



كلية التربية

المجلة التربوية



جامعة سوهاج

النموذج البنائي للعلاقات بين الثالوث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص والفوبينج لدى طلبة الجامعة

إعداد

د/ سمر محمد سعيد عبد الحميد أحمد

مدرس الصحة النفسية

كلية التربية . جامعة الزقازيق

تاريخ استلام البحث : ٢٧ أغسطس ٢٠٢٥ م - تاريخ قبول النشر: ٩ سبتمبر ٢٠٢٥ م

مستخلص:

هدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة النموذج البنائي للعلاقات بين الثلاث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص والفوبينج لدى طلبة الجامعة، وتحقيقاً لهذا الغرض أجريت الدراسة على عينة قوامها (٨٨١) طالباً وطالبة من طلبة جامعة الزقازيق (بالكليات العملية والنظرية)، بواقع (٩٨) من الذكور، (٧٨٣) من الإناث، وتراوح أعمارهم بين (١٨ . ٢٢) عاماً، بمتوسط عمر زمني قدره (١٩,١٤) سنة، وانحراف معياري (٠,٨٦٥)، وبعد تطبيق أدوات الدراسة المتمثلة في: مقياس الثلاث المظلم للشخصية (إعداد/ Jones, & Paulhus, 2013 . تعريب الباحثة)، ومقياس الخوف من تفويت الفرص (إعداد/ الباحثة)، ومقياس الفوبينج (إعداد/ الباحثة)، أسفرت نتائج الدراسة عن وجود مطابقة مقبولة بين النموذج البنائي المقترح وبيانات عينة الدراسة للتأثيرات المختلفة بين الثلاث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص والفوبينج لدى طلبة الجامعة، ووجود تأثير مباشر موجب دال إحصائياً بين الثلاث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص، بالإضافة إلى وجود تأثير مباشر موجب دال إحصائياً بين الثلاث المظلم للشخصية والفوبينج، كما وجد تأثير مباشر موجب دال إحصائياً بين الخوف من تفويت الفرص والفوبينج، ووجد أن متغير الخوف من تفويت الفرص له دور وسيط في العلاقة بين الثلاث المظلم للشخصية والفوبينج لدى طلبة الجامعة "وساطة جزئية" .

الكلمات المفتاحية: الثلاث المظلم للشخصية . الخوف من تفويت الفرص . الفوبينج .

طلبة الجامعة.

The Structural Equation Modelling of the Relationships between the Dark Triad Personality, Fear of Missing Out, and Phubbing among University Students

Abstract:

The study aimed to identify the nature of the structural model of the relationships between the Dark Triad Personality, Fear of Missing Out, and Phubbing among university students. To achieve this goal, the study was conducted on a sample of (881) male and female students from Zagazig University (in practical and theoretical colleges), (98) males and (783) females, ranging in age from (18-22) years, with a mean age of (19.14) years and a standard deviation of (0.865). After applying the study tools: the Dark Triad Personality Scale (prepared by Jones & Paulhus, 2013 - translated by the researcher), the Fear of Missing Out Scale (prepared by the researcher), and the Phubbing Scale (prepared by the researcher), the study results revealed an acceptable fit between the proposed structural model and the study sample data regarding the various influences of the Dark Triad Personality. Fear of missing out and phubbing among university students. There was a statistically significant positive direct effect between the dark triad personality and phubbing. Furthermore, there was a statistically significant positive direct effect between the dark triad of personality and phubbing. A statistically significant positive direct effect was also found between Fear of missing out and phubbing. The fear of missing out variable was found to play a mediating role in the relationship between the dark triad personality and phubbing among university students "partial mediation".

Keywords: Dark triad personality - Fear of missing out - Phubbing - university students.

مقدمة:

يحتل طلاب الجامعة الصدارة فيما يتعلق بمستويات استخدامهم للهواتف الذكية، فهم يقضون قدرًا كبيرًا من الوقت على هواتفهم لأغراض أكاديمية أو ترفيهية، وقد بلغ معدل إدمان الهواتف الذكية بين طلاب الجامعات بشكل عام (٢٤,٨ : ٢٧,٤٪)، حيث يبرر الطلاب استخدامهم المطول لأجهزة الهواتف الذكية برغبتهم في الحصول على المعلومات والتواصل الاجتماعي والمهام الأكاديمية والترفيه. وفي عالم وسائل التواصل الاجتماعي، قد يجد الطلاب أنفسهم منفصلين عن التفاعلات الاجتماعية في الحياة الواقعية، ويتمنون حالة أخرى من الاتصالات التي يواجهونها بالفعل في هذا العالم، حيث يمكن لوسائل التواصل الاجتماعي أن توفر منصة للتعبير عن ذواتهم (Qutishat, & Sharour, 2019, 4050).

وعلى الرغم من أن وجود وسائل إعلام جديدة مثل: الإنترنت أو الهواتف الذكية أو الأدوات الإلكترونية يشكل مطلبًا أساسيًا للمجتمع الحديث، إلا أنه من غير المألوف أن يركز العديد من الأشخاص على هواتفهم الذكية أو أدواتهم الإلكترونية، ولا يهتمون بمحيطهم، فغالبًا ما يُرى هذا في الأماكن العامة؛ حيث يتجمع العديد من الأشخاص للقيام بنشاط ما مثل: أماكن تناول الطعام، ومحطات الحافلات، وعند الوقوف في طوابير لشراء شيء ما، وحتى في مدرجات الكلية؛ عندما تكون الدروس جارية، ويتجاهل مستخدمو الهواتف الذكية البيئة المحيطة عن قصد، ويطلق على هذه الظاهرة اسم الفوبينج (phubbing)، فعادةً ما يركز الأفراد الذين يقومون بالفوبينج بشكل أكبر على هواتفهم الذكية؛ للتحقق من وسائل التواصل الاجتماعي الموجودة مثل: الإنستجرام، والفيس بوك، وتويتر، والواتساب، وغيرها (Suwarti, 2020, 129).

وتعتبر ظاهرة الفوبينج وباءً ينتشر بشكل خاص بين طلاب الجامعات، لدرجة أنها أصبحت مشهدةً مألوفًا للطلاب، فعند التحدث مع شخص آخر أو أثناء المحاضرات، هناك طلاب يتجاهلون محاورهم، ويفضلون فتح الهاتف المحمول لتصفح المواقع المختلفة على وسائل التواصل الاجتماعي (Hidayat, & Putu, 2016, 18)، ونتيجة لذلك، قد يؤدي الفوبينج إلى إتلاف العلاقات الاجتماعية والأكاديمية، ودفع الناس إلى مواقف تهدد حياتهم، فقد أفاد بعض الأشخاص بأنهم يشعرون بمزيد من التشتت، ويختبرون استمتاعًا أقل بالتواصل نتيجة استخدامهم للهاتف المحمول في المواقف الاجتماعية، كما أن النظر إلى الهاتف المحمول أثناء التواصل يقلل من جودة التواصل الاجتماعي والثقة الشخصية، لذا يعاني

الأشخاص الذين يمارسون الفوبينج من مشاكل في التواصل البصري، ويعزل معظمهم أنفسهم عن بيئتهم، والأمر الأكثر إثارة للدهشة هو أن (٩٧٪) من الأشخاص الذين يمارسون الفوبينج لا يستمتعون بمذاق وجبتهم (Ergün, Göksu, & Sakız, 2020, 1581).

ولقد اتجهت الأنظار بشكل متزايد نحو سلوك الفوبينج منذ مطلع الألفية الثانية، وخاصة منذ ظهور الهواتف الذكية، فعندما يستخدم الناس هواتفهم أثناء التفاعل، يعطي ذلك الأولوية للتواصل الاجتماعي الافتراضي على حساب التواصل الاجتماعي المباشر، حيث يكون مُستخدم الهاتف حاضراً جسدياً، ولكنه غائباً ذهنياً، حيث تؤثر هذه الحالة الغامضة من "غياب الحضور" بشكل سلبي على التواصل الاجتماعي المباشر؛ لأن شركاء المحادثة يُفسرونها على أنها انتهاك لقواعد التفاعل الاجتماعي الحالية (Abeeel, 2020, 159).

كما تزايد الاهتمام في الآونة الأخيرة بدور سمات الشخصية المظلمة (الميكافيلية، الاعتلال النفسي، النرجسية) في الاستخدام الإشكالي لتقنيات الإنترنت، على سبيل المثال: يرتبط الاستخدام الإشكالي للإنترنت والألعاب الإلكترونية الإشكالية بالميكافيلية والحد والاعتلال النفسي (Kircaburun, & Griffiths, 2018, 999)، وترتبط المقامرة الإلكترونية الإشكالية بالاعتلال النفسي، كما يرتبط الاستخدام الإشكالي للمواد الإباحية الإلكترونية بجميع سمات الثلاث المظلم، ويرتبط التواصل الإلكتروني الإشكالي بالميكافيلية والنرجسية (Sindermann, Sariyska, Lachmann, Brand, & Montag, 2018, 989, Kircaburun, Jonason, & Griffiths, 2018, 264).

ويُعبر الثلاث المظلم عن ثلاث سمات شخصية: الميكافيلية، والاعتلال النفسي، والنرجسية، حيث تتميز الميكافيلية بانخفاض التعاطف، وإعطاء الأولوية للرغبات الشخصية، والأهمية للمكاسب الذاتية، ويمكن القول أن الأفراد الميكافيليين يندرجون ضمن الفئة الأكثر عرضة للمخاطر من حيث سلوكيات التعلق المفرط بالهاتف؛ نظراً للأهمية التي يولونها لرغباتهم وأفكارهم، أما الاعتلال النفسي، وهو نوع آخر من أنواع الشخصيات المرتبطة بالثلاث المظلم، يتميز بغياب العاطفة وضبط النفس، وعند النظر إلى العلاقة بين الفوبينج وفقدان السيطرة، يُمكن الاعتقاد بأن الاعتلال النفسي قد يكون مرتبطاً أيضاً بالتعلق المفرط بالهاتف، كما تتميز النرجسية بانخفاض التعاطف، والأنانية، وتقدير الذات المبالغ فيه، وأهمية الذات، لذلك فهم ضمن مجموعة الخطر من حيث سلوك التعلق المفرط بالهاتف، ونتيجةً لذلك،

يُمكن افتراض أن جميع سمات الشخصية الثلاث للثالوث المظلم مرتبطة بسلوك الفوبينج (Akat, Arslan, & Hamarta, 2023).

كما يُمكن تفسير العلاقة بين الفوبينج وسمات الشخصية للثالوث المظلم من خلال نظرية الاستخدامات والإشباع، والتي تؤكد على أن الأفراد يُلبون بعض احتياجاتهم من خلال الإنترنت وتطبيقات وسائل التواصل الاجتماعي، ووفقاً لهذا النهج، يستخدم الأفراد الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي لتلبية احتياجاتهم، مثل الحفاظ على العلاقات الشخصية، والترفيه، والإعجاب، والمقارنة الاجتماعية (Grieve, Lang, & March, 2021, 2)، ومن المعروف أن الأفراد ذوي شخصية الثالوث المظلم يُعطون الأولوية أيضاً لاحتياجاتهم الشخصية، بالإضافة إلى ذلك، يُسهّل الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي على هؤلاء الأفراد تلبية احتياجاتهم مع الحفاظ على سرية الهوية وسهولة الوصول، لذلك يمكن القول أن هؤلاء الأفراد يمكنهم استخدام الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي بشكل أكبر، وقد يدفع هذا الوضع الأفراد إلى إظهار المزيد من سلوكيات الفوبينج (Kircaburun, Demetrovics, & Tosuntas, 2019, 1497).

ويستخدم الأشخاص ذوو الميكانيلية العالية الإنترنت لتحقيق مكاسب شخصية، وقد يكون النرجسيون أكثر عرضة للخوف من تفويت الفرص بسبب حاجتهم إلى التصديق، وقد تؤدي السمات النفسية إلى سلوكيات إلكترونية اندفاعية، مما يُقاوم كلاً من التكاسل الإلكتروني والخوف من تفويت الفرص (Ayub, Khan, & Yaseen, 2024, 50)، ويمكن أن يرتبط الخوف من تفويت الفرص (FoMO)، وخاصة الخوف من تفويت معلومات مهمة تتعلق بالأصدقاء على وسائل التواصل الاجتماعي، بالإفراط في استخدام الهواتف الذكية مما قد يؤدي بدوره إلى سلوكيات الفوبينج (Chi, Tang, & Tang, 2022, 1113). وقد أكدت دراسة Franchina, Vanden Abeele, van Rooij, Lo Coco, & De Marez, (2018)، أن الخوف من تفويت الفرص يُحفّز الإفراط في استخدام الهواتف الذكية، وبالتالي سلوك الفوبينج لدى المراهقين.

ووفقاً لنظرية الاستخدام التعويضي للإنترنت التي طرحها كارديفلت - وينثر (٢٠١٤)، قد يلجأ الأشخاص الذين يمرون بحالات نفسية هدامة أو مضطربة نفسياً إلى استخدام هذا السلوك الإشكالي كوسيلة للتكيف أو التعويض، ونتيجة لذلك، فإن هذه الحالات النفسية السلبية مثل الخوف من تفويت الفرص، تشير إلى انخفاض الشعور بالسعادة، وغالباً ما تُشكل

محفزات للاستخدام المفرط للإنترنت أو وسائل التواصل الاجتماعي بين الناس، وخاصة البالغين، كما أن ظاهرة الخوف من تفويت الفرص تعتبر محفزاً خفياً ذو دوافع اجتماعية، قد يؤدي إلى استخدام إشكالي للهواتف الذكية (Paul, Manchanda, Arora, & Aggarwal, 2024, 667, Elhai, Levine, Alghraibeh, Alafnan, Aldraiweesh, & Hall, 2018, 289).

وفي ضوء ما سبق تسعى الدراسة الحالية إلى وضع نموذج بنائي مقترح يُفسر طبيعة العلاقة بين الثلاث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص والفوبينج لدى طلبة الجامعة.

مشكلة الدراسة:

نبعت مشكلة الدراسة من خلال عمل الباحثة كعضو هيئة تدريس، حيث لاحظت أثناء قيامها بالتدريس انشغال بعض الطلبة بالهاتف المحمول، مما يجعلهم يفوتون الفرصة للاستفادة من الشرح، لذا اتجهت لبحث أسباب انتشار هذه الظاهرة بين طلاب الجامعة، خاصة بعد شكوى العديد من الزملاء من تكرار مثل هذه السلوكيات أثناء المحاضرات، لذلك كان من الضروري دراسة وفهم كيفية تأثير التكنولوجيا والانغماس في الأجهزة الإلكترونية على الجانب النفسي للشباب، وخاصة ظاهرة الفوبينج (التجاهل بالانشغال بالهاتف المحمول)، والخوف من تفويت الفرص، والثلاث المظلم للشخصية.

فقد تفوقت الهواتف الذكية على أجهزة الكمبيوتر واللاب توب؛ لأنها محملة بالميزات التي تمتلكها هذه الأجهزة المختلفة بشكل منفصل، كما جعل الإنترنت السريع المتصل بالهواتف الذكية الحياة اليومية سهلة وميسرة، مما أحدث ثورة في كل جانب من جوانب الحياة البشرية مثل: التواصل، والتسوق عبر الإنترنت، والخدمات المصرفية، وحتى عملية التنشئة الاجتماعية، حيث يختصر الهاتف المحمول المسافة الافتراضية بين الناس، وعلى الرغم من مزاياها الواضحة، فقد تخلق الهواتف الذكية أحياناً فجوات بين الناس، وتبعدهم عن بعضهم البعض، فقد أصبحت هذه الأداة مهمة جداً في حياة الفرد لدرجة أن الناس ينتهي بهم الأمر إلى تجاهل الآخرين الذين يتشاركون معهم المساحة المادية أو يجرون محادثة معهم وجهاً لوجه. (Nazir, & Bulut, 2019, 101).

ويبدو أن هذه الظاهرة التي تسمى فوبينج، قد أصبحت معيارية في التواصل اليومي (Chotpitayasunondh, & Douglas, 2018, 304)، فقد أجرى Rainie,

(Zickuhr, 2015) دراسة استهدفت الكشف عن كيفية استخدام المشاركين هواتفهم المحمولة خلال آخر تجمع اجتماعي لهم، وقد اتضح أن نسبة (١٦٪) منهم يحاولون تجنب الاتصال أو الانفصال عن الأشخاص الموجودين معهم؛ لأنهم لم يعودوا مهتمين بما كانت تفعله المجموعة؛ وأن حوالي (١٥٪) أرادوا التواصل مع أشخاص آخرين غرباء عن المجموعة؛ و(١٠٪) استخدموا هواتفهم لتجنب المشاركة في نقاشات المجموعة. ومع ذلك، كان من الشائع أن يستخدم الناس هواتفهم المحمولة بطريقة مرتبطة بالتجمع على النحو التالي: (٤٥٪) منهم استخدموا هواتفهم لنشر صورة أو فيديو التقطوه للتجمع، و(٤١٪) منهم استخدموا هواتفهم لمشاركة حدث في المجموعة عبر الرسائل النصية أو البريد الإلكتروني أو مواقع التواصل الاجتماعي، و(٣٨٪) منهم استخدموا هواتفهم للحصول على معلومات رأوا أنها قد تهم المجموعة.

ومن الممكن أن يؤدي هذا الميل السلوكي متزايد الانتشار إلى مشاكل تتعلق بالتفاعل النفسي والاجتماعي المرضي؛ لأن الناس يركزون على العلاقات التي تذكرهم بها هواتفهم، وليس على البيئة الاجتماعية الحقيقية، وتتجلى العواقب الجسدية والنفسية لإساءة استخدام الهواتف بهذه الطريقة أيضاً في اضطرابات عضلية هيكلية، وألم، واضطراب في الروتين اليومي، واضطرابات في النوم، وانخفاض النشاط البدني، والتوتر، ومشاكل في التواصل، والحرمان، وانخفاض الأداء الأكاديمي، والشعور بالوحدة، وتغيرات في العلاقات، وكنتيجة طبيعية لهذه المواقف، يُقلل استخدام التكنولوجيا أيضاً من الرضا عن الحياة، لذلك فإن سلوك الفوبينج يؤثر سلباً على التواصل، وإذا لم يُدرك الأفراد خطورة هذه المشكلة، فسيكون لها تأثير سلبي أكبر بكثير على علاقاتهم وصحتهم النفسية (Parmaksız, 2021, 33).

ومما لا شك فيه أنه إذا كانت وسائل التواصل الاجتماعي تضاعف إمكانية إنشاء هوية رقمية فإنها تفتقر من جهة أخرى إلى مؤشرات مميزة مثل: نبرة الصوت، وتعابير الوجه، كما أن المساحة الافتراضية توفر حرية أكبر لتجنب الكشف عن هوية الشخص، فتتيح له مناقشة مفتوحة لموضوعات عديدة في أمان نسبي، ومن جهة أخرى فإن مجرد حذف الاسم قد يؤدي إلى سلوك عدواني تجاه الآخرين؛ لأن مجرد حذف الاسم يجعل السلوك أكثر حرية، وأقل خضوعاً للأعراف والمعايير الاجتماعية، حيث يكون الهدف الأساسي من إخفاء الهوية ليس فقط في المصادقة، ولكن أيضاً في التصرف بطريقة غير مرئية وأحياناً استفزازية، وهذا أحد الجوانب المظلمة لمواقع التواصل الاجتماعي (Cohen, 2024, 15).

وقد ثَبَّتَ أن الخوف من تفويت الفرص يلعب دورًا بارزًا في ظهور إدمان الهاتف المحمول، حيث أن الأفراد الأكثر عرضة للخوف من تفويت الفرص يميلون لقضاء وقت أطول على وسائل التواصل الاجتماعي، ويظهرون مستويات أعلى من عدم التوافق النفسي، كما ينبئ الخوف من تفويت الفرص بالاستخدام الإشكالي للتكنولوجيا والإنترنت والهواتف الذكية، حيث أن الاستخدام الإشكالي لوسائل التواصل الاجتماعي والخوف من تفويت الفرص قد يكونان آليتي تكيف مُشتتين للانتباه، وتُستخدمان للتعامل مع الحالات العاطفية غير المرغوب بها، كما وُجد أن الخوف من تفويت الفرص يبلغ ذروته لدى الأفراد الذين تتراوح أعمارهم بين (١٨) و (٣٥) سنة؛ بسبب التفاعلات الاجتماعية المكثفة التي يمرون بها خلال هذه المرحلة العمرية (Barberis, Sanchez-Ruiz, Cannavò, Calaresi, , & Verrastro, 2023, 130)، كما توصل (Verma, & Purty (2022 إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين الفوبينج (التجاهل بالانشغال بالهاتف المحمول) والخوف من تفويت الفرص، كما أنهما يرتبطان سلبًا بالصحة النفسية.

وقد وجدت الدراسة التي أجراها (Mejía-Suazo, Landa-White, & Mejía-Suazo (2023 أن الميكافيلية تُسهم في الصراعات المتعلقة باستخدام الهاتف المحمول، وفي دراسة أجراها (Hidalgo- Fuentes (2021، أظهر تحليل الارتباط أن الاستخدام الإشكالي للهواتف الذكية كان مرتبطًا بشكل كبير بجميع سمات الثلاث المظلم (الميكافيلية، النرجسية، الاعتلال النفسي)، في حين أسفرت نتائج الدراسة التي أجراها (Service, & Griffiths (2021 عن ارتباط الميكافيلية والنرجسية ارتباطًا مباشرًا بالخوف من تفويت الفرص، وارتبط الخوف من تفويت الفرص باستخدام الإشكالي للهواتف الذكية.

وتشير نتائج الدراسة التي أجراها (Balta, Jonason, Denes, Emirtekin, (2019 Tosuntas, Kircaburun, & Griffiths, (2019 إلى أن سمات الشخصية المظلمة (الميكافيلية، الاعتلال النفسي، والنرجسية) قد تلعب دورًا في ارتفاع معدلات الاستخدام الإشكالي للهواتف الذكية (حيث تؤثر السمات المختلفة على الذكور والإناث بشكل مختلف)، وأن الروابط الأسلوبية تفسر جزئيًا الارتباط بين السمات المظلمة والاستخدام الإشكالي للهواتف الذكية.

وأظهرت نتائج دراسة (Akat, Arslan, & Hamarta (2023 أن للخوف من تفويت الفرص دوراً وسيطاً في العلاقة بين سمات شخصية الثلاث المظلم والفوبينج (التجاهل

بالانشغال بالهاتف المحمول)، وبمعنى آخر، إن إظهار طلاب الجامعات لسمات شخصية الثالث المظلم يزيد من مستويات الخوف من تفويت الفرصة لديهم، مما يدفعهم إلى إظهار سلوكيات التجاهل بالانشغال بالهاتف المحمول.

وفي ضوء ما سبق فإنه يمكن تحديد مشكلة الدراسة في التساؤل الرئيس التالي:

هل يُمكن التوصل لنموذج بنائي يُفسر العلاقات السببية المباشرة وغير المباشرة بين الثالث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص والفوبينج لدى طلبة الجامعة؟.

ويندرج من هذا التساؤل الرئيس عدة أسئلة فرعية على النحو التالي:

١. هل توجد مطابقة جيدة بين النموذج البنائي المقترح وبيانات عينة البحث للتأثيرات المختلفة بين الثالث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص والفوبينج لدى طلبة الجامعة؟.
٢. ما طبيعة التأثير المباشر بين الثالث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص لدى طلبة الجامعة؟.

٣. ما طبيعة التأثير المباشر بين الثالث المظلم للشخصية والفوبينج لدى طلبة الجامعة؟.

٤. ما طبيعة التأثير المباشر بين الخوف من تفويت الفرص والفوبينج لدى طلبة الجامعة؟.

٥. ما طبيعة التأثير غير المباشر بين الثالث المظلم للشخصية كمتغير مستقل والفوبينج كمتغير تابع من خلال الخوف من تفويت الفرص كمتغير وسيط لدى طلبة الجامعة؟.

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

١. التحقق من وجود مطابقة بين النموذج البنائي المقترح وبيانات عينة البحث للتأثيرات المختلفة بين الثالث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص والفوبينج لدى طلبة الجامعة.

٢. التعرف على طبيعة التأثير المباشر بين الثالث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص لدى طلبة الجامعة.

٣. التعرف على طبيعة التأثير المباشر بين الثالث المظلم للشخصية والفوبينج لدى طلبة الجامعة.

٤. التعرف على طبيعة التأثير المباشر بين الخوف من تفويت الفرص والفوبينج لدى طلبة الجامعة.

٥. التعرف على طبيعة التأثير غير المباشر بين الثالث المظلم للشخصية كمتغير مستقل والفوبينج كمتغير تابع من خلال الخوف من تفويت الفرص كمتغير وسيط لدى طلبة الجامعة.

أهمية الدراسة:

تتمثل أهمية الدراسة الحالية وأسباب اختيار موضوعها في جانبين أحدهما نظري والآخر تطبيقي، وذلك على النحو التالي:

أولاً: الأهمية النظرية:

١. تتضح الأهمية النظرية للدراسة من خلال التصدي لمشكلة نالت اهتمام الباحثين وهي سلوك الفوبينج، وما يترتب عليه من آثار نفسية واجتماعية، والتعرف على علاقته بمتغيري الخوف من تفويت الفرص والثالث المظلم للشخصية.

٢. مما يزيد من الأهمية النظرية للدراسة الحالية ندرة الدراسات العربية . في حدود علم الباحثة . التي تناولت الفوبينج، وبالتالي تكون هناك حاجة ماسة لدراسة هذا المتغير وبحث الدور الوسيط المحتمل للخوف من تفويت الفرص بين متغيري الثالث المظلم للشخصية والفوبينج لدى طلبة الجامعة.

٣. من المؤمل أن تسهم الدراسة الحالية عبر نتائجها بتقديم صورة أبرز عن سلوك الفوبينج لدى طلبة الجامعة، ومن ثم تقديم بعض التوصيات التي من شأنها أن تساهم في الحد من انتشار هذه الظاهرة بين طلبة الجامعة.

٤. تتناول الدراسة الحالية متغيراً حديثاً نسبياً وهو الخوف من تفويت الفرص وما يسببه من عواقب وخيمة على الصحة النفسية، حيث أن الإفراط في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والخوف من تفويت الفرص قد يُسبب القلق، كما أن الرغبة الدائمة في البقاء على اطلاع دائم بالأحداث تمنع الطلبة من الاستمتاع بالحياة، بدلاً من ذلك، يقضون وقتاً أطول في التفكير فيما يفوتهم، مما يجعلهم يشعرون بالتوتر.

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

١. الاسترشاد بنتائج هذه الدراسة في إعداد برامج إرشادية تساهم في خفض سلوك الفوبينج والخوف من تفويت الفرص.

٢. مساعدة طلبة الجامعة في التعرف على الأسباب والعوامل التي تؤدي إلى تفاقم سلوك الفوبينج والخوف من تفويت الفرص، ومعرفة الآثار السلبية الناجمة عنهما.

٣. تزويد المكتبة العربية بعدد من المقاييس، والتي تم التحقق من خصائصها السيكومترية؛ بما يتفق وثقافتنا العربية والتمثلة في: مقياس الثالث المظلم للشخصية (تعريب الباحثة)، ومقياس الخوف من تفويت الفرص (إعداد/ الباحثة)، وكذلك مقياس الفوبينج (إعداد/ الباحثة)، وهو ما يمكن الباحثين من تطبيق هذه الأدوات على عينات أخرى.

٤. تُفيد هذه الدراسة في تقديم مجموعة من الآليات المقترحة التي يمكن أن تساعد في صياغة بعض الاستراتيجيات التي تساعد في الحد من شيوع ظاهرة الفوبينج والخوف من تفويت الفرص.

٥. تساعد هذه الدراسة العاملين في مجال الصحة النفسية وعلم النفس السيبراني للتعرف على مزيد المعلومات عن الخوف من تفويت الفرص، والفوبينج، ومن ثم العمل على مواجهة الآثار السلبية المترتبة عليهم.

المفاهيم الإجرائية للدراسة:

١. الثالث المظلم للشخصية (Dark Triad Personality)

يشير مصطلح "الثالث المظلم للشخصية" إلى ثلاثة مفاهيم شخصية مترابطة من رتبة أعلى: الاعتلال النفسي، والنرجسية، والميكافيلية، ويشمل الاعتلال النفسي عاملين: يعكس العامل الأول: الاعتلال النفسي الأولي (مثل: الأنانية، والقسوة، وغياب التأثير الشخصي، والجاذبية السطحية، وقسوة القلب)، بينما يقيس العامل الثاني أنماط الحياة والسلوكيات المعادية للمجتمع، وهو شبيه بالاعتلال النفسي الثانوي، وتجدر الإشارة إلى أن الباحثين يقترحون الآن ثلاثة جوانب للاعتلال النفسي الجوهري: أسلوب تعامل شخصي متغطرس ومخادع، وتجربة عاطفية ناقصة، وأسلوب سلوكي متهور وغير مسؤول، بينما تشير الميكافيلية إلى استراتيجيات التعامل بين الأشخاص التي تدعو إلى المصلحة الذاتية والخداع والتلاعب، في حين يُشتق مفهوم النرجسية من صياغات ديناميكية نفسية، مثل الشكل المرضي لحب الذات، أو تطور الشخصية، حيث قد تؤدي "الجروح النرجسية" التي يُصاب بها الشخص في الطفولة إلى توقف النمو وزيادة الغضب الناتج عن الشعور بالعار (Jakobwitz, & Egan, 2005, 332).

التعريف الإجرائي للثالث المظلم للشخصية

عرفها Jones, & Paulhus (2013, 28) بأنها مصطلح يتألف من ثلاثة مفاهيم متشابهة ومتميزة في آن واحد: الميكافيلية، والنرجسية، والاعتلال النفسي، يُمثل الاعتلال

النفسي دون الكلينيكي بعناصر تُبرز الاندفاعية، والتلاعب القاسي، وغالبًا ما يُنظر إلى الاعتلال النفسي على أنه مرادف لدرجات منخفضة للغاية في اللطف والضمير، وهو الجانب الأكثر شراً في الثالوث المظلم، حيث يتميز بمستويات عالية من الاندفاعية والبحث عن الإثارة إلى جانب مستويات منخفضة من التعاطف، بينما شملت الجوانب الميكافيلية السخرية وأساليب التلاعب، وبالتالي فإن الحاصلين على أعلى الدرجات يتسمون بالتشاؤم وغياب المبادئ، ويؤمنون بالتلاعب بين الأشخاص كمفتاح للنجاح في الحياة، ويتصرفون وفقًا لذلك، أما بالنسبة للترجسية دون السريرية، فقد اشتملت عناصر تُبرز الأنانية، والعظمة، والاستحقاق، والهيمنة، والتفوق.

٢. الخوف من تفويت الفرص (Fear of Missing out)

يُعرف الخوف من تفويت الفرص بأنه خوف متفشٍ من أن الآخرين قد يمرون بتجارب مجزية يغيب عنها الشخص؛ يتجلى هذا الخوف في عدم الرغبة في الالتزامات الاجتماعية؛ لتجنب تفويت تجربة أفضل عبر الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي، وقد يؤدي حتى إلى حالة من عدم الالتزام بأي أنشطة جماعية، وعلى الرغم من أن (FOMO) ظاهرة تحدث في جميع الفئات العمرية، إلا أن الشباب يبدو أنهم متأثرون بشكل خاص. وبشكل عام لا يقتصر مفهوم (FOMO) على التجارب في العالم الافتراضي لشبكات التواصل الاجتماعي، ومع ذلك، تدور العديد من الأبحاث عن (FOMO) حول وسائل الإعلام والإنترنت وإدمان الهواتف الذكية، حيث يتضاعف الشعور بفقدان التجارب المجزية من خلال التوافر الدائم للرؤى حول مغامرات الآخرين من خلال منصات مثل إنستغرام، إلى جانب الاستخدام المفرط أو حتى الإدماني للإنترنت الذي يمكن أن يؤدي إلى الشك الذاتي، وانخفاض الرفاهية الذاتية، والاكتئاب (Hudecek, Lemster, Fischer, Cecil, Frey, Gaube, & Lerner, 2023, 3).

التعريف الاجرائي للخوف من تفويت الفرص

تعرفه الباحثة بأنه ظاهرة نفسية أو حالة انفعالية تتألف من القلق، ومشاعر عدم الكفاية، والخوف من الاعتقاد بأن يكون لدى الآخرين تجارب أفضل، أو يكتسبون معلومات أكثر فائدة من الفرد، أو احتمال حدوث أحداث أو أنشطة في الفترة التي يكون الشخص بعيداً عنها، لذلك يكون لديه رغبة في البقاء على اتصال مستمر بما يفعله الآخرون، ويتحدد إجرائياً

بالدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة من خلال الإجابة على مفردات مقياس الخوف من تفويت الفرصة الذي قامت الباحثة بإعداده.

٣. الفوبينج (Phubbing)

يشير مصطلح "الفوبينج" إلى تجاهل الآخرين أثناء المناسبات الاجتماعية باستخدام الهواتف الذكية، سواءً كان ذلك عبر تصفح فيسبوك أو واتساب أو تطبيقات الدردشة الأخرى، ومن المفارقات أن الأفراد ينخرطون في سلوك "التجاهل" بشكل متكرر، حيث يتوقفون عن الاهتمام بالشخص الموجود فعلياً، ويتجاهلونه لمجرد الاهتمام بالشخص الموجود في العالم الافتراضي. وقد أصبح "التجاهل" سلوكاً معيارياً في التواصل اليومي، فعادةً ما يستخدم الناس هواتفهم المحمولة في المناسبات الاجتماعية، والاجتماعات العائلية والعملية دون تردد، وهو ينتشر بسرعة هائلة، ويؤثر هذا السلوك على الناس في حياتهم اليومية، ويشعر معظم الناس بأنه مشكلة خطيرة للغاية (Bulut, & Nazir, 2020, 2).

التعريف الإجرائي للفوبينج

تعرفه الباحثة بأنه الانشغال القهري بالهاتف المحمول والأجهزة الرقمية الذي يأخذ صوراً مختلفة منها: إرسال رسائل نصية قصيرة، أو تصفح الويب، أو التحقق من الساعة، أو الرد على المكالمات، أو ممارسة الألعاب الالكترونية، فيقوم الشخص بالنظر إلى الهاتف المحمول أثناء التفاعل الاجتماعي، موجهاً انتباهه إليه، ومتجاهلاً للأشخاص من حوله، وهو ما يضر بعلاقاته الاجتماعية في الحياة الواقعية مع الآخرين، ويتحدد إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة من خلال الإجابة على مفردات مقياس الفوبينج الذي قامت الباحثة بإعداده.

العرض النظري والبحوث ذات الصلة:

سوف تعرض الباحثة في هذا الجزء عرضاً نظرياً لمتغيرات الدراسة الحالية، والذي يتمثل في (الثالوث المظلم للشخصية، والخوف من تفويت الفرص، والفوبينج)، مع عرض لبعض البحوث ذات الصلة بمتغيرات الدراسة، بالإضافة إلى إلقاء الضوء على طبيعة العلاقة بين هذه المتغيرات، وذلك على النحو التالي:

أولاً: الثالوث المظلم للشخصية (Dark Triad Personality)

الثالوث المظلم هو مفهوم جديد نسبياً في علم النفس، فقد ظهر هذا المصطلح في عام (٢٠٠٢) من قبل اثنين من علماء النفس يُدعيان ديلروي إل بوليهوس، وكيفين ويليامز

من جامعة كولومبيا البريطانية، حيث حدد بوليهوس وويليامز في بحثهما ثلاث سمات شخصية تشمل:

١. النرجسية (Narcissism):

هي شعور متضخم بالذات، حيث يعتقد النرجسي أنه شخص متفوق على الآخرين ويطلب من الناس التعرف عليه باستمرار لتفوقه، إنه لا يتوق إلى الاهتمام فقط أو العمل لكسب الثناء، بل يتوقع هذا الاهتمام أو الثناء، حتى لو لم ينجز الكثير، ويمكن أن يكون الأشخاص النرجسيون أنانيين، ومتفاخرين، ومتعطرسين، ويفتقرون إلى التعاطف، ويكون لديهم حساسية مفرطة تجاه النقد (حسين السعدي، ٢٠٢٤، ١٠٤).

٢. الميكافيلية (Machiavellianism)

هي السمات الشخصية التي ترمز إلى المكر والتلاعب، وتقوم بعمل أي شيء من أجل الحصول على القوة، إضافة إلى أن الشخصية الميكافيلية تنظر دائماً إلى الوسيلة الملائمة التي تمكنها من الوصول إلى تحقيق أهدافها، حتى وإن كانت الوسيلة قاسية، واعتمد فيها على أسلوب الشر. وتختلف الميكافيلية عن النرجسية والاضطراب الاجتماعي النفسي بأنها تركز على الهدف، بينما تركز النرجسية على اعتقاد الشخص بأنه يستحق الاهتمام، والدعم والإعجاب من الآخرين على عكس الاضطراب الاجتماعي النفسي الذي يجعل الشخص جامداً وغير متفاعل في القضايا الاجتماعية والعاطفية (عامر علي سمير، ٢٠٢٤، ٢١٠، ٢١٢).

ويُعرف الميكافيليون بأنهم باردون، ومتشائمون، ومتلاعبون، ومجردون من المبادئ، والسمة التي تميزهم عن النرجسيين والمختلين عقلياً هي مهاراتهم الاجتماعية، فالميكافيليون هم أشخاص متقلبون اجتماعياً، قد يُظهرون سلوكياتٍ سطحيةً تُشبه سلوك الشخص الصالح، لكن يُزعم أن الدافع وراء ذلك هو التلاعب وتحقيق المكاسب الذاتية (Bolelli, 2019, 165).

وقد عزز (Rauthmann, & Will (2011, 400 المعرفة القائمة واقتراحاً تصوراً نظرياً متعدد الجوانب للميكافيلية، التي تتجلى في الرغبات والإدراك والعاطفة والسلوك، وتمثل الرغبات الميكافيلية المصلحة الذاتية (الترويج للذات وحماية الذات)، والتوجهات الفاعلية، والتحكم في الانفعالات؛ ويمكن تقسيم الإدراك الميكافيلي إلى: نظرة سلبية للعالم (مثل: السخرية، والأخلاقية)، ونظرة سلبية للناس (مثل: الشك، والاستغلال)، واستراتيجيات محددة، والأنانية؛ ويتضمن التأثير الميكافيلي مستوى منخفضاً من الندم والانفصال العاطفي، كما توسعا

في وصف جوانب السلوك الميكافيلي على النحو التالي: الميول المعادية للمجتمع، والتكتيكات ثنائية الاستراتيجية، والسلوك المنفعي والعدائي، والانفصال، والاستغلال، والتلاعب. ويُعد التلاعب أحد العناصر الأساسية للشخصية الميكافيلية، ويمكن تحليله بشكل أعمق ليشمل أنماط سلوكية أكثر تحديدًا، مثل التلاعب التكتيكي، وإدارة العرض، والتكيف المرن، والخداع والازدواجية، والإخفاء (بسبب النقص، أو الحالة أو الشخصية)، وتكتيكات تلاعب محددة مثل التلاعب العاطفي، والتملق، والإقناع، والتوسل، والترهيب، والهيمنة والسلطة، أو الإفصاح عن الذات.

٣. الاعتلال النفسي (psychopathy)

الاعتلال النفسي هو الميل إلى البحث عن الإثارة بشكل متهور، والتلاعب، والسلوكيات المعادية للمجتمع، ويُعتبر الاعتلال النفسي مفهومًا غير متجانس يتكون من الاعتلال النفسي الأولي، الذي يتميز بسمات مثل القسوة وغياب التأثر، والاعتلال النفسي الثانوي، الذي يتميز بسمات مثل الاندفاعية والعصابية والعدوانية (Rauthmann, 2012, 487).

ومن أهم صفات هذه الشخصية: التصرف باندفاع، والسلوكيات غير المسؤولة، والمشاركة في الكذب والخداع باستمرار، وانعدام الندم والخجل وتآنيب الضمير، والتمركز المرضي حول الذات، وحدة الطباع، والتصرف بعدوانية، وصعوبة التمييز بين الصواب والخطأ، وتجاهل وانتهاك حقوق الآخرين، وإيذائهم، وتجنب الامتثال للمعايير والتوقعات السائدة في المجتمع، والتظاهر بحب المجتمع رغم حقه عليه في اللاوعي ومعاداته له (سمر سيد، ٢٠٢٢، ٧١).

ويرى (Paulhus, & Williams (2002, 557 أن الاعتلال النفسي دون الكلينيكي يشمل ثلاثة عناصر رئيسية تتمثل في: الاندفاعية العالية، والبحث عن الإثارة، وانخفاض التعاطف والقلق.

