

## إدمان الهواتف الذكية كمنبئ باضطراب الشخصية التجنبية والحساسية الانفعالية لدى طلاب الجامعة

د. جمال عبد الحميد جادو

أستاذ الصحة النفسية المشارك، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة القصيم

المعهد العالي للخدمة الاجتماعية بأسوان، مصر

**المستخلص:** هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على نسبة انتشار إدمان الهواتف الذكية لدى طلاب الجامعة، ودراسة تأثير إدمان الهواتف الذكية على اضطراب الشخصية التجنبية واضطراب الحساسية الانفعالية، ودراسة الفروق بين الطلاب الذكور وال طالبات الإناث في إدمان الهواتف الذكية، كما هدفت الدراسة إلى معرفة إمكانية التنبؤ بكل من اضطراب الشخصية التجنبية والحساسية الانفعالية من خلال إدمان الهواتف الذكية، تكونت عينة الدراسة من ١٤٤ طالبا وطالبة (٤١ ذكور، ١٠٣ إناث)، طبق عليهم مقياس إدمان الهواتف الذكية من إعداد كوون وآخرين وقام بترجمته وإعداده للعبية الباحث، ومقياس اضطراب الشخصية التجنبية إعداد البحيري، ومقياس الحساسية الانفعالية إعداد جوارينو، وقام بترجمته وإعداده للعبية الباحث، توصلت الدراسة إلى انتشار نسب مرتفعة من إدمان الهواتف الذكية لدى الطلاب عينة الدراسة، ووجود فروق دالة إحصائيا بين مدمني الهواتف الذكية وغير مدمنيها في كل من اضطراب الشخصية التجنبية والحساسية الانفعالية لصالح مدمني الهواتف الذكية، ولم توجد فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في إدمان الهواتف الذكية، كما توصلت الدراسة إلى إمكانية التنبؤ بكل من اضطراب الشخصية التجنبية والحساسية الانفعالية من خلال إدمان الهواتف الذكية.

**الكلمات المفتاحية:** إدمان الهواتف الذكية، اضطراب الشخصية التجنبية، الحساسية الانفعالية.

## Smartphone addiction as a predictor with avoidant personality disorder and emotional sensitivity at university students

Dr. Jamal Abdul Hamid Jado

Associate Professor of Mental Health, College of Education, Qassim University

Higher Institute of Social Work in Aswan, Egypt

**Abstract:** The current study aimed to identify the prevalence of smartphone addiction among university students, study the effect of smartphone addiction on avoidant personality disorder and emotional sensitivity disorder, and study the differences between male and female students in smartphone addiction, and the study also aimed to know the predictability of Avoidant personality disorder and emotional sensitivity through smartphone addiction, the study sample consisted of 144 male and female students (41 males, 103 females). It was used the smartphone addiction scale by Kwon and others, translated into Arabic by the researcher, the avoidant personality disorder scale by Al-Beheiri, and the emotional sensitivity scale by Guarino, translated into Arabic by the researcher. The study results indicated the prevalence of high rates of smartphone addiction among students, and the presence of statistically significant differences between smartphone addicts and non-addicts in both avoidance personality disorder and emotional sensitivity in favor of smartphone addicts, and there were no statistically significant differences between males and females in smartphone addiction, The study also found the possibility of predicting both avoidant personality disorder and emotional sensitivity through smartphone addiction .

**Key words:** Smartphone Addiction, Avoidant Personality Disorder, Emotional Sensitivity.

## مقدمة

لم يعد مفهوم الإدمان يطلق فقط على استخدام المخدرات أو إساءة استخدام المواد، ولكنه أيضا يطلق على المقامرة الإنترنت والألعاب والهواتف الذكية، فيما يسمى بالإدمان السلوكي (Lee, Behavioral Addiction, 2006)، فحديثا تم إقرار أن أنشطة الإنترنت كالألعاب والمحادثات Chatting والإباحية، هي جميعها تعتبر من الإدمان مثلها في ذلك مثل المخدرات وإساءة استخدام المواد، علاوة على ذلك أصبح الإنترنت متاحا بشكل أكثر سهولة من خلال استخدام الهواتف الذكية، وأصبح إدمان الهواتف الذكية ظاهرة آخذة في التزايد (National Information Society Agency, 2010; Kim, 2006).

هذا النوع الجديد من الإدمان سببه التطور السريع للإنترنت والهواتف الذكية وصناعة تكنولوجيا المعلومات في كل دول العالم على حد سواء، فكما يتضح من الإحصائية التي أعدها الوكالة الدولية للمعلومات الاجتماعية في عام ٢٠١٢م، كانت نسبة إدمان الهواتف الذكية ٨,٤% وكانت نسبته أعلى من نسبة إدمان الإنترنت التي بلغت ٧,٧%، وكانت نسبة الانتشار تزداد لدى المراهقين والذين في عمر العشرينات (Kwon, Kim, Cho & Yang, 2013a).

وقد أفادت العديد من التقارير العلمية بوجود عدد هائل من مستخدمي الهواتف الذكية قد وصلوا إلى حد الإدمان (Rush, 2011)، حيث تطورت تقنية صناعة الهواتف الذكية بشكل مأساوي وأصبحت أسلوب حياة، وأصبح الهاتف الذكي ليس فقط مجرد هاتف ولكنه بمثابة جهاز كمبيوتر وجهاز ألعاب ومصدر للمعلومات في أي وقت وأي مكان والعديد من الاستخدامات الأخرى، ومع الأخذ في الاعتبار هذه الإمكانيات للهواتف الذكية فقد أصبحت سببا لانتشار المشكلات الاجتماعية وظهور أعراض الإدمان مثل التوتر والانسحاب وصعوبة أداء المهام والأنشطة اليومية واضطرابات صعوبة السيطرة (Kuss & Griffiths, 2011).

ووفقا لواحدة من الإحصائيات الحديثة، فإن عدد أجهزة الهواتف الذكية قد بلغ في عام ٢٠١٦م حوالي (٧,٢٢) مليار هاتف على المستوى العالمي، وأن هذا العدد المتزايد من الهواتف الذكية وأصحابها يثير القلق حول تأثيرات هذه الهواتف واستخداماتها المتعددة حول صحة الإنسان والحياة، وعلى الرغم من هذا الانتشار العالمي للهواتف الذكية فإن المعلومات حول الآثار الصحية الجانبية لها لا زال قليلا (أمين، ٢٠١٨).

وفي دراسة أجراها كوون وآخرون (Kwon et al., 2013b) أشاروا فيها إلى أن الإحصاءات الكورية تشير إلى أنه أكثر من أربعين مليون مراهقا يحملون الهواتف الذكية، وأنه وفق إحصائية أجرتها جامعة ستانفورد على عينة من المواطنين الأمريكيين، وصلت نسبة مدمني الهواتف الذكية حوالي ٤٤٪ من جملة العينة وكانت نسب الإدمان متفاوتة بين إدمان شديد وإدمان في أغلب الأوقات، ونسبة ٧٥٪ ينامون وهواتفهم جوارهم، ٦٩٪ يفضلون

نسيان حافظه نقودهم ولا ينسون هواتفهم الذكية إذا خرجوا من منازلهم، كل هذه النسب تشير بشكل ما إلى قوة إدمان الهواتف الذكية على المستوى العالمي.

وعلى الرغم من المزايا المهمة لهذه الهواتف الذكية والتي يعتمد أغلبها على استخدام الإنترنت، فإن إدمانها أيضا يسبب العديد من المشكلات الجسدية والنفسية (Sim & Kim, 2011).

وهذا ما أكده أيضا بورتير (Porter, 2010) حيث أكد أن إدمان الهواتف الذكية له تداعيات سلبية جسدية ونفسية تماما في ذلك مثل إدمان الإنترنت، وأشار كيم وآخرون أن من هذه التداعيات والمخاطر الاكتئاب والقلق (Kim, Jang, Lee, Lee & Kim, 2018).

ويعتبر البعض أن اضطراب الشخصية التجنبية Avoidant Personality Disorder هو أحد حالات أو مظاهر اضطراب القلق الاجتماعي مثله في ذلك مثل الفوبيا الاجتماعية Social Phobia إلا وأن هذا الأمر ليس معروفا بشكل دقيق، ويتميز الأشخاص الذين لديهم اضطراب الشخصية التجنبية بمستويات منخفضة من المساندة الاجتماعية والمودة ومستويات منخفضة من التعبير الانفعالي والإفصاح عن الذات وعلاقات اجتماعية قليلة وغير مستمرة وخوف من الرفض والنقد (Eikenaes, Pedersen & Wilberg, 2016).

كما أكد آيكنيس وآخرون (Eikenaes, Egeland, Hummelen & Wilberg, 2015) أن العديد من الظروف البيئية قد تلعب دورا مهما في ظهور وتطور اضطراب الشخصية التجنبية والذي يبدأ في سن البلوغ ويتميز بالإحساس بالكبت وعدم الأهلية والحساسية المفرطة تجاه النقد والخجل والخوف من التصرف بطريقة تسبب للفرد الإحراج أو الإهانة، لذا فإنه يتجنب المواقف الاجتماعية أو أنه يتحملها بضغط وتوتر شديدين.

ويعتبر اضطراب الشخصية التجنبية واحدا من أكثر اضطرابات الشخصية انتشارا، حيث تقدر نسبة انتشاره بحوالي ١,٧%، ويأتي كاضطراب مصاحب لمرض نفسي آخر بنسبة ١٤,٧% في العينات الاكلينيكية التي تعاود العيادات النفسية (Torgersen, 2009; Zimmeman, Rothschild & Chelminski, 2005).

كما يتضح مما سبق تأثير الإفراط في استخدام الهواتف الذكية على ضعف المهارات الاجتماعية لدى الأفراد، ويزيد العزلة لديهم، وهي نفسها تعد جوانبا من توصيف الحساسية الانفعالية، وقد أشار أبو منصور (٢٠١١) إلى أن الحساسية الانفعالية ترتبط بضعف المهارات الاجتماعية، وأن الشخص الحساس انفعاليا هو الذي يتأثر أكثر مما يجب بالعوامل الخارجية المحيطة به والخارجة عنه ويتسم بعدم الثبات والنضج الانفعاليين وعدم الاتزان، وأشار جوارينو (Guarino, 2003) إلى أن الحساسية الانفعالية تعني غياب التعاطف وفقدان السيطرة على الانفعالات والكآبة والضعف والخوف والغضب ونقد الذات.

جمال جادو: إدمان الهواتف الذكية كمنهج باضطراب الشخصية التجنبية والحساسية الانفعالية....

فسمة رابط بين تأثيرات إدمان الهواتف الذكية والأعراض الإكلينيكية لكلا الاضطرابين، اضطراب الشخصية التجنبية والحساسية الانفعالية، وهذا الرابط يتمحور في وصفه في الهروب من إقامة علاقات اجتماعية حقيقية يتحمل الفرد تبعاتها حتى لا يعرض نفسه للنقد والسخرية من قبل الآخرين مما يغرقه في لوم الذات وتوبيخها ويفقده حساسية التفاعل الإيجابي مع المواقف والآخرين.

لذا تحاول الدراسة الحالية التعرف على نسب انتشار إدمان الهواتف الذكية بين طلاب الجامعة وهم الأكثر استخداما لهذه الهواتف، والتعرف على التأثيرات السلبية لهذا الإدمان على اضطراب الشخصية التجنبية والحساسية الانفعالية، ودراسة إمكانية التنبؤ من خلاله بكلا الاضطرابين.

### مشكلة الدراسة

انتشر استخدام الهواتف الذكية بشكل كبير جدا بين شرائح المجتمعات المختلفة، على اختلاف أعمارها وثقافتها، وقد أشارت نتائج العديد من الدراسات إلى أن إدمان الهواتف الذكية يشاهد بكثرة في العديد من المجتمعات والثقافات المختلفة، ودلالات ذلك كثيرة، فالمارة في الشوارع يشاهدون الفيديوهات أثناء مرورهم والرد على رسائل المحادثات دون الانتباه للطريق، ونفس الأمر بالنسبة لسائقي السيارات مما يتسبب في كثرة حوادث المرور (Slim & Kim, 2011)، وأشار كون وآخرون (Kwon et al., 2013b) إلى أن الناس على اختلاف أعمارهم أصبحوا أكثر إدمانا لهواتفهم الذكية مع التأكيد على وجود العديد من المشكلات الاجتماعية والنفسية كتأثير سلبي لهذا الاستخدام المفرط، وأشار كل من شين وكيم ويونج (Shin, Kim & Jung, 2011) إلى أن من الفئات التي يكثر لديها إدمان الهواتف الذكية هم المراهقين.

وقد أشار ألافي وآخرون (Alavi et al., 2020) إلى أن نسبة ٤٧٪ من مستخدمي وسائل التواصل الاجتماعي يعتمدون بشكل أساسي على هواتفهم الذكية، ونسبة ٩٠٪ من المراهقين الأمريكيين، وأكثر من ٨٠٪ من المراهقين الأستراليين، ٦٢٪ من الآسيويين، وأكثر من ٨٠٪ في بعض الدول الآسيوية مثل الصين واليابان يعتمدون بشكل كبير على استخدام الهواتف الذكية.

وذكر أوريلي (O'Reilly 1996) إلى أنه على الرغم من كثرة الدراسات التي تناولت دراسة طبيعة استخدام الهواتف الذكية إلا أن الدراسات التي تناولت تأثيراتها السلبية وعلاقتها بالاضطرابات النفسية والمشكلات الاجتماعية قليلة للغاية.

وبسبب حداثة ظهور الهواتف الذكية نسبيا، فإن الكثير من الأدلة على مخاطرها وسلبياتها الجسدية والنفسية والاجتماعية ليست واضحة تماما وتحتاج إلى المزيد من البحث والتحقيق، ومن المهم للأباء والأمهات النظر في الآثار والمخاطر المحتملة من الاستخدام المفرط لهذه الأجهزة، ووجد الباحثون أن الهواتف الذكية الإنترنت يؤثران

على مهارات التواصل والسمات الانفعالية للبشر وأن هناك خطر محقق فيما يختص بإضعاف مهارات التواصل، حيث يصبح الأفراد منعزلين عن الآخرين وعن مشاعرهم (أمين، ٢٠١٨).

وقد سلط كل من قوس وجريفتز (2011) Kuss & Griffiths الضوء على إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وتأثيراتها السلبية، كما أشار كل من بارك ولي (Park & Lee, 2012) إلى أن الهاتف الذكي يمكن أن يتسبب في إحساس الفرد بالوحدة النفسية والاكتماب ويؤثر على مستوى تقدير الذات والسعادة النفسية. كذلك أشارت أحد التقارير الصينية بتأثير إدمان الهواتف الذكية على الاندفاعية وكفاءة فعالية الذات، وأشارت عدة دراسات أخرى أجريت على الطلاب الجامعيين بكوريا الجنوبية إلى أن إدمان الهواتف الذكية يقلل من مستوى الصحة النفسية والعلاقات الشخصية وضبط الذات كما أنه يزيد من الضغوط الحياتية (Choi, Lee & Ha, 2012).

وقد وجدت الأبحاث تأثير إدمان الهواتف الذكية على إحداث تغيرات جسدية بسببها يحدث تغير في نظام الدوبامين، وهو مادة كيميائية تنتج في أجسادنا وتسمح لنا أن نشعر بالمتعة والمكافأة، وقد لوحظ أن كميات مستقبلات الدوبامين في أدمغة الأشخاص الذين يتعرضون لإدمان الهواتف الذكية الإنترنت تقل، وهذا ما يفسر الشعور بالارتياح والسعادة لدى بعض المراهقين عند تلقي إشعارات جديدة على هواتفهم والعكس صحيح، مما يعني إحساسهم بالاكتماب عند عدم تلقي مثل هذه الإشعارات من الواتساب أو الفيس بوك أو تويتر أو غيرها، أو عند فقدان هواتفهم الذكية لأي سبب من الأسباب (أمين، ٢٠١٨).

وفي دراسة كورية أشارت إلى وجود مخاطرة عالية في استخدام الهواتف الذكية لدى المراهقين عنه لدى الكبار، وأنها تؤثر على سمة الاستقلالية لديهم (Kwon et al., 2013a).

وأشارت دراسة أخرى إلى وجود العديد من الأضرار والمخاطر لإدمان الهواتف الذكية مثل حدوث لزمات الاحتياج الشديد والانسحاب والتوتر وغيرها من الاضطرابات الأخرى (Kwon et al., 2013b).

وفي دراسة كيم وآخرين (Kim et al., 2018) وجدت علاقة قوية بين إدمان الهواتف الذكية وكل من الاكتماب والقلق، كما أشار عبيد، وعبد نور (٢٠١٨) إلى أن من مسببات الحساسية الانفعالية الإفراط في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي الإنترنت.

