

# تحليل البروفيل المعرفي - النفسي لتلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية في ضوء كفاءة التجهيز العقلي المعرفي وسمات الوقاية

هبة سعد محمد عمران  
وزارة التعليم  
heba113294@gmail.com

## ARTICLE HISTORY

Received: 19 September 2025.  
Accepted: 19 November 2025.  
Published: 27 December 2025.

## PEER - REVIEW STATEMENT:

This article was reviewed under a  
double-blind process by three  
independent reviewers.

## HOW TO CITE

النفسي - تحليل البروفيل المعرفي. (2025). H. . Omran ,  
لتلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية  
Emirati. في ضوء كفاءة التجهيز العقلي المعرفي وسمات الوقاية  
Journal of Applied Psychology, 1(1), 93-117.  
<https://doi.org/10.54878/5yv5yr97>



Copyright: © 2025 by the author.  
Licensee Emirates Scholar Center for  
Research & Studies, United Arab Emirates.  
This article is an open access article  
distributed under the terms and conditions  
of the Creative Commons Attribution  
(CC BY) license  
(<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

## مستخلص الدراسة

هدف البحث إلى تحليل البروفيل المعرفي - النفسي لتلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية في ضوء كفاءة التجهيز العقلي المعرفي وسمات الوقاية النفسية للتوصل إلى محكات تشخيصية معرفية ونفسية تميز هذه الفئة، وللتحقق من فروض البحث تم الاعتماد على المنهج الوصفي، واستخدم مقياس الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية، واختبار كفاءة التجهيز العقلي المعرفي، ومقياس سمات الوقاية النفسية، وطبقت مقياس البحث الثلاث على عينة البحث الأساسية والتي تكونت من (382) تلميذ وتلميذة من تلاميذ الصف السادس الابتدائي للعام الدراسي 2023/2022 بمدرسة محمد فريد الابتدائية التابعة لإدارة بندر دمنهور التعليمية-بمحافظة البحيرة، قسمت العينة من حيث درجة التلاميذ على مقياس الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية إلى مرتفعي الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية وهم التلاميذ الذين حصلوا على درجات مرتفعة على مقياس الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية وعددهم (103) تلميذ وتلميذة بمتوسط أعمار (12.75) وبانحراف معياري قدره (1.45)، منخفض الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية وهم التلاميذ الذين حصلوا على درجات منخفضة على مقياس الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية وعددهم (103) تلميذ بمتوسط أعمار (12.32) وبانحراف معياري قدره (0.925). وأهم النتائج التي أسفر عنها البحث: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع) على مقياس كفاءة العمليات المعرفية (التخطيط، الانتباه، المعالجة المتزامنة، المعالجة المتتابة) في اتجاه التلاميذ منخفض الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع) على مقياس سمات الوقاية النفسية الأبعاد (ضبط الذات- اليقظة الذهنية- العزيمة) والدرجة الكلية في اتجاه التلاميذ منخفض الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية، يوجد اختلاف في شكل وتشبث البروفيل المعرفي النفسي لتلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع) في ضوء اختبار كفاءة التجهيز العقلي المعرفي، ومقياس سمات الوقاية النفسية.

**الكلمات المفتاحية:** البروفيل المعرفي، النفسي، الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية، كفاءة التجهيز العقلي المعرفي، سمات الوقاية النفسية.

## المقدمة:

تمثل الهواتف الذكية Smartphone حاجة ضرورية شاع استخدامها بين مختلف شرائح المجتمع بصورة عامة، ولشريحة طالب العلم بصورة خاصة؛ سواء في حياتهم الشخصية أو حياتهم العملية، لما لها من استخدامات عديدة منها: قراءة الكتب الإلكترونية، والتواصل مع الزملاء والمعلمين عبر شبكات التواصل الاجتماعي وغيرها.

