع التشبعات دالة إحصـائيًا؛ مما يجعلنا نطمئن إلى مدى صـلاحية وملائمة النموذج الحالي في قياس النوموفوبيا لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي ، وبالتالي يمكن استخدامه في البيئة السعودية.

–ثبات مقياس النوموفوبيا: استخدمت الباحثة معامل ألفا لكرونباخ ومعامل ماكدونالد أوميجا ومعامل ثبات التجزئة النصفية لحساب ثبات مقياس النوموفوبيا وأبعاده لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي ، وتم تصحيح معامل ثبات التجزئة النصفية باستخدام معادلتي سبيرمان–براون، وجتمان، ويوضح جدول (١٨) قيم معاملات الثبات لمقياس النوموفوبيا وأبعاده باستخدام ألفا لكرونباخ ومعامل ماكدونالد أوميجا والتجزئة النصفية للمقياس لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي.

جدول١٨: قيم معاملات الثبات لمقياس النوموفوبيا وأبعاده باستخدام ألفا لكرونباخ ومعامل ماكدونالد أوميجا والتجزئة النصفية للمقياس لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي (ن=٢٠٠).

مقياس النوموفوبيا وأبعاده	عدد الفقرات	معامل ألفا لكرونباخ	معامل ماكدونالد أوميجا	معامل ثبات التجزئة النصفية		
				معامل الارتباط بين النصفين	بعد التصحيح بمعادلة سبيرمان – براون	بعد التصحيح بمعادلة جتمان
بُعد الخوف من فقدان الترابط	٦	٠,٧٨	٠,٧٧	٠,٧١	٠,٨٣	٠,٨٣
بُعد الخوف من فقدان التواصل بالآخرين	٦	٠,٩٠	٠,٨٨	٠,٧٩	٠,٨٩	٠,٨٨
بعد الخوف من انقطاع الشبكة	٦	٠,٨٤	٠,٨٤	٠,٧٢	٠,٨٤	٠,٨٣
الدرجة الكلية لمقياس النوموفوبيا	١٨	٠,٩٢	٠,٩١	٠,٩٢	٠,٩٦	٠,٩٦

يتضح من جدول (١٨) أن مقياس النوموفوبيا، وأيضًا كل بُعد من الأبعاد الخاصة بالمقياس لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي ثابته سواء بطريقة معامل ألفا لكرونباخ، أو بطريقة التجزئة النصفية للمقياس، مع تصحيح معامل الارتباط بين نصفي المقياس وأبعاده باستخدام "معادلة سبيرمان– براون"، "ومعادلة جتمان"، حيث تراوحت معاملات ثبات ألفا لكرونباخ لأبعاد المقياس ما بين (٠,٧٨– ٠,٩٠)، وللدرجة الكلية للمقياس (٠,٩٢)، بينما تراوحت معاملات ثبات ماكدونالد أوميجا ما بين (٠,٧٧– ٠,٨٨)، وللدرجة الكلية للمقياس (٠,٩١)، في حين تراوحت معاملات ثبات التجزئة النصفية بعد

التصحيح بمعادلة "جتمان" ما بين (٠,٨٣- ٠,٨٩)، وللدرجة الكلية للمقياس (٠,٩٦)، أما تراوحت معاملات ثبات التجزئة النصفية بعد التصحيح بمعادلة "سبيرمان- براون" (٠,٨٣- ٠,٨٨)، وللدرجة الكلية للمقياس (٠,٩٦). وتوضح النتائج السابقة أن المقياس وأبعاده جميعها تتمتع بمعاملات ثبات مرتفعة في الدراسة الحالية، وبالتالي يمكن استخدامه في البيئة السعودية.

نتائج الدراسة ومناقشتها:

عرض نتائج التساؤل الأول ومناقشته :ما مستوى الشعور بالوحدة لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي؟"؛ وللتحقق من صحة هذا التساؤل؛ تم إجراء اختبار (ت) للعينة الواحدة One Sample T-test لمعرفة ما إذا كانت توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسط درجات الوحدة لدى عينة الدراسة والمتوسط الفرضي للمقياس، ثم تم تطبيق اختبار "ت" لعينة واحدة للتحقق من دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لإيجاد مستوى الشعور بالوحدة لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي وجدول (٢٠) يوضح هذه النتائج.

جدول ٢٠: مستوى الشعور بالوحدة لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي (ن= ٣١٦).

المتغير	عدد العبارات	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	المستوى	حجم الأثر
الدرجة الكلية للوحدة	٨	١٧,٨٢	٥,٩٠	٢٠	-٦,٥٤	٠,٠٠٠***	منخفض	٠,٣٧

*** دالة إحصائيا عند مستوى دلالة ٠,٠٠١. ٠,٢٠ < ٠,٤٩ تأثير ضعيف

يتبين من جدول (٢٠) وجود مستوى منخفض من الشعور بالوحدة لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي؛ حيث كان المتوسط الحسابي لأفراد العينة على الوحدة ككل (١٧,٨٢)، وهو أقل من المتوسط الفرضي (٢٠) للوحدة، وأن قيمة "ت" لأفراد العينة بلغت (-٦,٥٤)، وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (٠,٠٠١)، كما بلغت قيمة حجم الأثر للوحدة (٠,٣٧)، وهي قيمة تدل على أن حجم الأثر ضعيف.وقد اتفقت هذه النتيجة مع نتائج دراسة (Santl et al. 2022) والتي أظهرت وجود مستوى أقل من المتوسط في الشعور بالوحدة لدى عينة من الطلاب والطلبة التي تتراوح أعمارهم ما بين (١٨- ٤٢) ولكنها اختلفت مع نتائج دراسة عبد الوهاب (٢٠٢١) على عينة من طلاب الجامعة والتي أظهرت وجود مستوى متوسط للشعور بالوحدة النفسية . و دراسة العتيق (Alateeq et al., 2022) التي أظهرت وجود مستوى مرتفع من الشعور بالوحدة بين طالبات الجامعة . وتعزو الباحثتين انخفاض مستوى الشعور بالوحدة لدى عينة الدراسة إلى أنهم يتمتعون بدرجة جيدة من الاندماج الاجتماعي والدعم الأسري والعلاقات الإيجابية داخل بيئتهم الاجتماعية. بالأضافة إلى ذلك أن المجتمع السعودي يتميز بطبيعة جماعية ترتكز على الترابط الأسري القوي والتواصل الاجتماعي المستمر، كما أن انتشار القيم الدينية والروابط المجتمعية يسهم في تعزيز الإحساس بالانتماء والطمأنينة، ويُعد عاملاً واقيًا ضد الشعور بالوحدة النفسية.

عرض نتائج التساؤل الثاني ومناقشته:"ما مستوى الإجهاد المدرك لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي؟"؛ وللتحقق من صحة هذا التساؤل؛ تم إجراء اختبار (ت) للعينة الواحدة One Sample T-test لمعرفة ما إذا كانت توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسط درجات الإجهاد المدرك وأبعاده لدى عينة الدراسة والمتوسط الفرضي للمقياس، ثم تم تطبيق اختبار "ت"

لعينة واحدة للتحقق من دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لإيجاد مستوى الإجهاد المدرك وأبعاده لدى عينة من الشباب في السعودية وجدول (٢١) يوضح هذه النتائج.

'جهاد المدرك وأبعاده لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي (ن= ٣١٦).