سمات شخصية الثالث المظلم

اقترح (Paulhus, & Williams (2002 أن الميكافيلية والنرجسية والاعتلال النفسي هي ثلاث سمات شخصية متميزة، لكنها مترابطة، وعلى مدى العقدين الماضيين، قدمت الأبحاث المتعلقة بسمات الثالث المظلم أدلة واسعة النطاق تُظهر أن ثلاث سمات من سمات الشخصية المظلمة ترتبط ارتباطًا وثيقًا بأنواع مختلفة من النتائج الاجتماعية المخالفة

للقواعد، فقد سلّطت العديد من الدراسات الضوء على ارتباط الثالث المظلم للشخصية بالسلوكيات المحفوفة بالمخاطر، وسلوكيات العمل غير المنتجة، والتكتيكات المعادية للمجتمع، والرغبة في السلطة والغرور، واستراتيجيات الزواج الاستغلالية قصيرة المدى، والقضايا المتعلقة بالجنس، والسلوكيات المعادية للمجتمع والعدوان (Crysel, Crosier, & Webster, 2013, O'Boyle, Forsyth, Banks, & McDaniel, 2012, Jonason, & Webster, 2012, Lee, Ashton, Wiltshire, Bourdage, Visser, & Gallucci, 2013, Jonason, Valentine, Li, & Harbeson, 2011, Zeigler-Hill, Besser, Morag, & Campbell, 2016, Baughman, Dearing, Giammarco, & Vernon, 2012)

وهناك أبحاث تدعم فكرة ارتباط سمات شخصية الثالث المظلم بالأيدولوجية السياسية، على سبيل المثال، وجد (Jonason 2014) أن وجود ميول نرجسية وسيكوباتية يرتبط ارتباطاً إيجابياً بالمحافظة السياسية، وأن الميكافيلية ترتبط بمستويات أدنى من الليبرالية السياسية، كما توصل (Arvan 2013) إلى أن جميع سمات الثالث المظلم مرتبطة بمواقف محافظة اجتماعياً واقتصادياً، ويشير مسار بحثي آخر إلى أن التدين يرتبط ارتباطاً سلبياً بامتلاك سمات "الطريق المظلم". في حين أن الاعتلال النفسي والميكافيلية يرتبطان ارتباطاً سلبياً بالمعتقدات الدينية العامة والتدين الجوهري، فإن النرجسية ترتبط ارتباطاً إيجابياً بالظاهر، وسلبياً بالتدين الجوهري (Ghorbani, Watson, Krauss, Bing, & Davison, 2004, Aghababaei, Mohammadtabar, & Saffarinia, 2014, Lowicki, & Zajenkowski, 2017) ويرتبط الميل إلى ارتكاب جميع الخطايا السبع المميتة (الغضب، والحسد، والشراسة، والجشع، والشهوة، والكبرياء، والكسل) ارتباطاً إيجابياً بسمات شخصية الثالث المظلم (Brud, Rogoza, & Ciecuch, 2020)، كما أن الإيمان (مقابل عدم الإيمان) بالتدين يرتبط ارتباطاً سلبياً فقط بالمقياس الفرعي للاعتلال النفسي من سمات الثالث المظلم (Haddad, Angman, Archer, & Garcia, 2016)

النظريات والنماذج المفسرة للثالث المظلم للشخصية

١. نظرية التبادل الاجتماعي

تقترح نظرية التبادل الاجتماعي أن السلوكيات يمكن اعتبارها نتيجة لتحليلات التكلفة والفائدة التي يجريها الأفراد الذين يحاولون التفاعل مع المجتمع والبيئة، فإذا اعتقد شخص ما

أنه قادر على انتزاع مكافأة أكبر من خلال سلوك ما، فإنه سيؤدي هذا السلوك، وعلى العكس من ذلك، عندما يشعر الشخص أن التكلفة ستفوق المكافأة، فإنه لن يؤدي هذا السلوك، وإذا لم يستطع شخص ما الحفاظ على علاقة، أو كان متشككاً ولا يتوقع من الآخرين الوفاء بالمكافأة، فإن الميزان سيميل نحو توقع قيمة أقل لأي تبادل اجتماعي، أي أن التكاليف النسبية ستكون أعلى، والمكافآت المتوقعة ستكون أقل، وقد تُنتج هذه العقلية توجهاً قصير المدى يُفضّل المكافآت الفورية والمضمونة، مما يؤثر السلوكيات المنفرة اجتماعياً التي تُميز الثالث المظلم (Jonason, & Middley, 2015, 674).

٢. نظرية التطور

طُرِحَ مفهوم الشخصيات المظلمة كطيفليات اجتماعية على يد ليندا ميلي (١٩٩٥)، وأشارت إلى أن نظرية التطور تتنبأ بمثل هذه المجموعات الفرعية للشخصية، وقد تولت مجموعتان زمام المبادرة في صياغة منظور تطوري للثالث المظلم، يقود المجموعة الأولى بيتر جوناسون؛ ويقود المجموعة الثانية فيغيريدو، ومن المفهوم أن هذه المناهج التطورية تُركز على قضايا التزاوج لتفسير الفروق الفردية في سمات الثالث المظلم، تُطبق كلتا المجموعتين مفهوم استراتيجية تاريخ الحياة، وفي هذا الإطار، يختلف الأفراد في سلسلة متصلة من استراتيجيات التكاثر، ويُقال إن من يُركزون على التزاوج لديهم استراتيجية حياة سريعة؛ بينما يُقال إن من يُركزون على الأبوة والأمومة لديهم استراتيجية تكاثر بطيئة، وتجادل كلتا المجموعتين بأن الأفراد ذوي سمات الثالث المظلم لديهم استراتيجية تاريخ حياة سريعة، ويتميز هؤلاء الأفراد بعجزهم عن ضبط النفس، وغالباً ما يُظهرون تزاوجاً قصير الأمد، وأنانية، ومظاهر أخرى معادية للمجتمع، أما السمات "الأخف" نسبياً، الميكافيلية والنجسية، فتتضمن جوانب تُخفف من الجوانب غير المرغوبة اجتماعياً والمكلفة لاتباع استراتيجية حياة سريعة. وبالتالي، يُمكن للصفتين الأخيرتين العمل بسهولة في المجتمع، بينما يواجه السيكيوباتي صعوبة أكبر (Furnham, Richards, & Paulhus, 2013, 205).

٣. نموذج سمات الثالث المظلم

بناءً على مقارنة النماذج الهيكلية المتنافسة للثالث المظلم، حدد Rogoza, & Cieciuch (2018, 1298) اثني عشر جانباً متميزاً، كانت خمسة جوانب متعلقة بالنجسية كما يلي: (١) القيادة/السلطة، التي تعكس قدرات القيادة المُدركة ذاتياً، والتي تنعكس كأحد عوامل النرجسية؛ (٢) العظمة، والتي تعكس السمات الأساسية للنرجسية (مثل الانغماس في

الذات والتفوق)، وتنعكس كمكون من عوامل الاستعراض المتضخم؛ (٣) الإعجاب، والذي يعكس الحاجة إلى التباهي وأن يكون مركز الاهتمام، والذي يُنظر إليه على أنه استراتيجية نرجسية مميزة ومحتملة اجتماعيًا؛ (٤) الخيالات العظيمة، التي تعكس أفكارًا مبالغًا فيها حول كون الشخص مميزًا وفريدًا، ويُفترض أن الخيالات العظيمة هي المكون المعرفي لاستراتيجية الإعجاب النرجسي؛ (٥) الاستعراض، الذي يعكس الثقة بجسد المرء والميل إلى عرضه من أجل الإعجاب، وهو جانب محدد تم استخراجه من عامل الاستعراض العظيم. وعلى غرار النرجسية، تم تمييز خمسة جوانب من ثنائي الظلام: (١) الانتقام الاندفاعي، الذي يمثل الميل إلى الانتقام، والسلوكيات الاندفاعية، والتي يمكن تفسيرها من حيث الميول المعادية للمجتمع والتحرر من القيود؛ (٢) قانون التنافس في الغابة، الذي يمثل الأنانية والقسوة، يشبه في تصويره الاعتلال النفسي الأولي؛ (٣) التلاعب بالتملق، الذي يمثل استراتيجية محددة للتلاعب، مدرج كأحد التكتيكات الميكافيلية؛ (٤) يمكن مقارنة التهور، الذي يمثل انخفاض القدرة على الخوف والبحث عن التحفيز، كأحد مكونات الاعتلال النفسي، (٥) الشك، الذي يمثل عدم الثقة تجاه الآخرين والآراء السلبية تجاههم، وهو موجود في كل من الميكافيلية والاعتلال النفسي. وأخيرًا، تم التعبير عن جانبين إيجابيين. كما تم التمييز بين: (١) المثابرة، والتي تمثل الافتقار إلى المثابرة نحو الأهداف طويلة المدى في كل من النرجسية والاعتلال النفسي؛ (٢) الامتثال للقواعد، والذي يمثل الافتقار إلى الأخلاق والتوافق والطاعة للسلطات والقواعد، وهو جانب مكون من عناصر تقيس الاعتلال النفسي والميكافيلية.

الثالث المظلم للشخصية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي

تُعد وسائل التواصل الاجتماعي قنوات اتصال أساسية في العالم الرقمي، ومن بين العوامل المساهمة في الاستخدام الإشكالي لوسائل التواصل الاجتماعي: اختلافات الشخصية، ودوافع استخدام وسائل التواصل الاجتماعي، كما يعتبر استخدام وسائل التواصل الاجتماعي، الذي يُعتبر نشاطًا ترفيهيًا شائعًا في جميع أنحاء العالم، سببًا في العديد من المخاطر، حيث أن الاختلافات الشخصية ترتبط بمستويات مختلفة من المشاركة في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي المحفوف بالمخاطر، وقد درست بعض البحوث فوائدها وأضرارها، والعلاقة بين الثالث المظلم للشخصية واستخدام مواقع التواصل الاجتماعي على النحو التالي:

استهدفت دراسة Kircaburun, et al (2019) فحص العلاقة بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي الإشكالي وسمات الثالث المظلم (أي الميكافيلية والاعتلال النفسي

والنرجسية) وتقدير الذات، حيث قام (٨٢٧) من طلبة الجامعة (٩٥٪) من الإناث و ٣٣٢ (٤٠٪) من الذكور)، بملء استبيان تضمن مقياس اضطراب وسائل التواصل الاجتماعي، ومقياس التلوث المظلم للشخصية، ومقياس تقدير الذات المكون من عنصر واحد، وأشارت النتائج إلى أنه عند ضبط الجنس والعمر، كان للميكافيلية والنرجسية آثار مباشرة ضئيلة وهامة على الاستخدام الإشكالي لوسائل التواصل الاجتماعي، بينما كان الارتباط الجزئي غير المباشر بين النرجسية وتقدير الذات ضئيلاً.

وأجرى Jablonska, & Zajdel, (2020) دراسة استهدفت الكشف عن العلاقة بين هيكل "التلوث المظلم" والاستخدام الإشكالي للإنترنت، حيث تم استطلاع آراء (٣٨٤) مشاركاً عبر استبيان إلكتروني، وأشارت النتائج إلى أن الهيكل الثلاثي للسمات المظلمة قد يكون أكثر ملاءمة للبحث في النشاط الإلكتروني للأفراد، علاوة على ذلك، ترتبط سمات "التلوث المظلم" بمستويات عالية من الاستخدام الإشكالي للإنترنت.

واعتمدت دراسة Siah, Hue, Wong, & Goh (2021) نظرية الشخصية - التكيف - النتائج كإطار عمل لدراسة ما إذا كانت استراتيجيات التأقلم تؤثر على آثار شخصية التلوث المظلم، وبالتالي إدمان وسائل التواصل الاجتماعي، واستخدمت الدراسة طريقة أخذ العينات الهادفة لتجنيد (٢١٩) من طلبة الجامعة، وبعد تطبيق أدوات الدراسة المتمثلة في: مقياس التلوث المظلم القصير، مقياس التأقلم الموجز، مقياس بيرغن لإدمان شبكات التواصل الاجتماعي، أظهرت النتائج أن النرجسية فقط هي المرتبطة بإدمان وسائل التواصل الاجتماعي، وأن استراتيجيات التأقلم بالتجنب هي وحدها التي تؤثر على آثار علم الأمراض، وعلى إدمان وسائل التواصل الاجتماعي.

وبحثت دراسة Hussain, Wegmann, & Griffiths (2021) في الارتباطات بين الاستخدام الإشكالي لوسائل التواصل الاجتماعي وسمات الشخصية المرتبطة بالتلوث المظلم وصعوبات تنظيم الانفعال، وتحقيقاً لهذا الغرض أكمل (٥٥٥) مشاركاً استطلاعاً إلكترونياً يتضمن مقياس الاستخدام الإشكالي لوسائل التواصل الاجتماعي وسمات الشخصية المرتبطة بالتلوث المظلم وصعوبات تنظيم الانفعال، وأظهرت الارتباطات ثنائية المتغيرات أن الاستخدام الإشكالي لوسائل التواصل الاجتماعي كان مرتبطاً بشكل كبير بسمات الشخصية المرتبطة بالتلوث المظلم، بالإضافة إلى صعوبات تنظيم الانفعال، كما أظهرت نمذجة المعادلات البنوية (حيث تم التوسط في تأثير سمات التلوث المظلم على الاستخدام الإشكالي

لوسائل التواصل الاجتماعي من خلال صعوبات تنظيم الانفعال) أن (٣٣.٥٪) من تباين الاستخدام الإشكالي لوسائل التواصل الاجتماعي تم تفسيره من خلال الميكافيلية والاعتلال النفسي والنرجسية.

وأجرى (Tang, Reer, & Quandt (2022) دراسة استهدفت الكشف عن العلاقة بين الثالث المظلم للشخصية، الذي يتكون من النرجسية والميكافيلية والاعتلال النفسي، والاستخدام الإشكالي لوسائل التواصل الاجتماعي من خلال دوافع استخدام وسائل التواصل الاجتماعي. وقد أُجريت الدراسة من خلال استطلاع رأي عبر الإنترنت شمل (١٨٦٥) مشاركًا، وأشارت تحليلات الوساطة الموازية إلى أن كل سمة من سمات الشخصية المظلمة كانت مرتبطة بشكل مباشر وغير مباشر بالاستخدام الإشكالي لوسائل التواصل الاجتماعي من خلال دوافع الترفيه والتواصل والتعبير عن الذات، وهناك ارتباطات غير مباشرة مختلفة من خلال دافع الحفاظ على العلاقة، وقد وُجد ارتباط سلبي غير مباشر بالنرجسية، وارتباط إيجابي غير مباشر بالاعتلال النفسي، ولا يوجد ارتباط غير مباشر بالميكافيلية.

وقدم (Turan, Adam, Kaya, & Yildirim (2024) نموذجًا افتراضيًا لفحص التأثير الوسيط للثالث المظلم على العلاقة بين النبذ وإدمان وسائل التواصل الاجتماعي، حيث جمعت البيانات من (٤٩٧) مراهقًا تركيًا يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي بانتظام، كما أكمل المشاركون مقاييس النبذ وسمات الشخصية المظلمة وإدمان وسائل التواصل الاجتماعي، وأظهرت نتائج تحليل الوساطة علاقات مهمة بين النبذ وإدمان وسائل التواصل الاجتماعي والثالث المظلم، وعلى وجه التحديد، عملت متغيرات الثالث المظلم كوسيط في العلاقة بين النبذ وإدمان وسائل التواصل الاجتماعي.

وتناولت دراسة (Muhammad, & Ashiq (2024) الثالث المظلم للشخصية وهي: الميكافيلية، والنرجسية، والاعتلال النفسي، في عالم الإنترنت، مع التركيز بشكل خاص على مشاركة طلاب الجامعات في فيسبوك وإنستغرام، وتألفت العينة من ثلاثمائة وخمسين طالبًا جامعيًا، تتراوح أعمارهم بين (١٨) و (٢٥) عامًا، وتحقيقًا لهذا الغرض ملأ المشاركون استبيانات تضمنت عناصر متعلقة بالميكافيلية والنرجسية والاعتلال النفسي، بالإضافة إلى المشاركة في استخدام فيسبوك وإنستغرام، وتوصلت الدراسة إلى أن سمات الثالث المظلم (الميكافيلية والنرجسية والاعتلال النفسي) لها مساهمة كبيرة في أنشطة مواقع التواصل الاجتماعي والأنشطة الضارة عبر الإنترنت، كما أشارت النتائج إلى أن شدة السمات الثلاث

(الثالث المظلم للشخصية)، ترتبط ارتباطاً مباشراً بدرجة الانخراط في أنشطة التلاعب والترويج للذات عبر الإنترنت.

وهدف دراسة نيللي حسين العمروسي، عبير صالح الشهري (٢٠٢٥) التحقق من التنبؤ بالأبعاد النفسية والأكاديمية والاجتماعية للتنمر السيبراني، من خلال الثالث المظلم للشخصية لدى عينة من طالبات الجامعة، والكشف عن الفروق في كل من الثالث المظلم للشخصية، والأبعاد النفسية، والأكاديمية، والاجتماعية للتنمر السيبراني تبعاً لمتغير المعدل التراكمي لديهن، وتكونت عينة البحث الأساسية من (١١٠) طالبة من طالبات كلية التربية بجامعة الملك خالد، وباستخدام أدوات الدراسة المتمثلة في: مقياس الثالث المظلم للشخصية، ومقياس التنمر السيبراني، أسفرت النتائج عن إمكانية التنبؤ بالأبعاد النفسية، والأكاديمية، والاجتماعية للتنمر السيبراني من خلال سمة واحدة من سمات الثالث المظلم للشخصية وهي سمة السيكوباتية، ولكن بنسب منخفضة لدى طالبات الجامعة، كما أوضحت النتائج عدم وجود فروق في الثالث المظلم للشخصية وبُعدي (النفسي - الأكاديمي) للتنمر السيبراني تُعزى للمعدل التراكمي لدى طالبات الجامعة، بينما وجدت فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات البعد الاجتماعي للتنمر السيبراني لصالح الطالبات ذوي معدل جيد جداً.

ثانياً: الخوف من تفويت الفرص

يُعزى انتشار وسائل التواصل الاجتماعي في الحياة اليومية إلى طبيعتها المُرضية اجتماعياً، وإمكانياتها ووظائفها المُسببة للإدمان، حيث تتمتع هذه الوسائل بقدرة ملحوظة على إشباع الحاجة الفطرية للتواصل الاجتماعي والفضول تجاه ما يفعله الآخرون، وغالباً ما تُمثل قناة لرأس المال الاجتماعي من خلال توفير مجموعة واسعة من المعلومات والخدمات، وتوفير فرص وفيرة للناس للتواصل، ومتابعة الأحداث الاجتماعية، وإشباع احتياجاتهم المتعلقة بالانتماء؛ علاوة على ذلك، تُوفر وسائل التواصل الاجتماعي إمداداً ثابتاً من الحوافز مثل: التنبيهات، والإشعارات، والاعجابات، وطلبات الصداقة، وتعمل هذه الحوافز كمكافآت اجتماعية، تُنشط دائرة المكافأة في الدماغ، وتُثير استجابات انعكاسية تتطور إلى استهلاك مُعتاد لوسائل الإعلام بمرور الوقت، وبالتالي، يُصبح استخدام الهاتف للتحقق من الإشعارات رد فعل غريزياً وعفويّاً، يتم القيام به دون تفكير واعٍ؛ نظراً للطبيعة الجذابة لوسائل التواصل الاجتماعي، وغالباً ما يُظهر الشباب تعلقاً عاطفياً بهواتفهم المحمولة، ويبلغ الكثيرون عن شعورهم بالتوتر والانزعاج عند انفصالهم عنها، كما تُوفر وسائل التواصل الاجتماعي منصةً تُصوّر فيها غالباً

صوراً مثالية للذات بشكل انتقائي، مما يُتيح فرصاً وفيرة للمقارنة الاجتماعية، نتيجةً لذلك، يُثير القلق، والشعور بالوحدة، والاكتئاب، والحساسية للاستبعاد الاجتماعي، وضعف الأداء الأكاديمي، شعوراً عاماً بالخوف من تفويت الفرص (Alarabi, 2022, 1).

مفهوم الخوف من تفويت الفرص

يُعرف الخوف من تفويت الفرصة (FoMO) بأنه الخوف أو القلق بشأن فقدان لحظة ثمينة مع الأصدقاء، حيث لا يتمكن الفرد من التواجد جسدياً في الأنشطة أو الأنشطة التي يقوم بها أصدقاؤه، ويتسم برغبة في البقاء على اتصال مع الآخرين (Sutanto, Sahrani, & Basaria, 2020, 464).

وهو شعورٌ سائدٌ بأن الآخرين قد يمرون بتجارب مُجزية يغيب عنها الشخص، ويتسم بالرغبة في البقاء على اتصال دائم بما يفعله الآخرون، فبالنسبة لمن يخشون تفويت الفرص، قد تكون المشاركة في وسائل التواصل الاجتماعي جذابةً بشكل خاص، حيث تُعدّ خدماتٌ مثل فيسبوك وتويتر والتيك توك أدواتٍ تكنولوجية للبحث عن التواصل الاجتماعي، وتُتيح مستوياتٍ أعلى من المشاركة الاجتماعية من نواحٍ عديدة، ويُمكن اعتبار خدمات وسائل التواصل الاجتماعي هذه بمثابة تقليل "تكلفة القبول" للانخراط الاجتماعي، في حين أن هذه الأدوات الاجتماعية توفر مزايا لعامة السكان، فمن المرجح أنها نعمة خاصة لأولئك الذين يعانون من الخوف من تفويت الفرص، ويقدم التفاعل مع وسائل التواصل الاجتماعي مساراً عالي الكفاءة ومنخفض الاحتكاك لأولئك الذين يتجهون نحو اتصال مستمر بما يحدث (Przybylski, Murayama, Dehaan, & Gladwell, 2013, 1841).

كما يمكن تعريف هذه الظاهرة بأنها رغبة في التواجد على الإنترنت، ورغبة مستمرة في التحقق من وسائل التواصل الاجتماعي، ويمكن تأطير الخوف من تفويت الفرص في سياق أوسع من الاستخدام المفرط لوسائل التواصل الاجتماعي أو إدمان الإنترنت، ويعد المراهقون أكثر عرضة لهذا، حيث وجدَ أن حوالي ٢٠٪ من المراهقين يشعرون بقلق شديد عندما لا يتمكنون من استخدام هواتفهم الذكية، وأنهم لا يقللون من الوقت الذي يقضونه عليها (Bloemen, & Coninck, 2020, 1).

وتُعدّ متلازمة الخوف من تفويت الفرص حالةً هشةً تؤثر على الصحة الاجتماعية والنفسية للمراهقين، وتتألف هذه المتلازمة من عنصرين: الشعور بالضياع، متبوعاً بحاجة

قهريّة للحفاظ على الروابط الاجتماعية مع الآخرين (Amran,& Jamaluddin, 2022,398).

ويرتبط مفهوم الخوف من تفويت الفرص في الأصل ببعدين: أ) "الخوف السائد من أن الآخرين قد يمرون بتجارب مجزية يغيب عنها الشخص"، و ب) "الرغبة في البقاء على اتصال دائم بما يفعله الآخرون، ومع ذلك، لا توجد دراسات سابقة تُذكر هذا المفهوم ثنائي الأبعاد تجريبياً، ويُعتبر البُعد الأول للخوف من تفويت الفرص بُعداً معرفياً أو عاطفياً يتمثل في التأثير السلبي/القلق (أي التفكير السلبي المتكرر) بشأن تفويت/استبعاد التجارب المجزية، وعادةً ما تكون هذه التجارب المجزية اجتماعية، مع زملاء معروفين وذوي قيمة، بينما يتضمن البُعد الثاني نوعاً محدداً من استراتيجيات السلوك أو التأقلم (سلوك الأمان)، وينظر لسلوك الأمان بأنه أفعال غالباً ما يقوم بها الأفراد القلقون لمنع حدوث نتيجة يخشونها. في هذا الصدد، يمكن أن تكون الرغبة المستمرة في التواصل بمثابة سلوك أمان من خلال السماح للفرد بالبقاء على اتصال وثيق ومستمر مع الآخرين، وبالتالي تجنب تفويت تجربة مجزية (Elhai, Casale, & Bond,2025, 1).

المكونات المعرفية للخوف من تفويت الفرص

يشمل المكون المعرفي للخوف من تفويت الفرص عمليات التفكير الداخلية، التي تُقارن حياة الأفراد بطريقتين مختلفتين: أ) تجارب الفرد عند مقارنتها بتجارب الآخرين، و ب) تجارب الفرد الحالية عند مقارنتها بإمكانية خوض تجارب يُنظر إليها على أنها أفضل. لذلك، يرتبط رهاب تفويت الفرص ارتباطاً وثيقاً بالمقارنة الاجتماعية والتفكير المضاد للواقع. في الواقع يُعتبر الخوف من تفويت الفرص شكلاً محدداً من أشكال الحسد أو الندم أو التأمل، ويستند في الغالب إلى معلومات اجتماعية، وفيما يتعلق بكيفية مقارنة الأفراد لوضعهم الحالي بمواقف الآخرين، فإنهم يُجرون مقارنة اجتماعية، وهو أمر مهم للأفراد لإنشاء نقاط مرجعية صحيحة لتقييم أنفسهم. بعبارة أخرى، يُقارن الناس أنفسهم ووضعهم وحياتهم بالآخرين لتقييم أوضاعهم في سياق مجموعة أو مجتمع، ويمكن أن تكون هذه المقارنات إما تصاعدية - بمقارنة الذات بشخص في وضع أفضل، أو تنازلية بمقارنة الذات بشخص في وضع أسوأ، ويميل الناس إلى تبني وجهة نظر سلبية عند تقييم حياتهم وأوضاعهم مقارنةً بحياة الآخرين، بحيث يميل الأفراد إلى رؤية حياة الآخرين أفضل من حياتهم. هذا التحيز أكثر شيوعاً في الأنشطة الاجتماعية (Neumann, 2020, 2)، وهذا يتوافق مع نتائج دراسة

(Milyavskaya, Saffran, Hope, & Koestner, 2018) والتي توصلت إلى أن مراقبة الأنشطة الاجتماعية للآخرين تزيد من هذا الخوف من تفويت الفرص لدى الأفراد. الخوف من تفويت الفرص كحالة وسمة

تشير الأبحاث الحديثة إلى وجود بُعدين كامنين رئيسيين للخوف من تفويت الفرص هما: الخوف من تفويت الأحداث المرتبط بالسمة، والخوف من تفويت الفرص المرتبط بالحالة، حيث يعكس الخوف من تفويت الفرص المرتبط بالسمة، سمة شخصية مستقرة نسبياً تتضمن قلقاً مستمراً بشأن الاستبعاد، نابغاً من قلق عميق من الاستبعاد من أنشطة الآخرين. في المقابل، يُعدّ الخوف من تفويت الفرص المرتبط بالحالة مزيجاً من التواصل عبر الإنترنت والتفاعلات اللاحقة، ويعمل كآلية للتكيف مع الشعور بالغرق في التواصل المستمر، والمعلومات حول أنشطة الآخرين الذين يشاركون الفرد نفس المجموعات الاجتماعية، بعبارة أخرى، يُعدّ الخوف من فوات الفرصة المرتبط بحالة ما تجربةً عابرةً مرتبطةً بالأنشطة عبر الإنترنت، أما الخوف من فوات الفرصة المرتبط بالسمة، والذي يتسم بالقلق من فقدان المعلومات أو التواصل، فيساهم في الشعور بالانفصال عن الإنترنت والتشرد إذا لم يستطع الفرد التواصل عبر وسائل التواصل الاجتماعي (Servidio, Craig, Soraci, Boca, Pisanti, Demetrovics, & Griffiths, 2025, 2).

الآثار الجانبية للخوف من تفويت الفرص

١. تتيح منصات التواصل الاجتماعي فرصة فريدة للأفراد "للبقاء على اتصال" ببيئتهم الاجتماعية والبقاء على اطلاع دائم بأنشطة الآخرين. ومع ذلك، فإنّ التصفح المتكرر لمواقع التواصل الاجتماعي للحفاظ على الروابط الاجتماعية قد يُسهم في تعزيز ظاهرة الخوف من تفويت الفرص (Elhai, Levine, Dvorak, & Hall, 2016, 509, Wang, Wang, Nie, Zeng, Liu, Wang, Guo, , & Lei, 2019, 136) مما يُنشئ حلقة مفرغة يصعب الخروج منها، ومن الآثار الجانبية لذلك رهاب فقدان الهاتف، أو الشعور بالقلق الذي ينشأ عندما يكون الهاتف الذكي بعيداً عن متناول الشخص، ما يُصعّب عليه التواصل مع الآخرين أو مواكبة آخر المستجدات (Coco, Salerno, Franchinam, La Tona, Di Blasi, & Giordano, 2020, 2, Wen, Huang, Liu, & Miao, 2023, 1).

٢. يُمكن أن يُعزز الإفراط في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، وخاصةً إدمانها، الرغبة في جمع المعلومات وتجميعها؛ وبالتالي، غالبًا ما يرتبط الفومو بـ"الاكتناز الرقمي" (Buglass, Binder, Betts, & Underwood, 2017, 250)

٣. في الواقع، يرتبط التفاعل مع وسائل التواصل الاجتماعي، واستخدامها الإشكالي (أو إدمانها)، بحالة فقدان الشغف بالأشياء ارتباطًا وثيقًا (Li, Zhou, Liu, Yu, & Gao, 2024, 6, O'Brien, Sumich, Baguley, & Kuss, 2023, 228) وتتفق هذه العلاقة مع نظرية تقرير المصير بمعنى أن الدافع وراء البحث عن الاهتمام، إلى جانب الرغبة في التواصل الاجتماعي، قد يُؤد شعورًا بفقدان الشغف بالأشياء، كما يرتبط الارتباط بالحاجة إلى الانتماء، مما قد يُسهم بشكل كبير في الاستخدام المتزايد لوسائل التواصل الاجتماعي في جميع أنحاء العالم (Al-Busaidi, Dauletova, & Al-Wahaibi, 2022, 1400, Büttner, Lalot, & Rudert, 2023, 12).

٤. من ناحية أخرى، قد تُؤد الحاجة الاجتماعية غير المُلباة شعورًا سلبيًا بالنزب الاجتماعي، بما يتماشى مع نظرية الإقصاء الاجتماعي (Gupta, & Sarma, 2021, 4881).

٥. تشمل ظاهرة الخوف من تفويت الفرص السمات المزاجية، مثل: الخوف من تفويت الفرص كسمة، الذي يتضمن: ميول المقارنة الاجتماعية، أو الشعور بالوحدة، أو الرضا عن الحياة، وتفاعلها مع خصائص بعض الأنشطة الإلكترونية، مثل: الخوف من تفويت الفرص كحالة، الذي يتضمن: التجارب المجزية، وتدفع وسائل التواصل الاجتماعي (Brailovskaia, & Margraf, 2024, 1080).

النظريات المُفسرة للخوف من تفويت الفرص

١. نظرية الاختيار العقلاني لسكوت rational choice theory

يُعتقد أن ظاهرة الخوف من تفويت الفرص تعود إلى نظرية الاختيار العقلاني، ووفقًا لهذه النظرية، فإن جميع الأفعال عقلانية في جوهرها، ويدرس الناس التكلفة والفائدة المحتملة لأي فعل قبل اتخاذ قرار بشأنه، فالدافع الأساسي في السلوك البشري هو إمكانية الحصول على أعلى مستوى من المنفعة لنفسه؛ لذلك، سيواجه الناس صعوبة في الاختيار من بين العديد من الخيارات، فعندما يتعين عليهم الاختيار، قد يشعرون بالندم على الخيارات التي لم يختاروها، كما تؤكد النظرية على أن الأفراد مدفوعون بالرغبات أو الأهداف التي تعبر عن تفضيلاهم ويتصرفون ضمن قيود محددة ومعطاة، وعلى أساس المعلومات التي لديهم حول

الظروف التي يتصرفون في ظلها في أبسط صورها يمكن رؤية العلاقة بين التفضيلات والقيود من الناحية التقنية البحتة لعلاقة الوسيلة بالغاية، ونظرًا لأنه من غير الممكن للأفراد تحقيق جميع الأشياء المختلفة التي يريدونها، فيجب عليهم أيضًا اتخاذ خيارات تتعلق بكل من أهدافهم ووسائل تحقيق هذه الأهداف، حيث يختار الأفراد العقلانيون البديل الذي من المرجح أن يمنحهم أكبر قدر من الرضا. (Scott, 2000, 126, 127)

٢. نظرية تقرير المصير self-determination theory

تُميز هذه النظرية بين الدافعية من حيث كونها مستقلة أم مُتَحَكِّم بها، وتؤكد هذه النظرية على العمليات الداخلية الكامنة وراء تجلّي السلوك البشري والشخصية في سياق اجتماعي، وقد بدأ البحث الذي أدى إلى نظرية تقرير المصير بتجارب تبحث في آثار المكافآت الخارجية على الدافعية الذاتية (Deci, & Ryan, 2012, 416).

وقد كشفت دراسة (Alt (2015 أن مستوى استخدام وسائل التواصل الاجتماعي من قِبل الطلاب غير المُحَفِّزين أو المُحَفِّزين خارجيًا أعلى من مستوى الطلاب المُحَفِّزين ذاتيًا في نفس الفصل، كما أكدت الدراسة أيضًا أن الخوف من تفويت الفرص يعمل كوسيط في تفسير العلاقة بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والدافعية.

ووفقًا لنظرية تقرير المصير، تستند مرونة الشخص وتنظيمه الذاتي إلى إشباع ثلاث ضروريات نفسية أساسية. الأولى هي الكفاءة: وهي القدرة على التصرف بفعالية في الكون، والثانية هي الاستقلالية، وهي القدرة على شق طريقه الخاص واتخاذ المبادرة الشخصية، والثالثة هي الارتباط، وهو ما يعني القرب أو الالتزام بالآخرين، كما أن القصور في إشباع الاحتياجات التي تتطلب المبادرة يخلق حالة من عدم اليقين، ويميل الأفراد الذين لا تُشبع احتياجاتهم النفسية بشكل كافٍ إلى استخدام وسائل التواصل الاجتماعي، والتي تُعتبر أداة للتواصل، وتطوير الكفاءة الاجتماعية، وتعميق للروابط الاجتماعية (Mazlum, Atalay, 2022, 22).

٣. نظرية الاعتماد على نظام الإعلام media system dependency theory

وفقًا لنظرية الاعتماد على نظام الإعلام، يميل الأفراد الذين يعانون من عدم يقين كبير في علاقتهم بوسائل الإعلام إلى البحث عن المعلومات، بالإضافة إلى الاعتماد بشكل أكبر على مختلف الموارد الاجتماعية، بما في ذلك وسائل الإعلام وتحديثًا، خلال الأزمات الاجتماعية المفاجئة، فغالبًا ما يُظهر الناس اعتمادًا أكبر على وسائل الإعلام، ويحصلون على

معلومات مهمة من خلال قنوات وسائل الإعلام المختلفة؛ على سبيل المثال: في أعقاب هجمات ١١ سبتمبر الإرهابية، لجأ الأمريكيون بشكل متزايد إلى مصادر الإعلام التقليدية للحصول على المعلومات. وبالمثل لوحظ قبل انتشار استخدام الإنترنت، كان طلاب الجامعات أكثر عرضة لتجربة الخوف من تفويت الفرص (FOMO) عندما سمعوا أصوات الحفلات في الممر أو عبر الشارع، والجدير بالذكر أن الخوف من تفويت الفرص يبدو أنه يرتبط بالقلق أكثر من ارتباطه بمشاعر فقدان السعادة الناتجة عن التجارب الفاشلة. إن إحدى العواقب السلبية لاستخدام الإنترنت هي السلوك القهري المتمثل في التحقق المستمر. بالإضافة إلى ذلك، يُقال إن سهولة استخدام منصات التواصل الاجتماعي تزيد من القلق والاعتماد عليها بين المستخدمين، ويرتبط الاعتماد على وسائل التواصل الاجتماعي ارتباطاً وثيقاً بآليات الدفاع عن النفس لدى الأفراد، وذلك استجابةً للمحفزات البيئية (Park, & Kim, 2025, 4).

الثالث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص

يُشكّل الانتشار الواسع للتكنولوجيا الرقمية سلاحاً ذو حدين لطلاب الجامعة، إذ يُعزّز الخوف من تفويت الفرص (FOMO) الاتصال المستمر بالإنترنت للوصول إلى المعلومات والتفاعل الاجتماعي، إلا أنه قد يؤدي أيضاً إلى أنشطة رقمية غير مُنتجة، مما يؤثر في النهاية على رفاة الطلاب وأدائهم الأكاديمي، كما أنه في العصر الرقمي، تتلاشى الحدود بين العالمين الحقيقي والافتراضي بشكل متزايد، مما يشجع الأفراد على البقاء متصلين عبر وسائل التواصل الاجتماعي. ومع ذلك، لا يؤدي هذا الدافع دائماً إلى تفاعلات إيجابية في بعض الأحيان، بل يتجلى في سلوك المطاردة الإلكترونية، ويُعتقد أن ظاهرة الخوف من تفويت الفرص (FoMO) مرتبطة بسمات الثالث المظلم للشخصية، وهما عاملان نفسيان يمكن أن يثيرا رغبة قهرية في مراقبة الأنشطة الأخرى عبر الإنترنت، لذا تستعرض الباحثة في هذا السياق البحوث التي أكدت على هذه العلاقة على النحو التالي:

بحثت دراسة (Servidio, Griffiths, & Demetrovics, 2021) فيما إذا كان من الممكن تفسير العلاقة بين الثالث المظلم للشخصية واستخدام الهواتف الذكية الإشكالي من خلال الدور الوسيط للخوف من تفويت الفرص، وتحقيقاً لهذه الغرض أكمل (٤٥٧) مشاركاً استطلاعاً عبر الإنترنت، وبعد تطبيق أدوات الدراسة المتمثلة في: مقياس تقييم الثالث المظلم للشخصية ومقياس استخدام الهواتف الذكية الإشكالي ومقياس الخوف من تفويت الفرص، أشارت النتائج إلى أن الذكور سجلوا درجات عالية في مقياس تقييم الثالث المظلم

للشخصية، بينما سجلت الإناث درجات عالية في استخدام الهواتف الذكية الإشكالي، كما أظهرت نمذجة المعادلات الهيكلية أن النرجسية كانت مرتبطة بشكل مباشر بالاستخدام الإشكالي للهواتف الذكية، بينما توسط الخوف من تفويت الفرص جزئياً في الارتباط بين النرجسية والاستخدام الإشكالي للهواتف الذكية، كما ارتبطت الميكافيلية والنرجسية بشكل مباشر بالخوف من تفويت الفرص، وفي النموذج الوسيط بالكامل، كانت النرجسية لا تزال مرتبطة بالخوف من تفويت الفرص، وفي المقابل، كان الخوف من تفويت الفرص مرتبطاً بالاستخدام الإشكالي للهواتف الذكية، كما أشارت نتائج الدراسة إلى أن الميكافيلية والنرجسية قد تمثلان مقدمات للخوف من تفويت الفرص، بالإضافة إلى سمات الشخصية الخمس الكبرى، وكلاهما قد يشارك في تطوير الاستخدام الإشكالي للهواتف الذكية.

وسعت دراسة Barberis, Cannavò, & Verrastro (2021) إلى التحقيق في العلاقة بين ادمان وسائل التواصل الاجتماعي والثالث المظلم للشخصية والذكاء العاطفي وتقييم الدور الوسيط للخوف من تفويت الفرص بين الثالث المظلم للشخصية وادمان وسائل التواصل الاجتماعي والذكاء العاطفي، وتحقيقاً لهذا الغرض أكمل (٧٨٨) مشاركاً تتراوح أعمارهم بين (١٨) و(٣٥) عامًا استبيان الذكاء العاطفي للسمات، واختبار "الثالث المظلم"، ومقياس الخوف من تفويت الفرص، ومقياس بيرغن لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي، واستبيان التفاعل مع وسائل التواصل الاجتماعي، وتوصلت النتائج إلى أن الأفراد ذوي السمات النرجسية لديهم خوف من تفويت الفرص أعلى بسبب حاجتهم إلى أن يكونوا مركز الاهتمام، بينما قد ترجع مستويات الخوف من تفويت الفرص المرتفعة لدى الأفراد ذوي السمات الميكافيلية والنفسية إلى ميلهم للسيطرة على الآخرين. وتماشياً مع الأبحاث السابقة، ارتبط ارتفاع الخوف من تفويت الفرص بزيادة عدد الساعات التي يتم قضاؤها على وسائل التواصل الاجتماعي والاضطراب النفسي، لأن وسائل التواصل الاجتماعي قد تُستخدم للتفاعل الاجتماعي ومراقبة أنشطة الآخرين.