ويأتي هذا في سياق أوسع يشهد فيه المشهد المعاصر لتقنيات الاتصال الإلكتروني تطورًا متسارعًا وتعدّدًا في الوسائط، وواجهات تفاعلية تجعل هذه التقنيات في متناول جميع الفئات المجتمعية، ومن اللافت أن فئة الشباب، وخاصة طلاب المدارس، تُقبل بشكل ملحوظ على استخدام شبكات التواصل الاجتماعي إلا أن هذا الإقبال المتزايد لا يصاحبه - للأسف - تنمية موازية للمهارات الضرورية التي تُمكن من الاستخدام الواعي والمسؤول للتكنولوجيا (Abdelmajid, 2023)، وتُعد الهواتف الذكية إحدى أبرز أدوات هذا العصر التقني، إذ أحدثت نقلة نوعية في أنماط التواصل والمعرفة، لما تتميز به من قدرات متقدمة، كارتباطها المباشر بشبكة الإنترنت، واحتوائها على مجموعة واسعة من التطبيقات المتنوعة والمتجددة، مثل أدوات الإدارة الشخصية المدمجة، والكاميرات عالية الجودة، وأجهزة التسجيل، مما يجعلها جزءًا أساسيًا من الحياة اليومية، لاسيما لدى فئة الشباب، كما أصبحت بشاشات عرض أكبر وأعلى دقة، وتمكن المستخدم من إدراج الملاحظات وإدخال البيانات ومعالجتها وإعادة استرجاعها واستخدامها حسب الحاجة، إذ تعد بمثابة التكنولوجيا الحديثة في مجال الاتصالات لأجيال لاحقة (2002، Katz & Aakhus) بالإضافة إلى ذلك فهي توفر وصولاً سهلاً إلى كمية كبيرة من المحتوى عبر الإنترنت وفرصاً للحفاظ على العلاقات الاجتماعية التي تشمل المزيد والمزيد من الأشخاص بالإضافة إلى ذلك تعد الهواتف الذكية سهل الوصول إليه وتمنح المستخدمين إشباعاً فورياً، مما يعزز الاستخدام المستمر (Oulasvirta, Rattenbury, & Raita al., 2012).

على الرغم من أن الهواتف الذكية أصبحت جزءاً لا يتجزأ من الحياة اليومية وأسهمت في تعزيز الكفاءة والذكاء الوظيفي للأفراد، حيث باتت قادرة على تنفيذ مجموعة واسعة من الأنشطة المعرفية (Ellison, 2012) إلا أن الاعتماد المتزايد عليها أدى إلى بروز عدد من الآثار السلبية منها الاستخدام (اللاتكفي) maladaptive للهواتف الذكية نظراً لاستخدامها بشكل يومي ولأغراض مختلفة وأنها أصبحت لا غنى

عنها، أشار كل من (Oulasvirta et al., 2012; Lee & Park, 2014) إلى أن العديد من الأفراد يواجهون صعوبة في التوقف عن استخدام الهواتف الذكية، حتى في الأوقات التي يُفترض فيها تجنب استخدامها، كما يعانون من مشاعر عدم الارتياح أو التوتر عند الاضطرار إلى إيقاف تشغيلها، مما يعكس ضعف السيطرة الذاتية واعتمادهم المتزايد على هذه الأجهزة في حياتهم اليومية. أشار كل من (Kwon, Kim, Cho, & Yang, 2013; Lin, Chang, Lee, Tseng, Kuo, & Chen, 2014) إلى أن الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية يُشابه إلى حد كبير معايير الإدمان السلوكي، حيث يظهر في شكل اعتماد مفرط وصعوبة في التحكم، كما أوضحت نتائج دراسات (Lepp, Kang & Jung, 2014; Barkley & Karpinski, 2014) أن الطلاب يقومون بتفقد هواتفهم الذكية بمعدل يصل إلى 60 مرة يومياً، مع استخدام يومي يتجاوز أربع ساعات، وهو ما يعزز من مؤشرات الاستخدام القهري لهذه الأجهزة.

ويأتي هنا العديد من التساؤلات حول ما إذا كان الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية يسبب قصور أو كسل في أداء التجهيز العقلي المعرفي لدى الأفراد؟ هل الاعتماد على الهواتف الذكية والتقنيات لها تأثير سلبي على الأداء الذهني، والقدرة على التفكير والتذكر؟ هل الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية ناتج عن ضعف في سمات الوقاية النفسية (ضبط الذات، اليقظة الذهنية، العزيمة) لدى الأفراد؟ وما الملامح المعرفية والنفسية للمستخدمي الهواتف الذكية اللاتكفية بمختلف مستوياتهم (منخفض-مرتفع)؟

ولفهم الأداء المعرفي النفسي لمستخدمي الهواتف الذكية (اللاتكفي) دعت الحاجة لتقييم المعرفي - النفسي لهذه الفئة، حيث يُعد التجهيز العقلي المعرفي مجالاً مهماً للصحة والتكيف، ويؤثر بشكل كبير على جودة حياة الأفراد وتكيفهم ونظراً لتعدد النظريات التي تناولت التجهيز العقلي المعرفي سوف يركز البحث الحالي على التجهيز العقلي المعرفي وفقاً لنظرية لوري-داس PASS الذي يشير إلى أن التجهيز العقلي المعرفي يتكون من أربع عمليات وهي (التخطيط، Planning، والانتباه، Attention، والمعالجة المتأنية Simultaneous Process، والمعالجة المتتابعة Successive Process) والتي تمثل القدرة البشرية وتشكل منظومة مترابطة من الوظائف المعرفية التي تتفاعل مع قاعدة المعارف والمهارات الخاصة بالفرد حيث أكد على العمليات أكثر من القدرات، كما تمثل هذه العمليات الأربع الأساس الذي تقوم عليه النظرية واللبات الأساسية للعمليات العقلية البشرية.؛

Naglieri, Conway & Goldstein, Naglieri & Das, 2005) ، وتلك العمليات العقلية هي التي تشكل نظام معقد ومترابط يساعدنا في فهم طبيعة الفروق الفردية ويوفر إطاراً يمكن من خلاله وضع تصور التقييم.