المتغير	عدد العبارات	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	المستوى	حجم الأثر
بعد العجز المدرك	٦	١٢,٤٣	٤,٩٩	١٢	١,٥٣	NS٠,١٢	متوسط	٠,٠٠
بعد الافتقار إلى الكفاءة الذاتية	٤	٧,١٩	٣,٠٢	٨	٤,٧٩-	٠,٠٠٠***	منخفض	٠,٢٧
الدرجة الكلية للإجهاد المدرك	١٠	١٩,٦٢	٦,٦٤	٢٠	١,٠٢-	NS٠,٣١	متوسط	٠,٠٠

NS غير دالة إحصائيًا. *** دالة إحصائيا عند مستوى دلالة ٠,٠٠١. ٠,٢٠ < ٠,٤٩ تأثير ضعيف

يتبين من جدول (٢١) وجود مستوى متوسط من الإجهاد المدرك ككل وبعد العجز المدرك لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي؛ حيث كان المتوسط الحسابي لأفراد العينة على الإجهاد المدرك ككل وبعد العجز المدرك (١٩,٦٢، ١٢,٤٣) على التوالي، وهو يساوي تقريبًا المتوسط الفرضي (٢٠) للإجهاد المدرك ككل، و(١٢) لبعد العجز المدرك، وأن قيم "ت" لأفراد العينة بلغت (-١,٠٢، ١,٥٣) للإجهاد المدرك ككل وبعد العجز المدرك على التوالي، وهي قيم غير دالة إحصائيًّا، بينما يوجد مستوى منخفض من بعد الافتقار إلى الكفاءة الذاتية؛ حيث كان المتوسط الحسابي لأفراد العينة (٧,١٩)، وهو أقل من المتوسط الفرضي (٨)، وأن قيمة "ت" لأفراد العينة بلغت (-٤,٧٩)، وهي قيمة دالة إحصائيًّا عند مستوى (٠,٠٠١)، كما بلغت قيمة حجم الأثر لبُعد الافتقار إلى الكفاءة الذاتية (٠,٢٧)، وهي قيمة تدل على أن حجم الأثر ضعيف.و قد اختلفت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (Santl et al. 2022) التي أظهرت نتائجها وجود مستوى منخفض من الضغوط لدى عينة من طالب وطالبة تتراوح أعمارهم ما بين (١٨- ٤٢) سنة ويمكن تفسير ظهور مستوى متوسط من الإجهاد المدرك بوجه عام، ومن بعد العجز المدرك بوجه خاص، لدى عينة الدراسة ، في ضوء التوازن النسبي بين مصادر الضغوط النفسية والاجتماعية من جهة، والموارد الشخصية والاجتماعية المتاحة للتكيف من جهة أخرى. فالشباب في هذه المرحلة العمرية يواجهون جملة من الضغوط المرتبطة بالدراسة أو العمل أو العلاقات الاجتماعية أو متطلبات الاستقلال والنجاح، إلا أنهم في الوقت ذاته يمتلكون قدرًا من المرونة النفسية والدعم الأسري والاجتماعي الذي يُسهم في تخفيف حدة تلك الضغوط، مما يجعل مستوى الإجهاد المدرك في الإطار المتوسط وليس المرتفع. ووفقًا لنظرية (Lazarus & Folkman,1984)في التعامل مع الضغوط، فإن إدراك الفرد للموقف الضاغط وتقييمه المعرفي له هو الذي يحدد مستوى الإجهاد أكثر من طبيعة الحدث نفسه. وهذه ما أكده(Kapur ,2024).

- **عرض نتائج التساؤل الثالث ومناقشته :"ما مستوى النوموفوبيا لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي ؟"**؛ وللتحقق من صحة هذا التساؤل؛ تم إجراء اختبار (ت) للعينة الواحدة One Sample T-test لمعرفة ما إذا كانت توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسط درجات النوموفوبيا وأبعاده لدى عينة الدراسة والمتوسط الفرضي للمقياس، ثم تم تطبيق اختبار "ت" لعينة

واحدة للتحقق من دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لإيجاد مستوى النوموفوبيا وأبعاده لدى عينة من الشباب في السعودية وجدول (٢٢) يوضح هذه النتائج.

جدول ٢٢: مستوى النوموفوبيا وأبعاده لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي (ن= ٣١٦).

المتغير	عدد العبارات	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	المستوى	حجم الأثر
بعد الخوف من فقدان الترابط	٦	٢٧,٢٤	٨,٠٧	٢٤	٧,١٤	٠,٠٠٠***	مرتفع	٠,٤٠
بعد الخوف من فقدان التواصل بالآخرين	٦	٢٧,٨٢	٩,٢١	٢٤	٧,٣٦	٠,٠٠٠***	مرتفع	٠,٤١
بعد الخوف من انقطاع الشبكة	٦	٢٢,٢٢	٨,٩٨	٢٤	-٣,٥٢	٠,٠٠٠***	منخفض	٠,٢١
الدرجة الكلية للنوموفوبيا	١٨	٧٧,٢٨	٢٣,٤٧	٧٢	٣,٩٩	٠,٠٠٠***	مرتفع	٠,٢٣

***** دالة إحصائيا عند مستوى دلالة ٠,٠٠١. ٠,٢٠ < ٠,٤٩ تأثير ضعيف**

يتبين من جدول (٢٢) وجود مستوى مرتفع من النوموفوبيا وأبعاده ماعدا بعد الخوف من انقطاع الشبكة لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي؛ حيث كان المتوسط الحسابي لأفراد العينة على النوموفوبيا ككل وبعد الخوف من فقدان الترابط وبعد الخوف من فقدان التواصل بالآخرين (٧٧,٢٨، ٢٧,٢٤، ٢٧,٨٢) على التوالي، وهو أعلى من المتوسط الفرضي (٧٢) للنوموفوبيا ككل، و(٢٤) للأبعاد، وأن قيم "ت" لأفراد العينة بلغت (٣,٩٩، ٧,١٤، ٧,٣٦) للدرجة الكلية للنوموفوبيا وبعد الخوف من فقدان الترابط وبعد الخوف من فقدان التواصل بالآخرين على التوالي، وهي قيم دالة إحصائيًّا عند مستوى (٠,٠٠١)، بينما يوجد مستوى منخفض من بعد الخوف من انقطاع الشبكة؛ حيث كان المتوسط الحسابي لأفراد العينة (٢٢,٢٢)، وهو أقل من المتوسط الفرضي (٢٤)، وأن قيمة "ت" لأفراد العينة بلغت (-٣,٥٢)، وهي قيمة دالة إحصائيًّا عند مستوى (٠,٠٠١)، كما بلغت قيمة حجم الأثر للدرجة الكلية للنوموفوبيا وبعد الخوف من فقدان الترابط وبعد الخوف من فقدان التواصل بالآخرين وبعد الخوف من انقطاع الشبكة (٠,٢٣، ٠,٤٠، ٠,٤١، ٠,٢١) على التوالي، وهي قيم تدل على أن حجم الأثر ضعيف.وقد اتفقت هذه النتيجة مع نتائج دراسة (Santl et al. 2022) على عينة من طلبة الجامعة، ممن تتراوح أعمارهم ما بين (١٨- ٤٢) سنة. وقد أظهرت نتائجها وجود مستوى مرتفع من النوموفوبيا ولكنها اختلفت مع نتائج دراسة كل من (Anggoro and Handiyani ,2022) التي اظهرت نتائجها وجود مستوى متوسط من النوموفوبيا لدى عينة من الممرضين والممرضات ممن تراوحت أعمارهم بين ٢٦- ٥٦ عام و دراسة (Amiri and Thaghinejad ,2022) والتي أظهرت نتائجها ايضًا وجود مستوى نوموفوبيا متوسط بين الطلبة التي تراوحت أعمارهم بين ١٨ و ٤٠ عام. و اختلفت جزئيًا مع نتائج دراسة(Aldhahir et al., 2023) على طلبة الجامعة. و التي أظهرت أن مستويات النوموفوبيا تراوحت بين مستويات خفيفة ومتوسطة، و دراسة (Valenti et al. 2024) على الجنسين،ممن تتراوح أعمارهم بين ١٨ و ٦٧ والتي أوضحت أن مستوى النوموفوبيا كان معتدلًا بين الأفراد ، ويشير ارتفاع مستوى النوموفوبيا لدى عينة الدراسة إلى الارتباط القوي الذي بات قائمًا بين الفرد ووسائل الاتصال الرقمية، بوصفها جزءًا أساسيًا من الحياة اليومية والدراسة والعمل والتواصل الاجتماعي. ويُضاف إلى

ذلك أن غالبية الشباب يقضون ساعات طويلة على تطبيقات التواصل الاجتماعي التي تُشكل بيئة للتفاعل والتعبير عن الذات، مما يعزز الخوف من الانفصال الرقمي أو فقدان الوصول لهذه المنصات. وفيما يتعلق بكون جميع الأبعاد مرتفعة ما عدا بعد الخوف من انقطاع الشبكة، فيمكن تفسير ذلك بأن البنية التحتية الرقمية في السعودية تُعد من الأكثر تطورًا واستقرارًا عالميًا، حيث تتوافر شبكات اتصال سريعة ومستقرة، ما يقلل القلق المرتبط بهذا الجانب تحديدًا.