واستهدفت دراسة Barberis, et al (2023) الكشف عن العلاقات بين كلاً من الثالث المظلم (النرجسية والميكافيلية والاعتلال النفسي) وسمة الذكاء العاطفي (EI) والاستخدام الإشكالي للتكنولوجيا والتفاعل مع وسائل التواصل الاجتماعي والدور الوسيط للخوف من تفويت الفرص، ولتحقيق هذا الغرض شملت الدراسة (٧٨٨) شخصاً تتراوح أعمارهم بين (١٨) و(٣٥) عامًا، وبعد تطبيق أدوات الدراسة المتمثلة في مقياس الثالث

المظلم، ومقياس الذكاء العاطفي، ومقياس الاستخدام الإشكالي للتكنولوجيا، ومقياس الخوف من تفويت الفرص، أظهرت النتائج أن التفاعل مع وسائل التواصل الاجتماعي كان مرتبطاً بشكل إيجابي بالاستخدام الإشكالي لوسائل التواصل الاجتماعي، ومرتبطاً بشكل سلبي بسمّة الذكاء العاطفي. بالإضافة إلى ذلك، كان الاستخدام الإشكالي لوسائل التواصل الاجتماعي مرتبطاً بشكل إيجابي بالاضطراب الإدراكي ومرتبطاً بشكل سلبي بسمّة الذكاء العاطفي، كما ارتبط الخوف من تفويت الفرص ارتباطاً إيجابياً بالتفاعل مع وسائل التواصل الاجتماعي، واستخدامها الإشكالي، والاضطراب الوجداني، وارتبط سلباً بسمّة الذكاء العاطفي. وكان للخوف من تفويت الفرص تأثير وسيط على العلاقة بين أبعاد الشخصية، واستخدامها الإشكالي، والتفاعل معها.

ودرس (Jiang, Lu, Lin, Liu, Li, Song, & Zhong (2023) دور الخوف من تفويت الفرص (FoMO) والنجسية والاستخدام الإشكالي لوسائل التواصل الاجتماعي، حيث أكمل (١٣٨٠) مراهقاً ومراقبة مقياس الخوف من تفويت الفرص، ومقياس النجسية، وأظهرت النتائج أن الخوف من تفويت الفرص يؤثر على الارتباطات بين النجسية المتعالية على الذات والأخرى المتعالية على الآخرين والاستخدام الإشكالي لوسائل التواصل الاجتماعي. واستكشفت دراسة (Ayub, et al (2024) العلاقة المُعددة بين الخوف من تفويت الفرص (FoMO) والتكاسل الإلكتروني بين (٢٣٨) باكستانياً من روالبندي وإسلام آباد، واستخدمت مقاييس موحدة لجمع البيانات، بما في ذلك: نموذج اجتماعي ديموغرافي، ومقياس الخوف من تفويت الفرص، ومقياس التكاسل الإلكتروني، والثالث المظلم القصير، وأسفرت النتائج عن وجود علاقة إيجابية قوية بين الخوف من تفويت الفرص والتكاسل الإلكتروني والثالث المظلم، علاوة على ذلك، أثرت العوامل الديموغرافية، مثل: الجنس، والتعليم، والحالة الاجتماعية، بشكل كبير على متغيرات الدراسة.

وأجرى Giancola, Perazzini, Bontempo, Perilli, & D'Amico (2024) دراسة هدفت إلى استكشاف الدور الوسيط للخوف من تفويت الفرص (FoMO) في العلاقة بين كل من الجوانب المتضخمة والضعيفة للنجسية والاستخدام الإشكالي لوسائل التواصل الاجتماعي، مع التحقيق أيضاً في التأثير المعتدل لليقظة الذهنية، وتحقيقاً لهذا الغرض أُجري البحث على عينة مكونة من (٢٠٨) مشاركاً من الشباب، تراوحت أعمارهم بين (١٩) و(٢٨) عاماً من خلال تصميم مقطعي عبر الإنترنت، حيث أكمل المشاركون استبيان الشخصية النرجسية - ١٣، ومقياس النرجسية المفرطة الحساسة، ومقياس الخوف من

تفويت الفرص، ومقياس اليقظة المعرفية والعاطفية (المنقح)، ومقياس بيرغن لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي، واستبيانًا اجتماعيًا ديموغرافيًا قصيرًا، وكشفت النتائج أن الخوف من تفويت الفرص يؤثر على العلاقة بين جانبي النرجسية والاستخدام الإشكالي لوسائل التواصل الاجتماعي، بينما تخفف اليقظة الذهنية من التفاعل بين الخوف من تفويت الفرص والاستخدام الإشكالي لوسائل التواصل الاجتماعي، مما يخفف من تأثير الخوف من تفويت الفرص.

وهدفت دراسة (Luqyana 2025) إلى الكشف عن العلاقة بين الخوف من تفويت الفرص وسمات الشخصية الثلاثية المظلمة والمطاردة الإلكترونية بين مستخدمي إنستغرام، وبناءً عليه تم اختيار البالغين كمشاركين حيث بلغ عددهم (٤٢٤)، وشملت الأدوات المستخدمة في هذه الدراسة مقياس المطاردة الإلكترونية، ونسخة مُعدّمة من الثالث المظلم القصير، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة مهمة بين الخوف من تفويت الفرص (FoMO) وسمات شخصية الثالث المظلم مع المطاردة الإلكترونية بين المستخدمين البالغين الناشئين. بالإضافة إلى ذلك، بلغت المساهمة الفعالة المجمعة لكلا المتغيرين المستقلين في المطاردة الإلكترونية (٤٤.٦٪) حيث ساهم الخوف من تفويت الفرص (FoMO) بنسبة (٢٤.٨٪) وسمات شخصية الثالث المظلم بنسبة (١٩.٨٪)، وسلطت الدراسة الضوء على أهمية زيادة الوعي بين مستخدمي Instagram، وخاصة البالغين الناشئين، لإدارة ميول الخوف من تفويت الفرص (FoMO) وسمات شخصية الثالث المظلم لمنع الانخراط في سلوك المطاردة الإلكترونية.

ثالثًا: الفوبينج (التجاهل بالانشغال بالهاتف المحمول):

يستخدم الناس هواتفهم الذكية للقيام بالعديد من المهام، بما في ذلك البحث عن رحلات الطيران أثناء ممارسة الرياضة، ومشاهدة محاضرة وهم يجلسون على السرير، والتغريد بالتعليق على مباراة كرة قدم أثناء انتظار سيارة أوبر، وقد أدى هذا إلى زيادة الاعتماد على الهواتف الذكية بصورة لم نشهدها من قبل، وتفاعل الناس مع هواتفهم الذكية حتى أثناء إجراء المحادثات وجهاً لوجه مع الآخرين، وهو السلوك المعروف في الأدبيات باسم الفوبينج (AI-Saggaf, & O'Donnell, 2019, 132).

مفهوم الفوبينج:

يجمع مصطلح الفوبينج "التجاهل بالانشغال بالهاتف المحمول" بين الهاتف "phone" و "التجاهل" snubbing، وهو ما يحدد سلوك إعطاء الأولوية لاستخدام الهاتف

الذكي على التفاعلات الشخصية -Ortuño-Sierra, Nalda, Mason, Ciarreta- (López, & Barbed-Castrejón, 2024, 1).

ويعرف (García-Castro, Abreu, Rando, & Blanca, 2022, 2) سلوك الفوبينج على أنه تجاهل الأفراد الآخرين باستخدام الهاتف المحمول أثناء المحادثة وجهاً لوجه.

ويرى (Kaczmarek, Behnke, & Dżon, 2019, 7) أن مصطلح الفوبينج يشير إلى السلوكيات السلبية التي تحدث في المواقف الاجتماعية عندما يركز الأفراد على هواتفهم المحمولة على حساب التركيز المنخفض على المحاور الذي قد يشعر بالتجاهل أو الازدراء.

أسباب الفوبينج

يحدث سلوك الفوبينج نتيجة مجموعة من العوامل، أمكن تحديدها على النحو التالي:

١. الشعور بالاستبعاد الاجتماعي والحاجة إلى الاهتمام: فعندما يشعر الشخص بأنه مهدد بالاستبعاد الاجتماعي تنشط مناطق معينة من الدماغ، وتضعف قدرته على التفكير المنطقي، لذلك تنشط رغبة الشخص في إعادة التوازن مرة أخرى لوقف الألم الناجم عن حاجته للاهتمام؛ في محاولة منه للتخلص من الشعور بالاستبعاد الاجتماعي من قبل الآخرين، واستبداله بالانغماس في متابعة الهاتف المحمول والتفاعل معه بدلاً من تفاعله مع الآخرين (David, & Roberts, 2017, 157).

٢. كثافة استخدام وسائل التواصل الاجتماعي: حيث يستخدم نسبة كبيرة من البالغين مواقع التواصل الاجتماعي عبر الهاتف المحمول في حياتهم اليومية، مع الأخذ في الاعتبار التأثير الذي تخلفه مواقع التواصل الاجتماعي على جودة الحياة الاجتماعية، وخاصة على سلوك التعلق بالهاتف وتجاهل الآخرين (Benvenuti, Błachnio, Przepiorka, Daskalova, & Mazzoni, 2019, 177).

٣. المعاملة بالمثل: يلعب مفهوم المعاملة بالمثل في علم النفس الاجتماعي دوراً رئيسياً في فهم التفاعل البشري والعلاقات الاجتماعية، وتحدث المعاملة بالمثل عندما يرد شخص ما على فعل اجتماعي له عواقب إيجابية على شخص آخر، أو ينتقم بعمل يؤدي إلى عواقب سلبية، فيما يتعلق بالفوبينج، فإن تجاهل الرفاق من خلال الانشغال بالهاتف الذكي؛ قد يتسبب في رد فعل متبادل لهذه السلوكيات عمداً أو بغير قصد، ومع المعاملة بالمثل المتكررة لسلوك الفوبينج

يدركه الشخص على أنه أمر طبيعي أو مقبول (Chotpitayasunondh, & Douglas, 2016, 11).

٤. المحددات النفسية والاجتماعية: يرتبط استخدام الهاتف ببعض المحددات النفسية مثل: احترام الذات وضبط النفس والرفاهية، كما أن هناك عوامل اجتماعية تفسر سلوك استخدام الهاتف مثل: التنشئة الاجتماعية والترابط الشخصي والتخلص من الملل، وقد تم النظر إلى السلبية أيضًا على أنها عامل حاسم لحدوث هذه الظاهرة، حيث أن الأفراد ذوي المزاج السلبي هم أكثر عرضة لأن يكونوا من مستخدمي الهاتف (Mendes, Silva, Vidal, Sousa, Dinis, & Leite, 2022, 260).

٥. إدمان الهاتف المحمول: يحدث الفوبينج (phubbing) نتيجةً لإدمان الهاتف المحمول، وإدمان الرسائل النصية، وإدمان وسائل التواصل الاجتماعي، وإدمان الإنترنت، وإدمان الألعاب، وللحاجة الكبيرة إلى الهواتف المحمولة عواقب وخيمة، مثل: الاستخدام المفرط لها، والانشغال المفرط بها، مما يؤدي إلى إدمانها (Karadağ, Tosuntaş, Erzen, Duru, Bostan, Mızrak Şahin, & Babadağ, 2016, 224).

٦. الخوف من تفويت الفرص (FoMO)، وانخفاض ضبط النفس: يرتبط الخوف من تفويت الفرص ارتباطاً وثيقاً بالاستخدام المفرط للهواتف المحمولة والفوبينج، مما يُنبئ بسلوك التعلق المفرط بالهاتف، ويرتبط الخوف من إهمال المعلومات المهمة، على سبيل المثال: في وسائل التواصل الاجتماعي، بمشكلة استخدام الهاتف المحمول، حيث يفضل الشخص استخدامه بدلاً من التفاعل مع الأشخاص من حوله (Utami, Anam, & Noorrizki, 2020, 378).

ظاهرة "الفوبينج" في الحياة اليومية

قد لا يكون الأشخاص الذين يمارسون الـ "فوبينج" على دراية تامة بأفعالهم وسلوكياتهم ومع ذلك، غالبًا ما يعتبر الناس أفعالهم وقحة، ومزعجة، وغير محترمة، وغير منتبهة، وباردة عندما يستخدم الآخرون هواتفهم المحمولة أثناء التفاعل، حيث يميلون إلى تقليل التواصل البصري، وتبدو لغة أجسادهم أقل انتباهًا، قد يُخيف هذا الشخص أو يُسيء إليه؛ وبالتالي، قد يُضعف هذا السلوك التواصل، وقد يشعر الناس بالتجاهل التام وعدم الأهمية، فالشخص الذي يمارس الـ "فوبينج"، على الرغم من وجوده جسديًا، لا يكون حاضراً ذهنيًا أو عاطفيًا أثناء التفاعل مع الآخرين، وقد وصف كاتز وآخوس هذه الحالة بأنها "غياب تام"، ويشعر الباحثون وعلماء النفس وعلماء الاجتماع بالقلق إزاء آثار التعلق المفرط بالهاتف

على التفاعلات الاجتماعية، حيث يُقلل هذا السلوك من جودة التفاعلات الاجتماعية، إذ تصبح المحادثات أقل شخصية، وأقل إرضاءً، وأقل معنى كما يمكن أن يكون للتعليق المفرط عواقب سلبية على "الاحتياجات الأساسية" للفرد، مثل الشعور بالانتماء، وتقدير الذات، والشعور بالمعنى، والتحكم في الحياة، وهي احتياجات نفسية أساسية للبشر، ولا يقتصر تأثير التعليق المفرط على الشخص الذي تعرض للتعليق المفرط فحسب، بل يؤثر أيضاً على الشخص الذي تعرض له، وقد يُصاب من يمارس التعليق المفرط بشكل متكرر بمهارات تواصل إشكالية، مثل صعوبة فهم وتفسير الإشارات الاجتماعية الأخرى، وصعوبة الحفاظ على التواصل البصري أثناء المحادثات، ويمكن أن يُسبب أسلوب وطريقة تواصل مستخدمي الهاتف حلقة مفرغة تدفع الناس إلى تجنبهم واعتبارهم وقحين (Bulut, & Nazir, 2020, 2).

ووجدت دراسة (Savci, & Aysan (2017 أن الفئة الأكثر عُرضة لإدمان الهواتف الذكية أو الإنترنت هي الشباب والمراهقون؛ ومن ثم، ركزت الأبحاث على دراسة الشباب مع استبعاد الفئات العمرية الأخرى، ومع ذلك، أشارت العديد من الدراسات الحديثة كدراسة (Elhai, Dvorak, Levine, & Hall, 2017, Wolniewicz, Tiamiyu, Weeks, & Elhai, 2018) إلى أن البالغين قد أبلغوا عن استخدامهم المفرط للهواتف الذكية، مما أثار قلق الباحثين بشأن العواقب المحتملة لهذا الاستخدام المفرط للهواتف الذكية؛ فعلى سبيل المثال، يمكن أن تُشكل الهواتف الذكية تهديداً للحياة إذا استُخدمت أثناء المشي في الأماكن العامة أو أثناء القيادة، حيث يمكن للمستخدمين تجاهل محيطهم من خلال التركيز على شاشة هواتفهم الذكية علاوة على ذلك، وُجد أن الاستخدام المفرط للهواتف الذكية برفقة أشخاص آخرين له عواقب اجتماعية سلبية على المستخدمين؛ لدرجة أن تجاهل الآخرين لصالح استخدام الهاتف الذكي أمر بالغ الأهمية، فقد أدى هذا السلوك إلى ظهور مفهوم جديد يُعرف باسم التجاهل بالانشغال بالهاتف "الفوبينج" (Capilla, Issa, Gutiérrez, & Cubo, 2021, 1).

أشكال سلوك الفوبينج (Phubbing)

يتخذ سلوك الفوبينج (Phubbing) شكلين:

الشكل الأول: ضعف قدرة الشخص على التواصل؛ بسبب استخدامه الهاتف باستمرار أثناء وجود شخص آخر.

الشكل الثاني: الانشغال غير الصحي بالهاتف المحمول، والذي يعرف باسم "هوس الهاتف"، وتتجلى العواقب السلبية للفوبينج في جوانب مختلفة من العلاقات الشخصية، بما في ذلك ضعف التواصل، وانخفاض الرضا عن العلاقات، والشعور بالاستبعاد الاجتماعي، والوحدة، ويمكن أن يكون للفوبينج تأثير ضار على الصحة العامة للفرد، مما يؤدي إلى الشعور بالاكتئاب، وعدم الرضا في العلاقات، وعدم احترام شركاء المحادثة، وزيادة الاعتماد على الهواتف الذكية (Shahzadi, Ashraf, & Tariq, 2024, 125).

النظريات والنماذج المفسرة للفوبينج

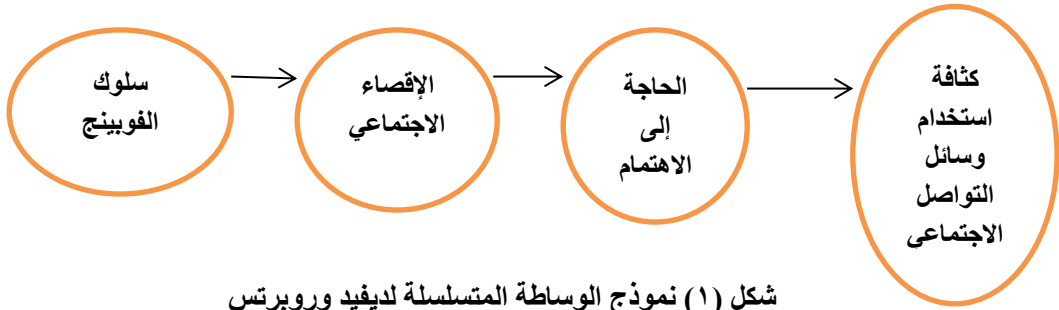
١. نموذج الحاجة والتهديد الاجتماعي ليميز ويليامز

في نموذج الحاجة والتهديد الاجتماعي، يُميز ويليامز (٢٠٠٩) بين الاستجابة الانعكاسية، والانعكاسية للنذب الاجتماعي، فالاستجابة الانعكاسية هي تجربة منفرة فورية، لا تتأثر عادةً بمتغيرات أخرى، كما أن الإشارات البسيطة للنذب الاجتماعي تُحفز هذا التهديد الانعكاسي لاحتياجات الفرد وتُقلل من المزاج الإيجابي، حيث تحدث الاستجابة الانعكاسية لأن البشر لديهم نظام فطري لاكتشاف النذب، والذي يُكتشف تلقائيًا جميع الإشارات التي قد تشير إلى النذب في البيئة، وعند اكتشاف هذه الإشارات، يُنبه النظام الفرد بالتسبب فورًا في مزاج سلبي وتهديد بالحاجة، ونظرًا لأن الإشارات البسيطة للنذب كافية لتنشيط نظام اكتشاف النذب، فإن حتى حالات التجاهل والإقصاء القصيرة، مثل استخدام الهاتف، يجب أن تكون كافية للتسبب في مزاج سلبي انعكاسي وتهديد بالحاجة، ويمكن تخفيف هذه الاستجابة الانعكاسية من خلال استراتيجيات التأقلم والتأمل المتعمد في التجربة (أي الاستجابة الانعكاسية)، وتمثل الاستجابة الانعكاسية الأولية الآثار السلبية المباشرة للتجربة، دون أن تتأثر بآليات التأقلم (Knausenberger, Giesen-Leuchter, & Echterhoff, 2022, 2).

٢. نموذج الوساطة المتسلسلة لديفيد وروبرتس

يؤكد التجاهل بالانشغال بالهاتف (الفوبينج) إقصاء اجتماعيًا، والذي يُمكن فهمه على أفضل وجه على أنه التجاهل (أشكال خفيفة من الرفض الاجتماعي)، أو الإقصاء، أو النذب؛ قد

يكون الإقصاء الاجتماعي مؤلماً للغاية، ونظراً لأن الحاجة إلى الانتماء جزءٌ فطريٌّ من البرمجة البشرية فإن الرغبة في العلاقات الاجتماعية هي حاجة أساسية للبشر، وهذا الأمر بالغ الأهمية لدرجة أن باومистер وتايس (١٩٩٠) يضعان الحاجة إلى الاندماج الاجتماعي في نفس مجموعة المخاوف البدائية، ويُعدّ الاندماج الاجتماعي مهماً من منظور تطوري، كما أن الخوف الفطري من الاستبعاد لا يزال قائماً حتى اليوم، فعندما نُهدّد الفرد بالاستبعاد الاجتماعي، تُنشّط مناطق معينة من الدماغ، مُصمّمة لاكتشاف الألم وتنظيمه، فتضعف قدرته على التنظيم الذاتي، وتتضاءل قدرته على التفكير المنطقي، ويتشوّه إدراكه للوقت، وعند الاستبعاد الاجتماعي، تُنشّط رغبة الفرد في إعادة التوازن إلى شعوره بالشمول فوراً، ويكون الهدف الأساسي هو إيقاف الألم الناجم عن الاستبعاد، وقد يلجأ الفرد إلى الهاتف والتفاعل مع الآخرين عبر وسائل التواصل الاجتماعي في محاولة لاستبدال الشعور بالاندماج الذي يهدده سلوك الفوبينج أثناء التفاعلات الشخصية. ومع ذلك فإن قدرة الفرد على استعادة الاندماج تتأثر بضعف ضبط النفس، وضعف التفكير، وتشويه الوقت، وبالتالي من المرجح أن يصبح الأفراد مرتبطين بشكل مفرط بوسائل التواصل الاجتماعي، ونظراً لطبيعة التجاهل عبر الهاتف، من المفيد هنا النظر في تجربتين مختلفتين للاستبعاد الاجتماعي: التجربة الأولى هي الرفض، والأخرى هي التجاهل، يكون الرفض أكثر مباشرة وصراحة، بينما يكون التجاهل أكثر دقة، ومن المرجح أن يكون الفوبينج تجربة تجاهل، فغالباً ما يتضمن التجاهل عبر الهاتف انشغال الشخص بهاتفه الذكي بدلاً من التواصل مع الشخص الذي تعرض للتجاهل، بينما يتضمن التجاهل النشط مقاطعة محادثة للاهتمام بالهاتف الذكي، حتى هذا الشكل الأكثر عدوانية من التجاهل يُعدّ ازدراءً ضمنياً وغير مباشر أكثر منه رفضاً صريحاً، فعندما يتم تجاهل الناس، فإن احتياجاتهم للعالية والسلطة والسيطرة، بالإضافة إلى شعورهم بوجود معنى، تكون مهددة، كما أنهم يفقدون القدرة على جذب انتباه من حولهم. إن التجاهل هو اقتراح أحادي الجانب، فعندما يتم تجاهل الشخص، فإنه سيحاول استعادة فقدان السلطة والسيطرة، وتعزيز كونه شخصاً ذا قيمة. (David, & Roberts, 2017, 157)



٣. نظرية سلوك التصفح الهاتفي

يُحَفِّز الأفراد اجتماعيًا على التعلق بالهاتف عندما يعتبرونه أمرًا شائعًا، وبالتالي يكون هناك رغبة قوية لدى الأفراد في التعلق بالهاتف عندما يكتشفون أن أقرانهم، وأقاربهم، ومعارفهم، وأفراد أسرهم، يمارسونه أيضًا، وفي ظل هذه الظروف، يعتقد الفرد أنه بما أن الجميع يعتبرون استخدام الهاتف أمرًا شائعًا، فلا بأس بذلك، وبالتالي يترسخ لديهم اعتقاد مفاده أن تخصيص لحظة للتجسس عبر الهاتف الذكي أثناء النقاش الجماعي يُعتبر إلى حد كبير معيارًا جماعيًا، كما يميل الأفراد إلى استخدام الهاتف إذا اعتبروا الهواتف الذكية رفيقًا يجب حمله طوال الوقت، طوال اليوم، وكل يوم، فالأفراد الذين يعتقدون أن الهواتف الذكية رفيق لا ينفصل، هم اجتماعيون، وبالتالي فإن الحفاظ على التواصل في الوقت المناسب مع الأصدقاء عبر الإنترنت أمر بالغ الأهمية ولا غنى عنه، ومن المرجح أن يلجأ الأفراد إلى سلوك الفوبينج إذا اعتبروا الهواتف الذكية وسيلةً للتعلم أو يتصفحون رسائل يعتبرونها مهمة. أما من اعتقدوا أن الهواتف الذكية أجهزةٌ للوصول إلى المعلومات، فقد اعتبروها أجهزةً معرفية، لذلك يلجأون إلى استخدام الهاتف الذكي بحثًا عن معلوماتٍ تُبدد مخاوفهم، أو استقبال رسائل يعتبرونها محرجة، وبالنسبة لهذه الفئة من الأفراد، يُعدّ التلصص من خلال الهاتف الذكي أثناء التواصل تصرفًا عفويًا، كما يلجأ الأفراد إلى سلوك الفوبينج إذا كانوا منخرطين في مناقشاتٍ يعتبرونها مملّة أو غير مهمة. في هذه الظروف، من الممكن أن يلجأ الأفراد إلى استخدام الهاتف الذكي بحثًا عن معلوماتٍ مثيرة لاهتمامهم، وبالتالي الهروب من الملل، وبالنسبة لهذه الفئة من الأفراد، يُعدّ التلصص من خلال الهاتف الذكي أثناء التواصل تصرفًا متعمدًا وليس بالضرورة عفويًا. (Musa, Gani, Abdulkareem, Aliyu, Khali, 2018,7:8)

الثالث المظلم للشخصية والفوبينج

أصبحت الهواتف الذكية منتشرة في كل مكان، وتندمج بسلاسة في كل جانب من جوانب الحياة العصرية، وقد دفع هذا التكامل الشامل الأفراد إلى إعطاء الأولوية للتفاعل عبر الهواتف الذكية بدلاً من التفاعلات وجهاً لوجه فيما يعرف باسم الفوبينج، وهو اتجاه أثار اهتماماً بحثياً كبيراً، ونتيجة لذلك، ثمة حاجة ماسة لفهم الآثار العميقة لهذا التدخل الرقمي على الروابط الشخصية والعلاقات الإنسانية، وتحديد العلاقة بين الثالث المظلم للشخصية والفوبينج، وذلك كما أوضحتها الدراسات على النحو التالي:

فحصت دراسة (Grieve, & March (2021) الأنواع الفرعية للرجسية والاعتلال النفسي والميكافيلية كمؤشرات لسلوك الفوبينج، وتحقيقاً لهذا الغرض أكمل المشاركون البالغ عددهم (٢٥٠) ممن أبلغوا عن سلوكيات الفوبينج الخاصة بمقاييس الرجسية الهشة والرجسية العظيمة والاعتلال النفسي والميكافيلية، وتوصلت الدراسة إلى أن الرجسية الهشة ظهرت كمؤشر مهم في النموذج، بحيث ارتبطت المستويات الأعلى من الرجسية الهشة بمزيد من الفوبينج، بالإضافة إلى أنه يمكن التنبؤ بسلوك الفوبينج من خلال الرجسية الهشة، والرجسية المتضخمة، والاعتلال النفسي، والميكافيلية.

وبحث دراسة (Grieve, et al (2021) في إمكانية تفسير العلاقة بين الرجسية الهشة والفوبينج من خلال تفضيل التفاعل الاجتماعي عبر الإنترنت، وتحقيقاً لهذا الغرض أكمل المشاركون البالغ عددهم (٤٠٢) مقاييس الرجسية الهشة، والفوبينج، وتفضيل التفاعل الاجتماعي عبر الإنترنت، إلى جانب مقاييس الرجسية المتعالية، والاعتلال النفسي، والميكافيلية، والقلق الاجتماعي، والتي أُدرجت كمتغيرات مصاحبة في تحليل الوساطة، وتوصلت النتائج إلى أن تفضيل التفاعل الاجتماعي عبر الإنترنت توسط العلاقة بين الرجسية الهشة والتجاهل الهاتفي، كما تنبأت الرجسية الهشة بتفضيل التفاعل الاجتماعي عبر الإنترنت، والذي بدوره تنبأ بالتواصل عبر الهاتف، حيث يشير تأثير الوساطة إلى أن الأشخاص الذين يعانون من الرجسية الهشة قد يتواصلون عبر الهاتف؛ لأنهم يفضلون التفاعل مع الأشخاص عبر الإنترنت مقارنةً بالأشخاص الذين يتواصلون معهم وجهاً لوجه.

ودرس Garcia, Lerma, Perez, Medina, Rodriguez-Crespo, &

(Cooper (2024) العلاقة بين الفوبينج والتعلق به والبنى النفسية الاجتماعية وسمات الشخصية السلبية اجتماعياً بين طلبة الجامعة، وتحقيقاً لهذا الغرض أكمل طلبة الجامعة البالغ عددهم (٤٥٢) استبياناً لتقييم: التركيبة الاجتماعية والديموغرافية والتعلق بالهاتف

والتعرض للتعلم به والاكتئاب والقلق والتوتر والميكافيلية والنجسية والاعتلال النفسي والحاجة إلى الدراما (التلاعب بين الأشخاص والصراحة الاندفاعية والضحية المتصورة باستمرار)، وأسفرت النتائج عن ارتباط الخوف من الانفصال عن الهاتف (nomophobia)، والصراع بين الأشخاص، والاعتراف بالمشكلة ارتباطاً إيجابياً بالفوبينج. علاوة على ذلك، ارتبط الصراع بين الأشخاص، والعزلة الذاتية، والاعتراف بالمشكلة ارتباطاً إيجابياً بالتلاعب بين الأشخاص، كما ارتبطت المعايير المتصورة، والشعور بالتجاهل، والصراع بين الأشخاص ارتباطاً إيجابياً باستمرار الشعور بالضحية، بالإضافة إلى توسط الفوبينج في العلاقات بين سمات الشخصية الاجتماعية السلبية المتعددة والتأثير السلبي.

وهدف دراسة Sakker Sudha, Shahnawaz, & Hasan (2024) إلى استكشاف سلوك الفوبينج (التعلق بالآخرين والتعرض للتعلم بالهاتف) من خلال منظور نوعين من الشخصيات (النجسية المتضخمة والنجسية الهشة)؛ علاوة على ذلك، تقييم الدور غير المباشر لأنظمة التحفيزية بين هاتين المجموعتين من المتغيرات، وتحقيقاً لهذا الغرض تألفت عينة الدراسة من (٥٢٥) طالباً جامعياً هندياً، وتوصلت النتائج إلى أن النجسية الهشة مرتبطة بشكل إيجابي بالفوبينج (التعلق بالآخرين والتعرض للتعلم بالهاتف)، كما وُجد أن النجسية المتضخمة مرتبطة بالتعلق بالآخرين ولكن ليس بالتعرض للتعلم بالهاتف، وارتبطت الانظمة التحفيزية بشكل كبير وإيجابي بالتعلق بالهاتف والتعرض للتعلم بالهاتف.

الثالث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص والفوبينج تشمل سمات شخصية الثالث المظلم (النجسية، والاعتلال النفسي، والميكافيلية) مجموعة من الخصائص الخبيثة والمنفرة اجتماعياً، وقد ارتبطت هذه السمات بمجموعة من السلوكيات مثل: الخوف من تفويت الفرص، والفوبينج كما أوضحتها الدراسات على النحو التالي:

قام Younas, Amjad, & Khalid (2022) بإجراء دراسة استهدفت تحديد ما إذا كان إدمان وسائل التواصل الاجتماعي بمثابة وسيط بين الخوف من تفويت الفرص والفوبينج، وتحقيقاً لهذا الغرض تم تجنيد عينة من (١٥٠) مشاركاً: (ن = ٥٥ ذكور، ن = ٩٥ إناث)، وأظهرت النتائج وجود ارتباط إيجابي كبير بين الخوف من تفويت الفرص وإدمان وسائل التواصل الاجتماعي والفوبينج. علاوة على ذلك، ظهر إدمان وسائل التواصل الاجتماعي كوسيط جزئي للخوف من تفويت الفرص وسلوك الفوبينج.

استهدفت دراسة (Akat, et al (2023) تحديد ما إذا كان الخوف من تفويت الفرص وسيطاً بين الثالث المظلم للشخصية والفوبينج بين طلبة الجامعة، وتحقيقاً لهذا الغرض، شملت الدراسة (٥٠٦) من طلبة الجامعة (٧٠.٧٪ إناث؛ ٢٩.٣٪ ذكور)، تراوحت أعمار المشاركين بين (١٨) و(٢٩) عاماً، وشملت المقاييس المستخدمة: المقياس العام للإدمان على الهاتف (Phubbing)، ومقياس الخوف من تفويت الفرص (FoMo)، ومقياس "الاثني عشر القذرة" (Dirty Dozen). أظهرت النتائج أن الإدمان على الهاتف (FoMo) يؤثر بشكل كبير على الفوبينج، كما أن الخوف من تفويت الفرص (FoMo) يُمثل وسيطاً ذا دلالة إحصائية في العلاقة بين الفوبينج (Phubbing) والثالث المظلم للشخصية.

واعتمدت دراسة (Gao, Ji, Zhang, & Xu (2023) على نموذج تفاعل الشخص والعاطفة والإدراك والتنفيذ، للتحقيق في التأثير الوسيط لضبط النفس والتأثير المعتدل لليقظة الذهنية في العلاقة بين الخوف من تفويت الفرص والفوبينج، وتحقيقاً لهذا الغرض تكونت عينة الدراسة من (٥٣٦) من طلبة الجامعات الصينية، وأظهرت النتائج أن الخوف من تفويت الفرص مرتبط ارتباطاً إيجابياً بالفوبينج، وأن هذا الارتباط كان جزئياً من خلال ضبط النفس؛ علاوة على ذلك، خففت اليقظة الذهنية من الارتباط بين الخوف من تفويت الفرص وضبط النفس.

وأجرى (Anjum, Kanwal, & Mughal (2024) دراسة هدفت إلى التحقيق في العلاقة بين النرجسية والخوف من تفويت الفرص (FOMO) والفوبينج، وتكونت عينة الدراسة من (٣٠٠) مشارك بالغ تتراوح أعمارهم بين (١٨) و(٢٥) عاماً، منهم (١٤٥) ذكراً و(١٥٥) أنثى.، حيث تمت دراسة المتغيرات باستخدام مقياس الخوف من تفويت الفرص، ومخزون الشخصية النرجسية القياسي (النرجسية المتضخمة والنرجسية الهشة)، ومقياس الوعي بالانتباه اليقظ، وأظهرت النتائج أن الخوف من تفويت الفرص هي سمة نرجسية "خطيرة" ذات سمعة طيبة مرتبطة بالفوبينج حيث ارتبط الاثنان بشكل إيجابي بالانغماس في الخوف من تفويت الفرص، كما ارتبط الخوف من تفويت الفرص بشكل إيجابي بإظهار سلوكيات الفوبينج.

وسعت دراسة (Gupta, & Sekhar (2024) إلى التحقيق في تأثير الخوف من تفويت الفرص على إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وسلوك الفوبينج بين الشباب، وتكونت عينة الدراسة من (١٤٨) شاباً بالغاً تتراوح أعمارهم بين (١٨) و(٢٥) عاماً، وأظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية دالة إحصائية بين الخوف من تفويت الفرص، وإدمان وسائل التواصل

الاجتماعي، وسلوك الفوبينج، وخلصت نتائج الدراسة إلى وجود تأثير كبير للخوف من تفويت الفرص، وإدمان وسائل التواصل الاجتماعي، وسلوك الفوبينج بين الشباب.

وهدفت دراسة Batmaz, Çelik, Koçak, Nur Tufan, Makas, & Yıldırım (2024) إلى الكشف عن العلاقة بين الخوف من تفويت الفرص والفوبينج بالإضافة إلى تحديد الدور الوسيط للخوف من تفويت الفرص في العلاقة بين الفوبينج وقلق المظهر الاجتماعي، وتحقيقاً لهذا الغرض شملت عينة الدراسة (٣٤١) مشاركاً تركياً أكملوا مقاييس الخوف من تفويت الفرص، وقلق المظهر الاجتماعي، والفوبينج، وأظهرت النتائج أن قلق المظهر الاجتماعي كان مرتبطاً ارتباطاً إيجابياً بالخوف من تفويت الفرص والفوبينج، كما ارتبط الخوف من تفويت الفرص ارتباطاً إيجابياً بالفوبينج، وأشارت نتائج تحليل الوساطة إلى أن الخوف من تفويت الفرص توسط جزئياً في ارتباط قلق المظهر الاجتماعي بالهوس بتصفح الإنترنت.

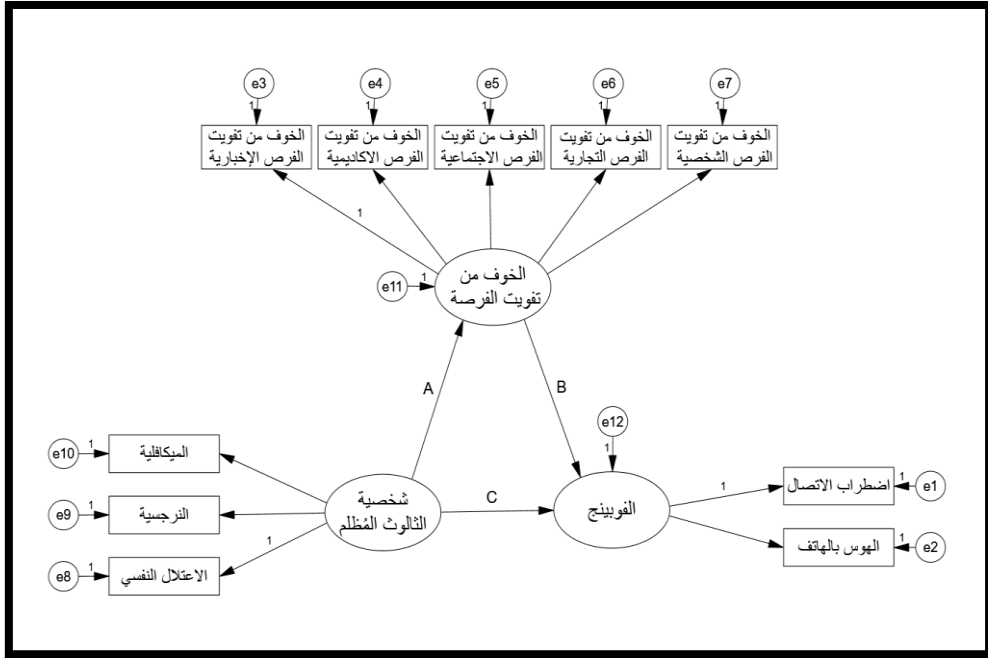
وبحث دراسة Fareed, & Zulfiqar (2025) في العلاقة المتبادلة بين سلوك الفوبينج والخوف من تفويت الفرص بين طلبة الجامعة، حيث استجاب (٢٠٠) طالب جامعي من مقاطعة هاريبور لمقاييس الفوبينج والخوف من تفويت الفرص، وأسفرت النتائج عن أن استخدام الهاتف في المرحلة الأولى تنبأ بسلوك الفوبينج في المرحلة الثانية، وتنبأ الخوف من تفويت الفرص في المرحلة الأولى بسلوك الفوبينج في المرحلة الثانية، كما دعمت النتائج العلاقة المتبادلة بين كلا الخوف من تفويت الفرص والفوبينج.

تعقيب عام على الإطار النظري والبحوث ذات الصلة

توصلت الباحثة إلى أن الأفراد ذوي سمات الشخصية الثلاثية المظلمة يتعاملون مع هواتفهم الذكية بشكل أكبر لإشباع رغباتهم عبر الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي، حيث يحاول الأفراد التخفيف من مشاعرهم ورغباتهم المزعجة بسلوكيات متنوعة منها تصفح وسائل التواصل الاجتماعي لدرجة إدمان مثل هذه السلوكيات، وهذا يُفسر زيادة سلوكيات الخوف من تفويت الفرص لدى الأفراد الذين يهتمون بما يفعله الآخرون، فقد ازداد أهمية مفهوم "الخوف من تفويت الفرص" (FOMO) منذ أن ترسخت مكانة الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي في حياة الإنسان، ويمكن تفسير هذه الظاهرة بأنها شعور الأشخاص بمشاعر سلبية بعد رؤية منشورات سعيدة لأشخاص آخرين على وسائل التواصل الاجتماعي، حيث يرغب الأشخاص ذوو المستويات العالية من "الخوف من تفويت الفرص" غريزياً في قضاء المزيد من الوقت

على حساباتهم على وسائل التواصل الاجتماعي وهواتفهم الذكية، لذلك، يمكن القول إن "الخوف من تفويت الفرص" (FoMO) هو أحد أهم العمليات التي تؤدي إلى سلوكيات الفوبينج (Phubbing)، وتغلب سمات شخصية الثالث المظلم دور كبير في زيادة سلوكيات الفوبينج، وكذلك تغزي شعور الخوف من تفويت الفرص كما أوضحت الدراسات السابق عرضها العلاقة بينهما.