ومن خلال ما سبق يمكن تحديد مشكلة الدراسة الحالية في الأسئلة الآتية:

#### أسئلة الدراسة

١. ما نسبة انتشار إدمان الهواتف الذكية لدى طلاب الجامعة؟
٢. هل توجد فروق دالة إحصائية بين مدمني الهواتف الذكية وغير مدمنيها في كل من اضطراب الشخصية

جمال جادو: إدمان الهواتف الذكية كمنبج باضطراب الشخصية التجنبية والحساسية الانفعالية....

التجنبية والحساسية الانفعالية لدى طلاب الجامعة؟

٣. هل يؤثر عامل النوع (ذكور - إناث) على إدمان طلاب الجامعة للهواتف الذكية؟
٤. هل يمكن التنبؤ بكل من اضطراب الشخصية التجنبية والحساسية الانفعالية من خلال إدمان الهواتف الذكية لدى طلاب جامعة القصيم؟

### أهداف الدراسة

تهدف الدراسة الحالية إلى ما يلي:

١. الكشف عن نسبة انتشار إدمان الهواتف الذكية لدى طلاب جامعة القصيم.
٢. التحقق من الفروق بين مدمني الهواتف الذكية وغير مدمنيها في كل من اضطراب الشخصية التجنبية والحساسية الانفعالية.
٣. دراسة تأثير عامل النوع (ذكور - إناث) على إدمان الهواتف الذكية لدى طلاب جامعة القصيم.
٤. معرفة إمكانية التنبؤ بكل من اضطراب الشخصية التجنبية والحساسية الانفعالية من خلال إدمان الهواتف الذكية لدى طلاب جامعة القصيم.

### أهمية الدراسة

تتمثل أهمية الدراسة الحالية فيما يلي:

١. توضيح خطورة الإفراط في استخدام الهواتف الذكية، ودراسة التأثير السلبي لإدمان الهواتف الذكية على الحالة النفسية للفرد.
٢. ترجمة وتقنين عدد من المقاييس المهمة وتوفيرها للبيئة العربية، وهي مقياس إدمان الهواتف الذكية، ومقياس الحساسية الانفعالية.
٣. تنفيذ نتائج الدراسة الحالية أولياء الأمور من خلال الاطلاع على أضرار الإفراط في استخدام الهواتف الذكية من قبل أبنائهم وخطورته على صحتهم النفسية وعلاقاتهم الاجتماعية.
٤. تنفيذ نتائج الدراسة الحالية العاملين والباحثين والمتخصصين في مجال الصحة النفسية والإرشاد النفسي في العمل على إعداد برامج إرشادية وعلاجية لتناول الآثار السلبية لإدمان الهواتف الذكية.
٥. توعية طلاب الجامعة والمراهقين بخطورة إدمان الإنترنت والهواتف الذكية وعلاقتها بالعديد من الاضطرابات النفسية واضطرابات الشخصية.
٦. تنفيذ نتائج الدراسة الحالية الباحثين والمتخصصين في مجال الصحة النفسية والمجال الاكلينيكي بتوفير خلفية علمية تساعدهم على تفسير الاضطرابات النفسية واضطرابات الشخصية ذات الصلة بطبيعة

## مصطلحات الدراسة

**إدمان الهواتف الذكية Smartphone Addiction**: يعرف إدمان الهواتف الذكية بأنه "الاستخدام المفرط لأجهزة الهواتف الذكية الذي ينتج عنه ظهور أعراض الإدمان مثل التوتر والانسحاب وصعوبة أداء الأنشطة اليومية وظهور اضطرابات ضعف السيطرة" (Park & Lee, 2012, p. 492). ويعرفه شالتون (Chalton, 2002, p. 329) بأنه "حالة من الاستخدام المرضي أو اللاتوافقي لأجهزة الهواتف المتصلة بالإنترنت بحيث تؤدي هذه الحالة إلى اضطرابات اكلينيكية تتمثل مظاهرها في الانسحاب ومشكلات جسمية ونفسية واجتماعية التي يمكن أن تخرب أوجه مناحي حياة الفرد المختلفة". ويعرف كوون وآخرون (Kwon et al., 2013a) إدمان الهواتف الذكية بأنه استخدام أجهزة تجمع بين إمكانات الجوال الإنترنت معا بحيث يظهر نتيجة هذا الاستخدام أعراض الإدمان مثل ضعف السيطرة والاستسلام وصعوبة أداء الأنشطة والمهام اليومية وصعوبة التحكم في الانفعالات. ويتبنى الباحث إجرائيا تعريف كوون وآخرين (Kwon et al., 2013a) لإدمان الهواتف الذكية ويحدد بالدرجات التي يحصل عليها أفراد عينة الدراسة على مقياس إدمان الهواتف الذكية من إعداد كوون وآخرين، وترجمة البحث الحالي.

**اضطراب الشخصية التجنبية Avoidant Personality Disorder**: يعرف بأنه "أحد اضطرابات الشخصية التي تتصف بالضعف الاجتماعي والإحساس بعدم الكفاءة والحساسية المفرطة تجاه النقد السلبي" (Cramer, Torgersen & Kringlen, 2006, p. 179)، لذا فإن الأفراد الذين لديهم مستويات مرتفعة من اضطراب الشخصية التجنبية يظهرون درجات مرتفعة من تجنب التفاعلات الاجتماعية حيث أنهم ينظرون إلى أنفسهم على أنهم غير مرغوب فيهم، ويرغبون في العزلة عن الآخرين (Ullrich, Farrington & Coid, 2007).

ويحدد الدليل التشخيصي للاضطرابات النفسية لجمعية الطب النفسي الأمريكية "النسخة الخامسة" السمات النموذجية لاضطراب الشخصية التجنبية، في تجنب المواقف الاجتماعية وضعف العلاقات الشخصية التي ترجع إلى الشعور بعدم الكفاءة والقصور، والقلق من التقييم السلبي من قبل الآخرين والرفض، والخوف من السخرية أو الإحراج، مع ظهور مشكلات في الهوية، والتوجه الذاتي، والتعاطف، والمودة، بالتوازي مع سمات أخرى غير تكيفية في المجال العاطفي السلبي والانفصالي (American Psychiatric Association, 2013).

جمال جادو: إدمان الهواتف الذكية كمنهج باضطراب الشخصية التجنبية والحساسية الانفعالية....

ويعرفه البحيري، وإمام (٢٠١٣، ص٩٦) بأنه "أحد اضطرابات الشخصية التي تشتمل على الكف الاجتماعي والشعور بعد الكفاءة والحساسية المفرطة للتقييم السلبي".  
ويتبنى الباحث إجرائيا تعريف البحيري، وإمام (٢٠١٣)، ويتحدد بالدرجات التي يحصل عليها أفراد العينة على مقياس اضطراب الشخصية التجنبية من إعدادهما.

**الحساسية الانفعالية Emotional Sensitivity:** تعرف الحساسية الانفعالية بأنها "التأثر الشديد بمواقف عادية قد لا يهتم بها الآخرون، والشخص الحساس انفعاليا هو الذي يتأثر أكثر مما يجب بالعوامل الخارجية المحيطة به والخارجة عنه فقد يفسر الكلمة على أكثر مما تحتمل ويفسر النظرة والحركة بحيث يبالغ مبالغة لا معنى لها، ويتسم في المواقف الضاغطة الخفيفة بتعطيل الأحكام والجدل والمشاكسة والتقلب والهوائية وعدم الثبات والنضج الانفعاليين وكذلك عدم الاتزان" (أبو منصور، ٢٠١١، ص٣).

ويعرفها جوارينو (Guarino (2003, P. 60 بأنها طريقة الاستجابة الانفعالية تجاه المثيرات البيئية، والقدرة على إدراك الحالات الانفعالية والتعرف عليها لدى الأفراد أنفسهم ولدى الآخرين في استجاباتهم للمثيرات الانفعالية، وتنقسم الحساسية الانفعالية إلى نمطين، سالبة وهي تصف التوجه نحو الذات ويتسم بالعصابية وفقدان السيطرة على الانفعالات وغياب الاتزان الانفعالي والكآبة والضعف والخوف ونقد الذات والاضطرابات الصحية والغضب، وإيجابية وهي تصف التوجه نحو الآخرين وتتسم بالقدرة على التعاطف والميل إلى إدراك ومعرفة التعبيرات الانفعالية للآخرين والاهتمام بمشاعرهم والانشغال بها والعمل على راحتهم وتوجيه النية إلى مساعدة الآخرين ليواجهوا مشكلاتهم.

ويتبنى الباحث إجرائيا تعريف جوارينو للحساسية الانفعالية السالبة وتحدد بمجموع الدرجات التي يحصل عليها أفراد عينة الدراسة على بعد الحساسية الانفعالية السالبة في مقياس الحساسية الانفعالية من إعداد جوارينو (Guarino, 2003)، وترجمة الباحث الحالي.

## الإطار النظري

### أولا: إدمان الهواتف الذكية

مع تطور صناعة الهواتف الذكية التي تجمع ما بين فوائد الهواتف العادية واستخدامات الإنترنت، مما فاق تخيلنا وتوقعاتنا، أصبح أغلب الأفراد على اختلاف مستوياتهم الاجتماعية وأعمارهم وبيئاتهم الحضارية لا يمكنهم الاستغناء عن هذه الأجهزة التي توفر لهم الكثير من المتعة والتسلية والمعلومات والتواصل مع غيرهم بطرق سهلة ورخيصة نوعا ما، إلا وأن الإفراط في استخدام هذه الهواتف الذكية تسبب في العديد من الآثار السلبية، وعلى



الرغم من ذلك أصبح من الصعب على الأفراد الاستغناء عنها أو التخفيف من استخدامها، مما جعل الباحثين حديثا يربطونه بمصطلح الإدمان.

قديمًا كان مصطلح الإدمان يرتبط فقط بالمخدرات وإساءة استخدام المواد، ولكنه أصبح حديثًا يرتبط أيضا بالمقامرة الإنترنت والألعاب والهواتف الذكية، فيما يسمى بالإدمان السلوكي Behavioral Addiction (Lee, 2006).

حيث كان التشخيص التقليدي للإدمان يعتمد فقط على الأعراض التي يسببها الاستخدام المتكرر لمادة للمخدرات وإساءة استخدام المواد، وكان يعرف بأنه (Kwon et al., 2013b):

١. خلل وظيفي في الجسم ينتج بسبب الأتعمة أو السموم الدوائية.
  ٢. حالة مرضية لا يستطيع الشخص مقاومتها بدون إدارة مستمرة بسبب تناول الكحول أو المخدرات.
  ٣. حالة من العجز عن الحكم العقلاني أو ضعف التمييز خلال التعامل مع موضوعات أو أفكار أساسية.
- كما يتحدد الإدمان بعدد من الأعراض مثل الخضوع والانسحاب والاعتمادية مع وجود مشكلات اجتماعية واضطرابات نفسية (O'brien, 2010; Holden, 2001; Shin, Kim& Jung, 2011)، وقد أشار روزجونجك وآخرون (Rozgonjuk, Rosenvald, Janno & Täht, 2016) إلى أنه لا توجد محكات رسمية وذلك حتى تاريخ نشر بحثهم، لتحديد المدمن من غير المدمن في استخدام الهواتف الذكية، وحاليا فإنه ليس فقط عامة الناس بل الاكينيكيين أيضا يستخدمون مصطلح "إدمان" عندما يكرر الفرد سلوكا ما بشكل به نوع من الهوس مما ينتج عنه أنشطة يومية مزعجة، تماما مثل إساءة استخدام المواد (Kwon et al., 2013a)، وفي الإصدار الخامس للدليل التشخيصي للاضطرابات النفسية DSM-5 تم اعتبار الإدمان على أساس أثاره النفسية والعصبية، وتم إقرار أنشطة الإنترنت مثل الألعاب والمحادثات والإباحية، هي جميعها تعتبر من الإدمان مثلها مثل المخدرات وإساءة استخدام المواد، علاوة على ذلك فقد أصبح الإنترنت متاحا بكل سهولة على أجهزة الهواتف الذكية وأصبح إدمان الهواتف الذكية ظاهرة آخذة في التزايد (National Information Society Agency, 2012).

لقد تطورت صناعة الهواتف المحمولة أو النقالة بشكل كبير، وأصبحت مجالا للتنافس بين الشركات التي تصنعها، هذا التنافس الشديد أدى إلى سباق متنامي في توفير عدد غير محدود من الخدمات والإمكانات التي توفرها هذه الأجهزة من خلال عدد كبير جدا من التطبيقات التي يتم تحميلها بكل سهولة على الهواتف الذكية.

جمال جادو: إدمان الهواتف الذكية كمنهج باضطراب الشخصية التنبئية والحساسية الانفعالية....

مع هذا التطور الرهيب لأجهزة الهواتف الذكية، أصبحت معه هذه الهواتف أسلوباً للحياة وليس فقط مجرد هواتف للاتصالات، لكنه أصبح جهاز كمبيوتر وجهاز ألعاب وسماع الأغاني ومشاهدة الفيديوهات المختلفة وجهازاً للحصول على المعلومات بكل سهولة في أي وقت وأي مكان والعديد من الاستخدامات الأخرى. ومع الأخذ في الاعتبار هذه الإمكانيات فقد أصبحت هذه الهواتف سبباً لانتشار المشكلات الاجتماعية والنفسية وظهور العديد من أعراض الإدمان كالنوم والانسحاب والعجز في تأدية الأنشطة والمهام اليومية (Park & Lee, 2012).

وعن أضرار استخدام الهواتف الذكية، فقد ذكر أمين (٢٠١٨) أن الهواتف الذكية الإنترنت يؤثران على مهارات التواصل والقدرات الانفعالية للبشر وأن هناك خطر محقق فيما يخص ضعف مهارات التواصل، حيث يصبح هؤلاء الأفراد منعزلين عن الآخرين وعن مشاعرهم، كما أنه يوجد تأثير لهذه الهواتف على نمو الدماغ في مرحلتها الطفولة والمراهقة إلا أن نوعية هذا الخطر وشدة خطورته لا زالت تحت البحث والدراسة بسبب حداثة وجود هذه الهواتف وانتشارها الواسع بين الناس، وأشار كوون وآخرون (Kwon et al., 2013b) إلى أن إدمان الهواتف الذكية يسبب العديد من المشكلات الجسدية والنفسية والاجتماعية، وهو في ذلك يتشابه تماماً مع إدمان الإنترنت، كما أن الناس يستخدمونه خلال مرورهم الشوارع الخطرة وخلال قيادتهم للسيارات مما يتسبب في العديد من الحوادث (Sim & Kim, 2011).

كما أشارت دراسة قوس وجريفز، ودراسة بارك ولي إلى أن الهاتف الذكي يؤدي إلى الإحساس بالوحدة النفسية والاكتئاب ويؤثر على مستوى تقدير الذات والسعادة النفسية (Kuss & Griffiths; Park & Lee, 2012)، كما أن إدمان مواقع التواصل الاجتماعي الإنترنت يؤثران على مستوى الاندفاعية وفعالية الذات لدى مستخدمي الهواتف الذكية (Wu, Cheung, Ku & Hung, 2013)، هذا بالطبع بخلاف صفات الإدمان مثل التوتر والانسحاب وضعف السيطرة والعجز في أداء الأنشطة والمهام اليومية (Kuss & Griffiths, 2011)، كما أنه يقلل من مستوى الصحة النفسية والعلاقات الشخصية وضبط الذات ويزيد من الضغوط الحياتية (Kim & Lee, 2012).

كما أنه يؤثر على سمة الاستقلالية (Kim et al., 2012)، والتوجه نحو الفضاء الإلكتروني – Cyberspace Oriented Relationship وظهور التوتر والاحتياج الشديد واضطراب الحياة اليومية (Kwon et al., 2013b)، ويسبب الاكتئاب والقلق (Kim et al., 2018).

## ثانياً: اضطراب الشخصية التجنبية

يقع اضطراب الشخصية التجنبية في الدليل التشخيصي للاضطرابات النفسية DSM-5 في الفئة (C) من اضطرابات الشخصية، ولم يحدث تغيير في تصنيفها وموقعها عما كان موجوداً في النسخة الرابعة من الدليل DSM-IV.

وقد أشار وينبريخت وآخرون (2016) Weinbrecht, Schulze, Boettcher & Renneberg إلى أن هذه الفئة الثالثة من الدليل تميز اضطرابات الشخصية بسمتين أساسيتين، الأولى هي عجز في الوظائف الشخصية، والثانية هي وجود سمات شخصية مرضية.

السمات الأساسية لاضطراب الشخصية التجنبية كما أوردها الدليل التشخيصي للاضطرابات النفسية النسخة الخامسة هي تجنب المواقف الاجتماعية وكبت العلاقات البينشخصية بسبب الإحساس بعدم الكفاءة، والقلق الشديد تجاه التقييم السلبي والنقد والرفض من قبل الآخرين، والخوف من السخرية والإحراج، مع وجود مشكلات في الهوية والتوجه الذاتي والتعاطف أو المودة مع سمات أخرى غير تكيفية في مجال الفعالية السلبية والانفصال (American Psychiatric Association, 2013).