- عرض نتائج التساؤل الرابع ومناقشته:"هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات الشعور بالوحدة لدى عينة من الشباب في السعودي تعزي للحالة الاجتماعية (أعزب/ متزوج)؟"؛ للإجابة على هذا التساؤل؛ تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين للكشف عما إذا كانت هنالك فروق في متوسط درجات الوحدة لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية (أعزب/ متزوج)، كما في جدول (٢٣).

جدول 23: تائج اختبار "ت" لعينتين مستقلتين لتحديد دلالة الفروق في الوحدة تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية (أعزب/ متزوج) لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي (ن= ٣١٦).

المتغيرات		المجموعة	العدد	كليمنجروف سميرنوف P value	اختبار ليفين P value	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوي الدلالة	حجم الأثر
الشعور بالوحدة ككل	الحالة الاجتماعية	أعزب	٢٠٨	٠,٠٠٠	٠,٠٠٤	١٨,٣٣	٦,٠٨	٣١٤	٢,١٨	٠,٠٣*	٠,٢٠
		متزوج	١٠٨	٠,٠٠٠		١٦,٨٦	٥,٤٤				

*** دالة عند مستوى دلالة ٠,٠٥ ٠,٢٠ < ٠,٤٩ تأثير ضعيف.**

يتضح من جدول (٢٣) أن نتائج اختبار "ت "لعينتين مستقلتين قد أظهرت **وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفقًا لمتغير الحالة الاجتماعية (أعزب/ متزوج) في الشعور بالوحدة لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي**؛ حيث كانت قيمة "ت" (٢,١٨)، وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، **وكانت الفروق في اتجاه الحالة الاجتماعية أعزب**؛ حيث متوسط درجات الحالة الاجتماعية أعزب أعلى من متوسط درجات الحالة الاجتماعية متزوج على الشعور بالوحدة ككل، كما بلغت قيمة حجم الأثر للدرجة الكلية للوحدة (٠,٢٠)، وهي قيمة تدل على أن حجم الأثر ضعيف. وقد اتفقت هذه النتيجة مع نتائج دراسة العتيق (Alateeq et al., 2022) على عينة من الطالبات الجامعة في الرياض، ممن تبلغ أعمارهن ١٨ عامًا فأكثر. وقد أظهرت النتائج أن الطالبات المتزوجات كن أقل شعورًا بالوحدة مقارنة بالطالبات غير المتزوجات. ودراسة (Barjakova et al. 2023) التي اعتمدت على مراجعة العوامل المسببة للوحدة. تم مراجعة (١٠٩) دراسة سابقة، والتي أظهرت أن غير المتزوجين، المطلقين، والأرامل يشعرون بالوحدة أكثر مقارنة بالمتزوجين ودراسة (Bonsaksen et al. 2023) على عينة من الراشدين والتي أظهرت أن مستويات الشعور بالوحدة أعلى لدى الأفراد غير المتزوجين مقارنة بالمتزوجين.

وتفسر الباحثتين هذه النتيجة أن الأفراد غير المتزوجين (العُزّاب) يعانون من مستويات أعلى من الشعور بالوحدة مقارنة بالمتزوجين، حيث أن الأفراد المتزوجين يتمتعون عادةً بشبكة دعم اجتماعي وعاطفي مستقرة، فالعلاقة الزوجية تُشكل مصدرًا رئيسيًا للأمان النفسي والتواصل والمشاركة الوجدانية، مما يُسهم في تقليل الإحساس بالعزلة أو الانفصال الاجتماعي. كما أن وجود شريك حياة يُلبي حاجات الفرد إلى الانتماء والتقدير والمساندة، وهي احتياجات أساسية في خفض الشعور بالوحدة. أما الأعزب، فقد يفتقر إلى مثل هذا الدعم العاطفي المباشر.

عرض نتائج التساؤل الخامس ومناقشته:"هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات الإجهاد المدرك لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي تعزي للحالة الاجتماعية (أعزب/ متزوج)؟"؛ للإجابة على هذا التساؤل؛ تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين للكشف عما إذا كانت هنالك فروق في متوسط درجات الإجهاد المدرك وأبعاده لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية (أعزب/ متزوج)، كما في جدول (٢٤).

جدول 24: نتائج اختبار "ت" لعينتين مستقلتين لتحديد دلالة الفروق في الإجهاد المدرك وأبعاده تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية (أعزب/ متزوج) لدى عينة من الشباب في السعودية (ن= ٣١٦).

المتغيرات		المجموعة	العدد	كليمنجروف سميرنوف P value	اختبار ليفين P value	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوي الدلالة	حجم الأثر
بعد العجز المدرك	الحالة الاجتماعية	أعزب	٢٠٨	٠,٠٠	٠,٠٥٤	١٣,٠١	٤,٩٨	٣١٤	٢,٩٥	٠,٠٠٣**	٠,٢٢
		متزوج	١٠٨	٠,٠٠		١١,٣٠	٤,٨٣				
بعد الافتقار إلى الكفاءة الذاتية	الحالة الاجتماعية	أعزب	٢٠٨	٠,٠٠	٠,٤٨	٧,٣٢	٣,٠٢	٣١٤	١,٠٧	٠,٢٩ NS	غير دال
		متزوج	١٠٨	٠,٠٠		٦,٩٣	٣,٠١				
الإجهاد المدرك ككل	الحالة الاجتماعية	أعزب	٢٠٨	٠,٠٠	٠,١٢	٢٠,٣٣	٦,٧٢	٣١٤	٢,٧٤	٠,٠٠٨**	٠,٢١
		متزوج	١٠٨	٠,٠٠		١٨,٢٤	٦,٢٧				

NS غير دالة إحصائيًا ** دالة عند مستوى دلالة ٠,٠١ ٠,٢٠ < ٠,٤٩ تأثير ضعيف

يتضح من جدول (٢٤) أن نتائج اختبار "ت "لعينتين مستقلتين قد أظهرت **وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفقًا لمتغير الحالة الاجتماعية (أعزب/ متزوج) في الإجهاد المدرك وأبعاده ماعدا بعد الافتقار إلى الكفاءة الذاتية لدى عينة من الشباب في السعودية؛** حيث كانت قيم "ت" لبعد العجز المدرك والإجهاد المدرك ككل (٢,٩٥، ٢,٧٤) على التوالي، وهي قيم دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (٠,٠١)،

وكانت الفروق في اتجاه الحالة الاجتماعية أعزب :