في إطار السعي لفهم مدى تأثير الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية على كفاءة التجهيز العقلي المعرفي أشارت العديد من الدراسات إلى أن هذا النمط من الاستخدام قد ينعكس سلباً على الوظائف الإدراكية، فقد أوضحت دراسة ( Niu, Shi, Zhang, Yang, ) (Jin & Sun, 2022) أن الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية يؤثر سلباً على الأداء الإدراكي، كما كشفت نتائج دراسة (Thornton, Faires, Robbins, & Rollins, 2014) أن مجرد وجود الهواتف الذكية في محيط الفرد قد يؤدي إلى تقليل الانتباه وتدهور الأداء في المهام لا سيما تلك التي تتطلب مستوى عالٍ من المعالجة المعرفية، وأشار (Cain, Leonard, Gabrieli, & Finn, 2016) إلى وجود ارتباط بين الاستخدام المتكرر للوسائط الرقمية وبين ضعف أداء الذاكرة العاملة.

وفيما يتعلق بالاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية وعلاقته بسمات الوقاية النفسية والتي تُعرف بأنها نظاماً منظماً يهدف إلى التقليل من تأثير التهديدات الداخلية والخارجية إلى أدنى حد، ويسهم في تحقيق التوازن النفسي والاستقرار الانفعالي (Rustamjonovich, 2019, 34) والتي تتحدد في البحث الحالي في ثلاث أبعاد هي (ضبط الذات- اليقظة الذهنية - العزيمة) وتشير الأدبيات والدراسات السابقة إلى وجود علاقة واضحة بين هذه الأبعاد والاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية، فقد توصلت عدة دراسات (Van Deursen, BolleL, & Kommers 2015; Gökçearslan, Mumcu, Has Iaman, & Çevik, 2016; Berger, Wyss, & Knoch, 2018; Xiang, Lin, Wang, Li, Xu, & Hu, 2020; Servidio, 2021; Zhang, Wang, Xu & Fu, 2023) إلى أن الأفراد يتأثرون بإغراءات الهواتف الذكية بدرجات متقاربة كما كشفت هذه الدراسات عن وجود علاقة ارتباطية دالة بين ضبط الذات والاستخدام اللاتكيفي لهذه الأجهزة.

بالإضافة إلى ذلك، أظهرت نتائج دراسة كل من Elhai, Levine, Brien, & Armour, 2018; Hallauer, ) (Rooney, Billieux, Hall & Elhai, 2022 وجود ارتباطاً عكسياً بين اليقظة الذهنية والاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية، من جهة أخرى أشارت دراسة ( Khoo & Yang, 2023) إلى أن العزيمة تعمل كخاصية وقائية ضد الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية، وهو ما دعمته أيضاً نتائج دراستي ( Kim, Kwak & Kim, 2022; ) (England & Tobias, 2023) اللتين أظهرتا ارتباطاً سالباً بين العزيمة مع الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية.

وفي ضوء ما سبق، يتضح أهمية دراسة البروفيل المعرفي النفسي للتلاميذ ذوي الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية للوصول إلى دلالات معرفية نفسية تشخيصية لهذه الفئة وفهم أكثر شمولاً ووضوحاً ونتاج تفسيرات ذات أسس نظرية في ضوء كفاءة التجهيز العقلي المعرفي وسمات الوقاية النفسية.

## ثانياً: مشكلة البحث:

تنطلق مشكلة البحث الحالي من ضرورة توفر الأدلة المتعلقة بالبروفيل المعرفي-النفسي للتلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية حيث من الشائع عن البروفيل المعرفي النفسي للمقاييس النفسية، وخاصة مقاييس الذكاء أنها تكون فقط للفئات الإكلينيكية التي تظهر زُملة أعراض إكلينيكية دائمة، ونمطاً مميزاً من البروفيل التي تتميز بها عن غيرها، مثل التلف الدماغي، أو سمة القلق، أو الفصام أو التوحد أو ذوي اضطراب ضعف الانتباه وفرط الحركة أو المصابين بالشلل الدماغي، ويمكن عن طريقها التنبؤ بأداء الفرد مثل التحصيل الدراسي، أو تشخيص اضطرابات محددة. ( نور الدين، 2013)

وعلى الرغم من توصل (Lin et al. 2014) أن الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية شكل من أشكال الإدمان التكنولوجي حيث له عدة جوانب مشابهة للاضطرابات المرتبطة بالمواد المسببة للإدمان الواردة بالدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية (DSM-5) بما في ذلك العوامل الأربعة الرئيسية التالية: (السلوك القهري، والضعف الوظيفي، والانسحاب، والاعتماد) لايوجد لهذه الفئة بروفيل معرفي- نفسي خاص بهم.