وبعد استعراض الدراسات السابقة تبين للباحثة أن معظم الدراسات هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الثالث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص، أو الكشف عن العلاقة بين الثالث المظلم للشخصية والفوبينج، أو تحديد العلاقة بين الخوف من تفويت الفرص والفوبينج، أو تحديد الدور الوسيط للخوف من تفويت الفرص في العلاقة بين الخوف من تفويت الفرص والفوبينج، إلا أنه لم توجد دراسات سابقة سواء أجنبية أو عربية . في حدود اطلاع الباحثة . تناولت النموذج البنائي للعلاقات بين الثالث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص والفوبينج لدى طلبة الجامعة، وقد استفادت الباحثة من الدراسات السابق ذكرها في تحديد الإطار النظري الخاص بمتغيرات البحث، واختيار وإعداد الأدوات المستخدمة لقياس متغيرات الدراسة، وتفسير ومناقشة النتائج، وفي عمل منظومة ارتباطية جمعت بين المتغيرات الثلاثة لاختبار النموذج البنائي للعلاقات بين الثالث المظلم والخوف من تفويت الفرص والفوبينج لدى طلبة الجامعة، خاصة بعد تأكد الباحثة من وجود دراسات سابقة جمعت بين كل متغيرين على حدة، ويوضح الشكل التالي النموذج البنائي المقترح لمتغيرات البحث



شكل (٢) النموذج البنائي المقترح لمتغيرات البحث

فروض الدراسة:

- ١- لا توجد مطابقة مقبولة بين النموذج البنائي المقترح وبيانات عينة الدراسة للتأثيرات المختلفة بين الثالث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص والفوبينج لدى طلبة الجامعة.
- ٢- لا يوجد تأثير مباشر دال إحصائياً بين الثالث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص لدى طلبة الجامعة.
- ٣- لا يوجد تأثير مباشر دال إحصائياً بين الثالث المظلم للشخصية والفوبينج لدى طلبة الجامعة.
- ٤- لا يوجد تأثير مباشر دال إحصائياً بين الخوف من تفويت الفرص والفوبينج لدى طلبة الجامعة.
- ٥- لا يوجد تأثير غير مباشر دال إحصائياً بين الثالث المظلم للشخصية كمتغير مستقل والفوبينج كمتغير تابع من خلال الخوف من تفويت الفرص كمتغير وسيط لدى طلبة الجامعة.

منهجية الدراسة وإجراءاتها:

أولاً: منهج الدراسة:

اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي؛ وذلك للتعرف على طبيعة العلاقة بين متغيرات البحث (الثالث المظلم للشخصية، والخوف من تفويت الفرص، الفوبينج)، والتوصل إلى نموذج يحدد الآثار المباشرة وغير المباشرة بين تلك المتغيرات.

ثانياً: عينة الدراسة:

تم إختيار عينة الدراسة من طلبة جامعة الزقازيق من الكليات النظرية والعملية الذين تتراوح أعمارهم بين (١٨ : ٢٢) عامًا، بمتوسط عمر زمني قدره (١٩,١٤) سنة، وانحراف معياري (٠,٨٦٥)، وتم تقسيمها إلى عينة حساب الخصائص السيكومترية، والعينة الأساسية، وفيما يلي وصفًا لخصائص كل عينة:

أ. عينة حساب الخصائص السيكومترية:

قامت الباحثة بعمل بحث استطلاعي بهدف التعرف على صدق وثبات مقياس الخوف من تفويت الفرص (إعداد/ الباحثة)، وكذلك مقياس الفوبينج (إعداد/ الباحثة)، بالإضافة إلى إعادة حساب صدق وثبات مقياس الثالث المظلم للشخصية، إعداد/ (Jones, & Paulhus, 2013)، وقد بلغ قوام العينة العشوائية (ن = ٣٢٦) بواقع (٤٦) طالبًا و (٢٨٠) طالبة من طلبة جامعة الزقازيق بكليات (الطب البشري . الهندسة . العلوم . التربية . علوم ذوي الإعاقة والتأهيل . الأداب)؛ بخلاف أفراد العينة النهائية للدراسة، وتراوحت أعمارهم ما بين (١٨ : ٢٢) عامًا.

ب. عينة الدراسة الأساسية:

تم تطبيق أدوات الدراسة على عينة قوامها (٨٨١) طالبًا وطالبة بكليات جامعة الزقازيق، بواقع (٩٨) طالبًا، (٧٨٣) طالبة، تراوحت أعمارهم ما بين (١٨ . ٢٢) عامًا، بمتوسط عمري (١٩,١٤) سنة، وانحراف معياري (٠,٨٦٥)، ويوضح الجدول رقم (١) التالي البيانات الوصفية لعينة البحث الأساسية

جدول (١)
البيانات الوصفية لعينة البحث الأساسية

م	الكلية	النوع		المجموع
		أنثى	ذكر	
١-	الطب البشري	٢٨	٢	٣٠
٢-	الهندسة	١٥	٢٨	٤٣
٣-	العلوم	٢٣	٧	٣٠
٤-	التربية	٦٠٥	٤٧	٦٥٢
٥-	علوم ذوي الإعاقة والتأهيل	٥١	٣	٥٤
٦-	الأدب	٦١	١١	٧٢
	المجموع الكلي	٧٨٣	٩٨	٨٨١

ثالثاً: أدوات الدراسة:

ل للوصول إلى النموذج البنائي للعلاقات بين الثالث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص والفوبينج لدى طلبة الجامعة؛ استخدمت الباحثة مجموعة من الأدوات لقياس متغيرات البحث على النحو التالي:

١. مقياس الثالث المظلم للشخصية (تعريب/ الباحثة)

أعد هذا المقياس (Jones, & Paulhus (2013) لدراسة ثلاث سمات اجتماعية منفردة هي: الميكافيلية، والنرجسية، والاعتلال النفسي، باعتبارهم مجموعة متداخلة تُعرف باسم "الثالث المظلم للشخصية"، وهو مقياس تقرير ذاتي مكون من (٢٧) بنداً يقيم سمات الشخصية المظلمة على مقياس من خمس نقاط من نوع ليكرت يتراوح ما بين (موافق بشدة إلى غير موافق بشدة)، ويحتوي على ثلاثة أبعاد على النحو التالي:

البعد الأول: الميكافيلية

يتكون هذا البعد من (٩) عبارات تقيس السخرية وأساليب التلاعب، وأرقام عباراته من (١) إلى (٩).

البعد الثاني: النرجسية

يتكون هذا البعد من (٩) عبارات تقيس الأنانية والعظمة، وأرقام عباراته من (٩) إلى (١٨).

البعد الثالث: الاعتلال النفسي

يتكون هذا البعد من (٩) عبارات تقيس الاندفاعية، والتلاعب القاسي، والسلوك المعادي للمجتمع، وأرقام عباراته من (١٩) إلى (٢٧).

تتطلب الإجابة على هذا المقياس أن يحدد الشخص درجة انطباق كل بند عليه باستخدام مقياس شدة يتراوح بين (١) إلى (٥) وذلك على النحو التالي:

غير موافق بشدة = (١)، غير موافق = (٢)، محايد = (٣)، أوافق = (٤)، أوافق بشدة = (٥).

فيما يتعلق بالخصائص السيكومترية وجد أن موثوقية ألفا بلغت (٠,٧١)، و(٠,٧٧)، و(٠,٨٠) للرجسية، والميكافيلية، والاعتلال النفسي على التوالي، أما القيم المقابلة للتقييمات المركبة فكانت (٠,٦٧)، و(٠,٦٢)، و(٠,٨٦)، وكانت الارتباطات بين المقاييس الفرعية (المتوسط = ٠,٤٦) أعلى من تلك الموجودة بين المقاييس الفرعية للتقرير الذاتي (المتوسط = ٠,٢٩).

تعريب المقياس والتأكد من خصائصه السيكومترية:

ترجمت الباحثة فقرات المقياس إلى اللغة العربية، وعرضت النسختان (الأصلية والمترجمة) على متخصصين في اللغة الإنجليزية للتأكد من مطابقة المعنى في اللغتين العربية والإنجليزية، وفي ضوء آرائهم أعيدت صياغة بعض الفقرات حتى توضح المعنى بشكل أفضل؛ وللتحقق من سلامة الصياغة اللغوية للفقرات تم عرضها على متخصصين في اللغة العربية، وبذلك أصبح المقياس صالحاً للتطبيق على عينة البحث تمهيداً لحساب الخصائص السيكومترية له.

الخصائص السيكومترية لمقياس الثالث المظلم للشخصية:

قامت الباحثة بحساب الخصائص السيكومترية لمقياس الثالث المظلم للشخصية المستخدم في الدراسة الحالية، وذلك من خلال تطبيقه على عينة قوامها (٣٢٦) طالباً وطالبة من طلبة جامعة الزقازيق من كليات (الطب البشري - الهندسة - العلوم - التربية - علوم ذوي الإعاقة والتأهيل - الأداب)، بهدف التأكد من صدقه وثباته، وذلك كما يلي:

أولاً: الاتساق الداخلي

تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس الذي تنتمي إليه، ويوضح الجدول التالي (٢) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس الذي تنتمي إليه:

جدول (٢)

معاملات الارتباط بين العبارة والدرجة الكلية للبعد والدرجة الكلية لمقياس الثالث المظلم للشخصية

الترجسية			الميكافيلية		
الارتباط البعد بالدرجة الكلية للمقياس	الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	العبارة	ارتباط البعد بالدرجة الكلية للمقياس	الارتباط بالدرجة الكلية للبعد	العبارة
**٠,٨١٨	**٠,٦٥١	V10	**٠,٨٨٠	**٠,٦٩٥	V2
	**٠,٤٨٦	V11		**٠,٦٨٦	V3
	**٠,٧٠٣	V12		**٠,٤٧٧	V4
	**٠,٦١٠	V13		**٠,٧٦٧	V5
	**٠,٦٥٥	V14		**٠,٧٣٩	V6
	**٠,٥٣٦	V15		**٠,٥٠٠	V7
	**٠,٦٢٠	V16		**٠,٦٤٥	V8
	**٠,٤٩٠	V18		**٠,٦٨٦	V9
			الاعتلال النفسي		
			ارتباط البعد بالدرجة الكلية للمقياس	الارتباط بالدرجة الكلية للبعد	العبارة
			**٠,٨٨٩	**٠,٧٤٧	V19
				**٠,٤٠٢	V20
				**٠,٤٧٤	V21
				**٠,٦٧٩	V22
				**٠,٧١٣	V23
				**٠,٦٦١	V24
				**٠,٧٥٠	V26
				**٠,٧٢٣	V27

* دال عند مستوى (٠,٠٥)

** دالة عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من الجدول (٢) أن معاملات الارتباط بين عبارات بعد الميكافيلية والدرجة الكلية لهذا البعد تراوحت بين (**٠,٤٧٧ إلى **٠,٧٦٧)، في حين بلغ ارتباط هذا البعد بالدرجة الكلية للمقياس (**٠,٨٨٠)، أما بعد الترجسية، فقد تراوحت معاملات الارتباط بين عباراته والدرجة الكلية للمقياس بين (**٠,٤٨٦ إلى **٠,٧٠٣)، وبلغ ارتباط البعد بالمقياس (**٠,٨١٨)، وفيما يتعلق بـ الاعتلال النفسي، فقد تراوحت معاملات الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية للبعد من (**٠,٤٠٢ إلى **٠,٧٥٠)، وبلغ ارتباط هذا البعد بالدرجة الكلية للمقياس (**٠,٨٨٩)، وهي قيمة عالية تعكس قوة هذا الأبعاد الثلاثة في تفسير البناء العام للأداة. وبناءً على ما سبق، يمكن القول إن جميع العبارات في الأبعاد الثلاثة ترتبط بشكل دال إحصائيًا مع درجاتها الكلية، مما يؤكد وجود اتساق داخلي مرتفع.

ثانياً: ثبات المقياس

معامل ثبات درجة العبارة على البعد الذي تنتمي إليه في حالة حذف درجة العبارة من البعد: استخدمت الباحثة لحساب الثبات كل من معامل ألفا كرونباخ α Cronbach's وأوميجا McDonald's ω الموزونة ومعامل جتمان Guttman's γ ، ويوضح جدول (٣) معاملي الثبات لدرجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه في حالة حذف العبارة من البعد كالتالي:

جدول (٣)

معاملات الثبات للعبارات والدرجة الكلية للبعد والمقياس

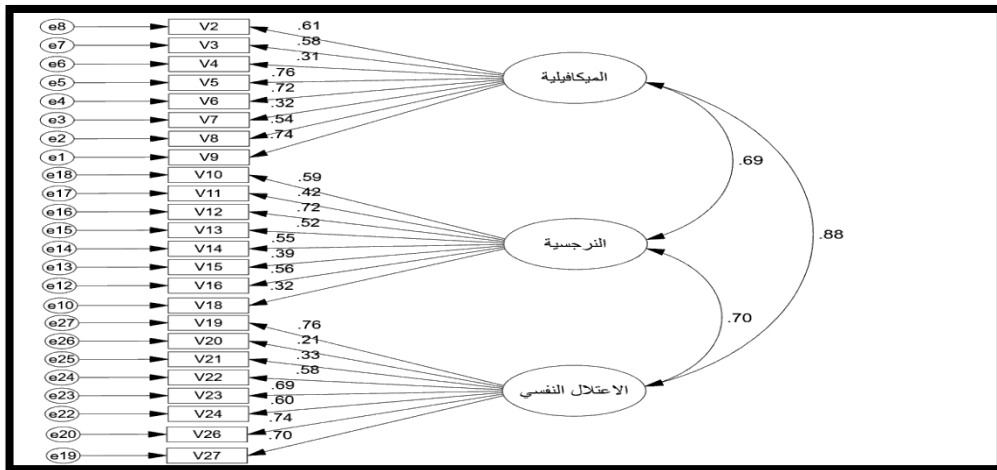
النرجسية				الميكافيلية			
العبارة	أوميجا الموزونة	ألفا لكرونباخ	جتمان	العبارة	أوميجا الموزونة	ألفا لكرونباخ	جتمان
V2	٠,٧٨٨	٠,٧٧٩	٠,٧٩٠	V10	٠,٧٠٣	٠,٦٩٦	٠,٧٠٧
V3	٠,٧٩٣	٠,٧٨٠	٠,٧٩٢	V11	٠,٧٤٠	٠,٧٣٦	٠,٧٤٦
V4	٠,٨١٥	٠,٨٠٦	٠,٨١٤	V12	٠,٦٨٤	٠,٦٨٣	٠,٦٩٢
V5	٠,٧٧٢	٠,٧٦٥	٠,٧٧٣	V13	٠,٧١٢	٠,٧٠٧	٠,٧١٦
V6	٠,٧٨٠	٠,٧٧١	٠,٧٨٠	V14	٠,٧٠٣	٠,٦٩٥	٠,٧٠٥
V7	٠,٨١٧	٠,٨٠٩	٠,٨١٧	V15	٠,٧٣٢	٠,٧٢٤	٠,٧٣٤
V8	٠,٨٠١	٠,٧٨٩	٠,٨٠١	V16	٠,٧١٤	٠,٧٠٨	٠,٧١٩
V9	٠,٧٩٠	٠,٧٨٢	٠,٧٩٠	V18	٠,٧٣٢	٠,٧٢٨	٠,٧٣٥
الدرجة الكلية	٠,٨١٦	٠,٨٠٨	٠,٨١٧	الدرجة الكلية	٠,٧٤٢	٠,٧٣٧	٠,٧٤٦
الاعتلال النفسي				الدرجة الكلية للمقياس			
العبارة	أوميجا الموزونة	ألفا لكرونباخ	جتمان	أوميجا الموزونة	٠,٨٩٨		
V19	٠,٧٦٤	٠,٧٥٥	٠,٧٦٩				
V20	٠,٨٠٧	٠,٧٩٨	٠,٨٠٩				
V21	٠,٨٠٦	٠,٧٩٩	٠,٨١٠	ألفا لكرونباخ	٠,٨٩٧		
V22	٠,٧٨٢	٠,٧٧٠	٠,٧٨٥				
V23	٠,٧٧١	٠,٧٦٣	٠,٧٧٥				
الاعتلال النفسي				الدرجة الكلية للمقياس			
العبارة	أوميجا الموزونة	ألفا لكرونباخ	جتمان	جتمان	٠,٩٠٣		
V24	٠,٧٨٨	٠,٧٧٤	٠,٧٩١				
V26	٠,٧٦٥	٠,٧٥٥	٠,٧٦٨				
V27	٠,٧٧٠	٠,٧٦١	٠,٧٧٥				
الدرجة الكلية	٠,٨٠٧	٠,٧٩٩	٠,٨١٠				

يتضح من جدول (٣) أن بعد الميكافيلية يتمتع بثبات جيد، حيث بلغت الدرجة الكلية له في أوميجا الموزونة (٠,٨١٦)، وفي ألفا لكرونباخ (٠,٨٠٨)، وفي معامل جتمان (٠,٨١٧)، وتراوحت معاملات العبارات الفردية بين (٠,٧٧٢) و (٠,٨١٧)، أما بعد النرجسية، فقد بلغت الدرجة الكلية (٠,٧٤٢) في أوميجا الموزونة، و (٠,٧٣٧) في ألفا كرونباخ، و (٠,٧٤٦) في جتمان، مع معاملات عبارات فردية تراوحت بين (٠,٦٨٤) و (٠,٧٤٦)، وبالنسبة لبعد الاعتلال النفسي، فقد بلغت الدرجة الكلية له في أوميجا الموزونة (٠,٨٠٧)، وفي ألفا كرونباخ (٠,٧٩٩)، وفي معامل جتمان (٠,٨١٠)، مع معاملات العبارات الفردية بين (٠,٧٦٤) و (٠,٨١٠)، وهو يعكس ثباتاً جيداً لهذا للأبعاد الثلاثة، وبالمقارنة مع الدرجة الكلية للمقياس التي تبلغ (٠,٨٩٨) في أوميجا الموزونة، و (٠,٨٩٧) في ألفا كرونباخ، و (٠,٩٠٣) في معامل جتمان، وعليه يتضح أن المقياس ككل يتمتع بثبات مرتفع ويضمن صلاحية الأداة لقياس الثالث المظلم للشخصية.

ثالثاً: صدق المقياس:

التحليل العاملي التوكيدي Factor Analysis Confirmatory

تم إجراء التحليل العاملي التوكيدي باستخدام برنامج التحليل الإحصائي AMOS V23، وتم حساب كل من معاملات الانحدار المعيارية ومعاملات الانحدار اللامعيارية والخطأ المعياري والقيمة الحرجة التي تعادل قيمة "ت" ودالاتها، وشكل (٣) يوضح النموذج المستخرج للتحليل العاملي التوكيدي، ويوضح جدول (٤) معاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية المستخرجة من التحليل العاملي التوكيدي.



شكل (٣) النموذج المستخرج للتحليل العاملي التوكيدي لمقياس الثالث المظلم للشخصية
جدول (٤)

معاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية للتحليل العاملي التوكيدي لمقياس الثالوث المظلم للشخصية

العبارة	العامل	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	القيمة الحرجة	معاملات الانحدار المعيارية	مستوى الدلالة
V9	F1	٠,٩٦٩	٠,٠٧٤	١٣,١٤٢	٠,٧٣٨	***
V8	F1	٠,٦٨٢	٠,٠٧٢	٩,٤٤٧	٠,٥٤٢	***
V7	F1	٠,٣٦٤	٠,٠٦٦	٥,٥٣٩	٠,٣٢٤	***
V6	F1	٠,٩٧١	٠,٠٧٦	١٢,٨٣٣	٠,٧٢٢	***
V5	F1	١,٠٠٠			٠,٧٥٩	***
V4	F1	٠,٣٤٤	٠,٠٦٦	٥,٢٣١	٠,٣٠٦	***
V3	F1	٠,٦٧٦	٠,٠٦٧	١٠,١٣١	٠,٥٧٩	***
V2	F1	٠,٧٣٨	٠,٠٦٩	١٠,٦٦٥	٠,٦٠٨	***
V18	F2	٠,٣٦٩	٠,٠٧٣	٥,٠٧٠	٠,٣١٦	***
V16	F2	٠,٨٣٠	٠,٠٩٥	٨,٧٦٥	٠,٥٦٠	***
V15	F2	٠,٥٢٥	٠,٠٨٤	٦,٢٦٦	٠,٣٩٣	***
V14	F2	٠,٧٤٦	٠,٠٨٦	٨,٦٨٤	٠,٥٥٤	***
V13	F2	٠,٧١١	٠,٠٨٨	٨,١١٧	٠,٥١٥	***
V12	F2	١,٠٠٠			٠,٧١٧	***
V11	F2	٠,٦٠٦	٠,٠٩١	٦,٦٥٧	٠,٤١٨	***
V10	F2	٠,٧٤٤	٠,٠٨٢	٩,١٢٠	٠,٥٨٥	***
V27	F3	١,٠٠٠	٠,٠٨٠	١٢,٥٧٦	٠,٧٠٢	***
V26	F3	٠,٩٧٣	٠,٠٧٣	١٣,٢٧٤	٠,٧٣٧	***
V24	F3	٠,٨٧٦	٠,٠٨٢	١٠,٦٨٣	٠,٦٠٤	***
V23	F3	٠,٩٩١	٠,٠٨٠	١٢,٤٣٦	٠,٦٩٥	***
V22	F3	٠,٨٢١	٠,٠٨٠	١٠,٢٥٨	٠,٥٨٢	***
V21	F3	٠,٣٨٩	٠,٠٦٩	٥,٦١٥	٠,٣٢٧	***
V20	F3	٠,٢٩٧	٠,٠٨٣	٣,٥٦٦	٠,٢٠٩	***
V19	F3	١,٠٠٠			٠,٧٦٤	***

يتضح من الجدول (٤) أن التحليل العاملي التوكيدي قد أجري للتحقق من البناء العاملي لمقياس الثالوث المظلم للشخصية لدى العينة الاستطلاعية، وقد أكدت نتائج النموذج وجود (٢٤) عبارة موزعة على ثلاثة عوامل رئيسية، أظهرت جميع معاملات الانحدار اللامعيارية قيمة حرجة دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٠١)، كما جاءت معاملات الانحدار المعيارية مرتفعة ومقبولة، فقد تراوحت معاملات الانحدار المعيارية بين (٠,٢٠٩) و(٠,٧٦٤)، كما يُلاحظ أن جميع القيم الحرجة المرتبطة بالمعاملات اللامعيارية كانت أكبر من (١,٩٦)، ما يدل على دلالتها الإحصائية، ووفقاً لمؤشرات التعديل (Modification

(Indices) تم استبعاد (٣) عبارات بهدف تبسيط النموذج وتحسين جودة المطابقة، وبناءً عليه، يمكن القول إن النموذج المفترض يتمتع بدرجة مناسبة من الثبات والصدق البنائي، ويعكس تكويناً عاماً جيداً لمقياس الثالث المظلم للشخصية كما يظهر من قوة ارتباط العبارات بعواملها.

جدول (٥)

مؤشرات حسن المطابقة لنموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الثالث المظلم للشخصية

م	مؤشرات حسن المطابقة	قيمة المؤشر	المدى المثالي للمؤشر	القرار
١	مؤشر النسبة بين قيم χ^2 ودرجات الحرية) df (CMIN	٣,٢٨٩	أقل من (٥)	مقبول
٢	مؤشر حسن المطابقة (GFI)	٠,٧٨٥	٠ إلى ١	مقبول
٣	مؤشر المطابقة المعياري (NFI)	٠,٧٢١	٠ إلى ١	مقبول
٤	مؤشر المطابقة النسبي (RFI)	٠,٦٩١	٠ إلى ١	مقبول
٥	مؤشر المطابقة المتزايد (IFI)	٠,٧٨٨	٠ إلى ١	مقبول
٦	مؤشر توكر لويس (TLI)	٠,٧٦٢	٠ إلى ١	مقبول
٧	مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	٠,٧٨٦	٠ إلى ١	مقبول
٨	مؤشر جذر متوسط مربع الخطأ التقريبي (RMSEA)	٠,٧٨	٠,٠٨ فأقل	مقبول

يتضح من الجدول (٥) أن مؤشرات حسن المطابقة لنموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الثالث المظلم للشخصية تقع جميعها ضمن الحدود المقبولة إحصائياً، فقد بلغت قيمة النسبة بين كاي تربيع ودرجات الحرية (٣,٢٨٩)، وهي أقل من الحد الأعلى المقبول (٥)، وبلغ مؤشر GFI (٠,٧٨٥)، و NFI (٠,٧٢١)، و RFI (٠,٦٩١)، و IFI (٠,٧٨٨)، و TLI (٠,٧٦٢)، و CFI (٠,٧٨٦) فقد جاءت جميعها ضمن النطاق المقبول (من ٠ إلى ١)، أما مؤشر RMSEA فقد سجل قيمة (٠,٧٨)، وهي قيمة مقبولة، وبناءً على مجمل المؤشرات، يمكن القول إن نموذج القياس يتمتع بمطابقة مقبولة مع البيانات.

الصورة النهائية للمقياس وطريقة تقديره:

بعد حساب الخصائص السيكمترية للمقياس ووفقاً لما تم التوصل إليه في طرق حساب الصدق والثبات والاتساق الداخلي وعليه فقد أصبح المقياس في صورته النهائية يتكون من (٢٤) عبارة موزعة على ثلاثة أبعاد، يتم الاستجابة عليه من خلال ليكرت الخماسي (أوافق بشدة: ٥)، (أوافق: ٤)، (محايد: ٣)، (غير موافق: ٢)، (غير موافق بشدة: ١)، ويوضح جدول (٦) توزيع العبارات على الأبعاد:-

جدول (٦)

الصورة النهائية لمقياس الثالث المظلم للشخصية

م	الأبعاد	العبارات	العدد
١	الميكافيلية	٨ ، ٧ ، ٦ ، ٥ ، ٤ ، ٣ ، ٢ ، ١	٨
٢	الترجسية	١٦ ، ١٥ ، ١٤ ، ١٣ ، ١٢ ، ١١ ، ١٠ ، ٩	٨
٣	الاعتلال النفسي	٢٣ ، ٢٢ ، ٢١ ، ٢٠ ، ١٩ ، ١٨ ، ١٧ ٢٤	٨
الإجمالي			٢٤

٢. مقياس الخوف من تفويت الفرص (إعداد / الباحثة)

أ. الهدف من المقياس

يهدف مقياس الخوف من تفويت الفرص إلى قياس وتشخيص خوف الطالب من عدم القدرة على اغتنام الفرص المتاحة، بالإضافة إلى الخوف من تفويت متعة تحقيقها، وشعوره بالانزعاج والقلق وعدم الكفاءة عندما يفوت تطورات وفرصًا يراها مفيدة بالنسبة له، وقد اتبعت الباحثة الخطوات التالية في إعداد المقياس:

ب. خطوات إعداد المقياس:

أولاً: بناء المقياس في صورته الأولى: في سبيل تحقيق هذه الصورة الأولى لمقياس الخوف من تفويت الفرص (الفومو)؛ تم اتباع الآتي:

أ. مراجعة الإطار النظري وما يتضمنه من مفهوم الخوف من تفويت الفرص وأعراضه والاطلاع على الدراسات السابقة، والتي أوضحت المظاهر الخاصة به، من ذلك (Savitri, 2019, Kostić, Pedović, & Stošić, 2022, Dam, Dao, Nguyen, Vu, Boyer, Auquier, & Zhang, 2023, Tomczyk, & Szotkowski, 2023, Türk, & Koçyiğit, 2025).

ب. الاطلاع على بعض المقاييس التي تضمنت بنودًا أو عبارات تُساهم بشكل أو بآخر في إعداد المقياس، حيث قامت الباحثة بمسح لبعض المقاييس وهي:

- مقياس الخوف من تفويت الفرص إعداد: (Mazlum, Atalay, 2022)، يتكون مقياس FoMO من (١٧) بندًا، منها: (٩) بنود للعامل الخاص، و(٨) بنود للعامل الاجتماعي. يتميز المقياس بشموليته النظرية، حيث يتضمن مفاهيم ومشاعر مختلفة (مثل الندم على اتخاذ القرار، الشعور بالضيق، والشعور بالوحدة الشديدة، والشعور بالذنب الداخلي، والحزن الشديد، والشعور بالحرج).

- مقياس الخوف من تفويت الفرص إعداد (Przybylski, Murayama, Dehaan, & Gladwell, 2013)، تعريب (Al-Menayes, 2016)، ويتكون المقياس من (١٠) بنود مترجمة إلى العربية من المقياس الإنجليزي، حيث صُنفت البنود على مقياس ليكرت من خمس نقاط على النحو التالي: ينطبق عليّ بشدة، ينطبق عليّ، ينطبق عليّ نوعاً ما، ينطبق عليّ قليلاً جداً، لا ينطبق عليّ إطلاقاً.
- مقياس الخوف من تفويت الفرص إعداد (Zhang, Jiménez, & Cicala, 2020) باستخدام نظرية مفهوم الذات، اقترح المؤلفون أن الخوف من تفويت الفرص هو استجابة عاطفية للتهديدات النفسية المتصورة لمفهوم الذات لدى الفرد، ولأن مفهوم الذات يتضمن ذاتاً خاصة وذاتاً عامة، فإن الخوف من تفويت الفرص يتضمن (٢٦) عبارة موزعة على بُعدين: الخوف من تفويت الفرص الشخصية، والخوف من تفويت الفرص الاجتماعية.
- وفي ضوء الدراسات السابقة، والإطار النظري، والمقاييس سالفة الذكر، توصلت الباحثة لتحديد خمسة أبعاد فرعية داخل الخوف من تفويت الفرص (الفومو)، أمكن تعريف كل بُعد إجرائياً على النحو التالي:
- البعد الأول: الخوف من تفويت الفرص الشخصية: تعرفه الباحثة بأنه شعور بالقلق ينشأ عن خوف الطالب من تفويت أو فقدان تجربة يمكن أن تساعد في الحفاظ على ذاته أو تعزيز ذاته الخاصة.
- البعد الثاني: الخوف من تفويت الفرص الاجتماعية: تعرفه الباحثة بأنه شعور بالقلق ينشأ عن خوف الطالب من تفويت أو فقدان تجربة يستمتع بها الآخرون، وهو ما يجعله يشعر بالاستبعاد من المجتمع .
- البعد الثالث: الخوف من تفويت الفرص التجارية: تعرفه الباحثة بأنه استجابة عاطفية للتهديدات النفسية المتصورة حول أهمية منتج ما، والخوف من تفويت فرصة شراؤه، مما يتسبب في اندفاع الطالب المتأثر عاطفياً إلى السوق لطلب المنتجات، وخاصة تلك المتوفرة بكميات محدودة فقط.
- البعد الرابع: الخوف من تفويت الفرص الإخبارية: تعرفه الباحثة بأنه شعور بالقلق ينشأ عن خوف الطالب من تفويت الأخبار، فيحاول قضاء فترة طويلة في البحث

عنها، الأمر الذي يسبب له راحة عاطفية؛ على الرغم من وجود العديد من المشاكل المرتبطة بطول فترة الاستخدام.

■ البعد الخامس: الخوف من تفويت الفرص الأكاديمية / الجامعية: تعرفه الباحثة بأنه شعور بالقلق ينشأ عن خوف الطالب من تفويت الأحداث / الفرص الأكاديمية، فيقوم بمتابعة جروبات الدفعة باستمرار لإعتقاده بأنه قد يفوت فرصة ما يمكن أن يستفيد بها زملاؤه بالجامعة.

ثانيًا: عرض المقياس على المحكمين: تكونت الصورة الأولية للمقياس من (٥٠) مفردة، (١٠) مفردات لكل بعد من الأبعاد، وقد تم عرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة من المتخصصين في الصحة النفسية وعلم النفس بلغ عددهم (٦) متخصصين، وذلك لبيان مدى مناسبة المفردات لعينة التطبيق، ونتيجة لذلك تم الإبقاء على مفردات المقياس التي حصلت على (٨٥٪) من اتفاق المحكمين، وتم تعديل صياغة عدد (٥) عبارات بناءً على آراء المحكمين.

ثالثًا: حساب الخصائص السيكومترية للمقياس:

قامت الباحثة بحساب الخصائص السيكومترية لمقياس الخوف من تفويت الفرص لدى طلبة الجامعة المستخدم في الدراسة الحالية، وذلك من خلال تطبيقه على عينة قوامها (٣٢٦) طالبًا وطالبة، بهدف التأكد من صدقه وثباته، وذلك على النحو التالي:

أولًا: الاتساق الداخلي

تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس الذي تنتمي إليه، ويوضح الجدول التالي (٧) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس الذي تنتمي إليه:

جدول (٧)

معاملات الارتباط بين العبارة والدرجة الكلية للبعد والدرجة الكلية لمقياس الخوف من تفويت الفرص

الخوف من تفويت الفرص الأكاديمية			الخوف من تفويت الفرص الإخبارية		
ارتباط البعد بالدرجة الكلية للمقياس	الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	العبرة	ارتباط البعد بالدرجة الكلية للمقياس	الارتباط بالدرجة الكلية للبعد	العبرة
**٠,٥٦٨	**٠,٨٣٨	Item_47	**٠,٨٧٤	**٠,٨٥٣	Item_37
	**٠,٧٧٣	Item_44		**٠,٨٢٩	Item_38
	**٠,٧٧٧	Item_41		**٠,٨٣٨	Item_34
	**٠,٨١٣	Item_50		**٠,٨٤١	Item_33
	**٠,٧٧٤	Item_48		**٠,٨٣٣	Item_35
	**٠,٧٥٩	Item_49		**٠,٧٦٢	Item_39
				**٠,٧١٢	Item_40
				**٠,٧٥٧	Item_31
الخوف من تفويت الفرص التجارية			الخوف من تفويت الفرص الاجتماعية		
ارتباط البعد بالدرجة الكلية للمقياس	الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	العبرة	ارتباط البعد بالدرجة الكلية للمقياس	الارتباط بالدرجة الكلية للبعد	العبرة
**٠,٨٦٠	**٠,٨٢٣	Item_27	**٠,٨٤٥	**٠,٨٣٣	Item_13
	**٠,٨٢٦	Item_22		**٠,٨٥٢	Item_16
	**٠,٨٣٨	Item_24		**٠,٨٠٥	Item_12
	**٠,٨٥٤	Item_25		**٠,٨١٥	Item_15
	**٠,٧٧٨	Item_21		**٠,٧٩٨	Item_17
	**٠,٧٧٥	Item_28		**٠,٨٠٢	Item_14
	**٠,٨٢٥	Item_30		**٠,٧٤٦	Item_18
				الخوف من تفويت الفرص الشخصية	
		ارتباط البعد بالدرجة الكلية للمقياس	الارتباط بالدرجة الكلية للبعد	العبرة	
		**٠,٨٧٢	**٠,٧٩٣	Item_4	
			**٠,٧٨٤	Item_1	
			**٠,٧٨٧	Item_2	
			**٠,٧١١	Item_8	
			**٠,٧٨٠	Item_10	
			**٠,٧١٢	Item_3	
			**٠,٧١٣	Item_6	

* دال عند مستوى (٠,٠٥)

** دالة عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من الجدول (٧) أن معاملات الارتباط بين عبارات بعد الخوف من تفويت الفرص الإخبارية والدرجة الكلية لهذا البعد ما بين (0.712^{**} إلى 0.853^{**})، ويرتبط بالدرجة الكلية للمقياس (0.874^{**})، أما بعد الخوف من تفويت الفرص الأكاديمية، فقد تراوحت معاملات الارتباط بين (0.759^{**} إلى 0.838^{**})، ويرتبط (0.568^{**})، وأظهرت أبعاد الخوف من تفويت الفرص الاجتماعية والخوف من تفويت الفرص التجارية أيضًا قيم ارتباط قوية مع الدرجة الكلية للمقياس تراوحت بين (0.746^{**} إلى 0.852^{**}) و(0.775^{**} إلى 0.854^{**}) على التوالي، أما بعد الخوف من تفويت الفرص الشخصية، فقد تراوحت القيم من (0.711^{**} إلى 0.793^{**})، ويرتبط بالدرجة الكلية للمقياس (0.872^{**})، وعليه يمكن القول إن جميع العبارات في الأبعاد المختلفة ترتبط بشكل دال إحصائيًا مع درجاتها الكلية، مما يؤكد صدق الاتساق الداخلي للمقياس وصلاحيته.

ثانياً: ثبات المقياس

معامل ثبات درجة العبارة على البعد الذي تنتمي إليه في حالة حذف درجة العبارة والبعد : استخدمت الباحثة لحساب الثبات كل من معامل ألفا كرونباخ α Cronbach's و أوميغا McDonald's ω الموزونة ومعامل جتمان Guttman's γ ، ويوضح جدول (٨) معاملي الثبات لدرجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه في حالة حذف العبارة والبعد كالتالي:

جدول (٨)
معاملات الثبات للعبارات والدرجة الكلية للبعد والمقياس

الخوف من تفويت الفرص الأكاديمية				الخوف من تفويت الفرص الإخبارية			
جتمان	ألفا لكرونباخ	أوميجا الموزونة	العبرة	جتمان	ألفا لكرونباخ	أوميجا الموزونة	العبرة
٠,٨٤٥	٠,٨٤٥	٠,٨٤٦	Item_47	٠,٩٠٦	٠,٩٠٦	٠,٩٠٦	Item_37
٠,٨٦١	٠,٨٦١	٠,٨٦١	Item_44	٠,٩٠٩	٠,٩٠٨	٠,٩٠٩	Item_38
٠,٨٦٠	٠,٨٥٩	٠,٨٦٠	Item_41	٠,٩٠٨	٠,٩٠٧	٠,٩٠٨	Item_34
٠,٨٥٢	٠,٨٥٢	٠,٨٥٢	Item_50	٠,٩٠٨	٠,٩٠٧	٠,٩٠٨	Item_33
٠,٨٦٠	٠,٨٦٠	٠,٨٦٠	Item_48	٠,٩٠٩	٠,٩٠٨	٠,٩٠٩	Item_35
٠,٨٦٥	٠,٨٦٤	٠,٨٦٥	Item_49	٠,٩١٦	٠,٩١٥	٠,٩١٦	Item_39
				٠,٩٢١	٠,٩٢٠	٠,٩٢١	Item_40
				٠,٩١٦	٠,٩١٥	٠,٩١٦	Item_31
٠,٨٧٨	٠,٨٧٨	٠,٨٧٨	الدرجة الكلية	٠,٩٢٢	٠,٩٢١	٠,٩٢٢	الدرجة الكلية
الخوف من تفويت الفرص التجارية				الخوف من تفويت الفرص الاجتماعية			
جتمان	ألفا لكرونباخ	أوميجا الموزونة	العبرة	جتمان	ألفا لكرونباخ	أوميجا الموزونة	العبرة
٠,٩٠٤	٠,٩٠٣	٠,٩٠٥	Item_27	٠,٨٩٥	٠,٨٩٤	٠,٨٩٥	Item_13
٠,٩٠٤	٠,٩٠٣	٠,٩٠٤	Item_22	٠,٨٩٢	٠,٨٩١	٠,٨٩٢	Item_16
٠,٩٠٢	٠,٩٠٢	٠,٩٠٢	Item_24	٠,٨٩٩	٠,٨٩٨	٠,٨٩٩	Item_12
٠,٩٠٠	٠,٨٩٩	٠,٩٠٠	Item_25	٠,٨٩٧	٠,٨٩٧	٠,٨٩٧	Item_15

الخوف من تفويت الفرص التجارية				الخوف من تفويت الفرص الاجتماعية			
جتمان	ألفا لكرونباخ	أوميجا الموزونة	العبرة	جتمان	ألفا لكرونباخ	أوميجا الموزونة	العبرة
٠,٩١١	٠,٩١٠	٠,٩١١	Item_21	٠,٩٠٠	٠,٨٩٩	٠,٩٠٠	Item_17
٠,٩١١	٠,٩١٠	٠,٩١١	Item_28	٠,٨٩٩	٠,٨٩٨	٠,٨٩٩	Item_14
٠,٩٠٤	٠,٩٠٣	٠,٩٠٤	Item_30	٠,٩٠٦	٠,٩٠٦	٠,٩٠٦	Item_18
٠,٩١٨	٠,٩١٧	٠,٩١٨	الدرجة الكلية	٠,٩١٢	٠,٩١١	٠,٩١٢	الدرجة الكلية
الدرجة الكلية للمقياس				الخوف من تفويت الفرص الشخصية			
أوميجا الموزونة			جتمان	جتمان	ألفا لكرونباخ	أوميجا الموزونة	العبرة
٠,٩٥٩			أوميجا الموزونة	٠,٨٥١	٠,٨٤٩	٠,٨٥٠	Item_4
				٠,٨٥٢	٠,٨٥١	٠,٨٥٢	Item_1
٠,٩٥٩			ألفا لكرونباخ	٠,٨٥١	٠,٨٥٠	٠,٨٥١	Item_2
				٠,٨٦٥	٠,٨٦٣	٠,٨٦٤	Item_8
				٠,٨٥٢	٠,٨٥١	٠,٨٥٢	Item_10
٠,٩٦٠			جتمان	٠,٨٦٣	٠,٨٦٢	٠,٨٦٣	Item_3
				٠,٨٦٥	٠,٨٦٣	٠,٨٦٥	Item_6
				٠,٨٧٥	٠,٨٧٤	٠,٨٧٤	الدرجة الكلية

يتضح من الجدول (٨) أن بعد الخوف من تفويت الفرص الإخبارية في مقدمة الأبعاد من حيث الثبات، حيث بلغت الدرجة الكلية له (٠,٩٢٢/٠,٩٢١)، وتراوحت معاملات العبارات الفردية فيه بين (٠,٩٠٦) و(٠,٩٢١)، كما حقق بُعد الخوف من تفويت الفرص التجارية درجة ثبات مرتفعة بلغت (٠,٩١٨) في أوميغا وألفا، و(٠,٩١٨) في جتمان، وتراوحت معاملات عباراته بين (٠,٩٠٠) و(٠,٩١١). وفي بُعد الخوف من تفويت الفرص الاجتماعية بلغت الدرجة الكلية (٠,٩١٢) وظهرت القيم الفردية للعبارات بين (٠,٨٩٢) و(٠,٩٠٦)، بينما سجّل بُعد الخوف من تفويت الفرص الأكاديمية درجة كلية (٠,٨٧٨)، وتراوحت العبارات بين (٠,٨٤٦) و(٠,٨٦٥). أما بُعد الخوف من تفويت الفرص الشخصية، فبلغت الدرجة الكلية له (٠,٨٧٤) وكانت القيم الفردية للعبارات بين (٠,٨٥٠) و(٠,٨٦٥). وبالمقارنة مع الدرجة الكلية للمقياس التي بلغت (٠,٩٥٩) في أوميغا وألفا، و(٠,٩٦٠) في جتمان، يتضح أن المقياس ككل يتمتع بثبات مرتفع يفوق ثبات أي بعد بمفرده، وهذا ويؤكد صلاحية مقياس الخوف من تفويت الفرص.