حيث متوسط درجات الحالة الاجتماعية أعزب أعلى من متوسط درجات الحالة الاجتماعية متزوج على بعد العجز المدرك والإجهاد المدرك ككل، كما بلغت قيمة حجم الأثر للدرجة الكلية للإجهاد المدرك وبعد العجز المدرك (٠,٢٢، ٠,٢١) على التوالي، وهي قيم تدل على أن حجم الأثر ضعيف، بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية وفقًا لمتغير الحالة الاجتماعية (أعزب/ متزوج) في بعد الافتقار إلى الكفاءة الذاتية لدى عينة من الشباب في السعودية؛ حيث كانت قيمة "ت" (١,٠٧)، وهي قيمة غير دالة إحصائيًا. وقد اتفقت هذه النتيجة مع نتائج دراسة خلف (٢٠٢٣) على عينة من طلبة الجامعة وبينت النتائج أن غير المتزوجين يعانون من ضغوط نفسية أكثر من المتزوجين؛ ولكنها اختلفت مع نتائج دراسة (Elamin et al., 2024) على عينة من طلبة الجامعة أيضًا. والتي أظهرت نتائجها عدم وجود فروق دالة إحصائيًا في متوسط درجات الضغوط النفسية لدى أفراد العينة والتي تعزى للحالة الاجتماعية. يمكن تفسير هذه النتيجة بأن الحالة الاجتماعية تُعد من العوامل النفسية والاجتماعية المؤثرة في إدراك الضغوط وطريقة التعامل معها. فالأفراد العُزّاب يعانون من ضغوط من نوع مختلف، مثل القلق من المستقبل، أو الشعور بعدم الاستقرار، أو العزلة الاجتماعية، وهي غالبًا أكثر في حدتها أو تختلف في طبيعتها عن الضغوط المتعددة التي يواجها المتزوجون. وبالنسبة لعدم وجود فروق دالة في بعد الافتقار إلى الكفاءة الذاتية فيمكن تفسيره بأن الإحساس بالكفاءة الذاتية سمة شخصية مستقرة نسبيًا لا تتأثر كثيرًا بالحالة الاجتماعية، بل تعتمد على خبرات الفرد السابقة في النجاح أو الفشل وقدرته على التحكم في المواقف الضاغطة. فسواء كان الفرد متزوجًا أو أعزب، فإن تقديره لقدرته على مواجهة المواقف الصعبة يظل نابعًا من تجارب ذاتية وسمات شخصية أكثر من كونه متغيرًا اجتماعيًا.

- عرض نتائج التساؤل السادس ومناقشته:"هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات النوموفوبيا لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي تعزي للحالة الاجتماعية (أعزب/ متزوج)؟

"؛ للإجابة على هذا التساؤل؛ تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين للكشف عما إذا كانت هنالك فروق في متوسط درجات النوموفوبيا وأبعاده لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية (أعزب/ متزوج)، كما في جدول (٢٥).

جدول 25: نتائج اختبار "ت" لعينتين مستقلتين لتحديد دلالة الفروق في النوموفوبيا وأبعاده تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية (أعزب/ متزوج) لدى عينة من الشباب في السعودية (ن= ٣١٦)

المتغيرات		المجموعة	العدد	كليمنجر وف سميرنوف P value	اختبار ليفين P value	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوي الدلالة	حجم الأثر
بعد الخوف من فقدان التواصل بالآخرين	الحالة الاجتماعية	أعزب	٢٠٨	٠,٠٠	٠,٠٠	٢٦,٨٣	٨,٦٥	٣١٤	١,٢٤	٠,٢ NS	٠,٠٠
		متزوج	١٠٨	٠,٠٠		٢٨,٠٢	٦,٧٩				
بعد الخوف من فقدان التواصل بالآخرين	الحالة الاجتماعية	أعزب	٢٠٨	٠,٠٠	٠,٠٤	٢٧,٢٤	٩,٧٥	٣١٤	١,٦٥	٠,١ NS	٠,٠٠
		متزوج	١٠٨	٠,٠٠		٢٨,٩٣	٨,٠٢				
بعد الخوف من انقطاع الشبكة	الحالة الاجتماعية	أعزب	٢٠٨	٠,٠٠		٢١,٨٨	٩,٤٦				
		متزوج	١٠٨	٠,٠٠	٠,٠٧	٢٢,٨٧	٧,٩٩	٣١٤	٠,٩٨	٠,٣ NS	٠,٠٠
النوم وفوبيا ككل	الحالة الاجتماعية	أعزب	٢٠٨	٠,٠٠	٠,٠١	٧٥,٩٦	٢٥,١٢	٣١٤	١,٥٠	٠,١ NS	٠,٠٠
		متزوج	١٠٨	٠,٠٠		٧٩,٨٢	١٩,٧٧				

NS غير دالة إحصائيًا.

يتضح من جدول (٢٥) أن نتائج اختبار "ت "لعينتين مستقلتين قد أظهرت **عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفقًا لمتغير الحالة الاجتماعية (أعزب/ متزوج) في النوموفوبيا وأبعاده لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي**؛ حيث كانت قيم "ت" لبعد الخوف من فقدان الترابط وبعد الخوف من فقدان التواصل بالآخرين وبعد الخوف من انقطاع الشبكة والنوموفوبيا ككل (١,٢٤، ١,٦٥، ٠,٩٨، ١,٥٠) على التوالي، وهي قيم غير دالة إحصائيًا. وقد اتفقت هذه النتيجة مع نتائج دراسة Anggoro) (and Handiyani ,2022 على عينة من الممرضين والممرضات. ممن تراوحت أعمارهم بين 56 –26 عام. وأظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات النوموفوبيا تعزى إلى الحالة الاجتماعية. ودراسة Aldhahir (et al., 2023) على عينة من طلبة الجامعة. والتي أظهرت نتائجها أيضًا عدم وجود فروق دالة إحصائيًا في متوسط درجات النوموفوبيا بين الطلبة المتزوجين وغير المتزوجين. ولكنها اختلفت مع نتائج دراسة (Al-Mamun et al. 2023) على عينة من طلبة الجامعة وقد أظهرت وجود فروق دالة إحصائيًا في متوسط درجات النوموفوبيا بين الطلبة المتزوجين وغير المتزوجين، وذلك في اتجاه الطلبة المتزوجين. ويمكن تفسير ذلك بأن الهواتف الذكية جزءًا أساسيًا من نمط الحياة اليومي لكافة فئات الشباب، بغضّ النظر عن حالتهم الاجتماعية، إذ تُستخدم في مجالات التعليم، والعمل، والتسوق، والترفيه، والتواصل الاجتماعي. وهذا الانتشار الواسع للتكنولوجيا جعل استخدام الهاتف الذكي سلوكًا عامًا وشبه موحد لا يختلف كثيرًا بين الأعزب والمتزوج، مما يقلل من احتمالية ظهور فروق ذات دلالة إحصائية.

– **عرض نتائج التساؤل العاشر ومناقشته :هل يتوسط الشعور بالوحدة العلاقة بين الإجهاد المدرك و النوموفوبيا لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي؟**"؛ وللتحقق من صحة هذا التساؤل العاشر أمكن استخدام تحليل المسار باستخدام برنامج الأموسAmos v26 "Spss" IBM، والذي يعتمد على نظرية نمذجة المعادلات البنائية، والتي من ضمنها اختبار العلاقات السببية وتحليلات المسار والانحدار، ومن هذا المنطلق بهدف الاجابة على هذا التساؤل تعرُّف التأثير المباشر وغير المباشر بين الإجهاد المدرك (متغير مستقل) الشعور بالوحدة (متغير وسيط) النوموفوبيا (متغير تابع) لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي، وقبل إجراء تحليل المسار تم استخدام معامل ارتباط بيرسون؛ للتعرف على مصفوفة معاملات الارتباط بين متغيرات الدراسة الحالية بعضها ببعض؛ لأن من شروط إجراء تحليل المسار وجود علاقات ارتباطية بين المتغيرات بعضها ببعض، ويوضح جدول (٢٦) مصفوفة معاملات الارتباط بين متغيرات الدراسة الحالية لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي.

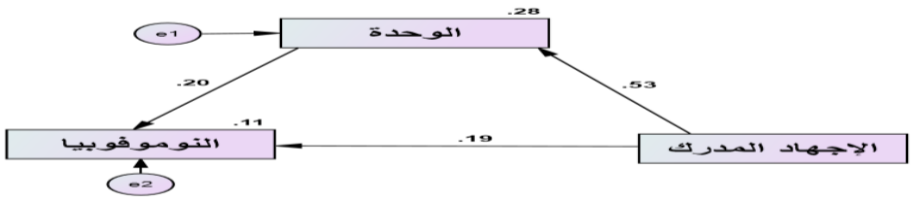
جدول ٢٦

معاملات الارتباط بين الإجهاد المدرك والشعور بالوحدة والنوموفوبيا لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي (ن= ٣١٦).