لذلك يحاول البحث التعرف على البروفيل المعرفي النفسي لذوي الاستخدام (اللاتكيفي) للهواتف الذكية في ضوء كفاءة التجهيز العقلي المعرفي، وسمات الوقاية النفسية حيث أن الأدبيات العلمية الداعمة له لا تزال في مراحلها الأولى، وتشير النتائج المتاحة إلى أن العادات المرتبطة بالهواتف الذكية يمكن في بعض الحالات أن تكون ضارة بكفاءة التجهيز العقلي المعرفي فقد أشارت نتائج دراسة ( Barr, Pennycook, ) (Stolz & Fugelsang 2015) أن المزيد من استخدام الهواتف الذكية يرتبط بنمط من التفكير السطحي وقليل التحليل بينما كشفت نتائج دراسة (sana, Weston & Cepeda, 2013) عن وجود علاقة سلبية بين استخدام الحاسوب المحمول والأداء الأكاديمي، ليس فقط للمستخدم بل أيضاً لمن هم في نطاق رؤية الشاشة ويشير (Uncapher, Thieu & Wagner, 2015) إلى أن الاستخدام المتكرر للوسائط المتعددة يرتبط بضعف في أداء الذاكرة العاملة، وفي السياق ذاته أوضحت نتائج دراسة ( Emara, Attia & El Shemy, 2023) إن الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية

ارتبط بشكل كبير بانخفاض الوظائف المعرفية على وجه التحديد وانخفاضاً كبيراً في الانتباه الانتقائي، وسرعة الاستجابة، وذاكرة الكلمات، والتفكير المنطقي.

وأظهرت الدراسات أن الاستخدام (اللاتكفي) للهواتف الذكية قد يرتبط سلباً مع أبعاد سمات الوقاية النفسية (ضبط الذات، اليقظة الذهنية، العزيمة)، فقد أشار (Li, Li, 2010; Tokunaga & Rains, 2010; Liu, & Wu, 2020) إلى أن المراهقين الذين يعانون من ضعف في ضبط الذات غالباً ما يفتقرون إلى القدرة على مقاومة رغبتهم في استخدام الهواتف الذكية، مما يؤدي إلى زيادة مفردة وغير منظمة في استخدامها ومن ثم إلى نمط استخدام اللاتكفي، كما أوضحت دراسات أخرى أن اليقظة الذهنية تسهم بدور وقائي ضد هذا النمط من الاستخدام، إذ أشار كل من (Regan, Harris, Van Loon, Nanavaty, Schueler, 2020; Engler, & Fields, 2020) إلى أن زيادة مستوى اليقظة الذهنية تقلل من تأثير كل من النوموفوبيا (الخوف من الانفصال عن الهاتف) والميل إلى الشعور بالملل، ما يحد من الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية، وفي السياق ذاته يبين (Je&Lee, 2023) أن انخفاض مستوى العزيمة يرتبط بزيادة الاعتماد على الهواتف الذكية وقد أوضح كل من (Borzikowsky & Bernhardt, 2018) أن الأفراد ذوي العزيمة العالية يميلون إلى تقليل استخدامهم للهواتف الذكية أو تجنبه.

ومع تزايد المخاوف بشأن الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية والإدمان عليها، لا يزال من غير الواضح كيف ينبغي تقييم الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية، وما هي معايير التشخيص التي ينبغي استخدامها لتحديد ما إذا كان شخص لديه خلل سلوكي ومعرفي فيما يتعلق باستخدام الهواتف الذكية، وحيث أنه لا يوجد رسم تشخيص سيكومتري رسمي للكشف عن شكل البروفيل المعرفي والنفسي لهؤلاء الأفراد.