وقد ظهر هذا الاضطراب لأول مرة في الإصدار الثالث للدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية عام ١٩٨٠م، أما أعراضه في الإصدار الرابع فتؤكد على أن هذه الشخصية تتميز بوجود نمط متغلغل من الكف الاجتماعي ومشاعر عدم الكفاية، وإحساس مبالغ فيه نحو التقييم السلبي، وعلى سبيل المثال فإن خوفهم من النقد وعدم القبول يؤدي إلى تجنبهم المواقف المهنية التي تؤدي بهم إلى تلاحم واضح مع الآخرين، وبسبب نظرهم لذاتهم على أنهم غير كفاء اجتماعياً، فإنهم يشعرون بالنقص في مواجهة الآخرين فإن لديهم قلق إزاء رفضهم، ويحجمون عن الانخراط في علاقات اجتماعية إلى أن يتلقوا إشارة واضحة بأنهم سوف يلقون حداً مناسباً من القبول، وهم كثيرون النقد للذات وقليل الاعتبار والتقدير لأنفسهم وضعيفي الثقة بالنفس، وتسيطر عليهم الحيرة عند اتخاذ أي قرار، لذلك يتجنبون أداء أي عمل جديد، وعندما يكونون في موقف اجتماعي أو يشرعون في تطوير علاقة صداقة أو ألفة يتصرفون بطريقة تتميز بالكبت والقمع (عبدالرحمن، ٢٠٠٠).

ويعرف اضطراب الشخصية التجنبية بأنه الشعور السلبي بالذات والشعور السلبي تجاه العلاقات الشخصية مع الإحساس بالخوف من الرفض والنقد والإذلال (Eikenaes et al., 2016).

وذكر كرامر وآخرون (2006) Cramer et al. أن الأفراد الذين لديهم درجات مرتفعة من اضطراب الشخصية التجنبية يظهرون درجات مرتفعة من تجنب التفاعلات الاجتماعية حيث أنهم ينظرون إلى أنفسهم على

جمال جادو: إدمان الهواتف الذكية كمنهج باضطراب الشخصية التجنبية والحساسية الانفعالية....

أهم غير مرغوب فيهم، ويفضلون العزلة عن الآخرين، وأنه بالمقارنة مع اضطرابات الشخصية الأخرى فهو يرتبط بمستويات مرتفعة من ضعف أداء الأنشطة الحياتية اليومية.

وسمة تشابه بين اضطراب الشخصية التجنبية والفوبيا الاجتماعية، وقد حاولت العديد من الأبحاث والدراسات في المجال التفرقة بينهما، ففي دراسة أيكينيس وآخرين (Eikenaes et al., 2015) ذكروا أن كلا الاضطرابين يرتبطان بخبرات الطفولة، وأن اضطراب الشخصية التجنبية يرتبط بإهمال شديد في الطفولة مقارنة بالفوبيا الاجتماعية، وأن اضطراب الشخصية التجنبية يبدأ في سن البلوغ ويتميز بالكبت الاجتماعي والإحساس بعدم الأهلية والحساسية المفرطة تجاه النقد والخوف من فعل شيء ما لا اعتقاده بأنه سيسبب له الإهانة أو الحرج، ويتصف أيضا بالخجل.

وأشار أيكينيس وآخرون أن كلا الاضطرابين يرجعان بشكل عام لنفس الأسباب والظروف، وكلاهما يرتبط بالمشكلات الشخصية، وأن البعض يعتبرهما حالات أو مظاهر لاضطراب القلق الاجتماعي بمستويات مختلفة من الشدة إلا أنه لا يوجد دليل واضح قوي على ذلك، ويتشابه الأشخاص الذين لديهم أحد هذين الاضطرابين في أنهم لا يرغبون في تطوير علاقات عاطفية في حياتهم أو أنهم لا يقدمون بشكل كبير على الزواج، ويوجد لديهم مستويات منخفضة من المساندة الاجتماعية والمودة وتعبير انفعالي وإفصاح عن الذات منخفضين مع وجود علاقات اجتماعية قليلة، وأن الأفراد الذين لديهم اضطراب الشخصية التجنبية قد مروا بخبرات من ضغوط شخصية ومشكلات شخصية أكثر من الذين لديهم فوبيا اجتماعية، وأنهم لديهم مشكلات في الثقة والمودة والقدرة على الاستمرار في العلاقات وفقدان الشعور بالتقدير من الآخرين أكثر مما يوجد لدى المصابين بالفوبيا الاجتماعية (Eikenaes et al., 2016).

وأشار هافرانيك وآخرون (Havranek et al. (2017 إلى أن اضطراب القلق الاجتماعي هو نفسه الفوبيا الاجتماعية، وأنه لا يوجد حد تشخيصي فاصل بشكل واضح بين اضطراب الشخصية التجنبية واضطراب القلق الاجتماعي، كما أشار هيربرت وآخرون (Herbert, Hope & Bellack, 1992) أن اضطراب القلق الاجتماعي هو أكثر الاضطرابات اشتراكا في الأعراض مع اضطراب الشخصية التجنبية، وذكر كوكس وآخرون (Cox, Pagura, Stein & Sareen, 2009) أن دراسة دولية توصلت إلى أن نسبة وجود الفوبيا الاجتماعية لدى الذين لديهم اضطراب شخصية تجنبية تقدر بحوالي ٤٠ %، بينما ارتفعت هذه النسب في دراسة أخرى لتصل إلى حوالي ٨٨ % (Hofmann, Newman, Ehlers & Roth, 1995)، وأحيانا تصل إلى نسبة ١٠٠ % (Herbert et al., 1992).

وأشار ريتش (2014) Reich إلى أن المرضى الذين لديهم اضطراب الشخصية التجنبية يعانون من أعراض أشد حدة من الذين لديهم اضطراب القلق الاجتماعي، وقد حاولت بعض الدراسات البحث في الفروق الكيفية بين اضطراب الشخصية التجنبية وبين الفوبيا الاجتماعية، وتوصلت إلى أن الإحساس بالنقص والسلبية من أهم العوامل النوعية الممكنة لاضطراب الشخصية التجنبية (Rettew, 2000)، ووجد ماركس وآخرون Marques et al. (2012) دليلاً على أن التحفظ أو الحذر العاطفي Emotional Guardedness قد يكون سمة محددة لاضطراب الشخصية التجنبية ولا يوجد في الفوبيا الاجتماعية.

أما عن ثبات أعراض اضطراب الشخصية التجنبية، فالنتائج المبدئية في هذا الموضوع استقرت على أن ثبات أعراض هذا الاضطراب ما بين بسيطة إلى متوسطة (Weinbrecht, et al., 2016)، وفي دراسة طويلة أجراها كل من هالكويست ولينزينوجر (Hallquist & Lenzenweger, 2013) استمرت لمدة أربع سنوات على عدد من الراشدين الذين لديهم اضطرابات شخصية تجنبية، وجد أن نسبة ٤١ % من عينة الدراسة استمرت لديهم الأعراض طوال فترة الدراسة، وفي دراسة أخرى استمرت الأعراض لمدة عشر سنوات وكانت شدة الأعراض متوسطة (Hopwood, 2013)، وأشار وينبريخت وآخرون (Weinbrecht et al., 2016) إلى أن أعراض اضطراب الشخصية التجنبية مثل الإحساس بعدم الكفاءة والخوف من النقد السلبي وأنماط من سمات العجز الاجتماعي، جميعها تثبت عبر الزمن ويمكن أن تتطور في مراحل حياتية لاحقة.

### ثالثاً: الحساسية الانفعالية

هي حالة وجدانية حادة يعبر عنها بسلسلة من المشاعر التي تترجم على أنها تحمل المسؤولية بشكل واع، واكتشاف النفس وترتبط ارتباطاً وثيقاً بالناحية العقلية وعلى نحو أدق بمخاطبة الذكاء، فكلما زاد مستوى التفكير زادت معه الحساسية الانفعالية (الداهري، ٢٠٠٥)، وتعرف الحساسية الانفعالية بأنها مهارة استقبال انفعالات الآخرين وقراءة وتفسير رسائلهم الانفعالية غير اللفظية (في: أبو منصور، ٢٠١١)، وعرفها أبو زعيزع (٢٠١٣) بأنها عدم قدرة الفرد على التحكم بانفعالاته وردود فعله بسبب قلة التوافق بينه وبين البيئة المحيطة به وتكون استجاباته مبالغ فيها تجاه المواقف والمثيرات التي يتعرض لها.

فهو يفسر الكلمة على أكثر مما تحتمل ويفسر النظرة والحركة بشكل مبالغ فيه، ويتسم في المواقف الضاغطة الخفيفة بتعطيل الأحكام والجدل والمشاكسة والتقلب والهوائية والافتقار إلى الثبات وسرعة التغير من حالة إلى أخرى وقلة النضج الانفعالي (أبو منصور، ٢٠١١).

وتمتاز انفعالات الشخص الحساس انفعالياً بأنها مرهفة عنيفة منطلقة متهورة لا يمكن التحكم بها لأنها مزيج من انفعالات طفلية وانفعالات راشد كبير في آن واحد (الداهري، ٢٠٠٨) والحساس انفعالياً لا يفكر ملياً قبل

التصرف، وتصرفاته أقل وعيا وتغلب عليه مستويات عالية من التحفيز والاضطرابات العاطفية والتغيرات المفاجئة (عبيد، عبد نور، ٢٠١٨).

كما أشار الإقبالي (٢٠١٨) إلى عدد من السلوكيات التي تعكس الحساسية الزائدة وهي:

- الانسحاب من الموقف خوفا على مشاعر الآخرين.
- الخوف من المجهول والقلق والاكتئاب والشعور بالإثم.
- جلد الذات والشعور بالعجز وعدم الكفاية أو النقص.

غير أن بعض الصفات تبدو إيجابية للأشخاص الحساسين انفعاليا، فهم كما ذكر أبو منصور (٢٠١١) فمنهم الهادئ الذي يفكر مليا قبل التصرف لكن يغلب عليه التغيرات المفاجئة والاضطراب العاطفي، ومنهم أيضا الذي يعاني من سوء التفاعل والتوتر العاطفي. وفي هذا السياق فقد أشار جوارينو (2003) Guarino إلى وجود عاملين للحساسية الانفعالية، أحدهما إيجابي يعبر عن التوجه نحو الآخرين ويمكن نظريا أن يرجع إلى التعاطف، والآخر سلبي يعبر عن التمرکز حول الذات، إلا أن الحساسية الإيجابية ليس لها تأثير مباشر على المخرجات الصحية، في حين أن الحساسية السلبية تعتبر منبئا قويا للأعراض المرضية الجسمية والنفسية.

وقد أشار ديبروسكي إلى الصفات المختلفة للذين لديهم حساسية انفعالية مفرطة، وحدد عدة مكونات أساسية هي؛ المجالات النفسحركية والحسية والعقلية والتخيلية، في المجال النفسحركي يغلب عليهم زيادة في الطاقة والحماس والحديث المندفع والكلام السريع، فهم يشعرون بضغط من أجل الحركة وعادة يتصرفون باندفاع، وفي المجال العقلي يميلون إلى الاكتشاف والبحث عن الحقيقة، ويكون لديهم فضول في معرفة الأشياء كما أنه يتصف تعلمهم بالقراءة العميقة والأسئلة الدقيقة، أيضا لديهم اهتمام بالأخلاق والقيم العالية، وفي المجال التخيلي نجد أن الأفراد الحساسين يستمتعون باللعب الحر في خيالهم ويهتمون بالتصوير ومستغرقين في الأحلام الخيالية، وفي المجال الجسدي يكون لديهم إفراط في الأكل والشرب والمرح المجهد، وفي النهاية يتضمن المجال الانفعالي المشاعر الإيجابية والسلبية الحادة والمشاركة العاطفية مع مشاعر الآخرين والحساسية للظلم والشعور بالذنب والشك والوسوسة ومشاعر عدم الكفاية (في: الإقبالي، ٢٠١٨).

كما ذكر حمزة (٢٠١٦) أن الحساسية الزائدة هي أن يستجيب الشخص بشكل مبالغ فيه وأن يشعر بأنه ينفعل بسهولة ولا يقبل النقد أو التقييم دون الشعور بالأذى بطرق مختلفة منها الحزن أو الخجل أو الانسحاب والغضب، وعندما تزداد الحساسية في الشخصية، أي كثرة الحذر واليقظة تصبح تفسيراتها سيئة تجاه الآخرين فيأخذون أحيانا بتحليلات الحديث تحليلات غير واقعية وغير معقولة، وهذا يدفعهم للشك والريبة بكل أفعال الناس وحتى المقربين منهم مما يسهم في تقويض وتدمير علاقتهم مع الآخرين، ومع التقدم في العمر تصبح هذه

الشخصية أكثر شكا ورغبة في الناس، والأشخاص الحساسون انفعاليا يكونون عرضة للمعاناة من الاكتئاب المتكرر والقلق أو غيره من الاضطرابات النفسية، إنهم يعطون للأشياء صدى لا تستحقه، ويظهر عليه هذا الصدى في صورة تفاعلات نفسية واحمرار واصفرار في الوجه لأقل سبب، وزيادة ضربات القلب وظهور اضطراب واضح عليه.

### الدراسات السابقة

أجرى كوون وآخرون (Kwon et al., 2013b) دراسة هدفت إلى تطوير مقياس من نوع التقرير الذاتي يمكن به تمييز وقياس إدمان الهواتف الذكية، وقد تم تطوير هذا المقياس من المقياس الكوري K-Scale لإدمان الإنترنت، تكونت عينة الدراسة من (١٩٧) مشاركا من أعمار مختلفة تراوحت ما بين (١٨ - ٥٣) سنة، (٦٤) ذكورا، (١٣٣) من الإناث، جميع المشاركين من المنتمين للبيئة الجامعية ما بين طلاب وعاملين، بأعداد (٨١) من الكبار العاملين، (١١٦) من الطلاب، تم التحقق من معدلات الصدق والثبات لمقياس إدمان الهواتف الذكية المطور، وأشارت النتائج إلى ارتفاع نسب إدمان الهواتف الذكية لدى الشرائح العمرية المختلفة.

وفي دراسة أخرى لكوون وآخرين (Kwon et al., 2013a) هدفت إلى تقنين مقياس إدمان الهواتف الذكية، وتحديد نقطة قطع للمقياس، ودراسة علاقة إدمان الهواتف الذكية بمتغيرات أخرى، تكونت عينة الدراسة من (٥٤٠) طالبا بمتوسط عمر (١٤,٥) سنة، (٣٤٣) من الذكور، (١٩٧) من الإناث، تم التحقق من صدق المقياس وثباته بعدة طرق، وتم التوصل إلى أن إدمان الهواتف الذكية له العديد من الأضرار فهو يؤثر بالسلب على سمة الاستقلالية، ويتسبب في ظهور العديد من المشكلات والاضطرابات كالانسحاب والتوتر وضعف العلاقات الشخصية والأنشطة اليومية.

كما أجرى الجمعة (٢٠١٤) دراسة تهدف إلى الكشف عن العلاقة بين إدمان الإنترنت وعدد من اضطرابات الشخصية (الشخصية الهستيرية - الشخصية الاعتمادية - الشخصية التجنبية - الشخصية الحدية)، تكونت عينة الدراسة من (١٥٥) طالبا جامعا بمتوسط عمر (١٩) سنة، وقد تم تقسيم العينة إلى مجموعتين؛ مدمني إنترنت وغير مدمنين، بلغ عدد المدمنين (٥٠) طالبا، وغير المدمنين (١٠٥) طالبا، طبق عليهم مقياس اضطرابات الشخصية لجوناثان دوسن وإعداد وترجمة عبدالله عسكر، ومقياس إدمان الإنترنت من إعداد وتصميم الجمعة، وقد توصلت الدراسة إلى عدد من النتائج كما يلي: وجود فروق في اضطراب الشخصية الهستيرية والاعتمادية والتجنبية والحدية لصالح عينة الطلاب مدمني الإنترنت حيث كانت مستويات هذه الاضطرابات لديهم أعلى من مستوياتها لدى غير المدمنين بشكل دال إحصائيا، وظهر مستوى الاعتمادية مرتفعا لدى المجموعتين.

وفي دراسة أجراها روزجونجك وآخرون (Rozgonjuk et al. (2016) هدفت إلى تطوير نسخة مختصرة من المقياس الإيستوني لإدمان الهواتف الذكية ودراسة تأثير بعض المتغيرات على إدمان الهواتف الذكية، تكونت

جمال جادو: إدمان الهواتف الذكية كمنهج باضطراب الشخصية التجنبية والحساسية الانفعالية....