المتغيرات	بعد العجز المدرك	بعد الافتقار إلى الكفاءة الذاتية	الإجهاد المدرك ككل	الدرجة الكلية للوحدة
بعد الخوف من فقدان الترابط	٠,٣١**	٠,٠٥	٠,٢٥**	٠,٣٠**
بعد الخوف من فقدان التواصل بالآخرين	٠,٢٥**	٠,٠٩	٠,٢٣**	٠,٢٢**
بعد الخوف من انقطاع الشبكة	٠,٢٨**	٠,١٩**	٠,٣٠**	٠,٢٨**
الدرجة الكلية للنوموفوبيا	٠,٣١**	٠,١٢*	٠,٢٩**	٠,٣٠**
الدرجة الكلية للوحدة	٠,٥٠**	٠,٣٥**	٠,٥٣**	١

**** دالة عند مستوى ٠,٠١.** *** دالة عند مستوى ٠,٠٥.**

يتضح من جدول (٢٥) **وجود ارتباط دال إحصائيًا بين المتغير المستقل (الإجهاد المدرك ككل) ، والمتغير الوسيط) الشعور بالوحدة ككل)، والمتغير التابع (النوموفوبيا ككل) لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي**، وبناء على ذلك تم اختبار صحة النموذج المقترح؛ للتحقق من التأثيرات المباشرة وغير المباشرة من خلال البيانات التي أمكن جمعها لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي، ويوضح شكل (٤) نموذج تحليل المسار.



شكل ٤ النموذج المقترح للتأثير المباشر وغير المباشر للإجهاد المدرك والشعور بالوحدة والنوموفوبيا لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي (ن= ٣١٦).

يتضح من قيم معاملات المسار كما في الشكل (٤) وجود تأثيرًات مباشرة بين الإجهاد المدرك والشعور بالوحدة، ووجود تأثير مباشر بين الإجهاد المدرك والنوموفوبيا، وبين الشعور بالوحدة والنوموفوبيا لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي، ويوضح جدول (٣١) التأثيرات المباشرة وغير المباشرة ودلالتها الإحصائية في النموذج المقترح بين متغيرات الدراسة لدى عينة من الشباب في المجتمع

السعودية.

جدول ٢٧ التأثير المباشر وغير المباشر ودلالتها الإحصائية في النموذج المقترح بين متغيرات الدراسة لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي (ن=٣١٦).

المسارات			نوع التأثير	معاملات الانحدار المعيارية	معاملات الانحدار اللامعيارية	مستوى الدلالة
الإجهاد المدرك	<---	الشعور بالوحدة	مباشر	٠,٥٣	٠,٤٧	٠,٠٠١
	<---	النوموفوبيا	مباشر	٠,١٩	٠,٦٥	٠,٠١
			غير مباشر	٠,١٠	٠,٣٧	٠,٠٥
			المجموع	٠,٢٩	١,٠٢	٠٠٠
الشعور بالوحدة	<---	النوموفوبيا	مباشر	٠,٢٠	٠,٧٨	٠,٠١

يتضح من جدول (٢٧) **وجود تأثير مباشر موجب دال إحصائيًا بين الإجهاد المدرك و الشعور بالوحدة لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي**، أي أن كلما زادت درجة الإجهاد المدرك زادت درجة الشعور بالوحدة والعكس صحيح؛ حيث كانت نسبة التأثير المباشر (٠,٥٣)، وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠٠١)، كما يوجد تأثير مباشر موجب بين الإجهاد المدرك و النوموفوبيا لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي، أي أن كلما زادت درجة الإجهاد المدرك زادت درجة النوموفوبيا والعكس صحيح ؛ حيث كانت نسبة التأثير المباشر (٠,١٩)، وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١)، **كذلك**

يوجد تأثير مباشر موجب دال إحصائيًا بين الشعور بالوحدة و النوموفوبيا لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي، أي أن كلما زادت درجة الشعور بالوحدة زادت درجة النوموفوبيا والعكس صحيح؛ حيث كانت قيمة معامل التأثير المباشر (٠,٢٠)، وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١).كما يتبين من جدول (٢٧) وجود تأثير غير مباشر موجب دال إحصائيًا بين الإجهاد المدرك و النوموفوبيا لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي من خلال الشعور بالوحدة؛ حيث كانت قيمة التأثير غير المباشر (٠,١٠)، وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (٠,٠٥)، أي أن متغير الشعور بالوحدة ضعف العلاقة بين الإجهاد المدرك و النوموفوبيا لدى عينة من الشباب المجتمع السعودي ؛ لأن قيمة التأثير غير المباشر بين الإجهاد المدرك و النوموفوبيا في حالة وجود الشعور بالوحدة وهي (٠,١٠) أقل من قيمة التأثير المباشر بين الإجهاد المدرك و النوموفوبيا وهي (٠,١٩)، وبذلك يكون إجمالي نسبة التأثيرات الدالة إحصائيًا للإجهاد المدرك على النوموفوبيا ٢٩%؛ مما يعني أن ١٠% من العوامل المساهمة في النوموفوبيا لدى عينة من الشباب المجتمع السعودي ترجع إلى الشعور بالوحدة، كما أن الشعور بالوحدة ضعفت هذا الاسهام بنسبة ١٠%، وبالتالي **فإن متغير الشعور بالوحدة يتوسط العلاقة بين الإجهاد المدرك و النوموفوبيا لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي** ؛ فقد كان نوع الوساطة جزئية؛ لأن التأثير المباشر بين الإجهاد المدرك و النوموفوبيا لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي في حالة وجود الشعور بالوحدة دالة إحصائيًا. واتفقت هذه النتيجة مع نتائج دراسة ((Nguyen et al. 2022 حيث أظهرت النتائج وجود ارتباط إيجابي بين الإجهاد المدرك والوحدة، وكذلك بين الوحدة والنوموفوبيا، كما كشفت النتائج عن وجود تأثير مباشر وإيجابي بين الإجهاد المدرك والنوموفوبيا. بالإضافة إلى ذلك، أظهرت النتائج أن الوحدة تلعب دورًا وسيطًا جزئيًا في العلاقة بين الإجهاد والنوموفوبيا. ودراسة Zhao (et al. 2021) على عينة من طلبة حيث أظهرت أهم النتائج وجود ارتباط إيجابي ودال بين الإجهاد المدرك والاستخدام الأجهزة الذكية، بوساطة جزئية للدعم الاجتماعي عبر الانترنت، حيث كشفت الدراسة أن الطلبة الذين يتعرضون لمزيد من الضغوط هم أكثر عرضة للبحث عن الراحة عبر الإنترنت، حيث يحصلون على المزيد من الدعم الاجتماعي عبر الإنترنت مما يطور احتمالية استخدامهم للأجهزة الذكية. ودراسة (Elamin et al., 2024) على عينة من طلبة الجامعة بالسعودية. التي أظهرت نتائجها وجود علاقة إيجابية دالة إحصائيًا بين الاستخدام الإشكالي للهواتف الذكية والضغوط النفسية، ودراسة شيبان (٢٠٢٣) على عينة من طلبة جامعة، وقد أشارت أبرز النتائج إلى وجود علاقة إيجابية دالة إحصائيًا بين النوموفوبيا والوحدة النفسية. بينما اتفقت جزئيًا مع دراسة (Santl et al. 2022) على عينة من طلبة الجامعة، حيث أظهرت النتائج وجود علاقة دالة إيجابية بين النوموفوبيا والضغوط في حين لم توجد علاقة بين النوموفوبيا والوحدة **وتفسر الباحثتين** نتيجة هذا التساؤل إن الإجهاد المدرك ينشأ عندما يُدرك الفرد أن قدراته وموارده لا تكفي لمواجهة الضغوط المحيطة به. هذا الشعور بالعجز أو الضغط المستمر يمكن أن يؤدي إلى انعزال الفرد عن الآخرين أو تقليل التفاعلات الاجتماعية، وبالتالي زيادة شعوره بالوحدة. كما أن الشعور بالوحدة يُعد عاملًا نفسيًا يفاقم من تأثير الضغوط الحياتية؛ فالشباب الذين يفتقدون الدعم الاجتماعي أو التواصل الوجداني يميلون إلى استجابة أعلى للضغوط اليومية، ما يؤدي إلى ارتفاع الإجهاد المدرك. بهذا تصبح العلاقة متبادلة: زيادة الإجهاد تعزز الوحدة، والوحدة بدورها تزيد من إدراك الفرد للضغوط. هذا الضغط النفسي قد يؤدي إلى انعزال الفرد عن الآخرين أو ضعف التفاعل الاجتماعي، أي زيادة الشعور بالوحدة. بعد ذلك، تصبح الوحدة عاملًا معززًا للنوموفوبيا،

إذ يميل الأفراد الذين يشعرون بالوحدة إلى الاعتماد أكثر على الهاتف الذكي ووسائل التواصل الرقمي لتلبية حاجاتهم الاجتماعية والعاطفية، مما يزيد من خوفهم من فقدان الهاتف أو الانقطاع عن الاتصال الرقمي.