وتأسيساً على ماسبق، تتضح مشكلة البحث في السؤال التالي: ما هو شكل البروفيل المعرفي - النفسي لتلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية في ضوء كفاءة التجهيز العقلي المعرفي وسمات الوقاية النفسية؟

وعلى ذلك تتحدد مشكلة البحث الحالي في الأسئلة الفرعية التالية:

- هل يتميز البروفيل المعرفي - النفسي لتلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع) في ضوء كفاءة العمليات المعرفية (التخطيط، الانتباه، المعالجة المتزامنة، المعالجة المتتابعة) والدرجة الكلية؟

- هل يختلف شكل وتشنت البروفيل المعرفي لتلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع) في ضوء كفاءة التجهيز العقلي المعرفي؟

- هل يتميز البروفيل المعرفي - النفسي لتلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع) في ضوء أبعاد سمات الوقاية النفسية (ضبط الذات، اليقظة الذهنية، العزيمة) والدرجة الكلية؟

- هل يختلف شكل وتشنت البروفيل المعرفي النفسي لتلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع) في ضوء سمات الوقاية النفسية؟

### ثالثاً: أهداف البحث

- يهدف البحث الحالي إلى التعرف البروفيل المعرفي لتلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية في ضوء كفاءة العمليات المعرفية (التخطيط، الانتباه، المعالجة المتزامنة، المعالجة المتتابعة).

- تشخيص الفروق في أداء البروفيل المعرفي بين مجموعتين من تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع) في ضوء أبعاد التجهيز العقلي المعرفي (التخطيط، الانتباه، المعالجة المتزامنة، المعالجة المتتابعة).

- يهدف البحث الحالي إلى التعرف البروفيل النفسي لتلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية في ضوء أبعاد سمات الوقاية النفسية (ضبط الذات، اليقظة الذهنية، العزيمة) والدرجة الكلية.

- تشخيص الفروق في أداء البروفيل النفسي بين مجموعتين من تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع) في ضوء أبعاد سمات الوقاية النفسية (ضبط الذات، اليقظة الذهنية، العزيمة).

### رابعاً: أهمية البحث:

1. قد يكون البحث له قيمة تشخيصية في تحديد المعالم المعرفية

والنفسية للتلاميذ ذوي الاستخدام  
اللاتكفي للهواتف الذكية.

2. تتحد أهمية البحث من أهمية  
التجهيز العقلي المعرفي في  
اكتساب المعلومات ومعالجتها  
وتحويلها واسترجاعها، وأهمية  
الكشف عن تلك العمليات  
والتعرف عليها، والتي تمثل فروقاً  
جوهرية بين الأفراد وتميزهم عن  
بعضهم البعض في الأداء وحل  
المشكلات.

3. التعرف على الأسباب النفسية  
المرتبطة بانتشار الاستخدام  
اللاتكفي للهواتف الذكية في ضوء  
أحد المتغيرات الإيجابية وهي  
سمات الوقاية النفسية.

4. قد يساهم البحث في سد النقص  
الموجود في الدراسات والبحوث  
العربية، حيث أن الأبحاث المرتبطة  
باستخدام الهواتف الذكية  
اللاتكيفية مازالت متنامية وعلى  
اعتبار أنها محاولة لإلقاء الضوء  
على فكرة جديدة نسبياً لم يتم  
تناولها بالقدر الكاف من خلال  
الدراسات والبحوث العربية.

5. قد تسهم النتائج في إجراء  
دراسات بحثية ذات الصلة  
بمتغيرات أخرى، بالإضافة إلى أن  
هذا البحث يقدم أدوات علمية  
وصفية، والتي قد تساعد الباحثون  
والمختصون في مجال  
الدراسات التربوية والنفسية على  
استخدامه في أبحاثهم  
ودراساتهم، والذي يتمتع  
بخصائص سيكومترية جيدة  
ومرتفعة.

خامساً: المصطلحات الإجرائية للبحث:

1. البروفيل المعرفي- النفسي: Cognitive-  
psychological profile عرض رسومي لنتائج  
الاختبارات النفسية التي تقدم ملخصاً  
لسمات الشخص أو السمات والميول  
الفريدة الأخرى. ( APA Dictionary of  
Psychology, 2023)

2. الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية:  
Maladaptive smartphone use هو  
الاستخدام المفرط القهري للهواتف الذكية

بالرغم من مخاطره على الوظائف  
الفسولوجية والمعرفية، والنفسية،  
والاجتماعية" والمكون من خمس أبعاد هي  
(الاستخدام المفرط القهري- التأثير السلبي  
على الحياة الشخصية والصحية - صعوبة  
السيطرة (التحكم)- الانسحاب- التوقع  
الإيجابي) والتي تعرفها الباحثة كما يلي:

- الاستخدام المفرط -القهري: Compulsive-  
overuse " هو الاستخدام المستمر رغم  
إدراك المخاطر الناجمة عن زيادة  
الاستخدام."