ثالثاً: صدق المقياس

(أ) صدق التحليل العاملي الاستكشافي:

تم حساب التحليل العاملي الاستكشافي لبيانات المقياس من خلال حساب مصفوفة الارتباطات بين عبارات المقياس ٥٠×٥٠، ثم التأكد من كفاية حجم العينة (ن=٣٢٦ مشاركون) باستخدام اختبار **Measure of Sampling Olkin-Kaiser-Meyer Adequacy**، وبلغت قيمته (٠,٩٥٤)، أي أكبر من الحد الأدنى الذي اشترطه **Kaiser**، وبالتالي فإنه يمكن الحكم بكفاية حجم العينة لإجراء للتحليل العاملي الاستكشافي. بعد ذلك، تم تطبيق تحليل المكونات الرئيسية لهوتلنج لتحديد العوامل الكامنة وراء البيانات. تم تدوير العوامل باستخدام طريقة **Varimax** لتسهيل تفسيرها. أخيراً، تم اختيار العبارات التي ترتبط بقوة بكل عامل لتحديد محتوى كل عامل بدرجة تشبع أكبر من (٠,٥) للحصول على العبارات الأكبر تشبعاً، وتشير نتيجة التحليل العاملي بعد التدوير إلى وجود التالي كما هو موضح بالجدول (٩) بعد ترتيب العبارات وفقاً لدرجة التشبع:

جدول (٩)

العوامل المستخرجة وتشبعاتها بعد التدوير المتعامد لمصفوفة مفردات مقياس الخوف من نفويت الفرص

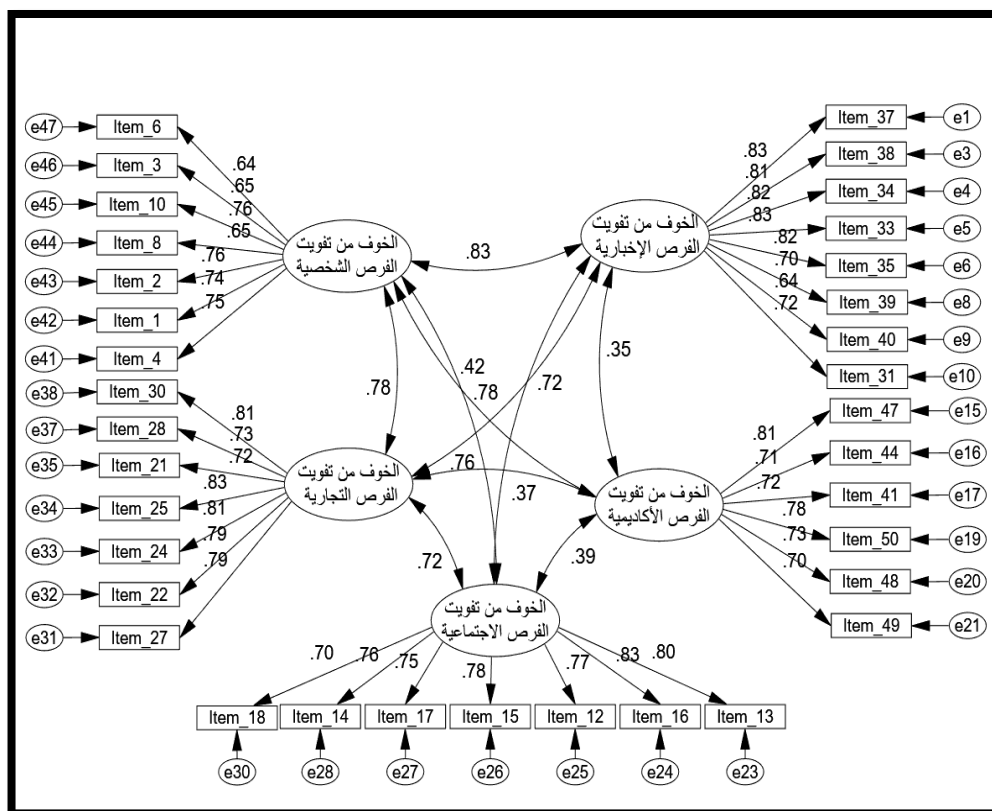
العامل الخامس	العامل الرابع	العامل الثالث	العامل الثاني	العامل الأول	العبرة	العامل الخامس	العامل الرابع	العامل الثالث	العامل الثاني	العامل الأول	العبرة
		٠,٧٠٩			Item_12					٠,٧٨٠	Item_37
		٠,٧٠٣			Item_15					٠,٧٦٣	Item_36
		٠,٦٦٩			Item_17					٠,٧٥٠	Item_38
		٠,٦٥٥			Item_14					٠,٧٤٦	Item_34
		٠,٥٧٨			Item_19					٠,٧١٣	Item_33
		٠,٥٥٧			Item_18					٠,٦٧٧	Item_35
	٠,٧٠٦				Item_27					٠,٦٥٥	Item_32
	٠,٦٩٢				Item_22					٠,٦٣٢	Item_39
	٠,٦٨٩				Item_24					٠,٦١٧	Item_40
	٠,٦٨٤				Item_25					٠,٥٥٨	Item_31
	٠,٦٧٨				Item_21					٠,٥٤١	Item_26
	٠,٦٧٠				Item_29				٠,٨٧٦		Item_43
	٠,٦٣٥				Item_28				٠,٨٥٧		Item_42
	٠,٦٣٤				Item_30				٠,٨٥١		Item_45
	٠,٦٢٩				Item_23				٠,٨٢٠		Item_47
٠,٦١٨					Item_7				٠,٧٩٨		Item_44
٠,٦٠٥					Item_4				٠,٧٨٣		Item_41
٠,٥٨٩					Item_1				٠,٧٦٧		Item_46
٠,٥٤٨					Item_2				٠,٦٩٥		Item_50
٠,٥٤١					Item_8				٠,٦٧٥		Item_48
٠,٥٣٧					Item_10				٠,٦٣١		Item_49
٠,٥٢٣					Item_3						Item_20
٠,٥٢٢					Item_6			٠,٧٩٤			Item_11
					Item_9			٠,٧٣٧			Item_13
					Item_5			٠,٧٢٥			Item_16
٤,٢٠٤	٥,٩٥٨	٦,٣٥٣	٧,٠٠١	٨,٠٣٩	الجذر الكامن						
%٨,٤	%١١,٩	%١٢,٧	%١٤	%١٦	التباين						

يتضح من نتائج التحليل العاملي الاستكشافي أن المقياس يتكون من خمسة عوامل رئيسية، حيث شمل العامل الأول (١١) عبارة بأرقام (٣٧، ٣٦، ٣٨، ٣٤، ٣٣، ٣٥، ٣٢، ٣٩، ٤٠، ٣١، ٢٦)، ويحمل جذراً كامناً مقداره (٨,٠٣٩)، ويفسر (١٦,٠٧٩٪) من التباين، مع أعلى تشبع للعبارة رقم (٣٧) بقيمة (٠,٧٨٠)، وأدنى تشبع للعبارة رقم (٢٦) بقيمة (٠,٥٤١). أما العامل الثاني، فيضم (١٠) عبارات بأرقام (٤٣، ٤٢، ٤٥، ٤٧، ٤٤، ٤١، ٤٦، ٥٠، ٤٨، ٤٩)، ويحمل جذراً كامناً يبلغ (٧,٠٠١) ويفسر (١٤,٠٠٢٪) من التباين، مع أعلى تشبع للعبارة رقم (٤٣) بقيمة (٠,٨٧٦)، وأدنى تشبع للعبارة رقم (٤٩) بقيمة

(٠,٦٣١). في حين يحتوي العامل الثالث على (٩) عبارات بأرقام (١١، ١٣، ١٢، ١٦، ١٥، ١٧، ١٤، ١٩، ١٨)، وجذره الكامن (٦,٣٥٣)، موفراً تفسيراً لنسبة (١٢,٧٠٥٪) من التباين، مع أعلى تشبع للعبرة رقم (١١) بقيمة (٠,٧٩٤) وأدنى تشبع للعبرة رقم (١٨) بقيمة (٠,٥٥٧). يشمل العامل الرابع (٩) عبارات بأرقام (٢٧، ٢٢، ٢٤، ٢٥، ٢١، ٢٩، ٢٨، ٣٠، ٢٣)، ويحمل جذراً كامناً (٥,٩٥٨) ويفسر (١١,٩١٧٪) من التباين، مع أعلى تشبع للعبرة رقم (٢٧) بقيمة (٠,٧٠٦) وأدنى تشبع للعبرة رقم (٢٣) بقيمة (٠,٦٢٩). أما العامل الخامس، فيضم (٨) عبارات بأرقام (٧، ٤، ١، ٢، ٨، ١٠، ٣، ٦)، ويحمل جذراً كامناً (٤,٢٠٤) ويفسر (٨,٤٠٩٪) من التباين، مع أعلى تشبع للعبرة رقم (٧) بقيمة (٠,٦١٨) وأدنى تشبع للعبرة رقم (٦) بقيمة (٠,٥٢٢). وبذلك، يفسر البناء العاملي للمقياس نحو (٦٣,١١١٪) من التباين الكلي، مما يدل على صلاحية وتماسك المقياس، ويُعد العامل الأول هو الأفضل من بين العوامل الخمسة من حيث قيمة الجذر الكامن ونسبة التباين والتشبع، يليه العامل الثاني ثم الثالث، في حين يمثل العامل الخامس الأقل تفسيراً للتباين ضمن البناء العاملي، وبذلك، يتضح من التحليل العاملي الاستكشافي أن المقياس يتكون من خمسة عوامل فرعية، تعكس أبعاداً نفسية مترابطة، وكل عامل يضم مجموعة عبارات متجانسة من حيث علاقتها بالبُعد الكامن، مما يدل على صلاحية البناء العاملي للمقياس.

التحليل العاملي التوكيدي Factor Analysis Confirmatory

تم إجراء التحليل العاملي التوكيدي باستخدام برنامج التحليل الإحصائي AMOS V23، وتم حساب كل من معاملات الانحدار المعيارية ومعاملات الانحدار اللامعيارية والخطأ المعياري والقيمة الحرجة التي تعادل قيمة "ت" ودلالاتها، وشكل (٤) يوضح النموذج المستخرج للتحليل العاملي التوكيدي، ويوضح جدول (١٠) معاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية المستخرجة من التحليل العاملي التوكيدي.



شكل (٤)

النموذج المستخرج للتحليل العاملي التوكيدي لمقياس الخوف من تفويت الفرص

جدول (١٠)

معاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية للتحليل العاملي التوكيدي لمقياس الخوف من تفويت الفرص

العبارة	العامل	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	القيمة الحرجة	معاملات الانحدار المعيارية	مستوى الدلالة
Item_37	الأول	١,٠٠٠			٠,٨٣١	***
Item_38	الأول	٠,٩٤٨	٠,٠٥٤	١٧,٤٠٠	٠,٨٠٦	***
Item_34	الأول	٠,٩٢٧	٠,٠٥٢	١٧,٦١	٠,٨٢٠	***
Item_33	الأول	٠,٩٨٢	٠,٠٥٤	١٨,٢٣٦	٠,٨٣١	***
Item_35	الأول	٠,٩٢٢	٠,٠٥٢	١٧,٨٤١	٠,٨١٩	***
Item_39	الأول	٠,٨٢٤	٠,٠٥٨	١٤,٢٥٤	٠,٧٠١	***
Item_40	الأول	٠,٧٧٢	٠,٠٦٠	١٢,٧٧٣	٠,٦٤٥	***
Item_31	الأول	٠,٨٢٢	٠,٠٥٦	١٤,٧٥٥	٠,٧١٩	***
Item_47	الثاني	١,٠٠٠			٠,٨١٥	***
Item_44	الثاني	٠,٩٤٩	٠,٠٧١	١٣,٤٦٣	٠,٧٠٩	***
Item_41	الثاني	٠,٩٤١	٠,٠٦٩	١٣,٦٢٦	٠,٧١٦	***
Item_50	الثاني	١,٠٦١	٠,٠٧٠	١٥,١٠٦	٠,٧٧٨	***
Item_48	الثاني	٠,٩٥٢	٠,٠٦٩	١٣,٨٨٨	٠,٧٢٧	***
Item_49	الثاني	٠,٩٣٥	٠,٠٧١	١٣,٢١٧	٠,٦٩٨	***
Item_16	الثالث	١,٠٠٠			٠,٨٣٠	***
Item_12	الثالث	٠,٩٤٠	٠,٠٥٩	١٥,٩٦٤	٠,٧٦٩	***
Item_15	الثالث	٠,٩١٦	٠,٠٥٦	١٦,٣٩٢	٠,٧٨٣	***
Item_17	الثالث	٠,٩٠٩	٠,٠٥٨	١٥,٥٤٦	٠,٧٥٤	***
Item_18	الثالث	٠,٨٠٢	٠,٠٥٧	١٤,٠٧٢	٠,٧٠١	***
Item_14	الثالث	٠,٨٨٨	٠,٠٥٦	١٥,٨٠٤	٠,٧٦٣	***
Item_13	الثالث	٠,٩٤٥	٠,٠٥٦	١٦,٩٥١	٠,٨٠١	***
Item_27	الرابع	٠,٩٥٥	٠,٠٦١	١٥,٦٣١	٠,٧٨٧	***
Item_22	الرابع	١,٠٠٠			٠,٧٩١	***
Item_24	الرابع	١,٠٤٦	٠,٠٦٥	١٦,١٤٣	٠,٨٠٧	***
Item_25	الرابع	١,١١٨	٠,٠٦٧	١٦,٧٩٧	٠,٨٣٢	***
Item_21	الرابع	٠,٩١٤	٠,٠٦٦	١٣,٩٤٦	٠,٧٢٠	***
Item_28	الرابع	٠,٩١٦	٠,٠٦٤	١٤,٣٢٠	٠,٧٣٥	***
Item_30	الرابع	٠,٩٤٩	٠,٠٥٩	١٦,١٣٩	٠,٨٠٧	***
Item_4	الخامس	١,١٦١	٠,١٠٠	١١,٦٠٤	٠,٧٥٣	***
Item_1	الخامس	١,٢٣٠	٠,١٠٧	١١,٤٥٤	٠,٧٤١	***
Item_2	الخامس	١,١٧١	٠,١٠٠	١١,٧١٣	٠,٧٦٢	***
Item_8	الخامس	١,٠٠٠			٠,٦٤٧	***
Item_10	الخامس	١,١٤٦	٠,٩٨٠	١١,٦٣٧	٠,٧٥٦	***
Item_3	الخامس	٠,٩٦٥	٠,٩٤٠	١٠,٢٦٠	٠,٦٤٨	***
Item_6	الخامس	١,٠٢٣	٠,١٠١	١٠,١٠٧	٠,٦٣٧	***

يتضح من الجدول السابق (١٠) أنه تم حساب التحليل العاملي التوكيدي للتحقق من البناء العاملي لمقياس الخوف من تفويت الفرصة لدى العينة الاستطلاعية، وقد أكدت نتائج النموذج وجود (٣٥) عبارة موزعة على خمسة عوامل رئيسية، أظهرت جميع معاملات الانحدار اللامعيارية قيمة حرجة دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٠١)، كما جاءت معاملات الانحدار المعيارية مرتفعة ومقبولة، حيث تراوحت بين (٠,٦٣٧) و (٠,٨٣٢)، مما يعكس اتساقاً داخلياً جيداً للعوامل، وتوزعت العبارات على النحو التالي: عامل الخوف من تفويت الفرص الإخبارية يضم (٨) عبارات، وعامل الخوف من تفويت الفرص الأكاديمية يشمل (٦) عبارات، وعامل الخوف من تفويت الفرص الاجتماعية يحتوي على (٧) عبارات، وعامل الخوف من تفويت الفرص التجارية يتكوّن من (٧) عبارات، وعامل الخوف من تفويت الفرص الشخصية يضم (٧) عبارات، كما يتضح أنه تم استبعاد (١٢) عبارة؛ تم حذفهم وفقاً لمؤشرات التعديل (Modification Indices) بالبرنامج وذلك لتبسيط النموذج وتحسين مؤشرات جودة المطابقة.

جدول (١١)

مؤشرات حسن المطابقة لنموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الخوف من تفويت الفرص

م	مؤشرات حسن المطابقة	قيمة المؤشر	المدى المثالي للمؤشر	القرار
١	مؤشر النسبة بين قيم χ^2 ودرجات الحرية (df (CMIN	١,٩٨٤	أقل من (٥)	مقبول
٢	مؤشر حسن المطابقة (GFI)	٠,٨٣٥	٠ إلى ١	مقبول
٣	مؤشر المطابقة المعياري (NFI)	٠,٨٦٤	٠ إلى ١	مقبول
٤	مؤشر المطابقة النسبي (RFI)	٠,٨٥٣	٠ إلى ١	مقبول
٥	مؤشر المطابقة المتزايد (IFI)	٠,٩٢٧	٠ إلى ١	مقبول
٦	مؤشر توكرو لوييس (TLI)	٠,٩٢١	٠ إلى ١	مقبول
٧	مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	٠,٩٢٧	٠ إلى ١	مقبول
٨	مؤشر جذر متوسط مربع الخطأ التقريبي (RMSEA)	٠,٠٥٥	٠,٠٨ فأقل	مقبول

يتضح من الجدول (١١) أن مؤشرات حسن المطابقة لنموذج القياس تتمتع بدرجة جيدة من المطابقة مع البيانات الفعلية، فقد بلغت نسبة (df/CMIN) قيمة قدرها (١,٩٨٤)، كما بلغ مؤشر GFI (٠,٨٣٥)، و NFI (٠,٨٦٤)، و RFI (٠,٨٥٣)، وهي قيم مقبولة، كذلك جاءت مؤشرات المطابقة الأعلى مثل IFI (٠,٩٢٧)، و TLI (٠,٩٢١)، و CFI (٠,٩٢٧) بقيم تتجاوز (٠,٩٠)، وهو ما يشير إلى مطابقة جيدة جداً بين النموذج والبيانات، أما بالنسبة لمؤشر RMSEA، فقد سجل قيمة (٠,٠٥٥)، وهي أقل من الحد المقبول (٠,٠٨)، مما يدعم جودة النموذج. وبناءً على ما سبق، يمكن اتخاذ القرار بأن جميع مؤشرات المطابقة تقع ضمن الحدود المقبولة إحصائياً، وتدلل على صلاحية النموذج المستخدم.

الصورة النهائية للمقياس وطريقة تقديره:

بعد حساب الخصائص السيكمترية للمقياس ووفقاً لما تم التوصل إليه في طرق حساب الصدق والثبات والاتساق الداخلي؛ فقد أصبح المقياس في صورته النهائية يتكون من (٣٥) عبارة موزعة على خمسة أبعاد، يتم الاستجابة عليه من خلال ليكرت الخماسي (تنطبق تماماً: ٥، تنطبق غالباً: ٤، تنطبق أحياناً: ٣، تنطبق نادراً: ٢، لا تنطبق: ١)، ويوضح جدول (١٢) توزيع العبارات على الأبعاد:-

جدول (١٢)

الصور النهائية لمقياس الخوف من تفويت الفرص

م	الأبعاد	العبارات	العدد
١	الخوف من تفويت الفرص الإخبارية	١، ٢، ٣، ٤، ٥، ٦، ٧، ٨	٨
٢	الخوف من تفويت الفرص الأكاديمية	٩، ١٠، ١١، ١٢، ١٣، ١٤	٦
٣	الخوف من تفويت الفرص الاجتماعية	١٥، ١٦، ١٧، ١٨، ١٩، ٢٠، ٢١	٧
٤	الخوف من تفويت الفرص التجارية	٢٢، ٢٣، ٢٤، ٢٥، ٢٦، ٢٧، ٢٨	٧
٥	الخوف من تفويت الفرص الشخصية	٢٩، ٣٠، ٣١، ٣٢، ٣٣، ٣٤، ٣٥	٧
الإجمالي			٣٥

٣. مقياس الفوبينج (التجاهل بالانشغال بالهاتف المحمول) (إعداد/ الباحثة)

أ. الهدف من المقياس

يهدف مقياس الفوبينج (التجاهل بالانشغال بالهاتف المحمول) إلى قياس وتشخيص ممارسات تجاهل الآخرين بالانشغال بالهاتف المحمول أثناء المحادثة وجهاً لوجه، فقد شهدت السنوات الأخيرة اهتماماً متزايداً لدراسة وتقييم هذا السلوك، حيث أصبحت الهواتف المحمولة جزءاً لا يتجزأ من الحياة اليومية؛ فهي تتمتع الآن بخصائص أجهزة الكمبيوتر المحمولة، وتمكّن الناس من التواصل والتفاعل مع الآخرين بغض النظر عن الزمان والمكان، وعلى الرغم من فوائدها، إلا أن للهواتف المحمولة آثاراً سلبية محتملة، فعلى الرغم من قدرتها على تسهيل التفاعلات الاجتماعية، إلا أنها قد تؤثر أيضاً على العلاقات عند استخدامها مع الآخرين، وقد اتبعت الباحثة الخطوات التالية في إعداد المقياس:

ب. خطوات إعداد المقياس:

أولاً: بناء المقياس في صورته الأولية:

في سبيل تحقيق هذه الصورة الأولية لمقياس الفوبينج (التجاهل بالانشغال بالهاتف المحمول)؛ تم اتباع الآتي:

أ. مراجعة الإطار النظري وما يتضمنه من مفهوم الفوبينج وأشكاله والاطلاع على الدراسات السابقة، والتي أوضحت المظاهر الخاصة به، من ذلك (Nuñez, Radtke, & Eimler, 2020, Garrido, Issa, Esteban, & Delgado, 2021, Jamadi, RajabipoorMeybodi, Hosseini, & Doaei, 2023, Ni, Ahrari, Zaremohzzabieh, Zarean, , & Roslan, 2025).

ب . الاطلاع على بعض المقاييس التي تضمنت بنوداً أو عبارات تساهم بشكل أو بآخر في إعداد المقاييس، حيث قامت الباحثة بمسح لبعض المقاييس وهي:

- مقياس الفوبينج، إعداد: (Karadağ, Tosuntaş, Erzen, Duru, Bostan, Şahin, Çulha, & Babadağ, 2015) تم تصميم المقياس بناءً على نظرية التكييف الكلاسيكي، وتكون المقياس من (١٠) عبارات موزعة على بعدين هما: هوس الهاتف، واضطراب الاتصال.

- مقياس الفوبينج المُدرّك، إعداد (David, & Roberts, 2020) ، وهو مقياس أحادي البعد يتكون من (٩) عبارات، تقيس شعور الفرد بتجربة الفوبينج في حياته اليومية.

وفي ضوء الدراسات السابقة، والإطار النظري، والمقاييس سألقة الذكر، توصلت الباحثة لتحديد بعدين داخل مقياس الفوبينج (التجاهل بالانشغال بالهاتف المحمول)، وأمكن تعريف كل بُعد إجرائياً على النحو التالي:

- البعد الأول: الهوس بالهاتف: تعرفه الباحثة بأنه اعتماد الشخص على الهاتف المحمول أو الأجهزة الرقمية، وعدم قدرته على التخلي عنهم، حيث يفتقد للشخص للتواصل وجهاً لوجه مع الآخرين أثناء استخدامهم.
- البعد الثاني: اضطراب الاتصال: تعرفه الباحثة بأنه صعوبة في التفاعل الاجتماعي الذي يظهر في عجز الفرد عن فهم واتباع القواعد الاجتماعية عند التواصل مع الآخرين، فيقوم بتعطيل محادثاته الجارية في بيئة اتصال وجهاً لوجه، ويبدأ في التعامل مع هاتفه المحمول متجاهلاً للأشخاص من حوله.

ثانيًا: عرض المقياس في صورته الأولى على المُحكِّمين: تكونت الصورة الأولى للمقياس من (٣٢) مُفردة، (١٦) مُفردة لكل بعد من الأبعاد، وقد تمَّ عَرْض المقياس في صورته الأولى على مجموعة من المتخصصين في الصحة النفسية وعلم النفس بلغ عددهم (٦) متخصصين، وذلك لبيان مدى مناسبة المفردات لعينة التطبيق، ونتيجة لذلك تمَّ الإبقاء على مفردات المقياس التي حصلت على (٨٥٪) من اتفاق المُحكِّمين، وبناءً عليه تمَّ الإبقاء على مفردات المقياس، ولم تحذف أي مفردة منها، وتم تعديل صياغة (٣) عبارات.

ثالثًا: حساب الخصائص السيكمترية للمقياس:

قامت الباحثة بحساب الخصائص السيكمترية لمقياس الخوف من تفويت الفرص لدى طلبة الجامعة المُستخدم في الدراسة الحالية، وذلك من خلال تطبيقه على عينة قوامها (٣٢٦) طالبًا وطالبة، بهدف التأكد من صدقه وثباته، وذلك على النحو التالي:

أولًا: الاتساق الداخلي:

تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس الذي تنتمي إليه، ويوضح الجدول التالي (١٣) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس الذي تنتمي إليه:

جدول (١٣)

معاملات الارتباط بين العبارة والدرجة الكلية للبعد والدرجة الكلية لمقياس الفوبينج

الهوس بالهاتف			اضطراب الاتصال		
ارتباط البعد بالدرجة الكلية للمقياس	الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	العبارة	ارتباط البعد بالدرجة الكلية للمقياس	الارتباط بالدرجة الكلية للبعد	العبارة
**٠,٨٩٨	**٠,٧٦٧	Item4	**٠,٩٢٥	**٠,٧٨٢	Item30
	**٠,٨١٥	Item5		**٠,٧٧٧	Item28
	**٠,٧٦٤	Item1		**٠,٧٥٩	Item31
	**٠,٦٥١	Item3		**٠,٧٨٢	Item26
	**٠,٧٢٠	Item14		**٠,٧٥٦	Item20
	**٠,٦٩٠	Item11		**٠,٧٠٩	Item29
	**٠,٦٩٨	Item2		**٠,٧٥٢	Item6
	**٠,٦٩١	Item24		**٠,٧٥٤	Item19
	**٠,٧٠٢	Item21		**٠,٦٤٦	Item16
				**٠,٧١٨	Item7
				**٠,٧٠٦	Item32

* دالة عند مستوى (٠,٠٥)

** دالة عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من جدول (١٣) وجود صدق اتساق داخلي مرتفع لكل من بعدي اضطراب الاتصال والهوس بالهاتف، حيث تراوحت معاملات الارتباط بين عبارات بعد اضطراب الاتصال

والدرجة الكلية لهذا البعد ما بين (٠,٦٤٦** إلى ٠,٧٨٢**)، في حين بلغ ارتباط هذا البعد بالدرجة الكلية للمقياس (٠,٩٢٥**)، وهي قيمة مرتفعة تدل على إسهام كبير لهذا البعد في البناء العام للمقياس، أما بعد الهوس بالهاتف، فقد تراوحت معاملات الارتباط بين عباراته والدرجة الكلية للمقياس من (٠,٦٩٨** إلى ٠,٨١٥**)، مما يعكس قوة العلاقة بين العبارات والمقياس الكلي، ويدل على تجانس داخلي جيد، في حين بلغ ارتباط هذا البعد بالدرجة الكلية للمقياس (٠,٨٩٨**)، وهي أيضاً قيمة عالية تدل على أهمية هذا البعد في تفسير البنية الكلية للأداة. وبناءً على ما سبق، يمكن القول إن جميع العبارات في كلا البعدين ترتبط بشكل دال إحصائياً مع درجاتها الكلية، مما يؤكد صدق الاتساق الداخلي وصلاحيّة المقياس لقياس الظاهرة المستهدفة.

ثانياً: ثبات المقياس

معامل ثبات درجة العبارة على البعد الذي تنتمي إليه في حالة حذف درجة العبارة من البعد: استخدمت الباحثة لحساب الثبات كل من معامل ألفا كرونباخ α Cronbach's وأوميغا McDonald's ω الموزونة ومعامل جتمان Guttman's γ ، ويوضح جدول (١٤) معاملي الثبات لدرجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه في حالة حذف العبارة من البعد كالتالي:

جدول (١٤)

معاملات الثبات للعبارة والدرجة الكلية للبعد والدرجة الكلية للمقياس

الهوس بالهاتف			اضطراب الاتصال			
جتمان	ألفا لكرونباخ	أوميغا الموزونة	العبارة	جتمان	ألفا لكرونباخ	أوميغا الموزونة
٠,٨٦٨	٠,٨٦٧	٠,٨٦٧	Item4	٠,٩٠٨	٠,٩٠٧	٠,٩٠٨
٠,٨٦٣	٠,٨٦٢	٠,٨٦٢	Item5	٠,٩٠٨	٠,٩٠٧	٠,٩٠٨
٠,٨٦٨	٠,٨٦٧	٠,٨٦٧	Item1	٠,٩٠٩	٠,٩٠٨	٠,٩٠٩
٠,٨٨١	٠,٨٧٩	٠,٨٧٩	Item3	٠,٩٠٨	٠,٩٠٧	٠,٩٠٨
٠,٨٧٣	٠,٨٧٢	٠,٨٧٢	Item14	٠,٩١٠	٠,٩٠٨	٠,٩٠٩
٠,٨٧٧	٠,٨٧٥	٠,٨٧٥	Item11	٠,٩١٢	٠,٩١١	٠,٩١٢
٠,٨٧٥	٠,٨٧٣	٠,٨٧٣	Item2	٠,٩١٠	٠,٩٠٩	٠,٩١٠
٠,٨٧٦	٠,٨٧٥	٠,٨٧٦	Item24	٠,٩١٠	٠,٩٠٨	٠,٩٠٩
٠,٨٧٥	٠,٨٧٤	٠,٨٧٤	Item21	٠,٩١٤	٠,٩١٤	٠,٩١٤
				٠,٩١٢	٠,٩١١	٠,٩١٢
				٠,٩١٣	٠,٩١٢	٠,٩١٣
٠,٨٨٥	٠,٨٨٤	٠,٨٨٤	الدرجة الكلية	٠,٩١٨	٠,٩١٧	٠,٩١٨
الدرجة الكلية للمقياس						
٠,٩٣٤						أوميغا الموزونة
٠,٩٣٤						ألفا لكرونباخ
٠,٩٣٥						جتمان

يتضح من الجدول (١٤) أن بعد اضطراب الاتصال يتمتع بثبات داخلي مرتفع حيث بلغت الدرجة الكلية له وفقاً لمعاملات الثبات المختلفة (أوميغا، ألفا كرونباخ، جتمان) ما يقارب (٠,٩١٨، ٠,٩١٧، ٠,٩١٨) على التوالي، في حين كانت القيم المقابلة لبعد الهوس بالهاتف (٠,٨٨٤، ٠,٨٨٤، ٠,٨٨٥) وهي أيضاً قيم ثبات مرتفعة، وبمقارنة العبارات الفردية داخل كل بعد، نجد أن عبارات اضطراب الاتصال تراوحت بين (٠,٩٠٨ إلى ٠,٩١٤)، مما يدل على تجانس مرتفع وعدم وجود عبارات تؤثر سلباً على الثبات، أما في بعد الهوس بالهاتف، فقد تراوحت القيم بين (٠,٨٦٢ إلى ٠,٨٧٩)، وجاءت جميعها أقل من الدرجة الكلية للبعد، وبمقارنة ذلك مع الدرجة الكلية للمقياس كاملاً، التي بلغت (٠,٩٣٤) في أوميغا وألفا، و(٠,٩٣٥) في جتمان، يتضح أن المقياس ككل يتمتع بدرجة ثبات عالية جداً تفوق ثبات أي بعد على حدة، وهو ما يؤكد أن الدمج بين البعدين يعزز من الثبات العام للأداة. وبناءً على ما سبق، يمكن القول إن المقياس يتمتع بمستوى ممتاز من الثبات والاتساق الداخلي، مما يدعم صلاحيته في القياس النفسي لمتغير الفوبينج.

ثالثاً: صدق المقياس:

صدق التحليل العاملي الاستكشافي:

تم حساب التحليل العاملي الاستكشافي لبيانات المقياس من خلال حساب مصفوفة الارتباطات بين عبارات المقياس 32×32 ، ثم التأكد من كفاية حجم العينة ($n = 326$ مشاركون) باستخدام اختبار **Olkin-Kaiser-Meyer Adequacy**، وبلغت قيمته (0.951)، أي أكبر من الحد الأدنى الذي اشترطه **Kaiser** وبالتالي فإنه يمكن الحكم بكفاية حجم العينة لإجراء للتحليل العاملي الاستكشافي. بعد ذلك، تم تطبيق تحليل المكونات الرئيسية لهوتلنج لتحديد العوامل الكامنة وراء البيانات. تم تدوير العوامل باستخدام طريقة **Varimax** لتسهيل تفسيرها. أخيراً، تم اختيار العبارات التي ترتبط بقوة بكل عامل لتحديد محتوى كل عامل بدرجة تشبع أكبر من (0.5) للحصول على العبارات الأكبر تشبعاً، وتشير نتيجة التحليل العاملي بعد التدوير إلى وجود التالي كما هو موضح بالجدول (١٢) بعد ترتيب العبارات وفقاً لدرجة التشبع:

جدول (١٥)

العوامل المستخرجة وتشبعاتها بعد التدوير المتعامد لمصفوفة مفردات مقياس الفوبينج

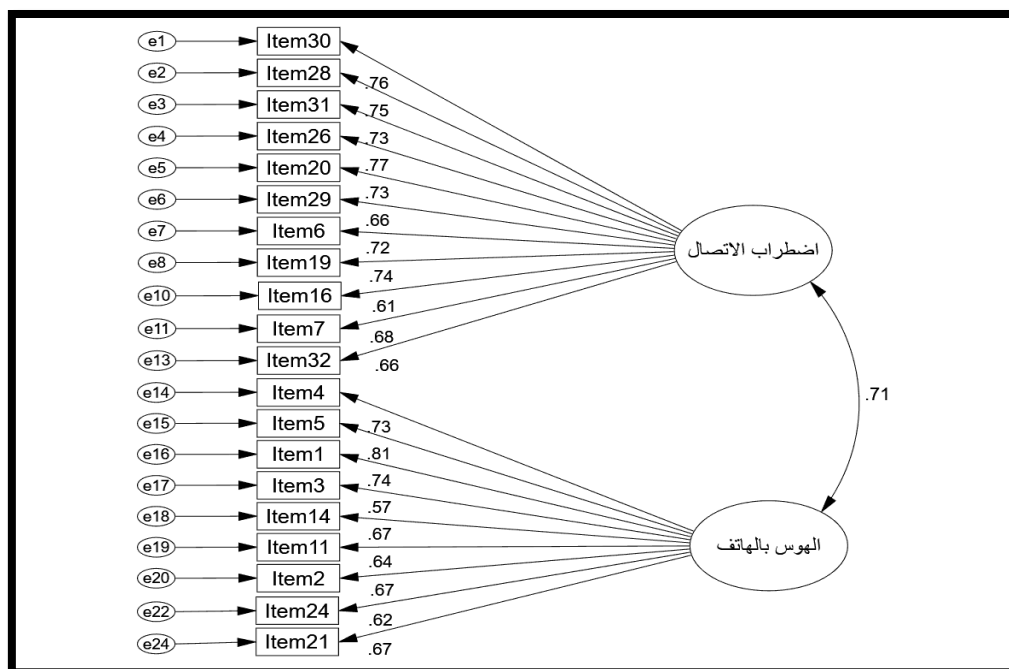
العبرة	الأول	الثاني	العبرة	الأول	الثاني
Item30	٠,٧٦٠		Item27		
Item28	٠,٧١٠		Item17		
Item31	٠,٧١٠		Item4	٠,٧٨٥	
Item26	٠,٧٠٠		Item5	٠,٧٥٩	
Item20	٠,٧٠٠		Item1	٠,٧٣٨	
Item29	٠,٦٨٩		Item3	٠,٦٤٥	
Item6	٠,٦٦٥		Item14	٠,٦٣٧	
Item19	٠,٦٦٥		Item11	٦٢٧	
Item8	٠,٦٥٩		Item2	٠,٦٢١	
Item16	٠,٦٤٠		Item13	٠,٦١١	
Item7	٠,٦٢٣		Item24	٠,٥٨٨	
Item9	٠,٦١٩		Item22	٠,٥٦٦	
Item32	٠,٦١٦		Item21	٠,٥٥٥	
Item15			Item25		
Item23			Item18		
Item10			Item12		
الجذر الكامن			٨,٤٣٧	٦,٩٩٥	
التباين			%٢٦,٣٦٧	%٢١,٨٦١	

من الجدول (١٥) يتضح أن عبارات المقياس تشبعت على عاملين أساسيين، بحيث يشمل العامل الأول على (١٣) عبارة (٣٠-٢٨-٣١-٢٦-٢٠-٢٩-٦-١٩-٨-١٦-٧-٩-٣٢)، حيث يسجل أعلى تشبع عند (٠,٧٦٠) للعبارة رقم (٣٠)، وأدنى تشبع عند (٠,٦١٦) للعبارة رقم ٣٢، ويُفسر (٢٦,٣٦٧٪) من التباين للمفهوم النفسي (الفوبينج)، وجذر كامن (٨,٤٣٧)، وتعتبر عبارات هذا العامل عن (اضطراب الاتصال). أما العامل الثاني، فيضم (١١) عبارة (٤-١-٥-٣-١٤-١١-٢-١٣-٢٤-٢٢-٢١)، مع أعلى تشبع عند (٠,٧٨٥) للعبارة رقم (٤)، وأدنى تشبع عند (٠,٥٥٥) للعبارة رقم (٢١)، ويُفسر (٢١,٨٦١٪) من التباين، وجذر كامن (٦,٩٩٥)، وتعتبر عبارات هذا العامل عن (الهوس بالهاتف)، وعليه تكون مقياس الفوبينج وفقاً للتحليل العاملي الاستكشافي من (٢٤) عبارة موزعة على العاملين (اضطراب الاتصال - الهوس بالهاتف).

كما أنه بحساب التحليل العاملي الاستكشافي لمقياس الفوبينج تم ترتيب الأبعاد وعبارات الأبعاد وفقاً لمستوى تشبع كل بُعد فأصبح البعد الأول هو (اضطراب الاتصال)، والبعد الثاني هو (الهوس بالهاتف).

التحليل العاملي التوكيدي Factor Analysis Confirmatory

تم إجراء التحليل العاملي التوكيدي باستخدام برنامج التحليل الإحصائي AMOS V23، وتم حساب كل من معاملات الانحدار المعيارية ومعاملات الانحدار اللامعيارية والخطأ المعياري والقيمة الحرجة التي تعادل قيمة "ت" ودالاتها، وشكل (٥) يوضح النموذج المستخرج للتحليل العاملي التوكيدي، ويوضح جدول (١٦) معاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية المستخرجة من التحليل العاملي التوكيدي.