الخاتمة

توصيات الدراسة

١- دعم المبادرات الرقمية التي تحافظ على الترابط الاجتماعي الحقيقي، مع التركيز على الاستخدام الإيجابي للتقنية.
٢- دراسة العوامل الثقافية والاجتماعية التي تساهم في خفض الشعور بالوحدة في المجتمع السعودي للاستفادة منها في سياسات دعم الشباب.
٣- تنفيذ برامج وقائية في الجامعات ومؤسسات العمل لتعليم مهارات إدارة الضغوط والتعامل مع العجز المدرك.
٤- تطوير حملات توعوية حول الاستخدام المتوازن للتكنولوجيا والهواتف الذكية.

المقترحات البحثية

١- العلاقة بين الدعم الاجتماعي الرقمي والشعور بالوحدة والنوموفوبيا.
٢- دراسة مقارنة يبن الذكور والإناث في مستوى النوموفوبيا في المجتمع السعودي
٣- دراسة مقارنة بين مناطق حضرية وريفية في السعودية في متغيرات الوحدة والنوموفوبيا.

المراجع

البراشدية، حفيظة سليمان، والظفري، سعيد سليمان. (٢٠٢٠). الخصائص السيكومترية للصورة المعربة من مقياس النوموفوبيا لدى الشباب العماني. *مجلة البحوث التربوية والنفسية*، ١٧(٦٤) ٢٤٤-٢٧١.

بن اسماعيل، رحيمة (٢٠٠٧) *الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بالعدوانية لدى المصابين بداء نقص المناعة المكتسب (السيدا)*، رسالة ماجستير منشورة، جامعة محمد خيضر – بسكرة.

بن دهنون، سامية شيرين، وإبراهيم، ماحي. (٢٠١٤). الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة. *مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية*. (16)، ١-٢١.

الجاسر، لولوه مطلق. (٢٠١٨). اضطراب الخوف من فقدان الهاتف المحمول (النوموفوبيا) وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلبة التعليم الثانوي بدوله الكويت.. *مجلة البحث العلمي فى التربية*، ١٩ (١٧) ، ٥٩١-٦١٢.

حمادة، محمد أحمد. (٢٠٠٣). *الشعور بالوحدة النفسية:* دراسة تحليلية. القاهرة: دار الفكر العربي.

الخطيب، عبد الله محمد، ومعالي، إبراهيم باجس. (٢٠١٩). *فاعلية برنامج إرشادي وقائي يستند إلى علم النفس الإيجابي فى خفض الضغط النفسي وتنمية الصلابة النفسية لدي طلبة جامعة العلوم الإسلامية العالمية* (رسالة دكتوراه غير منشورة). جامعة العلوم الإسلامية العالمية، عمان.

خلف. (٢٠٢٣). الضغوط النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى عينة من طلاب كلية التربية في جامعة تكريت. *مجلة آداب الفراهيدي*: جامعة تكريت – كلية الآداب، ١٥ (٤٥)، ٣٥١ – ٣٦٥.

الدليم، فهد، & عامر، جمال. (٢٠٠٤). الشعور بالوحدة النفسية لدى عينات من المراهقين والمراهقات بالمملكة العربية السعودية، *مركز البحوث التربوية*، جامعة الملك سعود، كلية التربية، المملكة العربية السعودية.

الرواحية، ريم بنت حمد بن حمود، الفواعير، أحمد محمد جلال عودة، رضوان، سامر جميل، والصقري، محمود بن ناصر بن علي. (٢٠٢٢). *النوموفوبيا وعلاقتها بالوحدة العاطفية والاجتماعية لدى طلبة جامعة نزوى بسلطنة عمان*. (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة نزوى، نزوى. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/1472411

زهران، حامد عبد السلام، سرى، جلال محمد (٢٠٠٣). *دراسات في علم النفس النمو الاغتراب والتغريب الثقافي لدى عينة جامعية، القاهرة* – مصر، عالم الكتب للنشر والتوزيع والطباعة.

السميري، نجاح. وبهلول، نجوى. (٢٠٢٢). النوموفوبيا وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى المراهقين. *المجلة الافريقية للدراسات المتقدمة في العلوم الإنسانية والاجتماعية*. ١ (٤)، ٣٤٨ – ٣٦٣.

شيبان، عبد الحميد محمد. (٢٠٢٣). النوموفوبيا وعلاقتها بالوحدة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة حلب بسوريا. *مجلة الاستاذ للعلوم الانسانية والاجتماعية*، ٦٢ (٣)، ١٥-٩. https://doi.org/10.36473/ujhss.v62i3.2083.

الطنطاوي، حازم شوقي محمد. (٢٠٢٢). فوبيا افتقاد الهاتف الذكي (النوموفوبيا) وعلاقتها بجودة النوم لدى عينة من طلاب الجامعة. *مجلة كلية التربية ببنها*، ٣٣ (١٣١)، ١-٨٦.

عبد الوارث، اسلام. (٢٠٢٠). النوموفوبيا وعلاقتها بكل من الشعور بالوحدة النفسية والأداء الأكاديمي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. *مجلة كلية التربية جامعة الإسكندرية*. ٣٠ (٣)، ٢٣٩ – ٢٨١.

عبد الوهاب، صوفي (٢٠٢١). الشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب الجامعة (دراسة ميدانية على طلاب جامعة تلمسان)، مجلة *العلوم التربوية والانسانية*، (٧)، ١٥١-١٦٨.

عبد الوهاب، إسراء. (٢٠٢٢). الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بضبط الذات لدى عينة من المراهقين المكفوفين. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ٣٢ (١١٦)، ١-٥٢.

عبد الجواد، أحمد سيد عبد الفتاح. (٢٠٢٢). فعالية برنامج إرشادي قائم على نموذج ميكنبوم Meichenbaum المعرفي السلوكي في خفض النوموفوبيا "الخوف المرضي من فقدان الهاتف المحمول" لدى طلبة الجامعة. *مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية*، ١٦ (٥)، ٧٤٩-٨٤١.

عثمان، فاروق السيد (٢٠٠١). *القلق وإدارة الضغوط النفسية، القاهرة*، الفكر العربي.

عرفات، فضيلة (٢٠٠٩). *علم النفس الاجتماعي*: المفاهيم والتطبيقات. دار الزهراء للنشر والتوزيع.

عزيز، أمل فواز، عزب، حسام الدين، وفاروق، صابر. (٢٠٢٢). الخصائص السيكومترية لمقياس الشعور بالوحدة النفسية لدي الشباب الجامعي. *مجلة الإرشاد النفسي، ٧* (٣) ، ٥٧-٨٥. Doi: 10.21608/cpc.2022.298987

فايد، حسين (٢٠٠٤). *دراسات في السلوك والشخصية*. القاهرة، مؤسسة الطيبة للنشر ط١

الفقي، محمد محمد عبد الرزاق السيد، وبشار، علي محمد علي البسيوني. (٢٠٢٣). نمذجة العلاقات السببية بين النوموفوبيا واليقظة العقلية الألكسيثيميا لدى المراهقين ذوي الإعاقة السمعية. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*،٣٣ (١٢٠) ،٣٣٨-٢٦٧.