- التأثير على الحياة الشخصية والصحية:  
Negative impact on personal life and  
health وتعرف بأنها " التأثيرات المتمثلة في  
الانسحاب من المناسبات العائلية وضعف  
في الأداء الدراسي، وما يعترضه من مشاكل  
الصحية "

- صعوبة السيطرة (التحكم): Difficulty  
(control) controlling: ويعرف بأنه " صعوبة  
التحكم في استخدام الهواتف الذكية رغم  
المحاولات المتكررة."

- الإنسحاب: Withdrawal ويعرف بأنه  
"الشعور بالقلق وعدم الارتياح عند الرغبة أو  
التقليل من استخدام الهواتف الذكية".

- التوقع الإيجابي: Negative consequence:  
ويعرف بأنه "هو توقع نتائج مرضية وجيدة  
من استخدام الهواتف الذكية".

ويعرف الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية إجرائياً في  
البحث الحالي بمجموع استجابات التلاميذ عينة  
الدراسة على مقياس (الاستخدام اللاتكفي للهواتف  
الذكية) إعداد الباحثة.

- التجهيز العقلي المعرفي:  
Cognitive mental processing ويعرف بأنه مجموعة  
من العمليات التي تمكن الفرد من فهم معاني  
المثيرات ودلالاتها والارتباطات القائمة بينها تحليل  
المثيرات هو الطريق لحفظها وتخزينها، وتتطلب درجة  
عالية من الاحتفاظ والاسترجاع وتذكر المعاني والتي  
تتضمن على العمليات) التخطيط -الانتباه-المعالجة  
المتزامنة- المعالجة المتتابعة) .

وتعرف كفاءة التجهيز العقلي المعرفي إجرائياً في  
البحث الحالي بمجموع استجابات التلاميذ عينة  
الدراسة على اختبار (كفاءة التجهيز العقلي المعرفي)  
إعداد الباحثة.

**3-** سمات الوقاية النفسية: psychological protective traits تُعرفها الباحثة بأنها "هي مجموعة من السمات النفسية والتي من شأنها حماية الفرد من التأثيرات السلبية المحتملة والاضطرابات النفسية المهددة ووضعة على مسار السواء النفسي والتي تتحدد في البحث الحالي في ثلاث أبعاد هي (ضبط الذات- اليقظة الذهنية - العزيمة).

- ضبط الذات: Self-control هو سمة استعدادية تمكن الفرد من قمع الدوافع الدخيلة والانخراط في السلوك الموجهة نحو الهدف.

- اليقظة الذهنية: mindfulness هي سمة استعدادية تمكن الفرد من الإدماج اليقظ والانتباه الوعي (لمشاعره- وأفكاره- أفعاله) في اللحظة الحاضرة دون تقييم أو حكم.

- العزيمة: Grit ويعرف بأنه هو سمة استعدادية تمكن الفرد من العمل بإصرار على تحقيق هدفه والتمسك به رغم الضغوط والصعوبات التي تواجهه مع مواصلة الجهود المستمرة من أجل تحقيق الهدف.

وتعرف سمات الوقاية النفسية إجرائياً في البحث الحالي بمجموع استجابات التلاميذ عينة الدراسة على مقياس (سمات الوقاية النفسية) إعداد الباحثة.

سادساً: محددات البحث: اقتصر البحث الحالي على الحدود التالية:

1. الحدود الموضوعية: البروفيل المعرفي والنفسي، مستخدمي الهواتف الذكية اللاتكفي- كفاءة التجهيز العقلي المعرفي، سمات الوقاية النفسية.

2. الحدود البشرية: تكونت عينة البحث الأساسية من (382) تلميذ وتلميذة من تلاميذ الصف السادس الابتدائي للعام الدراسي 2023/2022 بمدرسة محمد فريد الابتدائية التابعة لإدارة بندر دمنهور التعليمية-بمحافظة البحيرة، قسمت العينة من حيث درجة التلميذ على مقياس الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية إلى مرتفعي الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية وهم التلاميذ الذين حصلوا على درجات مرتفعة على مقياس الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية ويمثلون نسبة (27%) من العينة الكلية وعددهم (103) تلميذ وتلميذة ممن تقع درجاتهم في نطاق الرباعي الأعلى والبالغ متوسط أعمارهم (12.75) وبانحراف معياري قدره (1.45)، منخفض الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية وهم التلاميذ الذين حصلوا على درجات منخفضة على مقياس

الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية ويمثلون نسبة (27%) من العينة الكلية وعددهم (103) تلميذ وتلميذة ممن تقع درجاتهم في نطاق الرباعي الأدنى والبالغ متوسط أعمارهم (12.32) وبانحراف معياري قدره (0.925).

3. الحدود المكانية: مدرسة محمد فريد الابتدائية.

4. الحدود الزمانية: تم تطبيق تجربة البحث في الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي 2023/2022م.