شكل (٥) النموذج المستخرج للتحليل العاملي التوكيدي لمقياس الفوبينج
جدول (١٦)

معاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية للتحليل العاملي التوكيدي لمقياس الفوبينج

مستوى الدلالة	معاملات الانحدار المعيارية	القيمة الحرجة	الخطأ المعياري	معاملات الانحدار اللامعيارية	العامل	العبارة
***	٠,٦٥٦			١,٠٠٠	الاول	Item32
***	٠,٦٧٨	١٠,٩١٥	٠,٠٩٣	١,٠١٧	الاول	Item7
***	٠,٦٠٩	٩,٩٤٤	٠,٠٧٦	٠,٧٥٨	الاول	Item16
***	٠,٧٣٧	١١,٧٢٦	٠,٠٧٨	٠,٩١٤	الاول	Item19
***	٠,٧٢٣	١١,٥٣٦	٠,٠٨٨	١,٠١٦	الاول	Item6
***	٠,٦٦٠	١٠,٦٦٥	٠,٠٨٩	٠,٩٥٠	الاول	Item29
***	٠,٧٢٨	١١,٥٩٣	٠,٠٩١	١,٠٦٠	الاول	Item20
***	٠,٧٦٦	١٢,١٠٠	٠,٠٩٥	١,١٤٤	الاول	Item26
***	٠,٧٣٤	١١,٦٧٩	٠,٠٨٥	٠,٩٨٩	الاول	Item31
***	٠,٧٥٣	١١,٩٣٣	٠,٠٨٨	١,٠٤٨	الاول	Item28
***	٠,٧٦٠	١٢,٠١٩	٠,٠٨٥	١,٠١٩	الاول	Item30
***	٠,٦٦٦	١٢,٧١٩	٠,٠٦٨	٠,٨٦٣	الثاني	Item21
***	٠,٦٢٣	١١,٧١٥	٠,٠٦٩	٠,٨٠٤	الثاني	Item24
***	٠,٦٧٢	١٢,٨٤٣	٠,٠٦٢	٠,٧٩٤	الثاني	Item2
***	٠,٦٣٦	١٢,٠٢٥	٠,٠٧٠	٠,٨٤٣	الثاني	Item11
***	٠,٦٧٣	١٢,٨٨٨	٠,٠٦٧	٠,٨٥٨	الثاني	Item14

العبارة	العامل	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	القيمة الدرجة	معاملات الانحدار المعيارية	مستوى الدلالة
Item3	الثاني	٠,٧٣٩	٠,٠٧١	١٠,٤٦٩	٠,٥٦٦	***
Item1	الثاني	٠,٩٢٣	٠,٠٦٣	١٤,٦٠١	٠,٧٤٣	***
Item5	الثاني	١,٠٠٠			٠,٨١٥	***
Item4	الثاني	٠,٩١١	٠,٠٦٤	١٤,٢٦٨	٠,٧٣٠	***

يتضح من الجدول السابق (١٦) أنه تم حساب التحليل العاملي التوكيدي للعوامل المكونة لمقياس الفوبينج لدى العينة الاستطلاعية، وقد أكدت نتائج التحليل العاملي التوكيدي على وجود (٢٠) عبارة للمقياس، وأن جميع معاملات الانحدار اللامعيارية جاءت قيمها الدرجة دالة عند مستوى (٠,٠٠١)، كما أظهرت النتائج ارتفاع معاملات الانحدار المعياري وجميعها قيم مقبولة، ويتضمن المقياس عاملان، يحتوي العامل الأول (اضطراب الاتصال) على (١١) عبارة، بينما يحتوي العامل الثاني على (٩) عبارات، كما يتضح أنه تم استبعاد (٤) عبارات فقط؛ التي تم حذفها وفقاً لمؤشرات التعديل (Modification Indices) بالبرنامج وذلك لتبسيط النموذج وتحسين مؤشرات جودة المطابقة.

جدول (١٧)

مؤشرات حسن المطابقة لنموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الفوبينج

م	مؤشرات حسن المطابقة	قيمة المؤشر	المدى المثالي للمؤشر	القرار
١	مؤشر النسبة بين قيم χ^2 ودرجات الحرية) df (CMIN	٢,٦٧١	أقل من (٥)	مقبول
٢	مؤشر حسن المطابقة (GFI)	٠,٩٠٠	٠ إلى ١	مقبول
٣	مؤشر المطابقة المعياري (NFI)	٠,٨٧٢	٠ إلى ١	مقبول
٤	مؤشر المطابقة النسبي (RFI)	٠,٨٥٦	٠ إلى ١	مقبول
٥	مؤشر المطابقة المتزايد (IFI)	٠,٩١٦	٠ إلى ١	مقبول
٦	مؤشر توكر لوييس (TLI)	٠,٩٠٥	٠ إلى ١	مقبول
٧	مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	٠,٩١٥	٠ إلى ١	مقبول
٨	مؤشر جذر متوسط مربع الخطأ التقريبي (RMSEA))	٠,٠٧٢	٠,٠٨ فأقل	مقبول

يتضح من الجدول (١٧) أن مؤشرات حسن المطابقة لنموذج القياس يتمتع بدرجة جيدة من المطابقة مع البيانات الفعلية. فقد بلغت نسبة كاي تربيع إلى درجات الحرية (df/CMIN) قيمة قدرها (٢,٦٧١)، وهي ضمن المدى المثالي الأقل من (٥)، كما جاءت جميع مؤشرات المطابقة الأخرى ضمن الحدود المقبولة، حيث بلغ مؤشر GFI (٠,٩٠٠)، و NFI (٠,٨٧٢)، و RFI (٠,٨٥٦)، كذلك جاءت مؤشرات المطابقة الأعلى مثل IFI

(٠,٩١٦)، و(٠,٩٠٥) TLI، و(٠,٩١٥) CFI بقيم تتجاوز (٠,٩٠)، وهو ما يدل على مطابقة جيدة جدًا بين النموذج والبيانات. أما بالنسبة لمؤشر RMSEA، فقد سجل قيمة (٠,٠٧٢)، وهي أقل من الحد المقبول (٠,٠٨)، ما يدعم جودة المطابقة. وبناءً على ما سبق، يمكن اتخاذ القرار بأن جميع مؤشرات المطابقة تقع ضمن الحدود المقبولة. الصورة النهائية للمقياس:

قامت الباحثة ببناء (٣٢) مفردة للمقياس في صورته الأولية تهتم بقياس المفهوم النفسي للفوبينج لدى طلبة الجامعة، وبعد حساب الخصائص السيكمترية للمقياس، ووفقًا لما تم التوصل إليه في طرق حساب الصدق والثبات والاتساق الداخلي؛ فقد أصبح المقياس في صورته النهائية يتكون من (٢٠) عبارة موزعة على بعدين، يتم الاستجابة عليه من خلال ليكرت الخماسي (تنطبق تمامًا ٥، تنطبق غالبًا ٤، تنطبق بدرجة متوسطة ٣، تنطبق أحيانًا ٢، تنطبق نادرًا ١)، ويوضح جدول (١٨) توزيع العبارات على الأبعاد:-

جدول (١٨)

الصور النهائية لمقياس الفوبينج

م	الأبعاد	العبارات	العدد
١	اضطراب الاتصال	١، ٢، ٣، ٤، ٥، ٦، ٧، ٨، ٩، ١٠، ١١	١١
٢	الهوس بالهاتف	١٢، ١٣، ١٤، ١٥، ١٦، ١٧، ١٨، ١٩، ٢٠	٩
الإجمالي			٢٠

الخطوات الإجرائية للدراسة:

بعد أن تم إعداد الأدوات المستخدمة في الدراسة، وحساب الخصائص السيكمترية لها، والاطمئنان من صلاحيتها لقياس متغيرات الدراسة، تمت إجراءات الدراسة على النحو التالي:

١. طبقت الباحثة المقاييس المستخدمة في الدراسة وهي (مقياس التلوث المظلم للشخصية - مقياس الخوف من تفويت الفرص - مقياس الفوبينج) على العينة الأساسية إلكترونياً، وذلك من خلال إرسال الرابط التالي: <https://forms.gle/Hr5MT6jvvVhGN52K6> على جروبات الكليات أثناء الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي ٢٠٢٤ / ٢٠٢٥ م.
٢. صحت الباحثة الأدوات، ورصدت درجات الطلبة تمهيداً لمعالجتها إحصائياً باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة.

٣. ناقشت الباحثة النتائج في ضوء ما أسفر عنه التحليل الإحصائي للبيانات، وقدمت بعض التوصيات والبحوث المقترحة.

الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

في ضوء أهداف الدراسة الحالية استخدمت الباحثة بعض الأساليب الإحصائية لمعالجة البيانات، واختبار صحة الفروض، والتي تمثلت فيما يلي:

١. نمذجة المعادلة البنائية SEM (مؤشرات جودة مطابقة النموذج . التأثير غير المباشر . البوتسترانج لحساب دلالة التأثير غير المباشر للنموذج).

نتائج الدراسة ومناقشتها:

١. التحقق من الفرض الأول ومناقشة نتائجه

نص الفرض على أنه " لا توجد مطابقة مقبولة بين النموذج البنائي المقترح وبيانات عينة البحث للتأثيرات المختلفة بين الثالث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص والفوبينج لدى طلبة الجامعة". واختبار الفرض تم القيام بالخطوات الإجرائية التالية:

أ- حساب مصفوفة معاملات الارتباط بين متغيرات النموذج الثلاثة كما بالجدول التالي:

جدول (١٩)

مصفوفة الارتباط بين الثالث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص والفوبينج (ن=٨٨١)

م	المتغير	الثالث المظلم للشخصية	الخوف من تفويت الفرص	الفوبينج
١	الثالث المظلم للشخصية	٠,٠٠٠		
٢	الخوف من تفويت الفرص	**٠,٥٧٢	٠,٠٠٠	
٣	الفوبينج	**٠,٥٢٠	**٠,٧٣٣	٠,٠٠٠

من الجدول (١٩) يتضح أن مصفوفة معاملات الارتباط توصلت لوجود علاقات ارتباطية والتي

سيقوم عليها النموذج البنائي للبحث لدى طلبة الجامعة، وفيه يتضح وجود النتائج التالية:

١- علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الثالث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص.

٢- علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الثالث المظلم للشخصية والفوبينج.

٣- علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الخوف من تفويت الفرص والفوبينج.

ب- مراحل بناء النموذج البنائي المقترح للبحث:

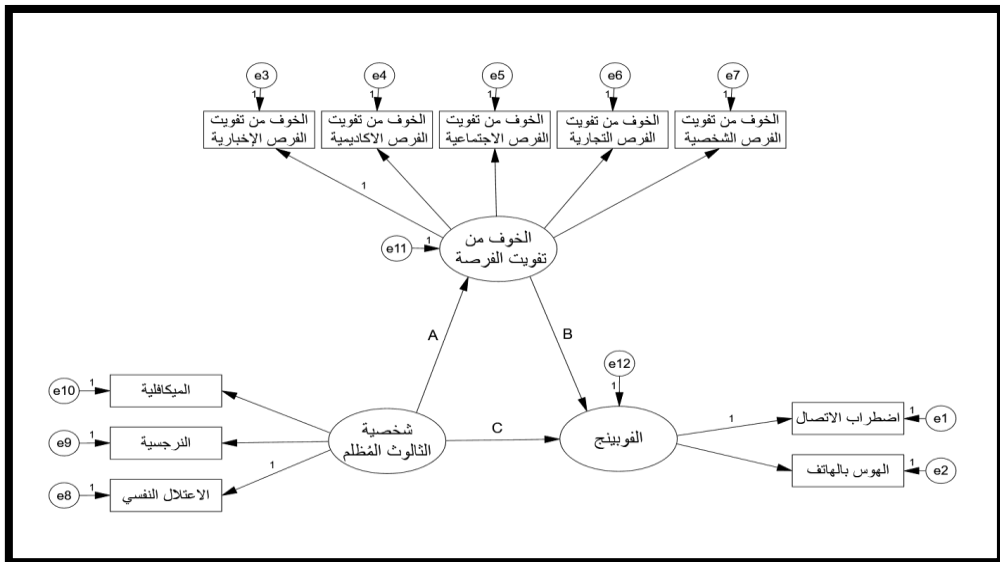
بعد مراجعة الأطر النظرية للبحث، تم اتباع المراحل التالية في بناء النموذج البنائي للعلاقات بين الثالث المظلم للشخصية (كمتغير مستقل) والخوف من تفويت الفرص (كمتغير وسيط) والفوبينج (كمتغير تابع)، وتتمثل تلك المراحل كما يلي:

١- توصيف النموذج:

من خلال تحليل الإطار النظري والبحوث السابقة التي تناولت العلاقة بين المتغيرات المكونة للنموذج مثل بحث كل من (Younas, et al., 2022, Akat, et al., 2023, Anjum, et al., 2024) حيث توصلت تلك البحوث إلى وجود تأثيرات مباشرة وغير مباشرة بين الثالث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص والفوبينج.

٢- تحديد النموذج:

حيث يتم تحديد بارامترات النموذج، وطبيعة كل متغير بداخله، وتحديد المتغيرات الكامنة والمتغيرات المشاهدة للنموذج، وكذلك تم وضع أخطاء القياس وتسميتها ووصف اتجاهات التأثير ومعرفة درجات الحرية للنموذج، وفي النهاية تم اقتراح النموذج البنائي التالي:



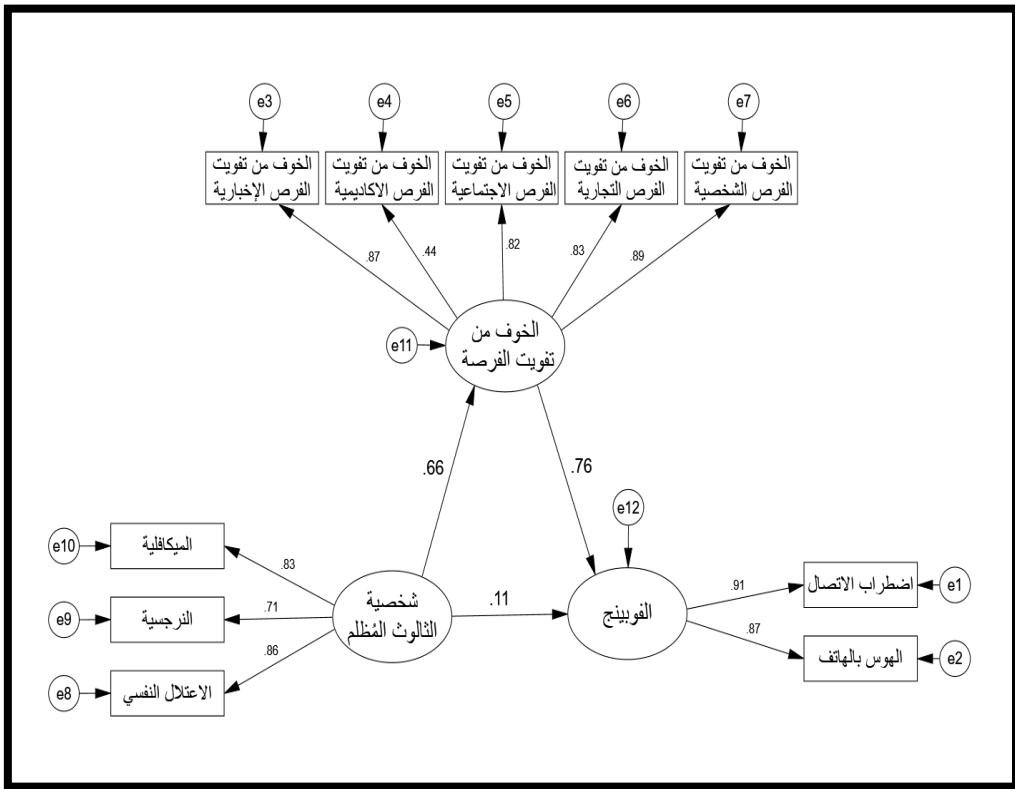
شكل (٦) النموذج البنائي المقترح لمتغيرات البحث

٣- اختبار حُسن مطابقة النموذج Goodness of Fit:

بعد تقدير النموذج وتحديد طريقة الأرجحية العظمى في تحليل النموذج، واختبار الاعتدالية، وتحديد التأثيرات المباشرة وغير المباشرة، تأتي مرحلة اختبار النموذج؛ وفي تلك المرحلة تُحدد مؤشرات حُسن المطابقة التي سوف يعتمد عليها للحكم على النموذج البنائي،

بالإضافة إلى اختبار وتحديد معاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية والقيمة الحرجة ومستوى الدلالة الإحصائية لهم، ويعتمد البحث الحالي على حدود القطع التي أشار إليها بحث كل من (Zainudin, 2012,p.64; Misba & Jailani,2019,p.134).

وبناءً على ما سبق وللحصول على نتائج الفرض الأول؛ تم اختبار النموذج البنائي لعينة البحث الأساسية (ن=٨٨١) طالباً وطالبة، وتم حساب معاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية والخطأ المعياري والقيمة الحرجة التي تعادل قيمة "ت" ودالاتها، والشكل (٧) يوضح النموذج البنائي المستخرج لمتغيرات البحث.



شكل (٧) النموذج البنائي المُستخرج لمتغيرات البحث

جدول (٢٠)
مؤشرات حسن المطابقة النهائية للنموذج البنائي الأول

م	المؤشر	قيمة المؤشر	المطابقة المقبولة	القرار
١	كاي المعياري (CMIN/DF)	٤,٩١٢	CMIN/DF < 5	مقبول
٢	حسن المطابقة (GFI)	٠,٩٥٦	(GFI) > 0.90	مقبول
٣	المطابقة المعدل (AGFI)	٠,٩٢٤	(AGFI) > 0.90	مقبول
٤	المطابقة المعياري (NFI)	٠,٩٦٧	(NFI) > 0.90	مقبول
٥	مؤشر المطابقة النسبي (RFI)	٠,٩٥٤	(RFI) > 0.90	مقبول
٦	المطابقة المتزايد (IFI)	٠,٩٧٢	(IFI) > 0.90	مقبول
٧	المطابقة غير المعياري (TLI)	٠,٩٦١	(TLI) > 0.90	مقبول
٨	المطابقة المقارن (CFI)	٠,٩٧٢	(CFI) > 0.90	مقبول
٩	جذر متوسط مربع الخطأ التقريبي (RMSEA)	٠,٠٧٦	(RMSEA) < 0.08	مقبول

يتضح من الجدول (٢٠) أن النموذج البنائي يتمتع بمستوى جيد من جودة المطابقة، حيث بلغ كاي المعياري (CMIN/DF) قيمة (٤,٩١٢)، وهي ضمن المدى المقبول الذي يقل عن (٥)، كما سجلت مؤشرات المطابقة الأخرى قيماً مرتفعة تدل على ملاءمة النموذج للبيانات؛ فقد بلغ مؤشر (GFI) (٠,٩٥٦)، و (AGFI) (٠,٩٢٤)، و (NFI) (٠,٩٦٧)، و (RFI) (٠,٩٥٤)، و (IFI) (٠,٩٧٢)، و (TLI) (٠,٩٦١)، و (CFI) (٠,٩٧٢)، وجميعها تجاوزت الحد الأدنى المقبول (٠,٩٠)، ما يعكس قوة المطابقة بين النموذج والبيانات. كذلك سجل مؤشر RMSEA قيمة (٠,٠٧٦) وهي تقل عن الحد الأعلى المقبول (٠,٠٨)، مما يشير إلى تقدير مناسب للخطأ في النموذج، وبناءً على هذه النتائج، يمكن الحكم بأن النموذج البنائي مقبول، وعلى ما سبق فإنه يتم رفض الفرض الصفري وقبول الفرض البديل الذي ينص على "توجد مطابقة مقبولة بين النموذج البنائي المقترح وبيانات عينة البحث للتأثيرات المختلفة بين الثالث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص والفوبينج لدى طلبة الجامعة".

مناقشة نتائج الفرض الأول

أشارت نتائج الفرض الأول إلى "وجود مطابقة مقبولة بين النموذج البنائي المقترح وبيانات عينة البحث للتأثيرات المختلفة بين الثالث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص والفوبينج لدى طلبة الجامعة"، وتُفسر الباحثة جودة مؤشرات المطابقة للنموذج البنائي المقترح للعلاقات بين الثالث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص والفوبينج لدى طلبة الجامعة في أنها ترجع إلى بناء النموذج وفقاً لما توصل له الإطار النظري للدراسة، وما انتهت إليه البحوث السابقة التي تناولت المتغيرات معاً بصورة ثنائية، والتي توصلت إلى أن للثالث المظلم للشخصية كمتغير مستقل القدرة على التأثير في الخوف من تفويت الفرص والفوبينج كمتغير تابع، بالإضافة إلى قدرة الخوف من تفويت الفرص على التأثير في الفوبينج ونقل تأثير الثالث المظلم للشخصية على الفوبينج من خلاله كمتغير وسيط، ولعل هذا ما أثبت قوة العلاقة بين متغيرات الدراسة كمنطلق أساسي لابد من توافره عند بناء نموذج بنائي للعلاقات، ولم تكتفي الباحثة بدور البحوث السابقة في إثبات تلك العلاقات الثنائية بين المتغيرات، بل أنها قامت بالتأكد من الافتراضات المسبقة لبناء النموذج من خلال حساب مصفوفة الارتباط بين المتغيرات الثلاثة من خلال البيانات الفعلية للعينة الحالية للدراسة.

كما تُشير جودة المؤشرات إلى صحة النظرية أو النموذج البنائي القائم عليه النموذج البنائي، وهو ما يدل على أن افتراضات النموذج وطبيعة العلاقات بين المفاهيم النفسية الثلاثة مدعومة بالأدلة النظرية، وهذا يُعزز الأسس النظرية للنموذج، فقد اعتمدت الباحثة على نموذج (Rogoza, & Ciecuch 2018) والذي حدد اثني عشر جانباً للثالث المظلم، حيث شملت النرجسية خمسة جوانب، وتم تمييز خمسة جوانب من ثنائي الظلم، كما تم التعبير عن الجوانب التي تشمل الميكافيلية والاعتلال النفسي، وتم تبني نظرية الاختيار العقلاني لسكوت (Scott 2000) في التأصيل النظري للخوف من تفويت الفرص، وبالرجوع إلى نموذج الحاجة والتهديد ليميز ويليامز (٢٠٠٩) تم تحديد أبعاد الفوبينج وهما: اضطراب الاتصال، والهوس بالهاتف، وفي ضوء تلك النظريات قامت الباحثة ببناء النموذج البنائي بجانب مؤشرات مطابقته.

ويمكن ربط جودة المؤشرات بالطريقة التي تم من خلالها بناء المقاييس المرتبطة بمتغيرات الدراسة، فمن المعروف أن طرق إعداد المقاييس لجمع البيانات قد تؤثر على جودة النتائج، لذا تم بناء مقاييس أكثر موضوعية تقيس جانب انفعالي في الشخصية قد يشوبه

المرغوبة الاجتماعية عند الاستجابة على العبارات بطريقة التقرير الذاتي، وهو ما ساعد في الحصول على بيانات أكثر دقة، وساهم في وجود بيانات جيدة، وخالية من القيم المفقودة والمتطرفة، وتم معالجتها وتحليلها بشكل صحيح، وتم التأكد من جودتها، لذا تُشير المؤشرات الجيدة إلى أن النموذج المقترح يتوافق بشكل جيد مع البيانات المتاحة.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة Barberis, et al. (2021) والتي أكدت على ارتباط الثالث المظلم للشخصية ارتباطاً إيجابياً باستخدام الإشكالي لوسائل التواصل الاجتماعي والسلوكيات غير المرغوبة، سواءً بشكل مباشر أو غير مباشر، من خلال الخوف من تفويت الفرص (FOMO).

كما تتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة Servidio, et al. (2021)، والتي بحثت العلاقة بين الثالث المظلم للشخصية (النرجسية، والميكافيلية، والاعتلال النفسي)، والخوف من تفويت الفرص (الفومو)، وتوصلت إلى وجود ارتباط مباشر وهام بين النرجسية والخوف من تفويت الفرص، مما يدل على أن الأفراد ذوو السمات النرجسية يستخدمون الهواتف الذكية للترويج لأنفسهم، وتقديم أنفسهم على مواقع التواصل الاجتماعي (مثل Facebook و Instagram)، نظرًا لميلهم إلى هذه السلوكيات، وقد يتطور تعديل المزاج الإيجابي من خلال تلبية الإشباع المطلوب إلى إدمان استخدام الهاتف المحمول، كما أشارت النتائج إلى أن النرجسية العالية، التي تتميز برؤية ذاتية إيجابية غير واقعية، ومشاعر الامتياز، وعدم احترام الآخرين، ترتبط بارتفاع الخوف من تفويت الفرص، كما يستخدم النرجسيون تطبيقات وسائل التواصل الاجتماعي لتلبية احتياجاتهم النفسية الناشئة عن شخصيتهم مثل الرغبة في الإعجاب، وهوما يُشير إلى أن النرجسية تبدو سمة مهمة يُمكن أن تؤدي إلى ارتفاع حالة الخوف من تفويت الفرص، والتي قد تتحول إلى انشغال بملفاتهم الشخصية على وسائل التواصل الاجتماعي وتعليقات الآخرين على منشوراتهم بين المجموعات الاجتماعية التي يتم استكشافها باستخدام تطبيقات الهواتف الذكية. علاوة على ذلك، أظهرت نتائج الدراسة ارتباطاً ضعيفاً للميكافيلية بالخوف من تفويت الفرص، حيث تنطوي الميكافيلية على التلاعب بالآخرين واستغلالهم، لذا يعزز الخوف من تفويت الفرص مثل هذه الميول السلوكية، حيث تُعوض الفوائد المحتملة للفرد عن الضرر المحتمل من التعرض للإحباط من الآخرين. كما ارتبط الاعتلال النفسي بالخوف من تفويت الفرص، حيث تُوفر البيئات الإلكترونية وسيلة للسلوك العدواني، ويميل الأفراد الذين يحصلون على درجات أعلى في مقياس الاعتلال النفسي إلى

الانخراط في السلوكيات العدوانية تجاه الآخرين، لذلك، قد تُسهّل تطبيقات وسائل التواصل الاجتماعي على الأفراد المصابين باضطراب نفسي التعبير عن سماتهم المظلمة. وبالنظر أيضًا إلى نتائج الفرض الأول فيما يخص الثالث المظلم للشخصية والفوبينج نجد أن نتيجته تتفق مع دراسة (Grieve, & March (2021)، والتي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية بين الثالث المظلم للشخصية (الرجسية والميكافيلية والاعتلال النفسي) والفوبينج (التجاهل بالانشغال بالهاتف المحمول)، وأكدت على أن الأفراد الذين يعانون من مستوى مرتفع من الرجسية الهشة لديهم حساسية أكبر تجاه المعلومات الجديدة عن أنفسهم، والتي تكون موجودة على هواتفهم الذكية، ويشعرون بالراحة فيها بشكل أكبر، نظرًا لانتشار وسائل التواصل الاجتماعي. وتتوافق النتائج المعروضة هنا مع نموذج (Billieux (2012 للاستخدام الإشكالي للهاتف، لاسيما فيما يتعلق بالمسارات المقترحة بين الاستخدام الإشكالي للهاتف، وأنماط الحفاظ على العلاقات غير السليمة، ومشاعر الاعتماد على الجهاز، والتي تنشأ مجتمعةً من تفاقم الانفعالات غير التكيفية وتقدير الذات المشروط، وهو ما يؤكد أن السمات الأساسية للضعف الرجسي (مثل البحث عن الموافقة، والسعي إلى التصديق، والحساسية للرفض بين الأشخاص، تعمل كمحرك للاستخدام الإشكالي للهاتف في شكل سلوكيات التجاهل (المعادية للمجتمع).

كما تتفق نتائج الفرض مع نتائج دراسة (Garcia, et al. (2024، والتي توصلت إلى أن طلبة الجامعات من أصل إسباني قد يستخدمون هواتفهم الذكية في المواقف الاجتماعية لتخفيف التأثير السلبي، حيث يكون من الأسهل التلاعب بالبيئة الافتراضية على الهاتف الذكي، ويمكن استخدامها لمواصلة جذب الانتباه وتصوير الذات على أنها الضحية، مما يلبي حاجة المرء إلى الدراما، كما وجدت علاقة ارتباطية بين سمات الشخصية المظلمة (الرجسية، والميكافيلية، والاعتلال النفسي) وسلوك الفوبينج لدى طلبة الجامعة.

وبالنظر لنتائج الفرض الأول فيما يخص الخوف من تفويت الفرص والفوبينج نجد أنها وتتفق مع نتائج دراسة (Peleg, & Boniel-Nissim, (2024، والتي توصلت إلى أن الخوف من تفويت الفرص قد يكون بمثابة عامل مُحفز، يؤثر القلق لدى الأفراد، مما يدفعهم بدوره إلى اعتماد الفوبينج (التجاهل بالانشغال بالهاتف) كآلية للتكيف، كما أن الأفراد الذين لديهم مستويات أقل من تمايز الذات معرضون لخطر متزايد للانخراط في سلوكيات الفوبينج من خلال الخوف من تفويت الفرص. أيضًا توصلت دراسة (Gupta, & Sekhar (2024 إلى

وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الخوف من تفويت الفرص (FoMO) وسلوك الفوبينج (Phubbing) لدى الشباب، كما أكدت دراسة Tandon, Dhir, Talwar, Kaur, & Mäntymäki (2022) أن ظاهرة الخوف من تفويت الفرص (الفومو) ترتبط ارتباطاً إيجابياً بسلوك الفوبينج (phubbing)، والذي بدوره يرتبط ارتباطاً إيجابياً بالاستجابات النفسية والعلائقية.

وتُفسر الباحثة هذه النتيجة من منظور أن الأفراد الذين لديهم سمات شخصية الثالث المظلم مثل: استغلال الآخرين، والبحث عن الإعجاب (النرجسيون)، يميلون إلى الإفراط في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي؛ بسبب مخاوفهم الشديدة من تفويت تجارب اجتماعية مجزية محتملة من شأنها أن تعزز شخصياتهم غير التكيفية، وعلى النقيض من ذلك يكون الأفراد المتمكنين من فهم مشاعرهم وتنظيمها أكثر قدرة على التكيف بنجاح مع العالم الاجتماعي؛ ويعتمدون على التفاعلات المباشرة؛ ويتصرفون بطرق اجتماعية مناسبة، متجنبين بذلك الحاجة إلى الوصول إلى المجتمعات الافتراضية للبقاء على اتصال مع الآخرين أو مشاركة الأنشطة الاجتماعية، وعلى المدى الطويل، قد يمنع هذا تطور رغبة ملحة في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي، ويقلل من خطر الإفراط في استخدامها، وتؤكد نتائج دراسة Ryan, Chester, Reece, & Xenos (2014) هذا الرأي حيث توصلت إلى أن الأفراد الذين يعانون من ضعف في الصحة النفسية والاجتماعية، مثل: الشعور بالوحدة أو القلق أو الاكتئاب، لديهم دافع لاستخدام فيسبوك للحصول على الدعم الاجتماعي أو لتمضية الوقت، حيث يؤدي تحسن المزاج الناتج عن هذا إلى ضعف في ضبط النفس، بسبب التعزيز السلبي، وفي الحالات الشديدة، قد يؤدي هذا في النهاية إلى عواقب سلبية على الحياة، ومن الممكن أيضاً وجود مسارات متعددة لإدمان فيسبوك؛ على سبيل المثال، تلك التي يحفزها الاستخدام غير الاجتماعي أو الخوف من تفويت فرصة ما.

كما تؤكد الباحثة أن الثالث المظلم للشخصية هو أحد الأطر النفسية المؤثرة التي تجذب الانتباه في سياق استخدام وسائل التواصل الاجتماعي، والذي يُعبر عن ثلاث سمات شخصية منفردة اجتماعياً تشمل: النرجسية، والميكافيلية، والاعتلال النفسي، فترى أن النرجسيين يتميزون برغبة مرضية في تعزيز صورتهم الذاتية من خلال سلوكيات التلاعب، التي تنبع من الصراع بين هوية عظيمة وانعدام الأمن الكامن، بينما يتميز الميكافيليون بالسلوك التلاعبى والتركيز على المكاسب الشخصية، مع تجاهل ساخر للأخلاق، أما الاعتلال

النفسي الذي يُعتبر أكثر السمات الثلاث شراً، فيتميز بمستويات عالية من الاندفاعية، وانخفاض مستويات التعاطف، والميل إلى السلوك المعادي للمجتمع، وبالتالي تُهيئ هذه السمات الأفراد لاستغلال منصات التواصل الاجتماعي عبر الإنترنت لتحقيق المصادقة والتحكم والهيمنة الشخصية، وأن العلاقة بين الثالث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص والفوبنج يمثل مجالاً بحثياً هاماً، وذلك لفهم السلوكيات غير التكيفية عبر الإنترنت.

٢. التحقق من الفرض الثاني ومناقشة نتائجه

نص الفرض الثاني على أنه "لا يوجد تأثير مباشر دال إحصائياً بين الثالث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص لدى طلبة الجامعة".

ولاختبار الفرض تم بناء واختبار النموذج البنائي على عينة البحث الأساسية (ن= ٨٨١)، وتم حساب كل من التأثير المباشر من خلال معاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية، والخطأ المعياري، والقيمة الحرجة التي تعادل قيمة "ت" ودلالاتها، والجدول (٢١) يوضح ذلك.

جدول (٢١)

التأثير المباشر بين الثالث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص

المتغير واتجاه التأثير	معامل الانحدار اللامعاري	الخطأ المعياري	القيمة الحرجة	معامل الانحدار المعياري	مستوى الدلالة
الثالث المظلم للشخصية <--> الخوف من تفويت الفرص	٠,٨٧٤	٠,٠٤٧	١٨,٤٤٨	٠,٦٦٢	٠,٠٠

يتضح من الجدول (٢١) أنه تم حساب اتجاه التأثير المباشر بين الثالث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص (A)، وبلغ قيمته معامل الانحدار اللامعاري (٠,٨٧٤)، وبلغت قيمة معامل الانحدار المعياري (٠,٦٦٢)، وقيمتها الحرجة بلغت (١٨,٤٤٨)، وهي دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٠١). مما يشر لوجود تأثير مباشر موجب دال إحصائياً من الثالث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص، وعلى ما سبق يتم رفض الفرض الصفري وقبول الفرض البديل الذي ينص على "يوجد تأثير مباشر موجب دال إحصائياً بين الثالث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص لدى طلبة الجامعة".

مناقشة نتائج الفرض الثاني:

أشارت نتائج الفرض الثاني إلى وجود تأثير مباشر موجب دال إحصائياً بين الثالث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص لدى طلبة الجامعة، وتتفق نتائج هذا الفرض مع نتائج دراسة (Liao, Wu, & Chiu (2025)، والتي كشفت من خلال نمذجة المعادلات

الهيكليّة عن وجود تأثيرات متنوعة لسمات الشخصية المظلّمة على الخوف من تفويت الفرص، وعلى وجه التحديد، كان للميكافيلية تأثيراً مباشراً على الخوف من تفويت الفرص، بالإضافة إلى ذلك، أثرت النرجسية على الخوف من تفويت الفرص بشكل مباشر، بينما كان للاعتلال النفسي تأثير غير مباشر على الخوف من تفويت الفرص. كما توصلت دراسة Jiang, et al.(2023) إلى وجود تأثير مباشر بين النرجسية (وهي أحد أبعاد الثالوث المظلم للشخصية) والخوف من تفويت الفرص، كما أظهرت نتائج الدراسة التي أجراها Ayub, et al. (2024) ارتباطات مهمة بين الخوف من تفويت الفرص (FOMO) وسمات الثالوث المظلم (Dark Triad) والسلوكيات الرقمية الإشكالية، بما في ذلك الإفراط في استخدام الهواتف الذكية ووسائل التواصل الاجتماعي. حيث أن الخوف من تفويت الفرص (FOMO) يعمل كوسيط بين المشكلات النفسية والاستخدام المتكرر لتكنولوجيا الهاتف المحمول، وارتبطت النرجسية ارتباطاً مباشراً بالخوف من تفويت الفرص (FOMO)، مما يشير إلى أن الأفراد ذوي الميول النرجسية العالية يسعون إلى الحصول على القبول من خلال التفاعل الاجتماعي المستمر، كما وُجد أن الخوف من تفويت الفرص يُسهم في الرابط الإيجابي بين النرجسية والإفراط في استخدام الهواتف الذكية، وخاصةً مع السلوكيات الإدمانية، مع وجود أدلة تشير إلى أن النرجسية الهشة قد تكون مرتبطة ارتباطاً وثيقاً بالخوف من تفويت الفرص. بالإضافة إلى أن الميكافيلية والاعتلال النفسي، اللذان يتميزان بسلوكيات تلاعبية واندفاعية يعملان على تفاقم الخوف من تفويت الفرص ويساهمان في الاستخدام الإشكالي لوسائل التواصل الاجتماعي، وقد عزز الاعتلال النفسي الصلة بين الخوف من تفويت الفرص والسلوكيات المعادية للمجتمع على الإنترنت لدى الطلبة الجامعيين.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء التوجهات النظرية فقد أشارت نظرية الاستخدامات والإشباع إلى أن وسائل التواصل الاجتماعي قد تُلبّي احتياجات الفرد للإنتاج (للتعبير عن الذات وتحقيق الذات)، والمشاركة (للتواصل الاجتماعي)، والاستهلاك (للحصول على المعلومات والترفيه وإدارة المزاج؛ حيث تفترض هذه النظرية أن المستخدم نشط ويستخدم أدوات التواصل الاجتماعي لتلبية احتياجاته وإشباع رغباته الخاصة. واليوم، تُظهر هذه النظرية زيادة في الأبحاث المهمة حول أدوات التواصل الاجتماعي (تويتر، فيسبوك، يوتيوب، إلخ) من حيث الاستخدامات والإشباع. كما تؤكد هذه النظرية أن الناس مُدركون لذاتهم ويمكنهم تفسير سبب استخدامهم لوسائل التواصل الاجتماعي، حيث يختار الفرد وسائل التواصل

الاجتماعي بناءً على احتياجاته، ويمكن تصنيف هذه الاحتياجات إلى أربع فئات: التسلية (الهروب من المشاكل اليومية)، والعلاقات الشخصية (استخدام وسائل التواصل الاجتماعي للرفقة)، والهوية الشخصية (تعزيز القيم)، والمراقبة (المعلومات التي تساعد الفرد على إنجاز شيء ما)، كما يمكن للمستخدمين الحصول على الإشباع الستة عشر التالية من وسائل التواصل الاجتماعي: المعلومات، والتعليم، والتوجيه، والمشورة، والتسلية، والاسترخاء، والتواصل الاجتماعي، وتعزيز القيم، والرضا الثقافي، والتحرر العاطفي، وتكوين الهوية، وتأكيد الهوية، والتعبير عن نمط الحياة، والأمان، والإثارة الجنسية، وقضاء وقت ممتع، وتُمثل الاستخدامات والإشباعات مجموعة معقدة من الاحتياجات التي يسعى الأفراد إلى إشباعها من خلال وسائل التواصل الاجتماعي، وغالبًا ما ترتبط سمات وسائل التواصل الاجتماعي هذه بسمات الثلاث المظلم للشخصية، فعلى سبيل المثال تشمل النرجسية المتعالية بعض السمات مثل: الغطرسة، والميل إلى التلاعب بالآخرين وإخضاعهم، وهو ما يُمكن أن يشبعه الفرد من خلال وسائل التواصل الاجتماعي (Hajadarmataj, Paksoy, 2023, 25).