عينة الدراسة من (٧٦٧) مشاركا بمتوسط عمر (٢٦,١) سنة، ومثل الذكور ما نسبته ٢٢٪ من إجمالي العينة، تم التحقق من معدلات الصدق والثبات لمقياس إدمان الهواتف الذكية، وتوصلت الدراسة إلى أن الإناث أكثر إدمانا للهواتف الذكية من الذكور وأرجع الباحثون ذلك إلى أنهن أكثر نشاطا اجتماعيا من الذكور، كما توصلت الدراسة إلى أن الذين يستخدمون تطبيقات التواصل الاجتماعي هم الأكثر إدمانا للهواتف الذكية، ولم يتأثر إدمان الهواتف الذكية بالمستوى التعليمي، وأن صغار السن والمراهقين أكثر استخداما للهواتف الذكية الإنترنت من كبار السن.

كما قامت عرعار (٢٠١٦) بدراسة بحثت فيها عن علاقة إدمان الهواتف الذكية بالاغتراب لدى عينة تكونت من (٨٠) طالبا جامعيًا، ودراسة تأثير متغيرات السن والجنس والمستوى الجامعي، تم استخدام مقياس لإدمان الهواتف الذكية وآخر لقياس الاغتراب من إعداد الباحثة، وقد توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية بين إدمان الهواتف الذكية والاغتراب لدى طلاب الجامعة، ولم يتأثر إدمان الهواتف الذكية والاغتراب بعوامل الجنس والمستوى الجامعي، بينما تأثر إدمان الهواتف الذكية فقط بعامل السن لصالح الأكبر سنًا.

وأجرى كل من بوموسليه وجالوك (Boumosleh & Jaalouk, 2017) دراسة تهدف إلى تقييم مدى انتشار أعراض إدمان الهواتف الذكية، والتحقق مما إذا كان كل من القلق والاكتئاب يتسببان في إدمان الهواتف الذكية لدى طلبة الجامعة، تكونت عينة الدراسة من (٦٨٨) طالبا جامعيًا بمتوسط عمر (٢٠,٦٤) سنة، مثل منهم الذكور نسبة ٥٣ ٪، تم تطبيق استبانة تشتمل على عدة جوانب لقياس إدمان الهواتف الذكية وغطت الشخصية وبعض من سلوكيات الحياة والمتغيرات الديموجرافية، توصلت الدراسة إلى عدد من النتائج من أهمها ظهور معدلات مرتفعة من السلوك القهري المرتبط باستخدام الهواتف الذكية وكذلك الضعف الوظيفي والأعراض الانسحابية، ٣٥,٩٪ يشعرون بالتعب من الإفراط في استخدام الهواتف الذكية، ٣٨,١٪ انخفضت لديهم جودة النوم، ٣٥,٨٪ قلت لديهم ساعات النوم بسبب استخدام الهواتف الذكية، ولم يتأثر إدمان الهواتف الذكية بعدة متغيرات كالجنس والمعدل التراكمي وعادات أساليب الحياة وتناول الكحوليات، في حين ارتبط القلق والاكتئاب بإدمان الهواتف الذكية.

وقام حسن (٢٠١٧) بدراسة هدفت إلى التعرف على مستويات إدمان الهاتف الذكي، وجودة الحياة، والشعور بالوحدة النفسية لدى طالبات الجامعة، والكشف عن طبيعة العلاقة بين جودة الحياة والشعور بالوحدة النفسية لديهن، والفروق بين الطالبات مرتفعات ومنخفضات إدمان الهاتف الذكي في كل من جودة الحياة والشعور بالوحدة النفسية، وتكونت عينة الدراسة من (٢٣٤) طالبة جامعية، طبق عليهن مقياس إدمان الهواتف الذكية من إعداد الباحث، ومقياس لجودة الحياة وآخر للشعور بالوحدة النفسية، توصلت الدراسة إلى أن مستوى



إدمان الهاتف الذكي، والشعور بالوحدة النفسية بين الطالبات أقل من المتوسط، وظهر مستوى جودة الحياة بينهن أعلى من المتوسط، ووجدت فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات مرتفعات ومنخفضات إدمان الهواتف الذكية في جودة الحياة لصالح منخفضات إدمان الهواتف الذكية، كما وجدت فروق دالة إحصائية بين مرتفعات ومنخفضات إدمان الهواتف الذكية في الوحدة النفسية لصالح مرتفعات إدمان الهواتف الذكية.

وأجرت الفيلكاوي (٢٠١٧) دراسة هدفت إلى التعرف على أهم المشكلات المرتبطة باستخدام الهاتف الذكي لدى طالبات الجامعة، ومعرفة العوامل التي تؤدي إلى إدمان الهواتف الذكية، والفروق بين مدمنات الهواتف الذكية وغير مدمناتها في عدد من المشكلات النفسية، وتأثير السن والتخصص العلمي على إدمان الهواتف الذكية، تكونت عينة الدراسة من (٣٠٦) طالبة تتراوح أعمارهن بين (١٨-٢٤) سنة، تم تقسيمهن إلى مجموعتين، مدمنات للهواتف الذكية (استخدام مرتفع) وعددهن (٢٠٢) طالبة، وغير مدمنات (استخدام منخفض) وعددهن (١٠٤) طالبة، تم استخدام مقياس إدمان الموبايل من إعداد الباحثة، ومقياس المشكلات النفسية من إعداد الباحثة، أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية دالة بين إدمان الهواتف الذكية والمشكلات النفسية (التوافق الاجتماعي - التفاؤل - الاتزان الانفعالي - تحقيق الذات - التحصيل والإنجاز الأكاديمي)، ولم يؤثر اختلاف التخصص العلمي على إدمان الهواتف الذكية، كما وجدت فروق دالة إحصائية بين مدمنات الهواتف الذكية وغير المدمنات في جميع المشكلات النفسية ما عدا التحصيل والإنجاز الأكاديمي وكانت الفروق لصالح المدمنات.

وفي دراسة أخرى أعدتها الفيلكاوي (٢٠١٨) هدفت إلى معرفة العلاقة بين إدمان الموبايل كوسيلة من وسائل الاتصال على مستوى انتباه سائقي المركبات وحركة المرور والسير لدى عينة من طلاب جامعة الكويت. تكونت عينة الدراسة من (٨٨٠) طالبا، (٤٤٠) مدمنين (استخدام مرتفع للهواتف الذكية)، (٤٤٠) غير مدمنين (استخدام منخفض)، تتراوح أعمارهم ما بين (١٨-٢٤) سنة، تم استخدام مقياس إدمان الموبايل من إعداد الباحثة، توصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائية بين مرتفعي إدمان الهواتف الذكية ومنخفضيه في كل من مستوى الانتباه وقيادة المركبات لصالح مرتفعي مستوى الإدمان، كما وجدت علاقة ارتباطية بين إدمان الهواتف الذكية والانتباه وقيادة المركبات والحركة المرورية.

وأجرت هلال والرواشدة (٢٠١٨) دراسة هدفت إلى بحث العلاقة بين إساءة استخدام الهواتف الذكية وكل من المهارات الاجتماعية والقلق لدى عينة بلغت (٢٠٠) طالبا جامعا، (٥٢) من الذكور، (١٤٨) من الإناث، تم استخدام مقياس إساءة استخدام الهواتف الذكية ومقياس القلق لسيلبرجر ومقياس المهارات الاجتماعية، توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية وسالبة بين إساءة استخدام الهواتف الذكية وكل من المهارات الاجتماعية والقلق، وأمكن التنبؤ بإساءة استخدام الهواتف الذكية من خلال القلق والمهارات الاجتماعية.

جمال جادو: إدمان الهواتف الذكية كمنهج باضطراب الشخصية التجنبية والحساسية الانفعالية....

وقامت قسماس (٢٠١٨) بدراسة هدفت إلى معرفة تأثير استخدام الهواتف الذكية على الاتصال الأسري من خلال الكشف عن الدوافع والإشاعات المتحكمة في استخدامهم، بالإضافة إلى التأثيرات الناجمة عن استخدامها كمحاولة لإبراز ذلك على شكل الاتصال والتواصل داخل الأسرة الجزائرية، وكذلك قام الباحث بوضع عدد من المقترحات كحلول وقائية لردع مشكلة الإدمان على الهواتف الذكية، تم تطبيق استبيان من تصميم الباحث على عينة مكونة من (١٠٠) فرداً، وقد تم التوصل إلى أن الهاتف الذكي لم يؤثر بالشكل الكبير والواضح في درجة العلاقة الاتصالية للأسرة الجزائرية لمختلف متغيرات الدراسة.

وأجرى كاربونيل وآخرون (Carbonell, Chamarro, Oberst, Rodrigo & Prades, 2018) دراسة هدفت إلى التحقق من مستوى انتشار إدمان الهواتف الذكية الإنترنت ودراسة تأثير عدد من المتغيرات عليه، خلال الفترة من ٢٠٠٦م حتى ٢٠١٧م من خلال مراجعة نتائج الدراسات المشابهة خلال هذه الفترة، توصلت الدراسة إلى ارتفاع نسب إدمان الهواتف الذكية الإنترنت مع التقدم الزمني وفقرت نسب الإدمان بشكل كبير في عام ٢٠١٣م، وأن الإناث يتفوقن على الذكور بشكل كبير في استخدام الهواتف الذكية وخاصة تطبيقات وسائل التواصل الاجتماعي، وأنه خلال الفترة من ٢٠٠٦م حتى ٢٠١٣م، لم تكن المشكلات المترتبة على استخدام الهواتف الذكية كبيرة، ولكنها زادت بشكل ملحوظ بعد عام ٢٠١٣م، وأن استخدام الإنترنت والهواتف الذكية يتأثر بالعوامل الاجتماعية الثقافية.

وأجرى كارفالهو وآخرون (Carvalho, Sette & Ferrari, 2018) دراسة هدفت إلى البحث في العلاقة بين الاستخدام المفرط للهواتف الذكية وسمات الشخصية المرضية، تكونت عينة الدراسة من (٦٠٩٦) مشاركاً، تم استخدام عدد من المقاييس لقياس السمات المرضية ومقياس لإدمان الهواتف الذكية، وجد حجم تأثير ما بين بسيط إلى متوسط، وقد وجدت الاندفاعية بنسبة ٩٧,٢٦٪ لدى مدمني الهواتف الذكية، ووجدت العصائية بنسبة ٥٨,٨٩٪ لديهم.

وفي دراسة لكيم وآخريين (Kim et al., 2018) هدفت إلى دراسة العلاقة بين إدمان الهواتف الذكية وإدمان الإنترنت وبين بعض مشكلات واضطرابات الصحة النفسية، تكونت عينة الدراسة من (٤٨٥٤) فرداً، طبق عليهم المقياس الكوري لإدمان الإنترنت ومقياس إدمان الهواتف الذكية، وقائمة الأعراض المرضية (٩٠)، تم تقسيم عينة الدراسة إلى ثلاث مجموعات، مدمني الإنترنت ومدمني الهواتف الذكية، ومجموعة الاستخدام الطبيعي، أظهرت النتائج وجود مستوى مرتفع من الاكتئاب والقلق لدى مدمني الهواتف الذكية ومدمني الإنترنت، ووجدت علاقة قوية بين إدمان الهواتف الذكية وكل من الاكتئاب والقلق، وظهرت هذه العلاقة أقوى مما ظهرت عليه بين

إدمان الإنترنت والاكنتاب والقلق مما يؤكد على أن إدمان الهواتف الذكية الإنترنت يسببان الاكنتاب والقلق وأنه يجب وضع سياسات للحد من استخدام الهواتف الذكية الإنترنت.

وأجرت هاشم (٢٠١٨) دراسة للكشف عن التأثيرات السلبية الناجمة عن إدمان الأطفال على الأجهزة اللوحية، وكذلك التعرف على الفروق بين الأطفال في الإدمان على الأجهزة اللوحية وفقا لمتغير الجنس، تكونت عينة الدراسة من (٣٠٠) طفلا، واعتمدت الباحثة على أسلوب المقابلة كوسيلة لجمع البيانات، توصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج من أهمها أن إدمان الأجهزة اللوحية يسبب العديد من المشكلات الصحية والنفسية والاجتماعية للأطفال وهذا ما بدا واضحا بأطفال مجتمع الدراسة بأكمله، وتوصلت الدراسة إلى أن الإناث أكثر إدمانا على استخدام الأجهزة اللوحية من الذكور.

وأجرى سيتياي وآخرون (Setiadi, Tini, Sukamto & Kalsum, 2019) دراسة هدفت إلى البحث في العلاقة بين إدمان الهواتف الذكية والاضطرابات النفسية الانفعالية لدى عينة من الطلاب بالمرحلة الثانوية بلغت (١٢٧) طالبا، تم استخدام النسخة المختصرة للمقياس الكوري لإدمان الهواتف الذكية ومقياس الاضطرابات النفسية الانفعالية، توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية بين إدمان الهواتف الذكية والاضطرابات النفسية الانفعالية كالنعاطف والاكنتاب وتقدير الذات، كما أنه يؤثر على قوة الإبصار والسمع وجودة النوم.

وفي دراسة أجراها ألاني وآخرون (Alavi et al., 2020) هدفت إلى البحث في العلاقة بين إدمان الهواتف الذكية والاضطرابات النفسية، ومعرفة إمكانية التنبؤ بإدمان الهواتف الذكية من خلال الاضطرابات النفسية، تم تناول عدد من الاضطرابات النفسية مثل الاكنتاب الجسيم والهوس والقلق واضطراب ما بعد الصدمة واضطراب الشخصية التجنبية والاضطرابات الجسدية والشخصية الهستيرية والفصامية واضطراب الشخصية السادية، تكونت عينة الدراسة من (١٤٠٠) طالبا جامعا تتراوح أعمارهم ما بين (١٨-٣٥) سنة بمتوسط عمر (٢٥,١٧) سنة، بنسبة ٦٨,٢٪ من الإناث، ٣١,٨٪ من الذكور، تم استخدام استبيان إدمان الهواتف الذكية واستبيان آخر لتشخيص اضطرابات الشخصية إعداد ميلون، ومقابلات باستخدام الوسائل الإلكترونية، توصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج من أهمها أن الإناث أكثر استخداما للهواتف الذكية من الذكور وأكثر عرضة لمخاطر إدمانه، وأن غير المتزوجين أكثر استخداما للهواتف الذكية وعرضة لمخاطر إدمانه من المتزوجين، وأشارت النتائج إلى ارتباط العديد من اضطرابات الشخصية بإدمان الهواتف الذكية، وأنه يمكن التنبؤ من خلالها به، وكانت اضطرابات الاكنتاب والقلق والشخصية القهرية أكثرها في القدرة على التنبؤ بإدمان الهواتف الذكية، ولم يرتبط ضغوط ما بعد الصدمة واضطراب الذعر وفقدان الشهية العصبي والشره العصبي بإدمان الهواتف الذكية بشكل دال إحصائيا.

## تعقيب على الدراسات السابقة

تناولت الدراسات السابقة في موضوع إدمان الهواتف الذكية عدة جوانب، فمنها ما كان يهدف إلى بناء أدوات لقياس إدمان الهواتف الذكية وتحديد معاييرها ووضع درجات قطع لتوصيف المدمن من غير المدمن في استخدام الهواتف الذكية، كما هدفت في عدد منها إلى قياس مدى انتشار إدمان الهواتف الذكية بين فئات مختلفة من الشرائح العمرية ولكن كان أغلبها فئة المراهقين وطلاب الجامعة، وهدفت في عدد آخر إلى قياس العلاقة الارتباطية بين إدمان الهواتف الذكية والكثير من الاضطرابات والمشكلات النفسية والجسدية.

اختلفت الشرائح العمرية لعينات الدراسات السابقة، حيث تم قياس إدمان الهواتف الذكية على الأطفال والمراهقين والشباب وغيرهم، ولكن اهتمت هذه الدراسات بشكل أكبر بدراسة إدمان الهواتف الذكية لدى فئات المراهقين وطلاب الجامعة، وقد تعددت الأدوات التي استخدمت لقياس إدمان الهواتف الذكية كقياس كوون وآخرين المشتق من المقياس الكوري بنسخته الكاملة والمختصرة، والمقياس الإيستوني وعدد آخر من المقاييس التي تم إعدادها في عدد من الدراسات ولكن لم يتم نشرها، ويعتبر من أفضل الأدوات التي تم إعدادها لقياس إدمان الهواتف الذكية هو ما وضعه كوون وآخرون للكثير من الأسباب من أهمها كثرة التجريب في عدة دراسات وعلى شرائح عمرية مختلفة وتقنين المقياس على أعداد كبيرة من هذه العينات واستخدام أساليب إحصائية متقدمة في تقنيته، كما أنه من المقاييس القليلة التي حددت درجات قطع للفصل ما بين المدمن من غير المدمن في استخدام الهواتف الذكية.