سابقاً: الإطار النظري والدراسات السابقة:

1-الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية:

- مفهوم الهواتف الذكية:

عُرفت (Statista, 2022) الهواتف الذكية بأنها "هي نسخة متقدمة من الهواتف المحمولة التي تتيح الوصول إلى الإنترنت للمراسلة ووسائل التواصل الاجتماعي ومشاهدة مقاطع الفيديو وممارسة الألعاب".

ويعرف (Coban& Gundogmus,2019,87) الهواتف الذكية هي "أجهزة محمولة شائعة، عادةً ما تكون مزودة بشاشة تعمل باللمس، وتحتوي على عدد كبير من الميزات التي تسمح بالاتصال والوصول إلى الإنترنت والشبكات الاجتماعية والمراسلة والفيديو والألعاب والتقاط الصور واستخدام الوسائط المتعددة".

- مفهوم الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية.

لا يوجد تعريف ثابت للاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية، هناك من يعرفه على أنه Smart Phone Addiction إدمان سلوكي، والذي يتم تعريفه على أنه اعتماد غير مادي ناتج عن المشاركة المفرطة في مختلف الأنشطة التي تتم بوساطة الهواتف الذكية، مما يؤدي إلى تلف الوظائف الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية. (De-Sola Gutierrez, Fonseca & Rubio ; Liu, Yang, Lin, Yu& Zhou, 2017; Lapierre, Zhao & Custer, 2019;)

كما عُرفه (Horwood & Anglim, 2019,45) على أنه استخدام قهري يؤدي إلى ضعف الأداء اليومي من حيث الإنتاجية أو العلاقات الاجتماعية أو الصحة البدنية أو الرفاهية العاطفية .

وعُرفه (Salicetia, 2015,1372) أحد أنواع الإدمان على الإنترنت أو التكنولوجيا، والذي يشير إلى اضطراب مرضي قهري يدفع الشخص إلى الإفراط في استخدام

التكنولوجيا بسبب مشاكل في التحكم في الانفعالات، إدمان الهواتف الذكية هو نوع من الإدمان السلوكي الذي يظهر المكونات الأساسية للإدمان.

كما تم تعريفه على أنه الاستخدام الإشكالي للهاتف الذكي Problematic Smart Phone use على أنه الانشغال باستخدام الهاتف الذكي الذي يتميز بفقدان السيطرة (Roberts, Yaya, & Manolis, 2014; Jeong, Kim, Yum, & Hwang, 2016).

وعرفه كل من (Panova & Carbone, 2020; Grote., Kothgassner & Felnhof, 2019) بأنه استخدام إشكالي للهواتف الذكية يتمثل في الاستخدام المفرط وغير القابل للسيطرة، والانشغال الزائد بها على حساب الأنشطة الأخرى، مع الاستمرار في استخدامها رغم الوعي بالأضرار المحتملة الناتجة عنها.

وقد عرّفه (Kwak, Cho, & Kim, 2022) على أنه نمط استخدام إشكالي للهواتف الذكية يتمثل في الاعتماد اللاتكفي، والذي يُفضي إلى فقدان السيطرة على الرغبة في استخدام الهاتف الذكي، حتى في ظل الإدراك الكامل للعواقب السلبية المترتبة على هذا السلوك.

وعلى الرغم من تعدد التعريفات إلا أنها تعد مصطلحات مُترادفة تعبر عن التغييرات سلوكية الناجمة عن الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية.

أبعاد الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية:

حددت الأطر النظرية مجموعة من الأبعاد التي تُميز الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية، حيث أشار كل من (Lin et al, 2016; Chen, Liu, Ding, Ying, Wang, & Wen 2017) إلى وجود أربعة أبعاد رئيسية لهذا النمط من الاستخدام، وهي كما يلي:

1- الاستخدام القهري للهاتف: مثل سلوكيات التحقق المستمر من الرسائل أو التحديثات.

2- التحمل: تزايد الرغبة في الاستخدام بصورة مستمرة.

3- الانسحاب: وهو شعور بالضيق والغضب بدون استخدام الهاتف.

4- الضعف الوظيفي: التأثير على أنشطة الحياة الأخرى والتواصل والعلاقات الاجتماعية.

كما أشار (Kwon et al., 2013) إلى أن أبعاد الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية تتمثل في ست أبعاد وهي (اضطراب الحياة اليومية، التوقع الإيجابي، الانسحاب، العلاقة الموجهة نحو الفضاء الإلكتروني، فرط الاستخدام، التحمل).