مراد، مروة. (٢٠٢٤). برنامج قائم على العلاج بالتقبل والالتزام فى تنمية التعاطف مع الذات لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد وأثره على خفض الإجهاد النفسي المدرك لديهن. *مجلة دراسات فى الطفولة والتربية، ٢٧* (١) ، ٤٥٦-٥٥١.

Alateeq, D., Aljabri, A., Aldogiam, G., Alajmi, H., Alsoqaih, H., Alfadhly, R., & Alshahrani, R. (2022*). Loneliness and depression among female university students during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study in Riyadh*, Saudi Arabia. International Journal of Public Health, 67, Article 1604885. https://doi.org/10.3389/ijph.2022.1604885

Alateeq, D., Aljabri, A., Aldogiam, G., Alajmi, H., Alsoqaih. H., & Alfadhly, R. Psychometric Properties of the Arabic Version of the UCLA Loneliness Scale (ULS-8) Among Saudi Female Undergraduate Students. Int J Med Dev Ctries (2021) 6:149–54. 10.24911/IJMDC.51-1638046495 [CrossRef] [Google Scholar] [Ref list]

Aldhahir, A. M., Bintalib, H. M., Alhotye, M., Alqahtani, J. S., Alqarni, O. A., Alqarni, A. A., Alshehri, K. N., Alasimi, A. H., Raya, R. P., Alyami, M. M., Naser, A. Y., Alwafi, H., & Alzahrani, E. M. (2023). Prevalence of Nomophobia and Its Association with Academic Performance among Physiotherapy Students in Saudi Arabia: A Cross- Sectional Survey. Journal of multidisciplinary healthcare, 16, 2091–2100. https://doi.org/10.2147/JMDH.S415891

Alghamdi, W. A., Alzahrani, S. H., Shaaban, S. S., Alhujaili, N. A. (2022). Perceived Stress and Coping Styles among the General Population in Saudi Arabia during COVID-19 Pandemic. International Journal of Mental Health Promotion, 24(3), 361–373.

Ali, A. M., Hendawy, A. O., Ahmad, O., Al Sabbah, H., Smail, L., & Kunugi, H. (2021). The Arabic Version of the Cohen Perceived Stress Scale Factorial Validity and Measurement Invariance. Brain sciences, 11(4), 419. https://doi.org/10.3390/brainsci11040419

Al-Mamun, F., Mamun, M. A., Prodhan, M. S., Muktarul, M., Griffiths, M. D., Muhit, M., & Sikder, M. T. (2023). Nomophobia among university students: Prevalence, correlates, and the mediating role of smartphone use between Facebook addiction and nomophobia. Heliyon, 9(3), e14284. doi:10.1016/j.heliyon.2023.e14284

American Psychological Association. (2018). Loneliness. In APA Dictionary of Psychology. Retrieved from https://dictionary.apa.org/loneliness

American Psychological Association. (2018). Stress. In APA Dictionary of Psychology. Retrieved from https://dictionary.apa.org/stress

American Psychological Association. (2025). Stress. In APA dictionary of psychology. Retrieved October 16, 2025, from https://dictionary.apa.org/stress.

Amiri, Z., & Thaghinejad, N. (2022). The Role of Self-esteem, Five Personality Factors and Age in the Prediction of Nomophobia among Students. Iranian Evolutionary and Educational Psychology Journal, 4(1), 136-145. https://doi.org/10.52547/ieepj.4.1.136

Anggoro, W., & Handiyani, H. (2022). Self-Efficacy and Nomophobia in Nurses in Indonesia. *The International Virtual Conference on Nursing, KnE Life Sciences*, 943–953. https://doi.org/10.18502/kls.v7i2.10394

Barjakova, M., Garnero, A., & d'Hombres, B. (2023). Risk factors for loneliness: A literature review. Social Science & Medicine, 334, 116163. https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2023.116163.

Beck, A. T. (1976). Cognitive therapy and the emotional disorders. International Universities Press.

Berjot, S., & Gillet, N. (2011). Stress and coping with discrimination and stigmatization. European Review of Applied Psychology, 61(2), 1–8. https://doi.org/10.1016/j.erap.2011.02.001

Bhattacharya, S., Bashar, M. A., Srivastava, A., & Singh, A. (2019). NOMOPHOBIA: NO Mobile Phone PhoBIA. Journal of family medicine and primary care, 8(4), 1297–1300. https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_71_19

Bonsaksen, T., Ruffolo, M., Price, D., Leung, J., Thygesen, H., Lamph, G., Kabelenga, I., & Geirdal, A. O. (2023). Associations between social media use and loneliness in a cross-national population: Do motives for social media use matter? Health Psychology and Behavioral Medicine, 11(1), 2158089. https://doi.org/10.1080/21642850.2022.2158089>.

Bowlby, J. (1988). A secure base: Parent-child attachment and healthy human development. Basic Books.

Buctot. D., Kim. N., & Kim. J. (2020). Factors associated with smartphone addiction prevalence and its predictive capacity for health-related quality of life among Filipino adolescents. *Children and Youth Services Review*, *110*,104758.

Cacioppo, J. T., & Patrick, W. (2008). Loneliness: Human nature and the need for social connection. W. W. Norton & Company

Cannon, W. B. (1939). The wisdom of the body. New York, NY: W.W. Norton & Company.

Chen, Y., Zhang, X., & Wang, L. (2024). Nomophobia and self-esteem among adolescents: The mediating role of social support. Journal of Adolescence, 88, 1–10. https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2021.03.005.

Cohen, S., & Williamson, G. (1988). Perceived stress in a probability sample of the United States. In S. Spacapan & S. Oskamp (Eds.), The social psychology of health: Claremont Symposium on applied social psychology. Newbury Park, CA: Sage.

Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. Journal of Health and Social Behavior, 24(4), 385–396. https://doi.org/10.2307/2136404.

Elamin, N. O., Almasaad, J. M., Busaeed, R. B., Aljafari, D. A., & Khan, M. A. (2024). Smartphone addiction, stress, and depression among university students. Clinical Epidemiology and Global Health, 25, 101487. https://doi.org/10.1016/j.cegh.2023.101487

Figueroa-Quiñones, J., Ipanaqué-Zapata, M., Rivera-Lozada, O., Zevallos Mayanga, G., & Gonzales Diaz, D. (2025). Psychometric properties of the Nomophobia Questionnaire (NMP-Q) in Peruvian adolescents. Frontiers in Psychology, 15, 1399328. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1399328

Freud, S. (1961). The ego and the id (J. Strachey, Trans.). W. W. Norton & Company. (Original work published 1923)

Harris, K. M. (2023). The Perceived Stress Scale as a measure of stress. Psychological Assessment, 35(1), 1–8. https://doi.org/10.1037/pas0001123.

Hays, R. D., & DiMatteo, M. R. (1987). A short-form measure of loneliness. Journal of personality assessment, 51(1), 69-81

Kim HY. (2013). *Statistical notes for clinical researchers: Assessing normal distribution* (2) using skewness and kurtosis. Restor Dent Endod; 38:52–4.

Kimberly T., Sharong C., David S.,& Vicente. B. (2023). Prevalence of Nomophobia in University Students: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal of Healthc Inform Research,29* (1),40 - 53.

King, A. L. S., Valença, A. M., & Nardi, A. E. (2010). Nomophobia: the mobile phone in panic disorder with agoraphobia: reducing phobias or worsening of dependence?. Cognitive and Behavioral Neurology, 23(1), 52-54.

Kircaburun, K., Demetrovics, Z., & Griffiths, M. D. (2025). Digital attachment and nomophobia: The role of social anxiety and smartphone addiction. Computers in Human Behavior, 123, 106890. https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106890

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. Springer Publishing Company.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. Springer Publishing Company.