أشارت نتائج الدراسات السابقة إلى ارتفاع معدلات انتشار إدمان الهواتف الذكية لدى مختلف الشرائح العمرية التي طبقت عليها هذه الدراسات وخاصة بين طلاب الجامعة، وأن هذه المعدلات قفزت بشدة بعد عام ٢٠١٣م، وفي أغلب الدراسات التي تناولت الفروق بين الذكور والإناث ظهرت الإناث أكثر إدماناً للهواتف الذكية من الذكور، كما أشارت نتائج الدراسات السابقة إلى ارتباط إدمان الهواتف الذكية بالعديد من الاضطرابات والمشكلات النفسية والمشكلات الصحية، حيث ارتبط بالشخصية الهستيرية والاعتمادية والشخصية التجنبية والحدية والاعتراة والقلق والاكتئاب وجودة الحياة والوحدة النفسية والمهارات الاجتماعية والاندفاعية ومستوى الانتباه وعدد من المشكلات الجسدية كضعف الإبصار وضعف السمع، كما تمكن عدد من الدراسات السابقة من قياس إمكانية التنبؤ بإدمان الهواتف الذكية من خلال عدد من الاضطرابات النفسية.

اتفقت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في دراسة انتشار إدمان الهواتف الذكية لدى طلاب الجامعة، وفي دراسة الفروق بين الذكور والإناث في إدمان الهواتف الذكية، وعلى الرغم من اهتمام الدراسات السابقة بدراسة تأثير الهواتف الذكية على الحياة النفسية والانفعالية لدى الأفراد، إلا أن القليل منها الذي تناول تأثيرها

على اضطراب الشخصية التجنبية والحساسية الانفعالية، كما أن الدراسات التي اهتمت بالعلاقات التنبؤية لموضوع إدمان الهواتف الذكية تناولتها كمتغير تابع وليس كمتغير مستقل، في حين يرى الباحث ضرورة قياس إمكاناتها التنبؤية كمتغير مستقل وليس كمتغير تابع.

### فروض الدراسة

١. ينتشر إدمان الهواتف الذكية بنسب مرتفعة بين طلاب جامعة القصيم.
٢. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات الطلاب مدمني الهواتف الذكية وغير مدمنيها في اضطراب الشخصية التجنبية والحساسية الانفعالية، لصالح مدمني الهواتف الذكية.
٣. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات الطلاب الذكور ودرجات الطالبات الإناث على مقياس إدمان الهواتف الذكية لصالح الطالبات الإناث.
٤. يمكن التنبؤ بكل من اضطراب الشخصية التجنبية والحساسية الانفعالية من خلال إدمان الهواتف الذكية لدى طلاب جامعة القصيم.

### إجراءات الدراسة

#### أولاً: المنهج المستخدم في الدراسة

تم الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي لمناسبته لأهداف البحث الحالي.

#### ثانياً: عينة الدراسة

تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية من طلاب وطالبات كلية التربية بجامعة القصيم، واشتملت عينة الدراسة على عينة للدراسة الاستطلاعية لغرض دراسة الصدق والثبات للأدوات التي تم استخدامها في الدراسة الحالية، وعينة للدراسة الأساسية لاستخراج النتائج، وفيما يلي توصيف عينة الدراسة الاستطلاعية والدراسة الأساسية:

#### أ. عينة الدراسة الاستطلاعية:

تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (١٣٦) طالبا وطالبة من كلية التربية بجامعة القصيم تراوحت أعمارهم ما بين (١٨ - ٢٨) سنة بمتوسط عمر (٢١,٨٩) سنة، وانحراف معياري (٢,٢١٥).

#### ب. عينة الدراسة الأساسية:

تكونت عينة الدراسة الأساسية من (١٤٤) طالبا وطالبة (٤١ ذكور، ١٠٣ إناث) من كلية التربية بجامعة القصيم تخصصات علم النفس والتربية الخاصة والتربية البدنية، تراوحت أعمارهم ما بين (١٨-٢٩) سنة بمتوسط عمر (٢٢,١١١) سنة، وانحراف معياري (٢,٢٤٨).

### ثالثا: الأدوات المستخدمة في الدراسة

- مقياس إدمان الهواتف الذكية (النسخة المختصرة) Smartphone Addiction Scale-Short Version (SAS-SV): من إعداد كوون وآخرين (Kwon et al., 2013a)، ترجمه وأعدده للعبية الباحث الحالي.

قام كل من كوون وآخرين (Kwon et al. 2013a) باستخلاص (١٠) عبارات من المقياس الأصلي لإدمان الهواتف الذكية SAS الذي يتكون من (٣٣) عبارة وهو أيضا من إعداد كوون وعدد من زملائه، لتكون هي النسخة المختصرة لمقياس إدمان الهواتف الذكية، تم عرض النسخة الأصلية على عدد سبعة من الخبراء، ومن ثم تم استخلاص العشر عبارات التي كونت النسخة المختصرة وكانت هذه العبارات قد حصلت على نسبة اتفاق بين الخبراء بما نسبته (٠,٧٨) على الأقل، تم أيضا حساب الصدق التلازمي من خلال حساب معاملات الارتباط بين المقياس في صورته المختصرة (SAS-SV) وكل من مقياس إدمان الهواتف الذكية (SAS)، والمقياس الكوري لإدمان الإنترنت، ومقياس القابلية لإدمان الهواتف الذكية، كما تم حساب الاتساق الداخلي من خلال إيجاد معاملات الارتباط بين درجات العبارات العشرة والدرجة الكلية على المقياس، وتم حساب معاملات ثبات ألفا، وظهرت جميع القيم بما يؤكد مناسبة وصلاحية المقياس في صورته المختصرة لمقياس إدمان الهواتف الذكية، وأخيرا فقد تم احتساب درجة قطع لتفصل بين مدمني الهواتف الذكية وغير مدمنيها، فكانت درجة القطع بالنسبة للذكور (٣١)، وبالنسبة للإناث (٣٣)، علما بأن عبارات المقياس يجب عنها بستة اختيارات (أرفض بقوة، أرفض، أرفض بضعف، أقبل بضعف، أقبل، أقبل بقوة)، وكانت طريقة التصحيح درجة واحدة لاختيار أرفض بقوة ثم درجتين للاختيار الذي يليه، إلى ٦ درجات لاختيار أقبل بقوة، بمعنى أن أقل درجة على المقياس هي (١٠) درجات، وأعلى درجة هي (٦٠).

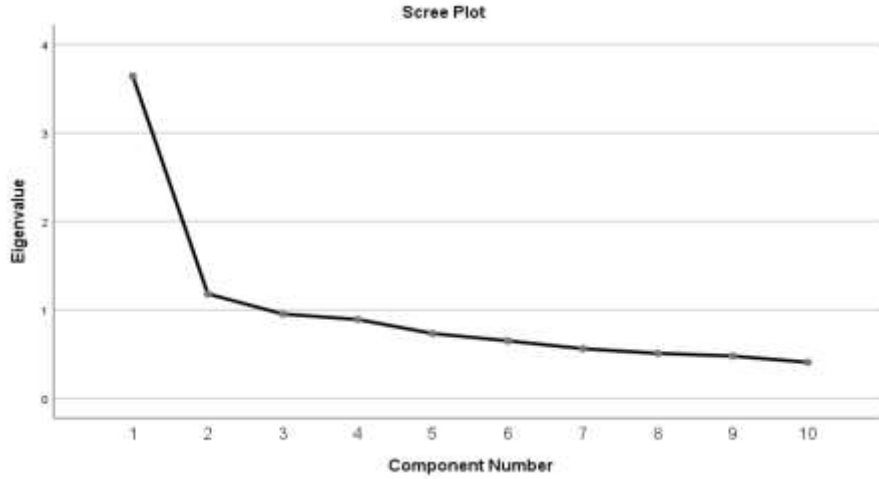
- حساب معاملات الصدق والثبات لمقياس إدمان الهواتف الذكية (النسخة المختصرة) في الدراسة الحالية:

أولا: التحقق من صدق المقياس

بعد ترجمة عبارات مقياس إدمان الهواتف الذكية - النسخة المختصرة، تم التحقق من صدق المقياس بأكثر من طريقة، حيث تم بداية عرض عبارات المقياس قبل وبعد الترجمة على مجموعة من الخبراء والمختصين في تخصص الصحة النفسية فيما يسمى بصدق المحكمين، ولم يتم التعديل في أي عبارة، ثم تم إجراء التحليل العملي الاستكشافي، لتحديد العوامل أو الأبعاد التي تنتمي لها عبارات المقياس، أو للاطمئنان على تشعب العبارات العشرة على بعد عام واحد، كما تم حساب الاتساق الداخلي لعبارات المقياس.

– البناء العاملي لمقياس إدمان الهواتف الذكية – النسخة المختصرة SAS-SV:

بعد التحقق من صلاحية البيانات وحجم العينة لإجراء التحليل العاملي الاستكشافي على المقياس من خلال إجراء اختبار التأكد من جودة القياس (Kaiser Meyer Olkin (KMO)، وكانت قيمته (٠,٨٤٤) مما يفيد بجودة القياس حيث أن قيمة اختبار KMO يجب أن تزيد على (٠,٦)، تم بعدها إجراء التحليل العاملي الاستكشافي باستخدام طريقة المكونات الأساسية لهوتلنج، وتم استخدام التدوير المتعامد بطريقة الفاريماكس وقد أسفر التحليل عن وجود عاملين جذورهما الكامنة تزيد عن الواحد الصحيح، كما يتضح من شكل (١)، تم استبعاد عامل منهم لأن عدد العبارات المتشعبة بهذا العامل تشبعا دالا كان عبارة واحدة، ونفس العبارة لها تشبوع دال على البعد أو العامل الآخر، لذا لم يتم استبعاد أية عبارات بناء على هذه النتيجة، وقد أخذ الباحث مستوى الدلالة ما يزيد على (٠,٣) حيث ذكر جيلفورد أن التشبوع الدال هو ما يصل إلى (٠,٣) (فرج، ١٩٨٠).



شكل (١) تشبوع عبارات المقياس على عاملين فقط تزيد جذورهما الكامنة عن الواحد الصحيح

وفيما يلي تشبوع عبارات المقياس العشرة على عامل واحد بعد استبعاد العامل الثاني حيث كانت عدد العبارات المتشعبة به عبارة واحدة وهي غير كافية لوصف العامل:

جدول (١) قيم تشبوع عبارات مقياس إدمان الهواتف الذكية – النسخة المختصرة على عامل واحد

م	العبارة	التشبع
١	لا أستطيع إكمال الأعمال التي خططت لها بسبب استخدامي لهاتفني الذكي (الجوال)	٠,٧٣٤
٢	أواجه صعوبة في التركيز في الصف، خلال عمل الواجبات، وأثناء العمل بسبب استخدامي لهاتفني الجوال.	٠,٧١٣
٣	أشعر بألم في معصم يدي أو أسفل رقبتي أثناء استخدامي لهاتفني الجوال.	٠,٦٦٥
٤	لا أستطيع أن أمتنع نفسي من استخدام الهاتف الجوال.	٠,٦٣٦
٥	تتناوبني حالة من الضيق والحزن عندما لا يكون معي هاتفي الجوال.	٠,٦٣٢
٦	يسيطر هاتفي الجوال على عقلي حتى عندما لا أستخدمة.	٠,٦٠٢

جمال جادو: إدمان الهواتف الذكية كمنهج باضطراب الشخصية التجنبية والحساسية الانفعالية....

٧	لا يمكنني أن أتخلى عن استخدام هاتفي الجوال حتى لو كانت حياتي تتأثر بشدة بسبب استخدامي له.	٠,٥٩٥
٨	طوال الوقت أقوم بفحص جوالي لأتأكد من عدم وجود محادثات فاتتة على تويتر أو فيس بوك.	٠,٥٥٦
٩	أستخدم الجوال لفترات طويلة أكثر مما أقصد.	٠,٣٠٢
١٠	يجبرني من حولي أنني أستخدم الجوال بشكل كبير للغاية.	٠,٤٨٢

#### - الاتساق الداخلي لعبارات المقياس:

تم حساب معاملات الاتساق الداخلي عن طريق إيجاد معامل ارتباط كل عبارة بالدرجة الكلية على المقياس، بعد حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية، وكانت النتائج كما يلي:

جدول (٢) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس بعد حذف درجة العبارة

العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
١	**٠,٦٢١	٥	**٠,٦٠٢	٩	**٠,٦٩٤
٢	**٠,٤٨٩	٦	**٠,٦٤٤	١٠	**٠,٥٧٤
٣	**٠,٣٦٣	٧	**٠,٧٠٨		
٤	**٠,٦٣٥	٨	**٠,٦١١		

\*\* دلالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من جدول (٢) أن جميع معاملات ارتباط عبارات مقياس إدمان الهواتف الذكية - النسخة المختصرة مع الدرجة الكلية للمقياس بعد حذف درجة العبارة، كانت دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠,٠١.

ثانياً: التحقق من ثبات مقياس إدمان الهواتف الذكية

تم حساب معاملات ثبات ألفا-كرونباخ لمقياس إدمان الهواتف الذكية (النسخة المختصرة)، وكانت قيمة معامل الثبات مساوية (٠,٧٩٨).

يتضح من خلال ما سبق عرضه من قيم في حساب الصدق والثبات مناسبة وكفاءة مقياس إدمان الهواتف الذكية.

#### تصحيح المقياس

يتكون مقياس إدمان الهواتف الذكية - النسخة المختصرة من (١٠) عبارات يتم الإجابة عنها بستة اختيارات

هي: أرفض بقوة، أرفض، أرفض بضعف، أقبل بضعف، أقبل، أقبل بقوة.

يعطى اختيار أرفض بقوة درجة واحدة، وأرفض درجتين ... إلخ، بحيث يعطى اختيار أقبل بقوة (٦) درجات،

وبذلك تكون أعلى درجة على المقياس هي (٦٠) درجة، وأقل درجة هي (١٠) درجات، وقد تحديد درجات

قطع على المقياس لتحديد المدمن من غير المدمن، وكانت درجات القطع هي (٣١) للذكور، (٣٣) للإناث.



### - مقياس اضطراب الشخصية التجنبية، إعداد البحيري، وإمام (٢٠١٣)

هو أحد مقاييس استبيان الصحة النفسية للمراهقين إعداد البحيري وإمام (٢٠١٣)، الذي تم بناء عباراته في ضوء الأعراض الواردة في الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع للاضطرابات النفسية، ويتكون مقياس اضطراب الشخصية التجنبية من (١٠) عبارات تقيم سمات الاضطراب الجوهرية، وقام البحيري وإمام (٢٠١٣) بحساب الصدق بعدة طرق منها صدق المحكمين وصدق المحتوى والصدق التلازمي مع مقياس بك للاكتئاب، وكانت قيمة معامل الارتباط بينهما (٠,٤٨) وهي دالة عند مستوى (٠,٠١)، وتم حساب الثبات بطريقة إعادة الاختبار وكانت قيمته (٠,٧٢).

### - حساب معاملات الصدق والثبات لمقياس اضطراب الشخصية التجنبية في الدراسة الحالية:

أولاً: التحقق من صدق المقياس

تم حساب معاملات الاتساق الداخلي للمقياس عن طريق إيجاد معامل ارتباط كل عبارة بالدرجة الكلية على المقياس، بعد حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية، وكانت النتائج كما يلي:

جدول (٣) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية لمقياس اضطراب الشخصية التجنبية بعد حذف درجة العبارة

العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
١	**٠,٥٧٢	٥	**٠,٦٤٥	٩	**٠,٧٠٧
٢	**٠,٦٣٧	٦	**٠,٥٨٩	١٠	**٠,٦٤٣
٣	**٠,٦٣٢	٧	**٠,٥٥٦		
٤	**٠,٦٥٨	٨	**٠,٧٥٧		

\*\* دلالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من جدول (٣) أن جميع معاملات ارتباط عبارات مقياس اضطراب الشخصية التجنبية مع الدرجة

الكلية للمقياس بعد حذف درجة العبارة، كانت دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠,٠١.

ثانياً: التحقق من ثبات المقياس

تم حساب معاملات ثبات ألفا-كرونباخ لمقياس اضطراب الشخصية التجنبية، وكانت قيمة معامل الثبات

مساوية (٠,٨٤٩).

يتضح من خلال ما سبق عرضه من قيم في حساب الصدق والثبات مناسبة وكفاءة مقياس اضطراب الشخصية التجنبية.

## - تصحيح المقياس

يتكون مقياس اضطراب الشخصية التجنبية من (١٠) عبارات يجاب عنها بثلاثة اختيارات (أبدا أو تقريبا أبدا - أحيانا - طول الوقت) يكون تقديرها صفر، ١، ٢ على الترتيب، وبهذا تكون أعلى درجة على المقياس هي (٢٠) وأقل درجة هي صفر.