ووفقًا لنظرية تقرير المصير فإن العالم شهد تحولًا كبيرًا نحو استخدام التقنيات المتقدمة في أداء العديد من الأنشطة البشرية، وقد أثرت التكنولوجيا أيضًا على هذا التحول السريع، حيث مكنت الأفراد من استخدام وسائل التواصل المختلفة في العديد من المجالات، وأدى ذلك إلى ظهور الحتمية التكنولوجية، التي تُكمل الحتمية الاجتماعية، فالحتمية التكنولوجية هي فكرة أن التغيير قد تم تحقيقه من خلال التطور في استخدام التكنولوجيا، ولا يمكن تجنب هذه التطورات، حيث يستخدم المجتمع هذه الميزات التكنولوجية، وهناك فرق بين الحتمية التكنولوجية والحتمية الاجتماعية، وذلك لأن الحتمية التكنولوجية تعتمد على فكرة أننا لا نستطيع أن نشهد التغيير الاجتماعي إلا من خلال القدرات الجديدة التي أتاحتها التقنيات الجديدة. من ناحية أخرى، تعني الحتمية الاجتماعية أن استخدام التكنولوجيا يتأثر بالمجتمع الذي يستخدمها. وبالتالي يشير تقرير المصير إلى إرادة الفرد في قبول الذات والانخراط فيها (Marrie (2023, 37)، ووفقًا لـ Jiang, et al.(2023) فإن حالات التحفيز تُحركها الاحتياجات النفسية، فالأفراد الذين يسعون وراء الشعور المتضخم بأهمية الذات والحاجة إلى الإعجاب المفرط كأولويات لديهم مطالب أقوى بالاستقلالية والقدرة والألفة، ويميلون إلى تقييم أنفسهم بناءً على آراء الآخرين، وما يعتقدون أن الآخرين يفكرون فيه، لكنهم يتجاهلون

الحاجة إلى السعي وراء ما قد يؤدي إلى تقدير الذات بشكل أكبر، وعلى سبيل المثال فإن الأفراد ذوي النرجسية العالية يكون لديهم مستويات عالية من الخوف من تفويت الفرص. وتستنتج الباحثة أن الأفراد الذين يُظهرون سمات شخصية الثالث المظلم يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي بشكل أكثر تكرارًا؛ لأنها تتيح لهم فرصة مشاركة صور ومقاطع فيديو وكلمات مثالية عن أنفسهم بطريقة مُتحكم بها للغاية، مما يُساعد على بناء هوية خيالية، خاصة وأن ثالث الشخصيّة المظلمة يرتبط بالسعي وراء المكافأة بمعنى أن وسائل التواصل الاجتماعي توفر لهؤلاء الأفراد القدرة على الكشف عن رغباتهم وإنجازاتهم لعدد كبير من الأفراد، ومن المحتمل أن يستخدم الأفراد النرجسيون وسائل التواصل الاجتماعي لتحسين ترويجهم لأنفسهم، كما يُرضي الفرد النرجسي دوافعه ويُظهر إنجازاته وتميزه وتطلعاته من خلال بيئة افتراضية، بينما يجد الفرد المصاب بالاعتلال النفسي مكانًا مناسبًا على وسائل التواصل الاجتماعي لإظهار مواقفه السلبية دون قلق من العقوبة. بالإضافة إلى ذلك، يوفر استخدام وسائل التواصل الاجتماعي بين الميكافيليين ترويجًا ذاتيًا ومراقبة ذاتية، لذا يُزيد استخدام وسائل التواصل الاجتماعي بشكل إيجابي من سمات الشخصية المظلمة من خلال توفير علاقات عبر الإنترنت تُعوض عن نقص العلاقات الاجتماعية في الحياة الواقعية. وهو ما أكدته الدراسات السابقة، فقد كشفت دراسة (Malik, & Khan (2015 عن تأثير قوي للنرجسية على استخدام وسائل التواصل الاجتماعي، وبالمثل أكد (Garcia, & Sikstrom (2014 أن مشاركة منشورات المحتوى الدلالي عبر وسائل التواصل الاجتماعي كانت مرتبطة بالاعتلال النفسي. بالإضافة إلى ذلك، يمكن استخدام النرجسية كمؤشر للوقت الذي يُقضى على وسائل التواصل الاجتماعي، كما يمكن استخدام النرجسية أو الاعتلال النفسي كمؤشرات لعدد المنشورات على وسائل التواصل الاجتماعي.

٣. التحقق من الفرض الثالث ومناقشة نتائجه

نص الفرض الثالث على أنه "لا يوجد تأثير مباشر دال إحصائيًا بين الثالث المظلم للشخصية والفوبينج لدى طلبة الجامعة".

ولاختبار الفرض تم بناء واختبار النموذج السببي على عينة البحث الأساسية (ن=٨٨١)، وتم حساب كل من التأثير المباشر من خلال معاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية، والخطأ المعياري، والقيمة الحرجة التي تعادل قيمة "ت" ودلالاتها، والجدول (٢٢) يوضح ذلك.

جدول (٢٢)

التأثير المباشر بين الثالث المظلم للشخصية والفوبينج لدى طلبة الجامعة

المتغير واتجاه التأثير	معامل الانحدار اللامعاري	الخطأ المعياري	القيمة الحرجة	معامل الانحدار المعياري	مستوى الدلالة
الثالث المظلم للشخصية < الفوبينج	٠,١٩٠	٠,٠٦٣	٣,٠٢٩	٠,١١١	٠,٠٠٢

يتضح من الجدول (٢٢) أنه تم حساب اتجاه التأثير المباشر بين الثالث المظلم للشخصية والفوبينج (C)، وبلغت قيمة معامل الانحدار اللامعاري (٠,١٩٠)، وبلغت قيمة معامل الانحدار المعياري (٠,١١١)، وقيمتها الحرجة بلغت (٣,٠٢٩)، وهي دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠٠١)، مما يشير لوجود تأثير مباشر موجب دال إحصائيًا للثالث المظلم للشخصية على الفوبينج لدى طلبة الجامعة، وعلى ما سبق يتم رفض الفرض الصفري وقبول الفرض البديل الذي ينص على "يوجد تأثير مباشر موجب دال إحصائيًا بين الثالث المظلم للشخصية والفوبينج لدى طلبة الجامعة".

مناقشة نتائج الفرض الثالث

أشارت نتائج الفرض الثالث إلى وجود تأثير مباشر موجب دال إحصائيًا بين الثالث المظلم للشخصية والفوبينج لدى طلبة الجامعة، وتتفق نتيجة هذا الفرض مع نتائج الدراسة التي أجراها (Grieve, et al. (2021، والتي توصلت إلى وجود تأثير مباشر وهام بين النرجسية الهشة (باعتبارها أحد أبعاد الثالث المظلم للشخصية) وسلوك الفوبينج، وهو ما يُشير إلى أن تفضيل التفاعل عبر الإنترنت يُعبر عن انخفاض الكفاءة الذاتية الاجتماعية وارتفاع القلق الاجتماعي لدى الأشخاص الذين يعانون من النرجسية الهشة، وبالتالي يؤدي إلى سلوك غير مُنظم وغير مناسب للتحقق من الهاتف كسلوك الفوبينج، كما توصلت النتائج إلى وجود تأثير مباشر بين الميكافيلية والاعتلال النفسي والفوبينج، وتتفق النتائج أيضًا مع نتائج الدراسة التي أجراها (Sakker Sudha, et al. (2024، والتي توصلت إلى وجود تأثير مباشر بين النرجسية الهشة وسلوك الفوبينج لدى أفراد عينة البحث، حيث تُعدّ التفاعلات عبر الإنترنت بمثابة مُعزّيات لتحقيق إشباع فوري لهؤلاء الأفراد، وهو ما قد يكون سببًا لارتباط القوي بين النرجسية الهشة والفوبينج.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء النموذج الذي قدمه (Billieux (2012, 305 حيث يصف هذا النموذج المسارات المختلفة المؤدية إلى الاستخدام غير الوظيفي للهاتف المحمول، ويسمح النموذج بدراسة كل من تباين الاستخدام غير الوظيفي للهاتف المحمول

وخصوصية العوامل المعنية، كما يقترح أن العواقب السلبية الناجمة عن الاستخدام المفرط أو غير المنضبط للهاتف المحمول تُؤدّ حلقة مفرغة من خلال إدامة التأثير السلبي، ويقدم النموذج أربعة مسارات على الأقل تؤدي إلى الاستخدام غير الطبيعي للهاتف المحمول، حيث يصف المسار الأول، المسمى المسار الاندفاعي، الأفراد الذين يكون استخدامهم للهاتف المحمول مدفوعًا بشكل رئيسي بضعف ضبط النفس أو سوء التكيف في تنظيم الانفعال، ويجمع هذا المسار الأشخاص الذين يمكن وصفهم بأنماط اندفاعية متباينة، على سبيل المثال، لا يستطيع بعض هؤلاء الأشخاص تأجيل استخدام الهاتف عند الشعور بانفعالات حادة لافتقارهم إلى ضبط النفس في مثل هذه السياقات (الأشخاص ذوو الإثارة العالية)، بينما يُفرط آخرون في استخدام هواتفهم المحمولة لعدم مراعاة العواقب المستقبلية المحتملة (الأشخاص ذوو التخطيط المُسبق المُنخفض)، ويُؤكد هذا المسار أيضًا على كيفية توزيع استخدام مُختل وظيفيًا مُتشابه ظاهريًا على آليات غير متجانسة. لذا، يستخدم بعض الأفراد بالهاتف أثناء القيادة لأنهم يُحبون المخاطرة أو البحث عن التحفيز (الأشخاص ذوو الإثارة العالية)، بينما يستخدم آخرون الهاتف أثناء القيادة لعدم قدرتهم على منع الاتصال لسبب آخر، أما المسار الثاني، ويُسمى مسار الحفاظ على العلاقة، فيصف الأفراد الذين يستخدمون الهاتف المحمول بإفراط للحصول على الطمأنينة في العلاقات العاطفية (الشريك، العائلة، الأصدقاء). يتميز هؤلاء الأفراد عمومًا بانخفاض مستوى تقدير الذات وارتفاع مستوى العصابية، ويُفترض أن الاستخدام غير السليم للهاتف المحمول لديهم ينشأ عن حاجة دائمة للطمأنينة، تُعززها إدراكات غير تكيفية أو تعلق غير آمن. أما المسار الثالث، المسمى مسار الانبساط، فيصف الأفراد المعرضين للإفراط في استخدام هواتفهم المحمولة نظرًا لكونهم اجتماعيين ومنفتحين ولديهم رغبة كبيرة في التواصل مع أقرانهم وإقامة علاقات جديدة محتملة. من المرجح أن يؤدي هذا المسار إلى نتائج أقل إشكالية، والتي غالبًا ما تتخذ شكل نفقات مرتفعة ناتجة عن الإفراط في الاستخدام. ويُطلق على المسار الرابع اسم مسار الإدمان الإلكتروني، حيث تكون السلوكيات المرتبطة بهذا المسار وراء بعض الآليات النفسية الكامنة وراء الاستخدام الإشكالي للهواتف المحمولة.

وتستنتج الباحثة أن الفوبينج يسمح لمن يعانون من ارتفاع في النرجسية، والميكافيلية، والاعتلال النفسي بتلبية احتياجات تقدير الذات المشروطة من خلال الوصول إلى جمهور واسع محتمل على الإنترنت، وأن هؤلاء الأفراد يفضلون التفاعل مع الآخرين في البيئة

الإلكترونية لأنه يسمح لهم بتقييم أنفسهم بعناية أكبر، كما تشترك سمات شخصية الثالث المظلم في قسوة القلب ونقص التعاطف، وبالتالي يسعى الأفراد الذين لديهم مستويات عالية من هذه السمات إلى إقامة علاقات لأغراض أنانية، فيكون دافعهم للبحث عن روابط حقيقية مع الآخرين هو الرغبة في تجربة مشاعر الانتماء (أي تجربة الترابط الاجتماعي). ومن الجدير بالذكر أن هناك عنصرًا في الثالث المظلم يتميز بالحاجة إلى تصديق الآخرين (وموافقتهم) ألا وهو: النرجسية الهشة فعلى الرغم من أن النرجسية الهشة تشترك في بعض السمات مع النرجسية المتضخمة (مثل الشعور المتضخم بالتفوق)، إلا أنها تتميز بمفهوم ذاتي هش وتقدير ذاتي مشروط بموافقة الآخرين، بالإضافة إلى تفسير ذاتي مترابط، ويترتب على ذلك - على عكس العناصر الأخرى في الثالث المظلم - أن النرجسية الهشة العالية يجب أن ترتبط بدافع أقوى للتواصل اجتماعيًا والانتماء إلى الآخرين، وبالتالي ينبئ كل من الاعتلال النفسي والميكافيلية والنرجسية المتضخمة والهشة بأهمية الترابط الاجتماعي من خلال الانخراط في متابعة وسائل التواصل الاجتماعي حتى يشعرون بانتمائهم للآخرين بالإضافة إلى اشباع الاحتياجات النفسية المختلفة.

٤. التحقق من الفرض الرابع ومناقشة نتائجه

نص الفرض على أنه " لا يوجد تأثير مباشر دال إحصائيًا بين الخوف من تفويت الفرص والفوبينج لدى طلبة الجامعة".

ولاختبار الفرض تم بناء واختبار النموذج السببي على عينة البحث الأساسية (ن= 881)، وتم حساب كل من التأثير المباشر من خلال معاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية، والخطأ المعياري، والقيمة الحرجة التي تعادل قيمة "ت" ودالاتها، والجدول (٢٣) يوضح ذلك.

جدول (٢٣)

التأثير المباشر بين الخوف من تفويت الفرص والفوبينج لدى طلبة الجامعة

المتغير واتجاه التأثير	معامل الانحدار اللامعاري	الخطأ المعياري	القيمة الحرجة	معامل الانحدار المعياري	مستوى الدلالة
الخوف من تفويت الفرص ---< الفوبينج	٠,٩٨٦	٠,٠٥١	١٩,٤٦٩	٠,٧٦٠	٠,٠٠

يتضح من الجدول (٢٣) أنه تم حساب اتجاه التأثير المباشر بين الخوف من تفويت الفرص والفوبينج (B)، وبلغ قيمته معامل الانحدار اللامعاري (٠,٩٨٦)، وبلغت قيمة معامل الانحدار المعياري (٠,٧٦٠)، وقيمتها الحرجة بلغت (١٩,٤٦٩)، وهي دالة إحصائيًا عند

مستوى (٠,٠١)، مما يشر لوجود تأثير مباشر موجب دال إحصائياً من الخوف من تفويت الفرص على الفوبينج لدى طلبة الجامعة، وعلى ما سبق يتم رفض الفرض الصفري وقبول الفرض البديل الذي ينص على "يوجد تأثير مباشر موجب دال إحصائياً بين الخوف من تفويت الفرص والفوبينج لدى طلبة الجامعة".

مناقشة نتائج الفرض الرابع

أسفرت نتائج الفرض الرابع عن وجود تأثير مباشر موجب دال إحصائياً بين الخوف من تفويت الفرص والفوبينج لدى طلبة الجامعة، وتتفق نتيجة هذا الفرض مع نتائج الدراسة التي أجراها (Younas, et al. (2022)، والتي توصلت إلى وجود علاقة مباشرة بين متغيري الخوف من تفويت الفرص وسلوك الفوبينج (Phubbing)، ودراسة (Gao, et al. (2023)، والتي أكدت على أن الخوف من تفويت الفرص يمكن أن يستنزف موارد ضبط النفس المحدودة لدى الأشخاص ويضعف قدرتهم على تنظيم أنفسهم، مما يؤدي إلى سلوك الفوبينج، وهو ما يدل على وجود تأثير مباشر بين الخوف من تفويت الفرص والفوبينج، كما وجد أن الأشخاص الذين يعانون من خوف مرتفع من تفويت الفرص أكثر ميلاً من أقرانهم لاستخدام شبكات التواصل الاجتماعي، مما قد يؤدي إلى استنزافهم من قبل وسائل التواصل الاجتماعي > بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن يؤدي خوف تفويت الفرص إلى عجز في ضبط النفس لدى طلبة الجامعات، حيث أن ضبط النفس سمة نفسية إيجابية تمثل حمايةً من سلوكيات التجاهل المفرط (الفوبينج) لدى الأفراد.

كما اتفقت النتائج مع نتائج دراسة (Batmaz, et al (2024) والتي توصلت إلى أن الخوف من تفويت الفرص يُؤثر جزئياً على ارتباط قلق المظهر الاجتماعي بسلوك الفوبينج. ويشير هذا إلى أن البالغين الذين يعانون من قلق شديد تجاه المظهر الاجتماعي يعانون من خوف أكبر من تفويت فرصة ما، مما يؤدي بدوره إلى مستويات أعلى من سلوك الفوبينج، وقد يتجنب الأفراد الذين يعانون من قلق المظهر الاجتماعي التفاعل الجسدي مع الآخرين خوفاً من التقييم السلبي بناءً على مظهرهم الخارجي، لذلك، قد يعتمدون بشكل أكبر على وسائل التواصل الاجتماعي لطلب القبول والتحقق من الآخرين، حيث أن هذه المنصات لا يُقيم فيها مظهرهم بشكل مباشر. ومع ذلك، قد يؤدي هذا القلق إلى سلوك الفوبينج إذا لم يتمكنوا من مواكبة التحديثات والتفاعلات المستمرة على وسائل التواصل الاجتماعي. وهذا بدوره قد يزيد من ميلهم إلى الفوبينج (أي تجاهل الآخرين لصالح استخدام هواتفهم) كآلية للتكيف.

ومن النتائج المهمة لدراسة Fareed, & Zulfiqar (2025) تقديم دليل على استقرار واتجاهات المسارات بين الخوف من تفويت الفرص والفوبينج، مما يؤكد ارتباطهما التبادلي. وكشفت النتائج عن استقرار كلا البنيتين زمنياً، مع وجود معاملات مسار مهمة من T1 إلى T2 للفوبينج (phubbing) والخوف من تفويت الفرص (FoMO). فقد تنبأ الفوبينج في T1 بالخوف من تفويت الفرص (FoMO) في T2، وتنبأ الخوف من تفويت الفرص في T1 بالفوبينج في T2. والأهم من ذلك، أن هذا التفاعل التبادلي يكشف عن كيفية تأثير هاتين الظاهرتين على بعضهما البعض، ومساهمتها في الصحة النفسية للطلاب، كما أكدت الدراسة على انتشار سلوكيات الفوبينج بين طلبة الجامعات، فقد أظهرت النتائج ارتباطاً إيجابياً كبيراً بين الفوبينج والخوف من تفويت الفرص لدى طلبة الجامعة في المرحلتين الأولى والثانية، حيث استمر الطلاب الذين مارسوا الفوبينج (phubbing) خلال المرحلة الأولى في هذه السلوكيات مع مرور الوقت، ويشير هذا إلى أن الفوبينج ليس مجرد انقطاع مؤقت في الانتباه، بل هو سمة سلوكية دائمة ومستقرة.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء نظرية استخدام الإنترنت التعويضي (theory of compensatory internet use)، حيث يمكن لمواقف الحياة السلبية أن تولّد دافعاً لاستخدام الإنترنت لتخفيف المشاعر السلبية، ويتمثل المبدأ الأساسي لنظرية استخدام الإنترنت التعويضي في أن محور المشكلة هو رد فعل الفرد تجاه موقفه السلبي في الحياة، والذي يُسهّله تطبيق الإنترنت. على سبيل المثال، إذا اتسمت الحياة الواقعية بنقص في التحفيز الاجتماعي، فإن الفرد يتفاعل بدافع استخدام الإنترنت للتواصل الاجتماعي، والذي يُسهّله تطبيقٌ يتيح ذلك، مثل لعبة إلكترونية أو موقع تواصل اجتماعي، ويمكن أن يكون لهذا نتائج إيجابية وسلبية: إيجابية بمعنى أن الفرد يشعر بتحسّن لأنه يحصل على التحفيز الاجتماعي المطلوب، وسلبية لأنه لا يخرج، ولا يُكوّن صداقات جديدة خارج الإنترنت، مما يعني على المدى الطويل أنه قد يصبح معتمداً كلياً على الإنترنت للتحفيز الاجتماعي، لكن هذه العادة قد تؤدي أحياناً إلى عواقب سلبية وأعراض شبيهة بالإدمان؛ نظراً لكمية التعويض المطلوبة لتخفيف المشاعر السلبية. وبالنسبة للأفراد الذين يعانون من مشاكل حياتية حقيقية دائمة، مثل الإعاقات الجسدية، قد تكون الحاجة إلى التعويض مستمرة، أما في الحالات الأقل حدة، مثل الإجهاد المؤقت المرتبط بالمدرسة أو الجامعة، فقد تكون بضع ساعات من استخدام الإنترنت التعويضي مفيدة، وتؤدي إلى نتائج أقل إشكالية، ومع انتشار الإنترنت في المجتمع،

من الواضح أن بعض "أعراض" إدمان الإنترنت المزعومة يمكن تفسيرها على أنها تحول معياري في كيفية ترفيه الأجيال الشابة أو تواصلها، وكدليل على تجذر استخدام الإنترنت في الحياة اليومية بدلاً من كونه سلوكاً مرضياً. فما يعتبره الباحثون سلوكاً مرضياً قد يكون أسلوب حياة جديداً لا يملك الباحثون حالياً سوى تفسيرات مرضية له، وفي هذه النظرية، ترتكز دوافع الاستخدام على مشاكل نفسية اجتماعية أو احتياجات حياتية حقيقية لم تُلب، ويُستكشف ذلك من خلال آثار التفاعل بين المشكلات النفسية والاجتماعية والدوافع المُخففة المحتملة للاستخدام. على سبيل المثال، قد يُعوّض الأشخاص الذين يعانون من قلق اجتماعي كبير عن مشاعر الوحدة بالتواصل الاجتماعي في لعبة أو على موقع التواصل الاجتماعي، لأن البيئات الإلكترونية تبدو أكثر أماناً بفضل الشعور بإخفاء الهوية، وفي هذه الحالة، عندما يكون الدافع لاستخدام الإنترنت نابعاً من حاجة حقيقية غير مُلباة، وحيث يُخفف استخدام الإنترنت من مشكلة الحياة الواقعية، قد يشعر الفرد برغبة قوية في قضاء المزيد من الوقت على الإنترنت، مما قد يؤدي إلى نتائج إشكالية (Kardefelt-Winther, 2013, 352).

ووفقاً لنموذج الشخص - العاطفة - الإدراك - التنفيذ فإن الاستخدام المُسبب للمشاكل للهواتف المحمولة، مثل سلوك الفوبينج، يتأثر بعوامل الخطر والحماية. أولاً، يُمكن أن يُضعف الخوف من تفويت فرصة ما الأداء المعرفي لدى الأفراد، مما يؤدي إلى زيادة التشتت والتأثير السلبي، وقد يؤدي في النهاية إلى زيادة خطر استخدام الهاتف، ثانياً، يُمكن اعتبار الخوف من تفويت فرصة ما مظهرًا من مظاهر ضعف التنظيم الذاتي على مستوى الفرد، ويفترض النموذج أن نقص القدرة على التنظيم الذاتي قد يُسهم في صعوبة الحفاظ على عادات صحية فيما يتعلق باستخدام تكنولوجيا الإنترنت، مما يؤدي إلى استخدام غير مُتحكم فيه للهواتف المحمولة، ويكون لدى الأشخاص الذين يعانون من خوف شديد من تفويت الفرص رغبة فطرية في البقاء على اطلاع دائم بالتغيرات في العالم الخارجي، وتُعدّ الهواتف المحمولة وسيلةً أساسيةً لتلبية هذه الحاجة (Gao, et al., 2023, 7).

وتستنتج الباحثة أن الخوف من تفويت الفرص (FOMO) يعتبر أحد الأسباب النفسية التي تدفع الأفراد للإفراط في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي. حيث يتكون لديهم رغبةً قويةً في البقاء على اطلاع دائم بما يفعله الآخرون عبر وسائل التواصل الاجتماعي، حيث يتعرض الناس لكمٍ هائل من المعلومات حول ما يفعله الآخرون، ويتساءلون باستمرار عما إذا كانوا يُحرزون تقدماً كافياً في الحياة أو عما إذا كانوا في المكان الصحيح، فالخوف من تفويت

الفرص (FoMO) يتكون من عمليتين، هما: إدراك تفويت الفرص، واتباع سلوكٍ قهريٍّ للحفاظ على هذه الروابط الاجتماعية، وتشير السمة الاجتماعية لـ "فومو" إلى الارتباط، أي الحاجة إلى الانتماء، وتكوين علاقات شخصية قوية ومستقرة. ويُعتبر "الخوف من تفويت الفرص" شكلاً من أشكال التعلق الإشكالي بوسائل التواصل الاجتماعي، ويرتبط بمجموعة متنوعة من التجارب والمشاعر غير السارة، بما في ذلك القلق، وقلة النوم، وضعف الكفاءة الحياتية، والتوتر العاطفي، والآثار السلبية على الصحة البدنية، وانعدام السيطرة على المشاعر، وبالتالي تنبع الحاجة المستمرة للتحقق من الهاتف خوفاً من تفويت شيء ما على وسائل التواصل الاجتماعي. أما "الفوبينج" فيقوم الشخص بممارسة استخدام الهاتف باستمرار في الأماكن العامة، وتجاهل الآخرين، وإعطاء أهمية أكبر لوسائل التواصل الاجتماعي، حيث يدفعهم هذا الخوف من تفويت فرصة ما إلى التحقق من هواتفهم بشكل متكرر، مما يؤدي إلى تفاعل ضئيل مع عائلاتهم أو الأشخاص الموجودين في تلك اللحظة، وهذا السلوك لا يسمح لهم بالعيش في اللحظة الحالية، مما يؤدي بدوره إلى سلوك "الفوبينج"، فعندما يواجه الشباب خوفاً من تفويت فرصة ما، يدفعهم ذلك إلى استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لإشباع احتياجاتهم التي يفتقدونها، وهذا السلوك المتكرر يقودهم إلى التعلق المفرط بالهاتف، وقد يؤدي هذا السلوك المستمر المتمثل في إشباع احتياجاتهم بسبب الخوف من تفويت الفرص (FoMO) عبر وسائل التواصل الاجتماعي إلى إدمان الأفراد على وسائل التواصل الاجتماعي وسلوك الفوبينج.

٥. التحقق من الفرض الخامس ومناقشة نتائجه

نص الفرض على أنه " لا يوجد تأثير غير مباشر دال إحصائياً بين الثالث المظلم للشخصية كمتغير مستقل والفوبينج كمتغير تابع من خلال الخوف من تفويت الفرص كمتغير وسيط لدى طلبة الجامعة".

ولاختبار الفرض تم بناء واختبار النموذج السببي ذو السمات الكامنة على عينة البحث الأساسية (ن = ٨٨١)، وباستخدام طريقة التمهيد اللامعلمي (Bootstrap)، بحدود ثقة (٩٥٪)، وعينة التمهيد اللامعلمي (٢٠٠)، تم حساب الدلالة الإحصائية لمعاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية، وتم الاعتماد على الخطأ المعياري، وحدود الثقة الدنيا والعليا المعيارية (BC) Bounds، والجدول (٢٤) يوضح التأثير غير المباشر بين الثالث المظلم للشخصية والفوبينج من خلال الخوف من تفويت الفرص كمتغير وسيط.

جدول (٢٤)

التأثير غير المباشر ومعاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية باستخدام (Bootstrap)

المتغيرات واتجاه تأثيراتها	معامل الانحدار اللامعيارية	معاملات الانحدار المعيارية	الخطأ المعياري	الحد الأدنى %٩٥	الحد الأعلى %٩٥	مستوى الدلالة
الثالث المظلم للشخصية - الخوف من تفويت الفرص -الفوبينج	٠,٨٦٣	٠,٥٠٣	٠,٠٣٦	٠,٤٤٩	٠,٥٦٣	٠,٠٠٨

يتضح من الجدول (٢٤) أن هناك تأثيراً غير مباشر دال إحصائياً للثالث المظلم للشخصية على الفوبينج من خلال الخوف من تفويت الفرص كمتغير وسيط، حيث بلغ معامل الانحدار اللامعيارية (٠,٨٦٣)، ومعامل الانحدار المعيارية (٠,٥٠٣)، وبلغ الخطأ المعياري (٠,٠٣٦)، ووقعت حدود الثقة بنسبة (٩٥٪) بين (٠,٤٤٩) و (٠,٥٦٣)، مما يدل على دلالة إحصائية للتأثير عند مستوى (٠,٠٠١). وبناءً عليه، يمكن القول إن متغير الخوف من تفويت الفرص له دور وسيط في العلاقة بين الفوبينج والثالث المظلم للشخصية "وساطة جزئية"، وعليه يتم رفض الفرض الصفري وقبول الفرض البديل الذي ينص على "يوجد تأثير غير مباشر دال إحصائياً بين الثالث المظلم للشخصية كمتغير مستقل والفوبينج كمتغير تابع من خلال الخوف من تفويت الفرص كمتغير وسيط لدى طلبة الجامعة".

مناقشة نتائج الفرض الخامس

أسفرت نتائج الفرض الخامس عن وجود تأثير غير مباشر دال إحصائياً بين الثالث المظلم للشخصية كمتغير مستقل والفوبينج كمتغير تابع والخوف من تفويت الفرص كمتغير وسيط لدى طلبة الجامعة، وتتفق نتائج هذا الفرض مع نتائج دراسة Akat, et al. (2023)، والتي توصلت إلى أن الخوف من تفويت الفرص يتوسط بشكل كبير العلاقة بين الثالث المظلم للشخصية والفوبينج لدى طلبة الجامعة، وأن الخوف من تفويت الفرص يُنبئ بشكل إيجابي بالإصابة بالفوبينج، حيث يشعر الأفراد ذوو المستوى المرتفع من الخوف من فقدان شيء ما بالقلق من تفويت ما يفعله الآخرون، ويقارنون أنفسهم بالآخرين بشكل أكبر، كما وُجد أن ظاهرة الخوف من تفويت الفرص ترتبط ارتباطاً إيجابياً بمتغيرات مثل إدمان الإنترنت، والاستخدام الإشكالي للإنستجرام، واختراق فيسبوك، مما قد يزيد من سلوك الفوبينج. وفي هذا السياق فحصت دراسة Anjum, et al. (2024) العلاقة بين النرجسية والخوف من تفويت الفرص والفوبينج، وتوصلت إلى أن الفوبينج كان أكثر احتمالية مع وجود الخوف من تفويت الفرص والميول النرجسية. وهذا يعني أن الأفراد الذين يظهرون مستويات

أعلى من النرجسية هم أكثر عرضة للفوبينج؛ بسبب سأمهم من التفاعلات وجهاً لوجه مع زملائهم البشر، فعلى سبيل المثال، قد يسعى النرجسي إلى التحقق من وسائل التواصل الاجتماعي من خلال هاتفه الذكي، وفي هذه الحالة قد ينتج عن ذلك طرق هوسية ومزعجة لاستخدام الهاتف مثل الفوبينج. وخلصت الدراسة التي أجراها Ashrafifard, Mohammadipour, & Jajarmi (2025) إلى أن الخوف من تفويت الفرص يُؤثر سلباً على العلاقة بين الوعي والفوبينج، ويُؤثر إيجاباً على العلاقة بين العصاب والانشغال بالهاتف لدى طلاب الجيل Z (مواليد الفترة من ١٩٩٧ إلى ٢٠١٢)، لذا أوصوا بضرورة تصميم برامج تعليمية لرفع وعي الطلاب بالآثار السلبية للخوف من الخوف من تفويت الفرص والفوبينج، حيث يُظهر طلاب الجيل Z سمات مميزة شكّلتها التطورات الكبيرة في وسائل التواصل الاجتماعي، ويعكس مسار تطور وسائل التواصل الاجتماعي بين جيل Z من (٢٠٢٢) إلى (٢٠٢٥) اندماجهم السلوكي العميق مع المنصات الرقمية، لذا يستخدم هذا الجيل وسائل التواصل الاجتماعي للأنشطة، وبناء المجتمعات، والترفيه، ويُظهر جيل Z مستويات عالية من الاعتماد على الهواتف الذكية، مما يُفاقم من ظاهرة الفوبينج، حيث ينتشر الفوبينج (تجاهل الآخرين للتركيز على الهواتف الذكية) بين طلاب جيل Z؛ بسبب اعتمادهم المفرط على الهواتف المحمولة، ويؤثر هذا السلوك سلباً على التفاعلات الاجتماعية، مما يؤدي إلى ضعف التواصل الشخصي والتواصل العاطفي، كما يرتبط الفوبينج بالتسويق الأكاديمي، وسوء إدارة الوقت، وضعف العلاقات مع الأقران، مما قد يزيد من الشعور بالوحدة والاكتئاب، علاوة على ذلك، يُسهم في اضطرابات النوم والضيق النفسي، مما يؤثر في النهاية على الصحة العامة.

وتستنتج الباحثة أن البيئات الإلكترونية تُمكن الأفراد من التحكم في عرض أنفسهم، ونقلها كما يشاؤون، وتوفير إخفاء الهوية وسهولة الوصول، ويُمكن فهم أن الأفراد ذوي شخصيات الثالث المظلم يستخدمون الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي بكثافة أكبر لجميع هذه الأسباب، وهذا قد يزيد من مستويات الخوف من تفويت الفرص لديهم، كما يستخدم الأشخاص ذوو سمات الشخصية الثلاثية المظلمة الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي لسلوكيات يقارنون فيها أنفسهم بالآخرين (النرجسية)، ويتلاعبون بالآخرين (الميكافيلية)، ويتسببون في الأذى (الاعتلال النفسي). لهذا السبب، يمكن القول إن هؤلاء الأفراد لديهم مستوى عالٍ من الخوف من تفويت الفرص، بالإضافة إلى ذلك، يحاول الأفراد ذوو المستويات العالية من الخوف من تفويت الفرص تخفيف قلقهم من خلال التحكم بالآخرين على وسائل

التواصل الاجتماعي، وقد يدفعهم هذا إلى استخدام الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي بشكل أكبر، حيث يميل مستخدمو الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي إلى إظهار سلوكيات الفوبينج، ومن السمات المشتركة الأخرى لشخصيات الثالوث المظلم انخفاض مستوى التعاطف، حيث يمنعهم هذا المستوى المنخفض من التعاطف من التفكير في أن الآخرين قد يكون لديهم أيضًا رغبات. بالإضافة إلى ذلك، تكون قدرات التنظيم الذاتي وضبط النفس لدى الأفراد ذوي سمات شخصية الثالوث المظلم ضعيفة، كما أن سمات الشخصية الثلاثية المظلمة تنبئ بالخوف من تفويت الفرص، فالشخصية النرجسية تشمل سمات مثل العظمة، والاستحقاق، والهيمنة، والتفوق، والحاجة إلى الموافقة، وقد تدفع هذه السمات الأفراد النرجسيين إلى استخدام وسائل التواصل الاجتماعي بشكل أكبر لتلبية احتياجاتهم، حيث قد يشاركون صورهم أو أفكارهم، ويسجلون مقاطع فيديو، ويشاركون نجاحاتهم ولحظاتهم السعيدة، ويُظهر الميكافيليون سلوكيات تلاعبية وسلوكًا استراتيجيًا في العلاقات الشخصية من خلال استخدام بيانات الإنترنت للتلاعب بالآخرين وتوجيههم واستغلالهم، نظرًا لقدرتهم على إخفاء هويتهم في بيانات الإنترنت، ومن ناحية أخرى، تتميز الشخصية السيكوباتية بمستويات عالية من الاندفاعية وعدم الاكتراث بالآخرين، حيث يُشبع الأشخاص ذوو الشخصيات السيكوباتية رغبتهم في الأذى باستخدام الخصوصية المتاحة في البيئات الإلكترونية، وبإتاحة الفرصة لهم للتواصل مع الآخرين بسهولة، كما يواجه الأشخاص ذوو هذه السمات صعوبة في قمع مطالبهم ورغباتهم، ولذلك، يميل الأشخاص ذوو هذه الشخصية إلى إدمان الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي، وهو ما يؤكد أن إدمان الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي يزيد من وتيرة استخدام الهواتف الذكية، لذلك، يمكن القول إن سلوك الفوبينج لدى هؤلاء الأفراد قد يكون مرتفعًا أيضًا.

توصيات الدراسة

في ضوء إجراءات الدراسة، وما توصلت إليه من نتائج، وما قدمته الباحثة من تفسيرات، فإنه يمكن الخروج ببعض التوصيات التالية:

١. إجراء المزيد من الدراسات حول الوعي السيبراني في المؤسسات المختلفة، مثل الجامعات والمدارس، وفي المؤسسات والمنظمات العامة.
٢. تصميم برامج تثقيف نفسي حول الخوف من تفويت الفرص، والهوس بالهاتف، والفوبينج، وذلك لتوعية الأفراد بهذه المفاهيم.
٣. توجيه الاهتمام نحو وضع سياسات وترتيبات قانونية لتعزيز الوعي السيبراني في المجتمع، بما يتماشى مع نتائج الدراسة الحالية.
٤. يُمكن لمختصي الصحة النفسية، مثل الأخصائيين وعلماء النفس والمرشدين النفسيين، استخدام نتائج هذه الدراسة لتطوير برامج إرشاد فردية وجماعية تُعالج العواقب السلبية للخوف من تفويت الفرص، والفوبينج، فمن خلال دمج نتائج هذه الدراسة في عملهم، يُمكن لمختصي الصحة النفسية مساعدة الأفراد على التغلب على إدمانهم للهواتف الذكية، وتحسين صحتهم النفسية ورفاهيتهم.
٥. حاولت هذه الدراسة وضع نموذج بنائي للعلاقات بين الثالث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص والفوبينج لدى طلبة الجامعة، ورصد العلاقة الارتباطية بين الثالث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص، والثالث المظلم للشخصية والفوبينج، والخوف من تفويت الفرص والفوبينج، لذا ينبغي أن تستخدم الدراسات العربية المستقبلية مناهج مختلفة، وتدرس متغيرات أخرى بجانب هذه المتغيرات، بالإضافة إلى توسيع نطاق دراسة المتغيرات على عينات أخرى، فقد اقتصرَت العينة على (٨٨١) طالب جامعي، فلم تبحث الدراسة في الفروق بين الذكور والإناث في الخوف من تفويت الفرص والفوبينج، كذلك لم يتم قياس مستويات الخوف من تفويت الفرص والفوبينج لدى طلبة الجامعة، لذا ننصح الباحثة الباحثون المستقبليون بتضمين عينات مختلفة مع إمكانية اختبار هذه الفروض.
٦. تكمن قوة هذه الدراسة في أنها تقدم دليلاً على وجود تأثير غير مباشر دال إحصائياً بين الثالث المظلم للشخصية كمتغير مستقل والفوبينج كمتغير تابع من خلال الخوف من تفويت الفرصة كمتغير وسيط لدى طلاب الجامعة، لذا ينبغي للدراسات المستقبلية التحقق من العلاقة السببية بين استخدام الهاتف والخوف من تفويت الفرص على عينات متنوعة.

٧. إن حقيقة أن استخدام الهواتف الذكية وصل إلى أرقام هائلة في العالم تُظهر أن سلوك الفوبينج سيستمر في النمو في الأهمية في السنوات القادمة، ولهذا السبب من الضروري دراسة هذا المفهوم بالتفصيل لمنعه.
٨. من المؤمل أن هذه الدراسة ستساهم في فهم أفضل للمتغيرات النفسية الكامنة وراء سلوكيات الفوبينج، وهو مفهوم جديد نسبياً، لم يتم تناوله بالدراسة في المجتمعات العربية، حيث تعد هذه الدراسة أول دراسة عربية تتناول هذا المفهوم.
٩. في هذه الدراسة يُعدّ التأثير المباشر بين الخوف من تفويت الفرص والفوبينج لدى طلبة الجامعة مهماً لفهم المصادر الأخرى للدوافع الكامنة وراء التعلق المفرط بالهاتف.
١٠. فهم العلاقة بين الثالث المظلم للشخصية والفوبينج سيساهم في تحسين برامج الوقاية والتدخل الهادفة للحد من سلوكيات الفوبينج لدى طلبة الجامعة، وقد حُدّدت هذه الدراسة الفئة المعرضة لخطر الفوبينج بناءً على سمات شخصية الثالث المظلم. حيث دُرست التأثيرات المباشرة بين الثالث المظلم للشخصية والفوبينج، والثالث المظلم للشخصية والخوف من تفويت الفرص، والخوف من تفويت الفرص والفوبينج ؛ لذا يُعتقد أن الدراسة ستقدم مساهمات مهمة في الدراسات المستقبلية ذات الصلة بالمتغيرات التي تؤثر على ظهور سلوكيات الفوبينج والخوف من تفويت الفرص.
١١. إقامة محاضرات توعوية لطلبة الجامعة عن الأضرار النفسية والصحية والاجتماعية للاستخدام المفرط للهاتف المحمول.
١٢. ضرورة تقديم برامج الإرشاد الأسري بهدف توعية الأهل من مخاطر الإفراط في استخدام الهاتف المحمول لتصفح وسائل التواصل الاجتماعي المختلفة وأثرها على الصحة النفسية والتحصيل الدراسي لأبنائهم.
١٣. تفعيل مراكز الإرشاد النفسي بالكلية للتوعية بمخاطر سلوك الفوبينج، ومظاهر الخوف من تفويت الفرص وآثارها النفسية والاجتماعية على الفرد.
١٤. بناء برامج علاجية لخفض سلوك الفوبينج، والخوف من تفويت الفرص بالمراحل الدراسية المختلفة.
١٥. توجيه المؤسسات الاعلامية لنشر ثقافة الاستخدام الايجابي للإنترنت، وكذلك تعريف الشباب بالمواقع الإلكترونية الهادفة التي تساعد على الارتقاء علمياً وثقافياً وسلوكياً، وهو ما يعتبر بمثابة تنمية للموارد البشرية في المجتمع المصري.