Medaris, A. (2023, November 1). Gen Z adults and younger millennials are “completely overwhelmed” by stress. https://www.apa.org/topics/stress/generation-z-millennials-young-adults-worries

Mengjie. C., Ye. G., Hongliang. D., Suyan. W., &Yuanyuan. H. (2024). The effect of emotion regulation strategies on nomophobia in college students: The masking role of resilience. *Journal of Heliyon.10* (9),1 -10

Mishra P, Pandey CM, Singh U, Gupta A, Sahu C, Keshri A. Descriptive statistics and normality tests for statistical data. Ann Card Anaesth. 2019 Jan-Mar;22(1):67-72. Doi: 10.4103/aca.ACA_157_18. PMID: 30648682; PMCID: PMC6350423.

Mishra, P., Pandey, C. M., Singh, U., Gupta, A., Sahu, C., & Keshri, A. (2019). Descriptive statistics and normality tests for statistical data. *Annals of cardiac anaesthesia*, *22*(1), 67–72. https://doi.org/10.4103/aca.ACA_157_18

Murphy, N. . (2022, October 31). What is Nomophobia?. https://cpdonline.co.uk/knowledge-base/care/what-is-nomophobia/

Nguyen, D. T., Pham, L. D., & Nguyen, H. H. (2022). Nomophobia and Stress among Vietnamese High School Students: A Mediation Model of Loneliness. Child Indicators Research, 15(3), 1017–1031. https://doi.org/10.1007/s12187-021-09838-2

Novotney, A. (2020, March 24). The risks of social isolation. Monitor on Psychology, 50(5). https://www.apa.org/monitor/2019/05/ce-corner-isolation

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.

Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy. Wiley-Interscience.

Phillips, A. C. (2013). Perceived stress. In V. Murphy & M. A. O’Donovan (Eds.), The SAGE dictionary of social research methods (pp. 479–480). SAGE Publications Ltd

Phillips, A.C. (2015). Perceived Stress. In: Gellman, M., Turner, J. (eds) Encyclopedia of Behavioral Medicine. Springer, New York, NY. https://doi.org/10.1007/978-1-4614-6439-6_479-2

Qutishat. M., Lazarus. R., Razmy. M., & Packianathan. S. (2020). University students’ nomophobia prevalence Sociodemographic factors and relationship with academic performance at a University in Oman. *International Journal of Africa Nursing Sciences*,*13*,10-46,

Rokach, A. (1988). The experience of loneliness: A tri-level model. The Journal of Psychology, 122(6), 533–547.

Rokach, Ami. (2003). The experience of loneliness. London: Routledge.

Saddik, B., Alhassan, A., & Alhassan, M. (2025). Smartphone addiction and depression among health sciences students: A cross-sectional study. BMC Public Health, 25(1), 1–9. https://doi.org/10.1186/s12889-025-12922-9

Santl, L., Brajkovic, L., & Kopilaš, V. (2022). Relationship between Nomophobia, Various Emotional Difficulties, and Distress Factors among Students. European journal of investigation in health, psychology and education, 12(7), 716–730. https://doi.org/10.3390/ejihpe12070053

Selye, H. (1976). The stress of life (rev. ed.). New York, NY: McGraw-Hill.

Tahrami, H., Trabelsi, K., & Alhusseini, S. (2023). Systematic review and meta-analysis of the correlation coefficients between nomophobia and anxiety, smartphone addiction, and insomnia. Journal of Affective Disorders, 300, 1–12. https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.06.016

Taylor, H. O., Cudjoe, K., Bu, F., & colleagues. (2023). The state of loneliness and social isolation research: Current knowledge and future directions. BMC Public Health, 23, 1049. https://doi.org/10.1186/s12889-023-11660-7

Teke, E., Yılmaz, M., & Demirtaş, H. (2025). Perceived stress and satisfaction with life following the earthquake. Frontiers in Psychology, 16, 1–10. https://doi.org/10.3389.

Vagka, E., Gnardellis, C., Lagiou, A., & Notara, V. (2023). Prevalence and Factors Related to Nomophobia: Arising Issues among Young Adults. European journal of investigation in health, psychology and education, 13(8), 1467–1476. https://doi.org/10.3390/ejihpe13080107

Valenti, G.D., Bottaro, R. & Faraci, P. Effects of Difficulty in Handling Emotions and Social Interactions on Nomophobia: Examining the Mediating Role of Feelings of Loneliness. Int J Ment Health Addiction 22, 528–542 (2024). https://doi.org/10.1007/s11469-022-00888-w

Wolff, H. G., & Hinkle, L. E. (1947). Human ecology and stress. New York, NY: Cornell University Medical College.

Yanguas, J., Pinazo-Henandis, S., & Tarazona-Santabalbina, F. J. (2018). The complexity of loneliness. Acta bio-medica : Atenei Parmensis, 89(2), 302–314. https://doi.org/10.23750/abm.v89i2.7404

Yildirim, C. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: Developing and validating a questionnaire using mixed methods research. Computers in Human Behavior, 49, 130-137. https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.02.059

Yildirim, C., & Correia, A.-P. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: Development and validation of a self-reported questionnaire. Computers in Human Behavior, 49, 130–137. https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.02.059.

Zahedi, H., Sahebihagh, M. H., & Sarbakhsh, P. (2022). The Magnitude of Loneliness and Associated Risk Factors among University Students: A Cross-Sectional Study. Iranian journal of psychiatry, 17(4), 411–417. https://doi.org/10.18502/ijps.v17i4.10690

Zhang, Y., Ding, Y., Huang, H., Peng, Q., Wan, X., Lu, G., & Chen, C. (2022). Relationship between insecure attachment and mobile phone addiction: A meta-analysis. Addictive behaviors, 131, 107317. https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2022.107317

Zhao, C., Xu, H., Lai, X., Yang, X., Tu, X., Ding, N., Lv, Y., & Zhang, G. (2021). Effects of Online Social Support and Perceived Social Support on the Relationship Between Perceived Stress and Problematic Smartphone Usage Among Chinese Undergraduates. Psychology research and behavior management, 14, 529–539. https://doi.org/10.2147/PRBM.S302551

مجلة دراسات الطفولة و علوم الاسرة، م١ع١ ص ص: ٣٨- ٨٤ (٢٠٢٦م)
DOI: 10.4197/Jcsfs.1-1.2

Loneliness as a Mediator Variable of the Relationship Between Perceived Stress and no Mobile Phone Phobia (Nomophobia) Among Young People in Saudi Society

[1*]**Arwa Husni Arab,** Associate Professor, King Abdulaziz University, Psychology Department
aarab@kau.edu.sa
[1]**Ibtisam Yahya Asiri,** King Abdulaziz University, Psychology Department
ibtisamasiri1@gmail.com

Abstract:

The current study aimed to reveal the mediating role of loneliness in the relationship between perceived stress and nomophobia in a sample of young people in Saudi society, and the differences in the study sample's mean scores on the three study variables according to age and marital status. The sample included (316) young men and women in Saudi society, aged between 18-34 years. With an arithmetic mean of (26.8), and a standard deviation of (6.78). The study adopted a descriptive approach, and measures of perceived stress, loneliness, and nomophobia were applied. The results showed a low level of loneliness, a medium level of perceived stress overall and the perceived helplessness dimension, and a high level of nomophobia and its dimensions, except for the fear of network outages dimension, among the study sample. The results also showed that there were statistically significant differences according to the marital status variable (single/married) in the feeling of loneliness and perceived stress and its dimensions, except for the dimension of the lack of self-efficacy in the study sample in the direction of the marital status of single, and the absence of statistically significant differences according to the marital status variable (single/married) in nomophobia and its dimensions. The results also showed that the loneliness variable mediates the relationship between perceived stress and nomophobia in a sample of youth in Saudi society. The study recommended raising public awareness about the healthy use of technology by organizing workshops and training courses conducted by specialists to spread the culture of balance between digital and real life.

Keywords: Mental health- social interaction- life enjoyment- technological anxiety- Saudi youth.