## - مقياس الحساسية الانفعالية، إعداد جوارينو (Guarino, 2003): ترجمه وأعدده للعربية الباحث الحالي

وضع جوارينو (Guarino, 2003) مقياس الحساسية الانفعالية لتقييم الاستجابة الانفعالية تجاه المثيرات البيئية، وخاصة تقييم القدرة على إدراك الحالات الانفعالية والتعرف عليها لدى الأفراد أنفسهم ولدى الآخرين في استجاباتهم للمتطلبات البيئية، تكونت الصورة النهائية لمقياس الحساسية الانفعالية **Emotional Sensitivity Scale (ESS)** من (٤١) مفردة موزعة على عاملين، يسمى العامل الأول بالحساسية الانفعالية السلبية، ويتكون من (٢٧) عبارة، بينما يسمى العامل الثاني بالحساسية الانفعالية الإيجابية ويتكون من (١٤) عبارة، تم إجراء التحليل العملي الاستكشافي للمقياس في صورته الأولية التي تكونت من (٧٩) عبارة وخلص التحليل إلى (٤١) مفردة متشعبة على عاملين، وقد تم إجراء الصدق التلازمي للمقياس من خلال إيجاد معاملات الارتباط بينه وبين عدد من المقاييس مثل مقياس التعاطف لأيزنك وأيزنك، وقد ارتبط إيجابيا بالبعد الإيجابي للحساسية الانفعالية، وقائمة العوامل الخمسة إعداد كوستا وماكراي التي ارتبطت إيجابيا بالبعد السلبي لمقياس الحساسية الانفعالية، وبنفس الطريقة تم التحقق من ارتباط مقياس الحساسية الانفعالية بمقياس التعبير الانفعالي واستبيان التوقعات الإيجابية والسلبية، وتم إيجاد معاملات الثبات للمقياس بطريقة ألفا كرونباخ وكانت قيمته للبعد السلبي (٠,٨٧) وللبعد الإيجابي (٠,٦٥)، كما تم حساب معاملات الثبات بطريقة إعادة الاختبار بعد مرور ثمانية أسابيع من التطبيق الأول، وكانت قيمته (٠,٨٤٩) للبعد السلبي، (٠,٧١) للبعد الإيجابي.

## - حساب معاملات الصدق والثبات لمقياس الحساسية الانفعالية في الدراسة الحالية:

أولا: التحقق من صدق المقياس

بعد ترجمة عبارات مقياس الحساسية الانفعالية في صورته النهائية التي أعدها جوارينو وعددها (٤١) عبارة، تم التحقق من صدق المقياس في الدراسة الحالية بأكثر من طريقة، حيث تم في البداية عرض المقياس قبل وبعد ترجمته على مجموعة من الخبراء والمختصين في الصحة النفسية للاطمئنان على مناسبة العبارات للتطبيق في البيئة السعودية، ثم تم حساب الاتساق الداخلي لعبارات المقياس عن طريق إيجاد معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والبعد الذي تنتمي له بعد حذف درجة العبارة من البعد، وفيما يلي تفصيل ذلك:

- الاتساق الداخلي لمقياس الحساسية الانفعالية:

جدول (٤) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات بعد الحساسية الانفعالية السلبية والدرجة الكلية للبعد بعد حذف درجة العبارة

العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
١	**٠,٤٦٤	١٤	**٠,٣٥٢	٢٦	٠,١٥٦
٣	**٠,٣٣٩	١٥	**٠,٢٦٧	٢٩	**٠,٤٨٠
٤	**٠,٤٨٩	١٦	٠,١٤٨	٣٠	**٠,٤٣٢
٥	**٠,٥٦١	١٨	٠,١٦٢	٣١	**٠,٢٤٥
٦	**٠,٣١	١٩	**٠,٥١٥	٣٢	**٠,٤١١
٨	٠,٠٩٢	٢١	**٠,٦١٥	٣٣	**٠,٤٨٤
٩	٠,٠٠٩	٢٢	**٠,٤٠٢	٣٤	**٠,٤٩٣
١٢	**٠,٣٥٩	٢٣	**٠,٥٢١	٣٥	**٠,٤٥٧
١٣	**٠,٢٥٧	٢٥	**٠,٤٥٥	٣٦	**٠,٣١

\*\* دلالة عند مستوى ٠,٠١ .

يتضح من جدول (٤) وجود عدد من عبارات بعد الحساسية الانفعالية السالبة لم تكن معاملات ارتباطها بالدرجة الكلية للبعد بعد حذف درجة العبارة دالة إحصائياً، بينما كانت بقية معاملات الارتباط لعبارات البعد جميعها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠,٠١، لذا تم استبعاد العبارات الخمس وأرقامها (٨، ٩، ١٦، ١٨، ٢٦) من حساب الثبات ومن التطبيق النهائي على عينة الدراسة الأساسية لاستخراج النتائج، وبذلك يصبح العدد النهائي لعبارات بعد الحساسية الانفعالية السلبية (٢٢) عبارة بدلاً من (٢٧) عبارة.

جدول (٥) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات بعد الحساسية الانفعالية الإيجابية والدرجة الكلية للبعد بعد حذف درجة العبارة

العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
٢	**٠,٤٨٨	٢٠	**٠,٢٨٥	٣٨	*٠,١٨٨
٧	**٠,٢٤٦	٢٤	**٠,٣١٥	٣٩	**٠,٢٤٨
١٠	**٠,٥١٢	٢٧	**٠,٤٦٢	٤٠	*٠,٢٠٨
١١	**٠,٥٧٤	٢٨	*٠,٢٠٤	٤١	**٠,٤٦١
١٧	**٠,٤٠٥	٣٧	**٠,٥٧٤		

\*\* دلالة عند مستوى ٠,٠١، \* دلالة عند مستوى ٠,٠٥ .

يتضح من جدول (٥) أن جميع معاملات ارتباط عبارات بعد الحساسية الانفعالية الإيجابية بالدرجة الكلية للبعد بعد حذف درجة العبارة دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١، فيما عدا عبارات (٢٨، ٣٨، ٤٠) كانت دالة عند مستوى ٠,٠٥، لذلك تم الإبقاء على جميع عبارات هذا البعد وعددها (١٤) عبارة عند احتساب معاملات الثبات.

جمال جادو: إدمان الهواتف الذكية كمنبج باضطراب الشخصية التجنبية والحساسية الانفعالية....

ثانيا: التحقق من ثبات مقياس الحساسية الانفعالية

تم حساب معاملات ثبات ألفا-كرونباخ لبعدي مقياس الحساسية الانفعالية، السالبة والموجبة، حيث أنه لا توجد درجة كلية على المقياس، بعد استبعاد خمس عبارات من البعد السلبي كما سبق توضيحه عند احتساب الاتساق الداخلي، وكانت قيم معاملات الثبات كما يلي:

جدول (٦) قيم معاملات الثبات لبعدي مقياس الحساسية الانفعالية

اسم البعد	قيمة معامل الثبات
الحساسية الانفعالية السلبية	٠,٧٨٩
الحساسية الانفعالية الإيجابية	٠,٥٤٣

يتضح من جدول (٦) جودة قيمة معامل الثبات لبعدي الحساسية السلبية، في حين أن قيمة معامل الثبات لبعدي الحساسية الإيجابية يعتبر ضعيفا، لذا تم احتساب معاملات ثبات ألفا للبعد عند استبعاد كل عبارة من عباراته على حدة وكانت النتائج كما يلي:

جدول (٧) قيم معاملات الثبات لبعدي الحساسية الانفعالية الإيجابية بعد استبعاد العبارات منه

رقم العبارة التي تم استبعادها	قيمة معامل الثبات للبعد بعد استبعاد العبارة	رقم العبارة التي تم استبعادها	قيمة معامل الثبات للبعد بعد استبعاد العبارة
٢	٠,٤٩٩	٢٧	٠,٥٠٥
٧	٠,٥٢٩	٢٨	٠,٥٤٦
١٠	٠,٤٩١	٣٧	٠,٤٧٤
١١	٠,٤٤٧	٣٨	٠,٥٧١
١٧	٠,٥١٤	٣٩	٠,٥٥٠
٢٠	٠,٥٥٠	٤٠	٠,٥٦١
٢٤	٠,٥٤٣	٤١	٠,٥٠٦

يتضح من جدول (٧) عدم تحسن قيم معاملات الثبات بعد استبعاد العبارات من البعد، لذا تم استبعاد بعد الحساسية الانفعالية الإيجابية من استخراج النتائج النهائية، والاكتفاء ببعدي الحساسية الانفعالية السلبية دون الإخلال بأهداف الدراسة الحالية وأغلب الأبحاث والدراسات العلمية في موضوع الحساسية الانفعالية تناولتها فقط في إطارها السلبي.

#### - تصحيح المقياس

يتكون بعد الحساسية الانفعالية السلبية في شكله النهائي في الدراسة الحالية من ٢٢ عبارة، يتم الإجابة عنها بطريقة ثنائية (نعم - لا)، تعطى إجابة "نعم" درجتين، وإجابة "لا" درجة واحدة فيما عدا ثلاث عبارات (٩، ٣١، ٣٦) تعكس درجاتها لتأخذ إجابة "نعم" درجة واحدة، وإجابة "لا" درجتين.

## نتائج الدراسة ومناقشتها

### - نتيجة الفرض الأول

ينص الفرض الأول على أنه: " ينتشر إدمان الهواتف الذكية بنسب مرتفعة بين طلاب جامعة القصيم"، وللتحقق من صحة هذا الفرض، تم استخدام النسب المئوية لمعرفة نسبة مدمني الهواتف الذكية من إجمالي عينة الدراسة البالغ عددها (١٤٤) طالبا، بالاعتماد على درجة القطع التي تفصل بين المدمن من غير المدمن في استخدام الهواتف الذكية، وهي (٣١) درجة للذكور، (٣٣) درجة للإناث على مقياس إدمان الهواتف الذكية المستخدم في الدراسة، وكانت النتائج كما يلي:

جدول (٩) أعداد ونسب مدمني الهواتف الذكية بين أفراد عينة الدراسة

الإجمالي		إناث		ذكور		النوع
غير مدمن	مدمن	غير مدمن	مدمن	غير مدمن	مدمن	الحالة
٤٨	٩٦	٣٤	٦٩	١٤	٢٧	العدد
%٣٣,٣	%٦٦,٧	%٣٣	%٦٧	%٣٣,١	%٦٥,٩	النسبة

يتضح من جدول (٩) وجود نسب مرتفعة من إدمان الهواتف الذكية لدى الطلاب الذكور حيث بلغ نسبة مدمني الهواتف الذكية %٦٥,٩، وكانت النسبة أعلى لدى الطالبات الإناث، حيث بلغت نسبة مدمنات الهواتف الذكية منهن %٦٧، في حين بلغت نسبة مدمني الهواتف الذكية لدى إجمالي عينة الدراسة من الطلاب والطالبات %٦٦,٧، مما يدل على ارتفاع نسبة إدمان الهواتف الذكية لدى طلاب الجامعة.

وهذا يتفق مع الشواهد الملحوظة بين الطلاب على اختلاف مراحلهم الدراسية من الابتدائية إلى الجامعية، وتزداد بالطبع في المرحلة الجامعية بطبيعة الاحتياج والاعتماد على هذه الأجهزة في أمور كثيرة منها الشخصي والاجتماعي وأيضا في الدراسة وتحصيل المعلومات وتبادلها بين رفقاء وزملاء الدراسة، كما أن ارتفاع نسب إدمان الهواتف الذكية بين طلاب الجامعة يرجع أيضا إلى التطور الهائل في صناعة الهواتف الذكية والتنافس الذي لا ينتهي بين الشركات العالمية المصنعة والإمكانات التي توفرها في إصداراتها وتحديثاتها التي لا تتوقف في منتجاتها من الهواتف الذكية، التي أصبحت بحق أسلوبا للحياة ومجالا للتفاخر خاصة بين المراهقين والشباب، وإن لم يكن هذا التفاخر معلنا ولكنهم يحبون امتلاك الإصدارات الحديثة من هذه الهواتف للاستمتاع بكل ما هو جديد دون خلل يذكر فيما لديهم من هواتف قديمة، الأمر الذي جعل معه تجارة الهواتف الذكية في رواج دائم ومستمر، وجعل معه الإفراط في استخدامها أمر يعجز حتى أولياء الأمور أنفسهم في السيطرة عليه، على الرغم من عدم اقتناعهم وانزعاجهم بل وشكواهم من أفرط أبنائهم في استخدام الهواتف الذكية.

جمال جادو: إدمان الهواتف الذكية كمنبئ باضطراب الشخصية التجنبية والحساسية الانفعالية....

وكما ذكر كل من بارك ولي أن الهواتف الذكية أصبح جهازا للكمبيوتر وجهازا للألعاب وغيره لسماع الأغاني ومشاهدة الفيديوهات وآخر للحصول على المعلومات بكل يسر وسهولة في أي وقت وأي زمان (Park & Lee, 2012)، وهذا الأمر ساعد كثيرا على انتشار استخدامه بهذا الشكل.

وتتفق هذه النتيجة التي تم التوصل لها في الدراسة الحالية مع ما توصلت إليه دراسة كوون وآخرين (Kwon et al., 2013b) حيث توصلت إلى ارتفاع نسبة إدمان الهواتف الذكية لدى الشرائح العمرية المختلفة، كما اتفقت مع نتائج دراسة روجونجك وآخرين (Rozgonjuk et al., 2016) حيث أشارت النتائج إلى أن إدمان الهواتف الذكية الإنترنت ينتشر بكثرة بين صغار السن والمراهقين، فهم أكثر استخداما لها من كبار السن، واتفقت أيضا نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة كاربونيل وآخرين (Carbonell et al., 2018) التي توصلت إلى ارتفاع نسبة إدمان الهواتف الذكية الإنترنت بشكل كبير مع التقدم الزمني وأنها ففرت إلى معدلات مرتفعة جدا بعد عام ٢٠١٣م، وأنه خلال الفترة من ٢٠٠٦م إلى ٢٠١٣م لم تكن المشكلات المترتبة على استخدام الهواتف الذكية كبيرة، ولكنها صارت كذلك بعد عام ٢٠١٣م.

بينما اختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع ما توصلت إليه نتائج دراسة حسن (٢٠١٧) حيث توصل في دراسته إلى أن نسبة انتشار إدمان الهواتف الذكية لدى طالبات الجامعة كانت أقل من المتوسط.

#### - نتيجة الفرض الثاني

ينص الفرض الثاني على أنه "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات مدمني الهواتف الذكية وغير مدمنيها في اضطراب الشخصية التجنبية والحساسية الانفعالية، لصالح مدمني الهواتف الذكية"، وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت" لاختبار دلالة الفروق بين متوسطي مدمني الهواتف الذكية وغير مدمنيها في كل من اضطراب الشخصية التجنبية والحساسية الانفعالية، وكانت النتائج كما يلي:

جدول (١٠) نتائج اختبار "ت" بين متوسطي درجات مدمني الهواتف الذكية وغير مدمنيها، في كل من اضطراب الشخصية التجنبية والحساسية

#### الانفعالية

المقياس	متوسط مدمني الهواتف	متوسط غير مدمني الهواتف	الانحراف المعياري لعينة مدمني الهواتف	الانحراف المعياري لعينة غير مدمني الهواتف	ت	درجات الحرية	الدلالة
الشخصية التجنبية	٥,٣٣	٢,١٢	٤,٥٥	٢,٤٥	٤,٥٥	١٤٢	٠,٠١
الحساسية الانفعالية	٣٣,٥٦	٢٩,٩١	٤,٣٥	٣,٧٢	٤,٧٦	١٤٢	٠,٠١

يتضح من جدول (١٠) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي مدمني الهواتف الذكية وغير مدمنيها في كل من اضطراب الشخصية التجنبية، والحساسية الانفعالية، وكانت الفروق لصالح مدمني الهواتف الذكية في كلا

الاضطرابين، مما يعني أن مدمني الهواتف الذكية أعلى بشكل دال إحصائياً في كل من اضطراب الشخصية التجنبية والحساسية الانفعالية، وبهذا تتحقق صحة الفرض الثاني للدراسة الحالية.

وفي ضوء هذه النتيجة يتضح تماماً لما لإدمان الهواتف الذكية من تأثير سلبي على الصحة النفسية والانفعالية للأفراد، حيث ازدادت درجة الاضطرابين؛ الشخصية التجنبية والحساسية الانفعالية، بشكل دال لدى مدمني الهواتف الذكية عنه لدى غير مدمنيها، وذلك لأن الإفراط في استخدام الهواتف الذكية يزيد من أعراض الشخصية التجنبية والتي منها العزلة الاجتماعية وعدم الرغبة في الانخراط مع الآخرين وضعف العلاقات الشخصية، والخوف من الرفض والنقد، كما أنه يزيد من أعراض الحساسية الانفعالية حيث يصبح الفرد بسبب انشغاله الدائم والمستمر بماتفه الذكي أكثر حساسية تجاه تصرفات الناس من حوله وأكثر مبالغة في تفسير هذه التصرفات والمواقف بما لا تحتمل وما لا يقصده الآخرون، مع الثقل والهوائية، وذلك يرجع إلى طبيعة المحتوى الذي تقدمه وسائل التواصل الاجتماعي على اختلاف أنواعها من تندر ومضايقة للآخرين بقصد وبدون قصد، وصدور تعليقات وتوبيهات وعبارات موجهة تزيد من حساسية مستخدمي الهواتف الذكية ومن رغبتهم في عزلة الناس ومجتمعاتهم بشكل عام. وقد أشار بورتير (Porter, 2010) إلى أن إدمان الهواتف الذكية له تداعيات سلبية متعددة نفسية وجسدية، كما أشار آيكينيس وآخرون (Eikenaes et al., 2015) إلى أن العديد من الظروف البيئية تلعب دوراً مهماً في ظهور وتطور اضطراب الشخصية التجنبية وزيادة أعراضه من خجل وحساسية مفرطة من النقد والخوف من التصرف بطريقة تسبب له الحرج والضيق. ولعل من هذه الظروف البيئية التي تسبب هذه الأعراض ما قد يتعرض له الفرد من مواقف وإحباطات على مواقع التواصل الاجتماعي التي يصل لها بسهولة من خلال هاتفه الذكي. وذكر أمين (٢٠١٨) أن إدمان الهواتف الذكية الإنترنت يؤثران على مهارات التواصل والقدرات الانفعالية للبشر، وأن هناك خطر محقق فيما يخص ضعف مهارات التواصل حيث يصبح هؤلاء الأفراد منعزلين عن الآخرين وعن مشاعرهم.