١٦. تقترح الباحثة أنه يمكن الحد من الخوف من تفويت الفرص لدى طلبة الجامعة من خلال برامج إرشادية تركز على:

- أ- تقليل الوقت على وسائل التواصل الاجتماعي، وتحديد أوقات الاستخدام.
- ب- ممارسة اليقظة العقلية، وعيش اللحظة بدون قلق من المستقبل.
- ج- التركيز على الأهداف الشخصية، والاحتفال بالإنجازات الشخصية بدلاً من المقارنة بالآخرين.
- د- المشاركة في الأنشطة الاجتماعية، والاهتمام بالهوايات.
- هـ- أن يقيم الطالب علاقاته الحقيقية والواقعية بالآخرين، مع الابتعاد عن الاستخدام الهوسي للإنترنت.

١٧. تقترح الباحثة بعض التوصيات للحد من سلوكيات الفوبينج لدى طلبة الجامعة على النحو التالي:

- أ- أن يحدد الطالب فترات معينة لاستخدام الهاتف والتركيز على التفاعل مع الحضور.
- ب- أن يحاول الطالب أن يكون حاضراً فعلياً باللحظة، ويتبعد عن المشتتات بممارسة تمارين التنفس والوعي الذهني.
- ج- المشاركة في المحادثات المباشرة، وطرح الأسئلة على الآخرين لتعزيز التواصل الحقيقي.
- د- أن يضع الطالب الهاتف بعيداً عنه خلال المحادثات المهمة.
- هـ- أن يذكر الطالب نفسه بأهمية العلاقات الحقيقية، وما يفقده من تواصلات مفيدة بعيداً عن الهاتف.

بحوث مقترحة :

١. الثالث المظلم للشخصية وسمة الذكاء العاطفي كمنبئين بالاستخدام الإشكالي لوسائل التواصل الاجتماعي لدى طلبة الجامعة.
٢. النموذج السببي للعلاقات بين سمات الشخصية الخمس الكبرى (الانبساط، واللفظ، والضمير، والعصابية، والانفتاح) وإدمان الهواتف الذكية والفوبينج لدى طلبة الدراسات العليا.
٣. الثالث المظلم للشخصية كمتغير وسيط في العلاقة بين النوموفوبيا وأنماط التعلق لدى طلبة المرحلة الثانوية.

٤. الخوف من تفويت الفرص وعلاقته بالشراء القهري لدى طلبة الجامعة.
٥. الخوف من تفويت الفرص وعلاقته باضطراب الالعب لدى طلبة المرحلة الاعدادية.
٦. فعالية العلاج بالقبول والالتزام لخفض الخوف من تفويت الفرص في الحد من سلوك الفوبينج لدى طلبة الجامعة.
٧. العلاقة بين إدمان الفيسبوك، والخوف من تفويت الفرص، وتقدير الذات، والرضا عن الحياة، والشعور بالوحدة لدى مُستخدمي وسائل التواصل الاجتماعي.
٨. الفوبينج وعلاقته بالرفاهية النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية.
٩. الوحدة النفسية كمتغير وسيط في العلاقة بين الفوبينج والرضا عن الحياة لدى طلبة الدراسات العليا.

المراجع

- حسين السعدي (٢٠٢٤). *فك الشفرة الخماسية*. الأردن: الآن ناشرون وموزعون.
- سمر سيد (٢٠٢٢). *كيف حكم المرضى النفسيون العالم*. القاهرة: دار الرواق للنشر والتوزيع.
- عامر على سليم (٢٠٢٤). *فلسفة الإبداع الفكري وتنمية الوعي الاجتماعي: مختارات فلسفية*. عمان: دار المعتر للنشر والتوزيع.
- نيللي حسين العمروسي، عبير صالح الشهري (٢٠٢٥). *الثاوث المظلم للشخصية كمتنبئ بالأبعاد النفسية والأكاديمية والاجتماعية للتمتع السيبراني لدى عينة من طالبات جامعة الملك خالد بالسعودية*. مجلة العلوم التربوية والدراسات الإنسانية، ٤٤، ٦١٢-٦١٤.
- Abeele, M. V. (2020). The social consequences of phubbing. *The Oxford handbook of mobile communication and society*. United States of America: Oxford University, 158-174.
- Aghababaei, N., Mohammadtabar, S., & Saffarinia, M. (2014). Dirty Dozen vs. the H factor: Comparison of the Dark Triad and Honesty-Humility in prosociality, religiosity, and happiness. *Personality and Individual Differences*, 67, 6-10. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.03.026>.
- Akat, M., Arslan, C., & Hamarta, E. (2023). Dark triad personality and phubbing: The mediator role of fomo. *Psychological Reports*, 126(4), 1803-1821. doi.org/10.1177/00332941221109119
- Alarabi, A. (2022). Fear of Missing Out (FOMO): The Effects of the Need to Belong, Perceived Centrality, and Fear of Social Exclusion. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 2022(1), 1-12. <https://doi.org/10.1155/2022/4824256>
- Al-Busaidi, A. S., Dauletova, V., & Al-Wahaibi, I. (2022). The role of excessive social media content generation, attention seeking, and individual differences on the fear of missing out: A multiple mediation model. *Behaviour & Information Technology*, 42 (9), 1389-1409. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2022.2075791>
- Al-Menayes (2016). The Fear of Missing out Scale: Validation of the Arabic Version and Correlation with Social Media Addiction. *International Journal of Applied Psychology*, 6(2): 41-46. [DOI: 10.5923/j.ijap.20160602.04](https://doi.org/10.5923/j.ijap.20160602.04)
- Al-Saggaf, Y., & O'Donnell, S. B. (2019). Phubbing: Perceptions, reasons behind, predictors, and impacts. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 1(2), 132-140. <https://doi.org/10.1002/hbe2.137>
- Alt, D. (2015). College students' academic motivation, media engagement and fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 49, 111-119. doi.org/10.1016/j.chb.2015.02.057

- Amran, M.S., & Jamaluddin, K. A. (2022). Adolescent Screen Time Associated with Risk Factor of Fear of Missing Out During Pandemic COVID-19. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 25(6), 398- 403. DOI: [10.1089/cyber.2021.0308](https://doi.org/10.1089/cyber.2021.0308)
- Anjum, S., Kanwal, S., & Mughal, B. (2024). Narcissism Fear of Missing out and Phubbing: The Moderating Role of Mindfulness. *CARC Research in Social Sciences*, 3(3), 365-375. <https://doi.org/10.58329/criss.v3i3.158>
- Arvan, M. (2013). Bad news for conservatives? Moral judgments and the Dark Triad personality traits: A correlational study. *Neuroethics*, 6(2), 307–318. <https://doi.org/10.1007/s12152-011-9140-6>
- Ashrafifard, s., Mohammadipour, M., & Jajarmi, M. (2025). The Relationship Between Personality Traits and Phubbing in Generation Z Students: The Mediating Role of Fear of Missing Out (FoMO). *Journal of Adolescent and Youth Psychological Studies*, 6(5), 1-10. <http://dx.doi.org/10.61838/kman.jayps.6.5.2>
- Ayub, U. A., Khan, A., & Yaseen, N. (2024). Fear of Missing Out (FOMO), Cyberloafing and Role of Dark Triad in Employees: A Study in the Pakistani Context. *Online Media and Society*, 5(4), 49-68. <https://doi.org/10.71016/oms/0aema451>
- Balta, S., Jonason, P., Denes, A., Emirtekin, E., Tosuntaş, Ş. B., Kircaburun, K., & Griffiths, M. D. (2019). Dark personality traits and problematic smartphone use: The mediating role of fearful attachment. *Personality and Individual Differences*, 149, 214-219. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.06.005>
- Barberis, N., Cannavò, M., & Verrastro, V. (2021). Linking Trait Emotional Intelligence and Dark Triad to Social Media Addiction and Engagement: the mediating role of Fear of Missing out. In *10th International Congress of Cognitive Psychotherapy Virtual congress, 13th-15th May 2021. Abstract Book Erickson* (pp. 106-106). Erickson. www.iris.unicz.it/handle/20.500.12317/75485
- Barberis, N., Sanchez-Ruiz, M. J., Cannavò, M., Calaresi, D., & Verrastro, V. (2023). The dark triad and trait emotional intelligence as predictors of problematic social media use and engagement: the mediating role of the fear of missing out. *Clinical neuropsychiatry*, 20(2), 129- 140. doi: [10.36131/cnfioritieditore20230205](https://doi.org/10.36131/cnfioritieditore20230205)
- Batmaz, H., Çelik, E., Koçak, L., Nur Tufan, B., Makas, S., & Yıldırım, M. (2024). Fear of missing out mediated the relationship between social appearance anxiety and phubbing in Turkish adults. *Journal of Gambling Issues*, 53, 80- 98. <https://cdspress.ca/wp-content/uploads/2023/11/JGI-Mar-23-RES->
- Baughman, H. M., Dearing, S., Giammarco, E., & Vernon, P. A. (2012). Relationships between bullying behaviours and the Dark Triad: A study

- with adults. *Personality and Individual Differences*, 52(5), 571-575.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.11.020>
- Benvenuti, M., Błachnio, A., Przepiorka, A. M., Daskalova, V. M., & Mazzoni, E. (2019). Factors related to phone snubbing behavior in emerging adults. In M. Desjarlais (Ed.), *The psychology and dynamics behind social media interactions*. IGI Global, 164-187.
<https://doi.org/10.4018/978-1-5225-9412-3.ch007>
- Billieux, J. (2012). Problematic use of the mobile phone: A literature review and a pathways model. *Current Psychiatry Reviews*, 8(4), 299-307.
<https://doi.org/10.2174/157340012803520522>
- Billieux, J. (2012). Problematic use of the mobile phone: A literature review and a pathways model. *Current Psychiatry Reviews*, 8(4), 299-307.
<https://doi.org/10.2174/157340012803520522>
- Bloemen, N. & Coninck, D. (2020). Social Media and Fear of Missing Out in Adolescents: The Role of Family Characteristics. *Social Media and Society*, 10(1), 1-11. <https://doi.org/10.1177/2056305120965517>
- Bolelli, M. (2019). The effects of dark triad (machiavellianism, narcissism, psychopathy) on the love attitudes. *Journal of Current Debates in Social Sciences*, 2(2), 164-173. DOI: 10.37154/ijopec.2019.3
- Brailovskaia, J., & Margraf, J. (2024). From fear of missing out (FoMO) to addictive social media use: The role of social media flow and mindfulness. *Computers in Human Behavior*, 150, 1079-1084.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2023.1079-1084>
- Brud, P. P., Rogoza, R., & Cieciuch, J. (2020). Personality underpinnings of dark personalities: An example of Dark Triad and deadly sins. *Personality and Individual Differences*, 163, 1-11.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110085>
- Buglass, S. L., Binder, J. F., Betts, L. R., & Underwood, J. D. M. (2017). Motivators of online vulnerability: The impact of social network site use and FOMO. *Computers in Human Behavior*, 66, 248-255.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.09.055>
- Bulut, S., & Nazir, T. (2020). Phubbing Phenomenon: A Wild Fire, Which Invades Our Social Communication and Life. *Open Journal of Medical Psychology*, 9, 1-6. . doi.org/10.4236/ojmp.2020.91001
- Büttner, C. M., Lalot, F., & Rudert, S. C. (2023). Showing with whom I belong: The desire to belong publicly on social media. *Computers in Human Behavior*, 139, 1-16. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107535>
- Capilla, G. E., Issa, T., Gutiérrez, E. P., & Cubo, D. S. (2021). A descriptive literature review of phubbing behaviors. *Heliyon*, 7(5), 1-10.
<https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e07037>
- Chi, L. C., Tang, T. C., & Tang, E. (2022). The phubbing phenomenon: A cross-sectional study on the relationships among social media addiction, fear of missing out, personality traits, and phubbing behavior. *Current*

- Psychology*, 41(2), 1112-1123. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02468-y>
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2016). How “phubbing” becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone. *Computers in Human Behavior*, 63, 9-18. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.018>
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2018). The effects of “phubbing” on social interaction. *Journal of applied social psychology*, 48(6), 304-316. <https://doi.org/10.1111/jasp.12506>
- Coco, G. L., Salerno, L., Franchinam, V., La Tona, A., Di Blasi, M., & Giordano, C. (2020). Examining bi-directionality between fear of missing out and problematic smartphone use. A two-wave panel study among adolescents. *Addictive Behaviors*, 106, 1-25. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106360>
- Cohen, A. (2024). *The cyber predators: Dark personality and online misconduct and crime*. Cambridge University Press.
- Crysel, L. C., Crosier, B. S., & Webster, G. D. (2013). The Dark Triad and risk behavior. *Personality and Individual Differences*, 54(1), 35-40. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.07.029>.
- Dam, V. A. T., Dao, N. G., Nguyen, D. C., Vu, T. M. T., Boyer, L., Auquier, P., ... & Zhang, M. W. (2023). Quality of life and mental health of adolescents: Relationships with social media addiction, Fear of Missing out, and stress associated with neglect and negative reactions by online peers. *PloS one*, 18(6), 1-14. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0286766>
- David, M. E., & Roberts, J. A. (2017). Phubbed and alone: Phone snubbing, social exclusion, and attachment to social media. *Journal of the Association for Consumer Research*, 2(2), 155-163. <https://doi.org/10.1086/690940>
- David, M. E., & Roberts, J. A. (2020). Developing and Testing a Scale Designed to Measure Perceived Phubbing. *International Journal of Environmental Research and Public Health (IJERPH)*, 17, 2-15. <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph17218152>
- Deci, E.L., & Ryan, R.M. (2012). *Self-determination theory*. In P.A.M. Van Lange, A.W. Kruglanski, & E.T. Higgins. Handbook of theories of social psychology. Sage Publications Ltd. [DOI:https://doi.org/10.4135/9781446249215.n21](https://doi.org/10.4135/9781446249215.n21)
- Elhai, J. D., Dvorak, R. D., Levine, J. C., & Hall, B. J. (2017). Problematic smartphone use: A conceptual overview and systematic review of relations with anxiety and depression psychopathology. *Journal of affective disorders*, 207, 251-259. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.08.030>

- Elhai, J. D., Levine, J. C., Dvorak, R. D., & Hall, B. J. (2016). Fear of missing out, need for touch, anxiety and depression are related to problematic smartphone use. *Computers in Human Behavior*, 63, 509-516. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.079>
- Elhai, J.D., Levine, J.C., Alghraibeh, A.M., Alafnan, A.A., Aldraiweesh, A.A., & Hall, B.J. (2018). Fear of missing out: testing relationships with negative affectivity, online social engagement, and problematic smartphone use. *Computers in Human Behavior*, 89, 289-298. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.08.020>
- Elhai, J.D., Casale, S., & Bond, R.A. (2025). FOMO's apprehension of missing out and constant connection desire dimensions differentially correlate with problematic smartphone and social media use, but not with depression or generalized anxiety. *Journal of Anxiety Disorders*, 114, 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2025.103037>
- Ergün, N., Göksu, İ., & Sakız, H. (2020). Effects of phubbing: Relationships with psychodemographic variables. *Psychological reports*, 123(5), 1578-1613. doi.org/10.1177/0033294119889581
- Fareed, S., & Zulfqar, N. (2025). Reciprocal Relationship between Phubbing and Fear of Missing Out Among University Students: A Cross- Lagged Panel Model. *Journal of Haripur*. 2, 1-17. <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.5131667>
- Franchina, V., Vanden Abeele, M., van Rooij, A. J., Lo Coco, G., & De Marez, L. (2018). Fear of missing out as a predictor of problematic social media use and phubbing behavior among Flemish adolescents. *International Journal Environment Research and Public Health*, 15(10), 2319. doi: [10.3390/ijerph15102319](https://doi.org/10.3390/ijerph15102319).
- Furnham, A., Richards, S.C., & Paulhus, D.L. (2013). The Dark Triad of Personality: A 10 Year Review. *Social and Personality Psychology Compass*, 7(3), 199-216. <https://doi.org/10.1111/spc3.12018>
- Gao, B., Ji, Q., Zhang, T., & Xu, Y. (2023). Fear of missing out and phubbing behavior among undergraduates: Self-control as a mediator, mindfulness as a moderator. *Social Behavior and Personality: An international journal*, 51(10), 1-10. <https://doi.org/10.2224/sbp.12684>
- Garcia, D. & Sikstrom, S. (2014). The dark side of Facebook: semantic representations of status updates predict the dark triad of personality. *Personality and Individual Differences*, 67, 92-96. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2013.10.001>
- Garcia, M. A., Lerma, M., Perez, M. G., Medina, K. S., Rodriguez-Crespo, A., & Cooper, T. V. (2024). Psychosocial and personality trait associates of phubbing and being phubbed in hispanic emerging adult college students. *Current psychology*, 43(6), 5601-5614. <https://doi.org/10.6084/m9.figshare.19216899>

- García-Castro, J., Abreu, A.M., Rando, B., & Blanca, M.J. (2022). The Phubbing Scale (PS-8) in the Portuguese population: psychometric properties. *García-Castro et al. Psicologia: Reflexão e Crítica*, 35(7). 2-9. <https://doi.org/10.1186/s41155-022-00209-z>
- Garrido, E. C., Issa, T., Esteban, P. G., & Delgado, S. C. (2021). A descriptive literature review of phubbing behaviors. *Heliyon*, 7(5). 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e07037>
- Ghorbani, N., Watson, P. J., Krauss, S. W., Bing, M. N., & Davison, H. K. (2004). Social science as dialogue: Narcissism, individualist and collectivist values, and religious interest in Iran and the United States. *Current Psychology*, 23(2), 111-123. <https://doi.org/10.1007/BF02903072>
- Giancola, M., Perazzini, M., Bontempo, D., Perilli, E., & D'Amico, S. (2024). Narcissism and problematic social media use: a moderated mediation analysis of fear of missing out and trait mindfulness in youth. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 41(14) 1-11. doi.org/10.1080/10447318.2024.2411468
- Grieve, R., & March, E. (2021). 'Just checking': Vulnerable and grandiose narcissism subtypes as predictors of phubbing. *Mobile Media & Communication*, 9(2), 195-209. <https://doi.org/10.1177/2050157920942276>
- Grieve, R., Lang, C. P., & March, E. (2021). More than a preference for online social interaction: Vulnerable narcissism and phubbing. *Personality and Individual Differences*, 175(2), 1-5. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110715>
- Gupta, M., & Sarma, A. (2021). Fear of missing out: A brief overview of origin, theoretical underpinnings and relationship with mental health. *World Journal of Clinical Cases*, 9(19), 4881-4889. <https://doi.org/10.12998/wjcc.v9.i19.4881>
- Gupta, P., & Sekhar, A. (2024). Fear of Missing Out, Social Media Addiction and Phubbing Behavior among Young Adults. *INSPA Journal of Applied and School Psychology*, 5, 114-119. <file:///C:/Users/samar/Downloads/FOMO.pdf>
- Haddad, B., Angman, M., Archer, T., & Garcia, D. (2016). Dark triad, sociosexual orientation and religious affiliation: An association and moderation study. *Clinical and Experimental Psychology*, 2(2), 1-5. <https://doi.org/10.4172/2471-2701.1000124>
- Hajadarmataj, F., Paksoy, & A.F. (2023). Dengan demikian, komunitas virtual yang terbentuk di saluran YouTube "Official Menara Kudus" cenderung menyatukan audiens dengan minat dan kebutuhan serupa, khususnya dalam hal konten keagamaan dari ulama lokal. <https://www.researchgate.net/publication/367298924>

- Hidalgo- Fuentes.S. (2021). Uso problemático del smartphone: el papel de los Cinco Grandes, la Tríada Oscura y la impulsividad. *Aloma*, 39(1), 16-26. doi: 10.51698/aloma.2021.39.1.17-26.
- Hidayat, A., & Putu, M. (2016). Phubbing phenomenon among college students and its solution. *International Network Organization for Scientific Research*, 2(1), 18-21. <http://www.inosr.net/inosr-humanities-and-social-sciences/>
- Hudecek, M. F., Lemster, S., Fischer, P., Cecil, J., Frey, D., Gaube, S., & Lerner, E. (2023). Surfing in the streets: How problematic smartphone use, fear of missing out, and antisocial personality traits are linked to driving behavior. *PLoS one*, 18(4), 3 - 17. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0284984>
- Hussain, Z., Wegmann, E., & Griffiths, M.D.(2021). The association between problematic social networking site use, dark triad traits, and emotion dysregulation. *BMC Psychology*, 9(160), 1-13. <https://doi.org/10.1186/s40359-021-00668-6>
- Jablonska, M.R., & Zajdel, R.(2020). The Dark Triad Traits and Problematic Internet Use: Their Structure and Relations. *Polish Sociological Review*, 4(212), 476- 495. <https://www.researchgate.net/publication/347357647>
- Jakobwitz, S., & Egan, V.(2005). The dark triad and normal personality traits. *Personality and Individual Differences*, 40 (2006) 331-339. DOI:10.1016/j.paid.2005.07.006
- Jamadi, A., RajabipoorMeybodi, A. R., Hosseini, E., & Doaei, Z. S. (2023). Identifying the antecedents and consequences of phubbing. *International Journal of Human Capital in Urban Management*, 8(4), 515-528. DOI: 10.22034/IJHCUM.2023.04.06
- Jiang, L., Lu, A., Lin, Y., Liu, S., Li, J., Song, T., ... & Zhong, W. (2023). Fear of missing out as a mediator and social capital as a moderator of the relationship between the narcissism and the social media use among adolescents. *Psihologija*, 56(4), 451-474. <https://www.cceol.com/search/article-detail?id=1175943>
- Jonason, P. K. (2014). Personality and politics. *Personality and Individual Differences*, 71, 181-184. doi.org/10.1016/j.paid.2014.08.002
- Jonason, P. K., & Webster, G. D. (2012). A protean approach to social influence: Dark Triad personalities and social influence tactics. *Personality and Individual Differences*, 52(4), 521-526. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.11.023>.
- Jonason, P. K., Valentine, K. A., Li, N. P., & Harbeson, C. L. (2011). Mate-selection and the Dark Triad: Facilitating a short-term mating strategy and creating a volatile environment. *Personality and Individual Differences*, 51(6), 759-763. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.06.025>
- Jonason, P.K., & Middleyon, J.P.(2015). Dark Triad: The “Dark Side” of Human Personality. *nternational Encyclopedia of the Social & Behavioral*

- Sciences*, 2(5), 671-675. <http://dx.doi.org/10.1016/B978-0-08-097086-8.25051-4>
- Jones, D.N., & Paulhus, D.L. (2013). Introducing the Short Dark Triad (SD3): A Brief Measure of Dark Personality Traits. *Journals Permissions*, 21(1), 28- 41. DOI: [10.1177/1073191113514105](https://doi.org/10.1177/1073191113514105)
- Kaczmarek, L. D., Behnke, M., & Džon, M. (2019). The Gengar effect: excessive Pokémon Go players report stronger smartphone addiction, phubbing, pain, and vision-related problems. *PsyArXiv*, 1-37. at: <https://www.researchgate.net/publication/337733025>
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Mızrak Şahin, B., & Babadağ, B. (2016). the virtual world's current addiction: Phubbing. *Addicta. The Turkish Journal on Addictions*, 3(2), 250-269. <https://doi.org/10.15805/addicta.2016.3.0013>
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Şahin, B. M., Çulha, İ., & Babadağ, B. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 60–74. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005>
- Kardefelt-Winther, D. (2013). A conceptual and Methodological Critique of Internet Addiction Research: Towards A model of Compensatory Internet Use. *Computers in Human Behavior*, 31(2014), 351-354. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2013.10.059>
- Kircaburun, K., Demetrovics, Z., & Tosuntas, S. B. (2019). Analyzing the links between problematic social media use, dark triad traits, and self-esteem. *International Journal of Mental Health Addiction*, 17(6), 1496–1507. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9900-1>
- Kircaburun, K., Jonason, P.K., & Griffiths, M.D. (2018). The Dark Tetrad traits and problematic social media use: The mediating role of cyberbullying and cyberstalking. *Personality and Individual Differences*, 135(1), 264-269. doi.org/10.1016/j.paid.2018.07.034
- Kircaburun, K., & Griffiths, M.D. (2018). The dark side of internet: Preliminary evidence for the associations of dark personality traits with specific online activities and problematic internet use. *Journal of Behavioral Addictions* 7(4), 993–1003. DOI: [10.1556/2006.7.2018.109](https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.109)
- Knausenberger, J., Giesen-Leuchter, A., & Echterhoff, G. (2022). Feeling Ostracized by Others' Smartphone Use: The Effect of Phubbing on Fundamental Needs, Mood, and Trust. *Frontiers in Psychology*, 13(1), 1-18. doi: [10.3389/fpsyg.2022.883901](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.883901)
- Kostić, J. O., Pedović, I., & Stošić, M. (2022). Predicting social media use intensity in late adolescence: The role of attachment to friends and fear of missing out. *Acta psychologica*, 229, 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2022.103667>

- Lee, K., Ashton, M. C., Wiltshire, J., Bourdage, J. S., Visser, B. A., & Gallucci, A. (2013). Sex, power, and money: Prediction from the Dark Triad and Honesty–Humility. *European Journal of Personality*, 27(2), 169–184. <https://doi.org/10.1002/per.1860>.
- Li, J., Zhou, Y., Liu, Y., Yu, Z., & Gao, X. (2024). Profiles of fear of missing out and their social media use among young adults: A six-month longitudinal study. *Addictive Behaviors*, 149, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107899>
- Liao, c., Wu, c., & Chiu, E.C.(2025). Digital Vulnerability: Exploring the Mediating Role of FoMO in the Relationship Between Dark Triad Personality and Social Media Addiction. *The Journal of Consumer Affairs*, 59(1), 1-10. <https://doi.org/10.1111/joca.70002>
- Lowicki, P., & Zajenkowski, M. (2017). No empathy for people nor for God: The relationship between the Dark Triad, religiosity and empathy. *Personality and Individual Differences*, 115, 169–173. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.02.012>.
- Luqyana, B. U. (2025). Hubungan Antara Fear of Missing out (FOMO) and Dark Triad Personality Traits Dengan Cyberstalking PADA Emerging Adult Pengguna Instagram .*Doctoral dissertation*, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. <http://digilib.uin-suka.ac.id/id/eprint/71298>
- Malik, S., & Khan, M. (2015). Impact of facebook addiction on narcissistic behavior and self-esteem among students. *J Pak Med Assoc*, 65(3), 260-263. <https://dlwqtxtslxzle7.cloudfront.net>
- Marrie, H. (2023). Investigating Self Determination Theory in Digital Media: The Motivations with Mobile Applications for Continuous Learning. *Journal of Media and Interdisciplinary Studies*, 4, 32-57. https://jmis.journals.ekb.eg/article_313519_8a91d9c65085c273
- Mazlum, M.M., &Atalay, A. (2022). Developing the fear of missing out (FoMO) scale for university students: The validity and reliability study. *Journal of Pedagogical Research*, 6(4), 20-34. <https://doi.org/10.33902/JPR.202215485>
- Mejía-Suazo, C.J., Landa-White, M.,& Mejía-Suazo, G.A.(2023). Dark and Light triad:relationship between personality traits and addiction to mobile phones, video games and internet. Faculty of Medical Sciences, National Autonomous University of Honduras, Honduras. 2021. October 7. <https://doi.org/10.31234/osf.io/dp659>
- Mendes, L., Silva, B.R., Vidal, D.G., Sousa, H.P., Dinis, M.A., & Leite, A.(2022). Adaptation of the Phubbing Scale and of the Generic Scale of Being Phubbed for the Portuguese population. *Análise Psicológica*, 2, 259- 280. [doi: 10.14417/ap.1911](https://doi.org/10.14417/ap.1911).
- Milyavskaya, M., Saffran, M., Hope, N., & Koestner, R. (2018). Fear of missing out: Prevalence, dynamics, and consequences of experiencing FOMO.

- Motivation and Emotion*, 42(5), 725–737. DOI: [10.1007/s11031-018-9683-5](https://doi.org/10.1007/s11031-018-9683-5)
- Muhammad, F., & Ashiq, U. (2024). Relationship between Dark Triad and Engagement in Social Networking Sites among University Students. *Journal of Professional & Applied Psychology*, 5(4), 662-676. DOI: <https://doi.org/10.52053/jpap.v5i4.344>
- Musa, I. A., Gani, E., Abdulkareem, A., Aliyu, A., & Khali, A. (2018) Phubbing: Towards atheory of Techno-Snubbing in the Context of Non-western Culture. *Research Gate*, 21, 1- 12. : <https://www.researchgate.net/publication/353907024>
- Nazir, T., & Bulut, S. (2019). Phubbing: a phenomenon that is mending social relationships. *Siberian Psychological Journal*, 74, 101-109. DOI: [10.17223/17267080/74/6](https://doi.org/10.17223/17267080/74/6)
- Neumann, D. (2020). Fear of Missing Out. *The International Encyclopedia of Media Psychology*, 1(85), 1-9. DOI: [10.1002/9781119011071.iemp0185](https://doi.org/10.1002/9781119011071.iemp0185)
- Ni, N., Ahrari, S., Zaremohzzabieh, Z., Zarean, M., & Roslan, S. (2025). A meta-analytic study of partner phubbing and its antecedents and consequences. *Frontiers in Psychology*, 16, 1-15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1561159>
- Nuñez, T. R., Radtke, T., & Eimler, S. C. (2020). A third-person perspective on phubbing: Observing smartphone-induced social exclusion generates negative affect, stress, and derogatory attitudes. *Cyberpsychology. Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 14(3). 1-22. <https://doi.org/10.5817/CP2020-3-3>
- O’Boyle, E. H., Forsyth, D. R., Banks, G. C., & McDaniel, M. A. (2012). A metaanalysis of the Dark Triad and work behavior: A social exchange perspective. *Journal of Applied Psychology*, 97(3), 557–579. <https://doi.org/10.1037/a0025679>.
- O’Brien, O., Sumich, A., Baguley, T., & Kuss, D. J. (2023). A partial correlation network indicates links between wellbeing, loneliness, FOMO and problematic internet use in university students. *Behaviour & Information Technology*, 42(16), 2717–2734. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2022.2142845>
- Ortuño-Sierra, J., Nalda, F.M., Mason, O., Ciarreta-López, A., & Barbed-Castrejón, N.(2024). Phubbing in Students: New Evidence for a Spanish Short Form of the Phubbing Scale (PS-6). *Healthcare Basel*, 12(23), 1-9. doi: [10.20944/preprints202410.1405.v1](https://doi.org/10.20944/preprints202410.1405.v1)
- Park, I., & Kim, H. (2025). The impact of FoMO and FoBO on YouTube summary video consumption: A social identity perspective. *Telecommunications Policy*, 49, 1-13. <https://doi.org/10.1016/j.telpol.2025.102909>

- Parmaksız, İ. (2021). Relationships between phubbing and the five factor personality traits. *Kastamonu Education Journal*, 29(4), 32-42. <https://doi.org/10.24106/kefdergi.795620>
- Paul, J., Manchanda, P., Arora, N., & Aggarwal, A. (2024). "I can't look at you while talking!"—fear of missing out and smartphone addiction as predictors of consumer's phubbing behavior. *Journal of Research in Interactive Marketing*, 18(4), 666-687. <https://doi.org/10.1108/JRIM-06-2023-0177>
- Paulhus, D. L., & Williams, K. M. (2002). The dark triad of personality: Narcissism, Machiavellianism, and psychopathy. *Journal of research in personality*, 36(6), 556-563. [https://doi.org/10.1016/S0092-6566\(02\)00505-6](https://doi.org/10.1016/S0092-6566(02)00505-6)
- Peleg, o., & Boniel-Nissim, M.(2024). Exploring the personality and relationship factors that mediate the connection between diferentiation of self and phubbing. *Scientific Reports*, 14(6572), 1-13. <https://doi.org/10.1038/s41598-024-55560-1>
- Przybylski, A.K., Murayama,K., Dehaan, C.R., & Gladwell,V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1841–1848, DOI: [10.1016/j.chb.2013.02.014](https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014)
- Qutishat, M., & Sharour, L.A. (2019). Relationship Between Fear of Missing Out and Academic Performance Among Omani University Students: A Descriptive Correlation Study. *Oman Medical Journal*, 34(5), 404- 411. DOI [10.5001/omj.2019.75](https://doi.org/10.5001/omj.2019.75)
- Rainie, L.,& Zickuhr, K.(2015). Americans’ Views on Mobile Etiquette ‘Always on’ mobile connectivity poses new challenges for users about when to be present with those nearby or engaged with others on their screens. Pew Research Center. Retrived From <https://www.pewresearch.org/internet/2015/08/26/americans-views-on-mobile-etiquette/>
- Rauthmann, J. F. (2012). The Dark Triad and interpersonal perception: Similarities and differences in the social consequences of narcissism, Machiavellianism, and psychopathy. *Social Psychological and Personality Science*, 3(4), 487-496. <https://doi.org/10.1177/1948550611427608>
- Rauthmann, J.F.,& Will, T.(2011). Proposing a Multidimensional Machiavellianism Conceptualization. *Social Behavior and Personality*, 39(3), 391-404. DOI [10.2224/sbp.2011.39.3.391](https://doi.org/10.2224/sbp.2011.39.3.391)
- Rogoza, R.& Cieciuch, J. (2018). Dark Triad traits and their structure: An empirical approach. *Current Psychology*, 39,1287–1302. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-9834-6>

- Ryan, T., Chester, A., Reece, J., & Xenos, S. (2014). The uses and abuses of Facebook: A review of Facebook addiction. *Journal of Behavioral Addictions*, 3(3), 133-148. <https://doi.org/10.1556/JBA.3.2014.016>
- Sakker Sudha, K., Shahnawaz, M. G., & Hasan, Z. (2024). Do Narcissist Phubs or Get Phubbed? Analyzing the Role of Motivational Systems. *The Journal of Psychology*, 159(1), 17-35. <https://doi.org/10.1080/00223980.2024.2363538>
- Savci, M., & Aysan, F. (2017). Technological addictions and social connectedness: Predictor effect of Internet addiction, social media addiction, digital game addiction and smartphone addiction on social connectedness. *Düşünen Adam: Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 30(3), 202-216. <https://doi.org/10.5350/DAJPN2017300304>
- Savitri, J. A. (2019). Impact of fear of missing out on psychological well-being among emerging adulthood aged social media users. *Psychological Research and Intervention*, 2(2), 23-30. <http://journal.uny.ac.id/index.php/pri>
- Scott, J. (2000). *Rational choice theory*. In G. Browning, A. Halcli & F. Webster (Ed.), *Understanding contemporary society: Theories of the present* (pp. 126-138). Sage Publications. https://course.ccs.neu.edu/cs7180f12/ssl/readings/scott_2000.pdf
- Seppälä, E. (2016) *The Happiness Track: How to Apply the Science of Happiness to Accelerate Your Success*. Piatkus Books, London.
- Service R., & Griffiths M.D. (2021). Dark Triad of Personality and Problematic Smartphone Use: A Preliminary Study on the Mediating Role of Fear of Missing Out. *International Journal of Environment. Research and Public Health*, 18(16), 1-9. <https://doi.org/10.3390/ijerph18168463>
- Servidio, R., Griffiths, M. D., & Demetrovics, Z. (2021). Dark triad of personality and problematic smartphone use: A preliminary study on the mediating role of fear of missing out. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(16), 8463. <https://doi.org/10.3390/ijerph18168463>
- Servidio, R., Craig, F., Soraci, P., Boca, S., Pisanti, R., Demetrovics, Z., & Griffiths, M. D. (2025). Loneliness moderates the predictive effect of the trait-state FoMO pathway on problematic social media use. *Addictive Behaviors Reports*, 21, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2025.100612>
- Shahzadi, K., Ashraf, N., & Tariq, A. (2024). Exploring the Dark Side of Connectivity: A Review of Phubbing Literature. *Pakistan Languages and Humanities Review*, 8(2), 124-137. [https://doi.org/10.47205/plhr.2024\(8-II\)12](https://doi.org/10.47205/plhr.2024(8-II)12)
- Siah, P.C., Hue, J.Y., Wong, B.Z., & Goh, S.J. (2021). Dark Triad and Social Media Addiction among Undergraduates: Coping Strategy as a Mediator. *Contemporary Educational Technology*, 13(4), 1-12. <https://doi.org/10.30935/cedtech/11104>

- Sindermann, C., Sariyska, R., Lachmann, B., Brand, M., & Montag, C. (2018). dark triad of personality and unspecified/specific forms of Internet-use disorder. *Journal of Behavioral Addictions* 7(4), 985–992. [DOI: 10.1556/2006.7.2018.114](https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.114)
- Sutanto, F., Sahrani, R., & Basaria, D. (2020, December). Fear of Missing Out (FoMO) and psychological well-being of late adolescents using social media. In *The 2nd Tarumanagara International Conference on the Applications of Social Sciences and Humanities (TICASH 2020)*, 463-468. Atlantis Press. https://linter.untar.ac.id/repository/penelitian/buktipenelitian_10703002_6A050321215320.pdf
- Suwarti, P. W. (2020). Phubbing of Students in “Y” University. *Future Psychology Interaction of human behavior, culture, and technology to create Society*, 5(0), 129 – 136. [https://digitallibrary.ump.ac.id/951/2/15.%20Full%20Paper Pramesti%20Widhyasanti.pdf](https://digitallibrary.ump.ac.id/951/2/15.%20Full%20Paper%20Pramesti%20Widhyasanti.pdf)
- Tandon, A., Dhir, A., Talwar, S., Kaur, P., & Mäntymäki, M. (2022). Social media induced fear of missing out (FoMO) and phubbing: Behavioural, relational and psychological outcomes. *Technological Forecasting and Social Change*, 174, 1-15. <https://doi.org/10.1016/j.techfore.2021.121149>
- Tang, W.Y., Reer, F., & Quandt, T. (2022). The interplay of the Dark Triad and social media use motives to social media disorder. *Personality and Individual Differences*, 187, 1-6. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111402>
- Tomczyk, Ł., & Szotkowski, R. (2023). Sexting, fear of missing out (FOMO), and problematic social network use among adolescents. *Human Technology*, 19(2), 283-301. [doi: 10.14254/1795-6889.2023.19-2.8](https://doi.org/10.14254/1795-6889.2023.19-2.8)
- Turan, M. E., Adam, F., Kaya, A., & Yıldırım, M. (2024). The mediating role of the dark personality triad in the relationship between ostracism and social media addiction in adolescents. *Education and Information Technologies*, 29(4), 3885-3901. <https://doi.org/10.1007/s10639-023-12002-1>
- Türk, F., & Koçyiğit, B. (2025). The Relationship Between Fear of Missing Out and Loneliness Among Adolescents in the Digital Age: The Mediating Roles of Emotion Dysregulation and Social Media Addiction. *Malaysian Online Journal of Educational Technology*, 13(1), 19-36. doi.org/10.52380/mojet.2025.13.1.566
- Utami, M., Anam, M. K., & Noorrizki, R. D. (2020). The Relationship Between Phubbing and Romantic Relationship Satisfaction: A Literature Review. *KnE Social Sciences*, 370-385. [DOI: 10.15805/addicta.2016.3.0013](https://doi.org/10.15805/addicta.2016.3.0013)

- Verma, A., & Purty, M. D. (2022). Phubbing, Fear of missing out (FoMO) and Psychological Well-being among. *Psychology Explore – Journal of Research*, 13, 95- 106. www.researchgate.net/publication/358965835
- Wang, P., Wang, X., Nie, J., Zeng, P., Liu, K., Wang, J., Guo, J., & Lei, J. (2019). Envy and problematic smartphone use: The mediating role of FOMO and the moderating role of student-student relationship. *Personality and Individual Differences*, 146, 136–142. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.04.013>
- Wen, J., Huang, Y., Liu, G., & Miao, M. (2023). The nature of nomophobia and its associations with contents of smartphone use and fear of missing out: A network perspective. *Telematics and Informatics*, 82, 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.tele.2023.102011>
- Wolniewicz, C.A., Tiamiyu, M.F., Weeks, J.W., & Elhai, J.D.(2018). Problematic smartphone use and relations with negative affect, fear of missing out, and fear of negative and positive evaluation. *Psychiatry Res*, 262, 618- 623.
- Younas, F., Amjad, S., & Khalid, S.Q.(2022). Fear of Missing Out and Phubbing in Young Adults: The Mediating Role of Social Media Addiction. *Pakistan Journal of Social Sciences*, 42(4), 867-878. <file:///C:/Users/samar/Downloads/FOMOPhubbingSocialMediaAddiction.pdf>
- Zeigler-Hill, V., Besser, A., Morag, J., & Campbell, W. K. (2016). The Dark Triad and sexual harassment proclivity. *Personality and Individual Differences*, 89, 47–54. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.09.048>.
- Zhang, Z., Jiménez, F. R., & Cicala, J. E. (2020). Fear of missing out scale: A self-concept perspective. *Psychology & Marketing*, 37(11), 1619-1634. <https://doi.org/10.1002/mar.21406>