وأشار كوون وآخرون (Kwon et al., 2013b) إلى أن إدمان الهواتف الذكية يسبب العديد من المشكلات النفسية والاجتماعية، كما أشار قوس وجريفيثز (Kuss & Griffiths, 2011) إلى أن إدمان الهواتف الذكية يزيد من مستوى الإحساس بالوحدة النفسية ويؤثر على تقدير الذات والاندفاعية وفعالية الذات. تتفق نتيجة الدراسة الحالية مع ما توصلت إليه نتائج دراسة كوون وآخرين (Kwon et al., 2013a) بأن إدمان الهواتف الذكية يسبب الكثير من الأضرار منها ما يتعلق بالاستقلالية وضعف العلاقات الشخصية والأنشطة اليومية، وهي أعراض تتداخل مع أعراض الشخصية التجنبية والحساسية الانفعالية، كما تتفق مع ما توصل إليه الجمعة (٢٠١٤) في أن إدمان الإنترنت يؤثر على العديد من اضطرابات الشخصية ومنها الشخصية

جمال جادو: إدمان الهواتف الذكية كمنهج باضطراب الشخصية التجنبية والحساسية الانفعالية....

التجنبية، وفي دراسة عرعار (٢٠١٦) أشارت النتائج إلى ارتباط إدمان الهواتف الذكية بالاغتراب، كما توصلت دراسة بوموسليه وجالوك (Boumosleh & Jaalouk, 2012) إلى ظهور أعراض انسحابية وضعف وظيفي وسلوكيات قهرية مرتبطة بإدمان الهواتف الذكية، وفي دراسة حسن (٢٠١٧) تم دراسة الفروق بين مرتفعي إدمان الهواتف الذكية ومنخفضيه في كل من جودة الحياة والوحدة النفسية، وكانت الفروق لصالح منخفضي إدمان الهواتف الذكية في جودة الحياة، ولصالح مرتفعي إدمان الهواتف الذكية في الوحدة النفسية، وفي دراسة الفيلكاوي (٢٠١٧) وجدت فروق بين مدمنات الهواتف الذكية وغير المدمنات في المشكلات النفسية لصالح مدمنات الهواتف الذكية.

### - نتيجة الفرض الثالث

ينص الفرض الثالث على أنه " توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات الطلاب الذكور ودرجات الطالبات الإناث على مقياس إدمان الهواتف الذكية لصالح الطالبات الإناث"، ولتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت" لاختبار دلالة الفروق بين متوسطي درجات الطلاب الذكور ودرجات الطالبات الإناث على مقياس إدمان الهواتف الذكية، وكانت النتائج كما يلي:

جدول (١١) نتائج اختبار "ت" بين متوسطي درجات الطلاب الذكور ودرجات الطالبات الإناث على مقياس إدمان الهواتف الذكية

المقياس	متوسط الطلاب الذكور	متوسط الطالبات الإناث	الانحراف المعياري لعينة الذكور	الانحراف المعياري لعينة الإناث	ت	درجات الحرية	الدلالة
إدمان الهواتف الذكية	٣٦,١٩٥	٣٦,٦٤	٤,٥٥	٧,٩٩	-٠,٢٧٣	١٤٢	غير دالة

يتضح من جدول (١١) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات الطلاب الذكور ودرجات الطالبات الإناث على مقياس إدمان الهواتف الذكية.

وبهذا لا تتحقق صحة الفرض الثالث للدراسة الحالية، فعلى الرغم من أن متوسط درجات الطالبات الإناث على مقياس إدمان الهواتف الذكية كان أعلى من متوسط درجات الطلاب الذكور، إلا أن الفرق بين متوسطي المجموعتين لم يكن له دلالة إحصائية.

ويرجع هذا إلى أن طريقة استخدام الهواتف الذكية وفترات الاستخدام لم تفرق كثيرا بين الذكور والإناث، خاصة بين طلاب الجامعة، فالجميع يستخدم الهاتف الذكي لنفس الأهداف والأغراض وأصبح الإقبال على مواقع التواصل الاجتماعي ومواقع الأغاني والفيديوهات لا تفرق كثيرا بين ذكور وإناث، كما أن نمط الحياة في المجتمع الطلابي أيضا لا يختلف كثيرا بين ذكور وإناث، فالاحتياج للهواتف متشابه وطبيعة الاستخدام تقريبا متشابهة.



واتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة عرعار (٢٠١٦) حيث توصلت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة في إدمان الهواتف الذكية، كما اتفقت مع نتائج دراسة بوموسليه وجالوك (Boumosleh & Jaalouk, 2017) حيث لم يؤثر عامل نوع الجنس على إدمان الهواتف الذكية في دراستهما.

بينما اختلفت هذه النتيجة مع ما تم التوصل إليه في دراسة روزجونجك وآخرين (Rozgonjuk et al., 2016)، ودراسة كاربونيل وآخرين (Carbonell et al., 2018)، ودراسة هاشم (٢٠١٨)، ودراسة ألابي وآخرين (Alavi et al., 2020)، وقد أشارت نتائج هذه الدراسات إلى أن الإناث أعلى من الذكور في إدمان الهواتف الذكية.

#### - نتيجة الفرض الرابع

ينص الفرض الرابع على أنه: " يمكن التنبؤ بكل من اضطراب الشخصية التجنبية والحساسية الانفعالية من خلال إدمان الهواتف الذكية لدى طلاب جامعة القصيم"، وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام أسلوب تحليل الانحدار الخطي البسيط لمعرفة إمكانية التنبؤ من خلال الدرجة الكلية على مقياس إدمان الهواتف الذكية (متغير مستقل) بكل من الدرجة الكلية على مقياس اضطراب الشخصية التجنبية (متغير تابع) والدرجة الكلية على مقياس الحساسية الانفعالية (متغير تابع)، وكانت النتائج كما يلي:

جدول (١٢) نتائج تحليل الانحدار الخطي البسيط لمعرفة إمكانية التنبؤ بكل من اضطراب الشخصية التجنبية والحساسية الانفعالية من خلال

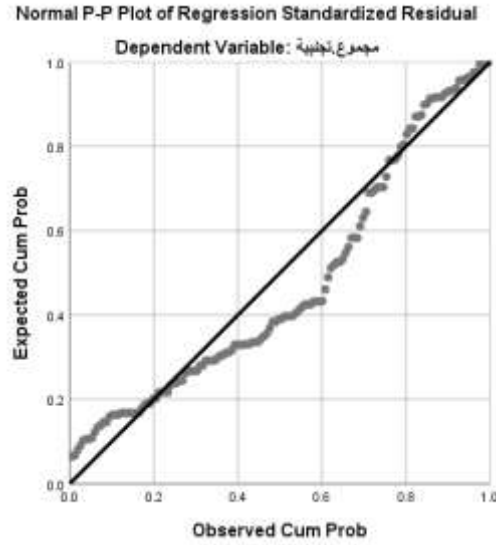
#### إدمان الهواتف الذكية

F & Sig	R <sup>2</sup>	R	الثابت	المتغير المستقل	معامل الانحدار	المتغيرات التابعة
				إدمان الهواتف الذكية		
** ٢٢,٥٢٢	٠,١٣٧	٠,٣٧٠	٢,٢٤٠	٠,١٧٨	B	اضطراب الشخصية
				٠,٣٧٠	Beta	التجنبية
** ٣٦,٩٦١	٠,١٦٠	٠,٣٩٩	٢٤,٩٣٣	٠,٢٠٣	B	الحساسية الانفعالية
				٠,٠٣٩	Beta	

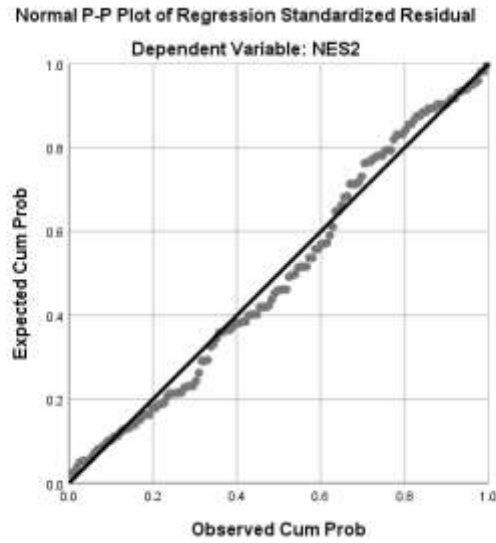
(\*\* دالة عند مستوى ٠,٠١ ، B : معامل الانحدار الجزئي غير المعياري ، Beta : معامل الانحدار المعياري ، R : معامل الارتباط المتعدد ، R<sup>2</sup> : مربع معامل

الارتباط المتعدد أو معامل التحديد ، F : النسبة الفائية ، Sig : الدلالة الإحصائية للنسبة الفائية).

جمال جادو: إدمان الهواتف الذكية كمنهج باضطراب الشخصية التجنبية والحساسية الانفعالية....



شكل (٢) لوحة الانتشار التي توضح العلاقة الخطية الطردية بين إدمان الهواتف الذكية (متغير مستقل) واضطراب الشخصية التجنبية (متغير تابع)



شكل (٣) لوحة الانتشار التي توضح العلاقة الخطية الطردية بين إدمان الهواتف الذكية (متغير مستقل) والحساسية الانفعالية (متغير تابع)

يتضح من جدول (١٢) إمكانية التنبؤ من خلال إدمان الهواتف الذكية (متغير مستقل) بكل من اضطراب

الشخصية التجنبية، والحساسية الانفعالية (متغيرات تابعة)

فبالنسبة لاضطراب الشخصية التجنبية بلغت قيمة معامل التحديد  $R^2$  (٠,١٣٧) وقيمة النسبة الفائية  $F$  (٢٢,٥٢٢) وهي قيمة دالة عند مستوى ٠,٠١، مما يفيد بأن متغير إدمان الهواتف الذكية يفسر (٠,١٣٧) من

التباين (التغيرات التي تحدث في الدرجة الكلية على مقياس اضطراب الشخصية التجنبية)، بمعنى أن إدمان الهواتف الذكية يفسر ما مقداره ١٣,٧٪ من التباين الذي يحدث في الدرجة الكلية على مقياس اضطراب الشخصية التجنبية، وأن ما مقداره ٨٦,٣٪ من التباين في الدرجة الكلية على مقياس اضطراب الشخصية التجنبية تفسره عوامل أخرى (١ - R<sup>2</sup>) بمعنى أنه تباين غير مفسر، وهذا في نهايته يعني إمكانية التنبؤ بالدرجة الكلية على مقياس اضطراب الشخصية التجنبية من خلال معرفة درجاتهم على مقياس إدمان الهواتف الذكية.

ومن خلال القيم التي تتضح في جدول (١٢) يمكن صياغة معادلة التنبؤ كما يلي:

$$\text{اضطراب الشخصية التجنبية} = ٢,٢٤ + ٠,١٧٨ \times \text{إدمان الهواتف الذكية}$$

وهذا يعني أنه كلما زاد إدمان الهواتف الذكية درجة واحدة زاد اضطراب الشخصية التجنبية بمقدار ٠,١٧٨ درجة. أما بالنسبة للحساسية الانفعالية، فقد بلغت قيمة معامل التحديد R<sup>2</sup> (٠,١٦) وبلغت قيمة النسبة الفائية F (٢٦,٩٦١) وهي قيمة دالة عند مستوى ٠,٠١، مما يفيد بأن متغير إدمان الهواتف الذكية يفسر (٠,١٦) من التباين (التغيرات التي تحدث في الدرجة الكلية على مقياس الحساسية الانفعالية)، بمعنى أن إدمان الهواتف الذكية يفسر ما مقداره (١٦٪) من التباين الذي يحدث في الدرجة الكلية على مقياس الحساسية الانفعالية، وأن ما مقداره (٨٤٪) من التباين في الدرجة الكلية على مقياس الحساسية الانفعالية تفسره عوامل أخرى (١ - R<sup>2</sup>)، مما يعني إمكانية التنبؤ بالدرجة الكلية على مقياس الحساسية الانفعالية من خلال معرفة درجاتهم على مقياس إدمان الهواتف الذكية.

ومن خلال القيم التي تتضح في جدول (١٢) يمكن صياغة معادلة التنبؤ كما يلي:

$$\text{الحساسية الانفعالية} = ٢٤,٩٣٣ + ٠,٢٠٣ \times \text{إدمان الهواتف الذكية}$$

وهذا يعني أنه كلما زاد إدمان الهواتف الذكية درجة واحدة زاد اضطراب الحساسية الانفعالية بمقدار (٠,٢٠٣) درجة.

هذه النتيجة تؤكد ما أشارت إليه نتائج العديد من الدراسات السابقة التي بحثت في العلاقة بين إدمان الهواتف الذكية والكثير من الاضطرابات والأمراض النفسية والمشكلات الاجتماعية، وقد أشار أمين (٢٠١٨) إلى أن الباحثين في المجال توصلوا إلى أن الهواتف الذكية الإنترنت يؤثران على مهارات التواصل والسمات الانفعالية للبشر وأن هناك خطر محقق فيما يختص بإضعاف مهارات التواصل وحدوث العديد من المشكلات الاجتماعية والقدرات الانفعالية، حيث يصبح هؤلاء الأفراد منعزلين عن الآخرين وعن مشاعرهم، وأن إدمان الهواتف الذكية يتسبب في تغيرات كيميائية في جسم الإنسان تؤثر بدورها على نظام الدوبامين الذي يؤثر بدوره على الحالة النفسية للفرد.

جمال جادو: إدمان الهواتف الذكية كمنهج باضطراب الشخصية التجنبية والحساسية الانفعالية....

وأشار كل من قوس وجريفيز (Kuss & Griffiths, 2011)، وبارك ولي (Park & Lee, 2012) إلى تأثير الهواتف الذكية سلبا على الصحة النفسية والسعادة النفسية وتقدير الذات، وأنها أصبحت سببا في انتشار المشكلات الاجتماعية والنفسية والتوتر والانسحاب والعجز في تأدية المهام والأنشطة اليومية، وأكد هذا أيضا كيم ولي (Kim & Lee, 2012) في أن إدمان الهواتف الذكية يؤثر على الصحة النفسية للفرد وعلى علاقته الشخصية.

وأشار عبيد وعبد نور (٢٠١٨) إلى أن من مسببات الحساسية الانفعالية الإفراط في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي الإنترنت.

وتتفق هذه النتيجة التي تم التوصل لها في الدراسة الحالية مع ما توصل له كوون وآخرون (Kwon et al., 2013a) حيث توصلوا إلى أن إدمان الإنترنت يسبب العديد من الأضرار والمشكلات المرتبطة بالانسحاب والتوتر وضعف العلاقات الشخصية والأنشطة اليومية، كما تتفق مع دراسة الجمعة (٢٠١٤) حيث ارتبط إدمان الإنترنت باضطرابات الشخصية ومنها اضطراب الشخصية التجنبية، ومع دراسة عرعار (٢٠١٦) حيث ارتبط إدمان الهواتف الذكية بالاغتراب، وفي دراسة بوموسليه وجالوك (Boumosleh & Jaalouk, 2017) ارتبط إدمان الهواتف الذكية بالأعراض الانسحابية والضعف الوظيفي وعادات الحياة والقلق والاكتئاب، كما ارتبط بجودة الحياة والوحدة النفسية في دراسة حسن (٢٠١٧)، وارتبط بالعديد من المشكلات النفسية كالتوافق الاجتماعي والتفائل والاتزان الانفعالي وتحقيق الذات والانتباه والتركيز في دراستي الفيلكاوي (٢٠١٧، ٢٠١٨).

كما اتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع نتائج دراسة هلال والرواشدة (٢٠١٨) حيث توصلت دراستهما إلى ارتباط إدمان الهواتف الذكية بالمهارات الاجتماعية والقلق وأمكن التنبؤ بإساءة استخدام الهواتف الذكية من خلال القلق والمهارات الاجتماعية، وتوصل كارفالهو وآخرون (Carvalho et al., 2018) إلى وجود تأثير ما بين بسيط إلى متوسط لإدمان الهواتف الذكية على سمات الشخصية المرضية.

وأتفقت كذلك مع نتائج دراسة كيم وآخرين (Kim et al., 2018) حيث ارتبط فيها إدمان الهواتف الذكية مع العديد من مشكلات واضطرابات الصحة النفسية كالاكتئاب والقلق، ومع نتائج دراسة هاشم (٢٠١٨) حيث ارتبط إدمان الهواتف الذكية بالعديد من مشكلات الصحة النفسية والمشكلات الاجتماعية، ومع ما توصل إليه سيتياي وآخرين (Setiadi et al., 2019) في أن إدمان الهواتف الذكية يرتبط بالاضطرابات النفسية والانفعالية كالتعاطف والاكتئاب وتقدير الذات، وأخيرا تتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة ألاني وآخرين (Alavi et al., 2020) حيث أمكن التنبؤ بإدمان الهواتف الذكية من الاضطرابات النفسية كالاكتئاب والقلق واضطراب الشخصية التجنبية.

## التوصيات والبحوث المقترحة

- من خلال ما تم التوصل له من نتائج في الدراسة الحالية يمكن التوصية بما يلي:
- نشر مقياس إدمان الهواتف الذكية على بوابات الجامعة الإلكترونية ووضع طريقة تصحيح الكترونية له ليحدد الطلبة موقعهم من إدمان الهواتف الذكية، مع نشر مطبوعات مصغرة أو مقالات مصغرة على بوابات الجامعات الإلكترونية لتبصير الطلبة بمخاطر الاستخدام المفرط للهواتف الذكية.
  - عمل محاضرات توعوية واسعة لطلاب الجامعة لتعريفهم بأضرار الإفراط في استخدام الهواتف الذكية.
  - عمل ندوات توعوية لأولياء الأمور لتبصيرهم بأضرار إدمان الهواتف الذكية وخطورتها على الصحة النفسية لأبنائهم.
  - توجيه المسؤولين بمخاطر إدمان الهواتف الذكية الإنترنت وضرورة وضع قوانين لضبط استخدامها.
  - توجيه المراكز العلاجية والإرشادية بضرورة التدخل الإرشادي لعلاج الآثار السلبية الناجمة عن الإفراط في استخدام الهواتف الذكية الإنترنت.

## كما يمكن اقتراح البحوث الآتية

- فاعلية برنامج إرشادي لتخفيف الآثار السلبية الناجمة عن إدمان الهواتف الذكية.
- النماذج البنائية لإدمان الهواتف الذكية في علاقتها باضطرابات الشخصية والمشكلات الانفعالية.
- دراسة الأسباب والعوامل المؤدية لإدمان الهواتف الذكية.

## المراجع

- أبو زعيزع، عبدالله (٢٠١٣). الاضطرابات السلوكية والانفعالية في مرحلة الطفولة. عمان: زمزم للنشر.
- أبو منصور، حنان (٢٠١١). الحساسية الانفعالية وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية لدى المعاقين سمعياً. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة غزة.
- الإقبالي، لافي (٢٠١٨). الحساسية الزائدة لدى الطلبة المتفوقين بمحافظة الليث. المجلة التربوية الدولية المتخصصة، ١٧ (٣)، ١٦٢-١٧١
- أمين، عبدالرحمن (٢٠١٨). الأجهزة والهواتف الذكية وصحة الأطفال والمراهقين. الكويت: جمعية صندوق إعانة المرضى، سلسلة كتيبات التوعية الصحية (٩).
- البحيري، عبدالرقيب وإمام، محمود (٢٠١٣). استبيان الصحة النفسية للمراهقين والراشدين، كراسة الأسئلة والتعليمات. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- الداهري، صالح (٢٠٠٥). علم النفس الإرشادي نظرياته وأساليبه الحديثة. بغداد: دار الأوائل.

جمال جادو: إدمان الهواتف الذكية كمنبئ باضطراب الشخصية التجنينية والحساسية الانفعالية....

الجمعة، سليمان (٢٠١٤). إدمان الإنترنت وعلاقته ببعض اضطرابات الشخصية. مجلة كلية الآداب بجامعة بني سويف، ٣٠، ١٧٩-٢١٠.

حسن، محمود (٢٠١٧). جودة الحياة والشعور بالوحدة النفسية لدى طالبات شعبة الطفولة مرتفعي ومنخفضي إدمان الهواتف الذكية. المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٩٥، ٣٦٩-٤٠٧.

حمزة، عماد (٢٠١٦). الحساسية الانفعالية لدى طلبة الجامعة وفاعلية الإرشاد بفرض المفهوم الخاطئ (رايمي) في التقليل من فرط الحساسية السلبية. مجلة كلية الآداب بجامعة ذي قار، ١٩ (١)، ٣١٨-٣٥٥.

عبدالرحمن، محمد السيد (٢٠٠٠). علم الأمراض النفسية والعقلية (الأسباب - الأعراض - التشخيص - العلاج). القاهرة: دار قباء للطباعة والنشر.

عبيد، مريم وعبد نور، حسين (٢٠١٨). الحساسية الانفعالية لدى طلبة المرحلة الإعدادية. مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية بجامعة بابل، ٣٨، ١٤٩٥ - ١٥١٠.

عرعار، فاطمة الزهراء (٢٠١٦). استخدام الهواتف الذكية وعلاقتها باغتراب الشباب الجامعي. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح ورقلة.

فرج، صفوت (١٩٨٠). التحليل العملي في العلوم السلوكية. القاهرة: دار الفكر العربي.

الفيلكاوي، حليلة (٢٠١٧). أثر إدمان الموبايل كوسيلة من وسائل الاتصال على بعض المتغيرات النفسية لدى طالبات الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب بدولة الكويت. مجلة العلوم التربوية بجامعة الكويت، ٣(١)، ١٥٠-٢٠٦.

الفيلكاوي، حليلة (٢٠١٨). إدمان الموبايل وعلاقته بمستوى انتباه سائقي المركبات وحركة المرور والسير لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة الكويت. مجلة الدراسات التربوية والنفسية بجامعة السلطان قابوس، ١٢ (٣)، ٥٧٤-٥٩٠.

قسماص، صبرينة (٢٠١٨). تأثير الهاتف الذكي على الاتصال الأسري، دراسة مسحية ميدانية على عينة من الأسر الجزائرية بولاية عين الدقلى. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة الجليلي بونعامة بالجزائر.

موسى، قسماص (٢٠١٨). تأثير الهاتف الذكي على الاتصال الأسري دراسة مسحية ميدانية على عينة من الأسر الجزائرية بولاية عين الدقلى. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الجليلي بونعامة بالجزائر.

هاشم، جنان (٢٠١٨). إدمان أطفال الروضة على الأجهزة اللوحية وتأثيراته السلبية. مجلة كلية التربية للبنات بجامعة عين شمس، ٢٩ (٣)، ٢٦٨٦ - ٢٦٩٧.

هلال، أحمد والرواشدة، أروة (٢٠١٨). إساءة استخدام الهواتف الذكية وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية والقلق لدى عينة من طلاب الجامعة. مجلة القراءة والمعرفة بجامعة عين شمس، ٢٠٣، ١٨١-٢٢٨.

- Alavi, S.; Ghanizadeh, M.; Farahani, M.; Jannatifard, F.; Alamuti, S. & Mohammadi, M. (2020). Addictive Use of Smartphones and Mental Disorders in University Students. *Iran J Psychiatry*, 15 (2), 96-104.
- American Psychiatric Association (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorder (5th Edition), Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Boumosleh, J. & Jaalouk, D. (2017). Depression, Anxiety, and Smartphone Addiction in University Students- A Cross Sectional Study. *PLoS ONE* 12(8), 1-14. doi: 10.1371-0182239
- Carbonell, X.; Chamarro, A.; Oberst, U.; Rodrigo, B. & Prades, M. (2018). Problematic Use of the Internet and Smartphones in University Students: 2006–2017. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15, 475-487, doi:10.3390/ijerph 15030475
- Carter, S. & Wu, K. (2010). Relations Among Symptoms of Social Phobia Subtypes, Avoidant Personality Disorder, Panic, and Depression. *Behavior Therapy*, 41 (1), 2–13. doi: 10.1016/j.beth.2008.10.002 PMID:20171323
- Carvalho, L.; Sette, C. & Ferrari, B. (2018). Problematic Smartphone Use Relationship with Pathological Personality Traits: Systematic Review and Meta-Analysis. *Cyber Psychology. Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 12(3), 1-17. doi: 10.5817/CP2018-3-5.
- Chalton, J. (2002). A Factor-Analytic Investigation of Computer Addiction and Engagement. *Journal of British of psychology*, 93 (3), 329-344. DOI: 10.1348/000712602760146242
- Choi, H.; Lee, K. & Ha, J. (2012). The Influence of Smartphone Addiction on Mental Health, Campus Life and Personal Relations – Focusing on K University Students. *Journal of Korean Data & Information Science Society*, 23(5), 1005–1015.
- Cramer, V.; Torgersen, S. & Kringlen, E. (2006). Personality Disorders and Quality of Life. A Population Study. *Compr Psychiatry*, 47(3), 178– 184.
- Cox, B.; Pagura, J.; Stein M. & Sareen J. (2009). The Relationship Between Generalized Social Phobia and Avoidant Personality Disorder in a National Mental Health Survey. *Depress Anxiety*, 26(4), 354–62.
- Eikenaes, I.; Egeland, J.; Hummelen, B. & Wilberg, T. (2015). Avoidant Personality Disorder Versus Social Phobia: The Significance of Childhood Neglect. *PLoS ONE*, 10(3), e0122846. doi:10.1371/ journalpone.0122846.
- Eikenaes, I.; Pedersen, G. & Wilberg, T. (2016). Attachment Styles in Patients with Avoidant Personality Disorder Compared with Social Phobia. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 89, 245–260.

- Guarino, L. (2003). Emotional Sensitivity: A New Measure of Emotional Lability and Its Moderating Role in The Stress Illness Relationship. *PhD*, University of York.
- Hallquist M. & Lenzenweger, M. (2013). Identifying latent Trajectories of Personality Disorder Symptom Change: Growth Mixture Modeling in The Longitudinal Study of Personality Disorders. *J Abnorm Psychol.* 122(1), 138–155.
- Havranek, M.; Volkart, F.; Bolliger, B.; Roos, S.; Buschner, M.; Mansour, R. ... & Ruch, W. (2017). The Fear of Being Laughed at as Additional Diagnostic Criterion in Social Anxiety Disorder and Avoidant Personality Disorder?. *PLoS ONE*, 12(11), Doi: journal.pone.0188024.
- Herbert, J.; Hope, D. & Bellack, A. (1992). Validity of The Distinction Between Generalized Social Phobia and Avoidant Personality Disorder. *J Abnormal Psychology*, 101 (2), 332–339.
- Hofmann, S.; Newman, M.; Ehlers, A. & Roth, W. (1995). Psychophysiological Differences Between Subgroups of Social Phobia. *J Abnormal Psychology.* 104(1), 224–231.
- Holden, C. (2001). Behavioral Addictions: Do They Exist?. *Science*, 94, 980–982.
- Hopwood, C.; Morey, L.; Donnellan, M.; Samuel, D.; Grilo, C.; McGlashan, T. ... & Skodol, A. (2013). Ten-Year Rank-Order Stability of Personality Traits and Disorders in a Clinical Sample. *J Pers*, 81 (3), 335–344. DOI:10.1111/j.1467-6494.2012.00801.x
- Kim, D.; Lee, Y.; Lee, J.; Kim, M.; Keum, C.; Kang, M.; ... & Comput, H. (2012). New Patterns in Media Addiction: Is Smartphone a Substitute or a Complement to The Internet? *The Korean Journal of Youth Counseling*, 20 (1), 71–88.
- Kim, J. (2006). Currents in Internet Addiction. *J Korean Med Assoc.* 49 (3), 202–208.
- Kim, N., & Lee, K. (2012). Effects of Self-Control and Life Stress on Smart Phone Addiction of University Students. *Journal of the Korea Society of Health Informatics and Statistics*, 37 (2), 72–83.
- Kim, Y.; Jang, H.; Lee, Y.; Lee, D. & Kim, D. (2018). Effects of Internet and Smartphone Addictions on Depression and Anxiety Based on Propensity Score Matching Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15, 859-869, DOI:10.3390/ijerph15050859
- Kuss, D. & Griffiths, M. (2011). Online Social Networking and Addiction—a Review of The Psychological Literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 8 (9), 3528–3552.



- Kwon, M.; Kim, D.; Cho, H. & Yang, S. (2013a). The Smartphone Addiction Scale: Development and Validation of a Short Version for Adolescents. *PLoS ONE*, 8(12). DOI:10.1371/journal.pone.0083558
- Kwon, M.; Lee, J.; Won, W.; Park, J.; Min J.; Changtae, H.; ... & Dai-Jin, K. (2013b). Development and Validation of a Smartphone Addiction Scale (SAS). *PloS one*, 8(2). DOI:10.1371/journal.pone.0056936
- Lee, Y. (2006). Biological Model and Pharmacotherapy in Internet Addiction. *J Korean Med Assoc*, 49 (3), 209–214.
- Marques, L.; Porter, E.; Keshaviah, A.; Pollack, M.; Van, A.; Stein, M.; ... & Simson, N. (2012). Avoidant Personality Disorder in Individuals with Generalized Social Anxiety Disorder: What Does It Add?. *Anxiety Disord*, 26 (6), 665–672.
- National Information Society Agency (2012). Internet Addiction Survey 2011. Seoul: National Information Society Agency. 118–119p.
- O'Brien, C. (2010). Addiction and Dependence in DSM-V. *Addiction*, 106, 866–867.
- O'Reilly, M. (1996). Internet Addiction: A New Disorder Enters The Medical Lexicon. *Can Med Assoc J*, 154, 1882–1883.
- Park, N. & Lee, H. (2012). Social Implications of Smartphone Use: Korean College Students' Smartphone Use and Psychological Well-Being. *Cyber Psychology, Behavior, and Social Networking*, 15 (9), 491–497.
- Porter, G. (2010). Alleviating The Dark Side of Smart Phone Use. In: Technology and Society (ISTAS), IEEE International Symposium; June 7–9, Rutgers. Conference Publications, 435–440.
- Reich, J. (2014). Avoidant Personality Disorder and Its Relationship to Social Phobia. In: Hofmann S. & DiBartolo PM editor. *Social Anxiety; Clinical, Developmental, and Social Perspectives*. New York: Elsevier; 2014. p. 27–41.
- Rettew, D. (2000). Avoidant Personality Disorder, Generalized Social Phobia, and Shyness: Putting The Personality Back into Personality Disorders. *Harv Rev Psychiatry*, 8 (6), 283–297.
- Rozgonjuk, D., Rosenvald, V., Janno, S., & Täht, K. (2016). Developing a shorter version of the Estonian Smartphone Addiction Proneness Scale (E-SAPS18). *Cyber Psychology. Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 10 (4). DOI:10.5817/CP2016-4-4
- Setiadi, R.; Tini, T.; Sukanto, E. & Kalsum, U. (2019). The Risk of Smartphone Addiction to Emotional Mental Disorders Among Junior High School Students. *Belitung Nursing Journal*, 5 (5). DOI: 10.33546/bnj.841

- Shin, K.; Kim, D. & Jung, Y. (2011). Development of Korean Smart Phone Addiction Proneness Scale for Youth and Adults. Seoul. *Korean National Information Society Agency press*.42–53.
- Sim, M. & Kim, E. (2011). The Smart Phone Use Survey 2011. Seoul: *Korea Communications Commission press*. 21–23.
- Torgersen, S. (2009). The Nature (and Nurture) of Personality Disorders. *Scand J Psychol*. 50 (6), 624–632.
- Ullrich, S.; Farrington, D. & Coid, J. (2007). Dimensions of DSM-IV Personality Disorders and Life-Success. *J Pers Disord*. 21 (6), 657–663.
- Weinbrecht, A.; Schulze, L.; Boettcher, J. & Renneberg, B. (2016). Avoidant Personality Disorder: a Current Review. *Curr Psychiatry Rep*, 18 (29), DOI 10.1007/s11920-016-0665-6.
- Wu, A.; Cheung, V.; Ku, L. & Hung, E. (2013). Psychological Risk Factors of Addiction to Social Networking Sites Among Chinese Smartphone Users. *Journal of Behavioral Addictions*, 2 (3), 160–166.
- Zimmerman, M.; Rothschild, L. & Chelminski, I. (2005). The Prevalence of DSM-IV Personality Disorders in Psychiatric Outpatients. *Am J Psychiatry*, 162 (10), 1911–1918.