أنماط استخدام الهواتف الذكية:

بالرغم من تزايد عدد مستخدمي الهواتف الذكية، إلا أن هذا لا يعني أن جميعهم يندرجون ضمن فئة المستخدمين اللاتكفيين، إذ أن طبيعة الاستخدام هي العامل الحاسم في تحديد مدى تأثيرها السلبي، فالاستخدامات المتعددة للهواتف الذكية تتنوع ما بين الأغراض التعليمية والعلمية، والترفيهية، إلى جانب استخدامها في التواصل الاجتماعي والألعاب، وذلك لتعدد التطبيقات المتاحة، وتشير نتائج الدراسات السابقة إلى أن بعض أنواع المحتوى في هذه التطبيقات قد تكون أكثر ضرراً من غيرها؛ فقد أوضح (Lee & Park, 2014) أن المستخدمين اللاتكفيين يميلون إلى تفضيل خدمات الشبكات الاجتماعية، وهو ما قد يفسر ارتفاع معدل إدمان الإناث على الهواتف الذكية مقارنة بالذكور، كما أشار كل من (Jeong, Kim, Yum & Hwang, 2016; Salehan & Negahban, 2013) إلى أن الأفراد الذين يستخدمون الهواتف الذكية في الترفيه والألعاب ومواقع التواصل الاجتماعي هم أكثر عرضة للاستخدام اللاتكفي، بينما لم تُظهر الدراسات نفس النتيجة لدى من يستخدمون الهواتف لأغراض دراسية وعلى الرغم من أن كلاً من استخدام الشبكات الاجتماعية والألعاب يمثلان مؤشرين على الاستخدام اللاتكفي إلا أن استخدام الشبكات الاجتماعية يُعد مؤشراً أقوى. وقد أكدت نتائج دراسة (Kwak & Kim, 2023) هذه العلاقة حيث أشارت إلى أن استخدام خدمات الشبكات الاجتماعية يُعد منبئاً واضحاً للاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية.

2- كفاءة التجهيز العقلي المعرفي:

وتركز نظرية تجهيز العقلي المعرفي على الكيفية التي يتعامل فيها الفرد مع الأحداث البيئية، وعلى ترميز المعلومات المراد تعلمها وربطها في الغرفة الموجودة في الذاكرة على نحو مسبق، ومن ثم تخزين هذه المعلومات واسترجاعها عند الحاجة إليها، ويعتقد منظرو التجهيز العقلي المعرفي أن الفرد معالج نشط للمعلومات، وأن عقله نظام معقد لتجهيز المعلومات. (يوسف، 2011)

ولقد تعددت النظريات التي قامت بتفسير التجهيز العقلي المعرفي، ولكن يتم التركيز في البحث الحالي على نظرية Paas للمعلومات المعرفية حيث أنه من النماذج المعرفية التي لاقت صدى واسع واهتمام كبير نظراً للأسس العصبية والمعرفية التي يقوم عليها، كما أنها تقدم أساساً شاملاً لفهم الفروق الفردية بين التلاميذ وذلك من خلال مجموعة اختبارات مترابطة ومتكاملة تقوم على أساس نظري متكامل من البناء المعرفي.

- نظرية المعالجة المعرفية ل (PASS)

ويفترض (Das & Misra, 2015) أن المعرفة منظمة في ثلاث أنظمة وأربع عمليات، النظام الأول هو

التخطيط الذي يشتمل على وظائف تنفيذية مسئولة عن التحكم وتنظيم السلوك واختيار الاستراتيجية وبنائها النظام الثاني وهو نظام الانتباه وهو مسئول عن مستويات الإثارة والتنبه والتركيز على المثير البديل، والنظام الثالث هو نظام معالجة المعلومات الذي يوظف كلاً من عمليتي التتابع والتآني وفيما يلي عرض لتلك الوظائف المعرفية:

- التخطيط: Planning: يعد هو الوحدة الوظيفية الأولى في نموذج (Luria)، ومكون من مكونات نظرية لوريا-داس PASS وعنصر من عناصر الوظيفة التنفيذية، وهي أساس ضبط كل من الانتباه واستخدام كل من التتابع والتآني، بالإضافة إلى قاعدة المعرفة الوظيفية التنفيذية (Carlson & Hunt, 2015).

وَعَرَفَ (Das, 2002) التخطيط بأنه عملية عقلية حيث يحدد الفرد وينتقي ويستخدم الحلول المتاحة للمشكلة ويشمل: حل المشكلات، تشكيل التفكير، وضبط الإندفاع، استرجاع المعرفة، ويرى (Das, 2002) أن الفرد عندما يقوم بتسجيل وتخزين المعلومات الواردة إليه عليه أن يقوم بخطة عمل تتميز بأنها تنظم العمل الذي يقوم به الفرد بحيث يحدد ويقارن بين المعلومات القادمة وبين نوع الحل المقترح للمشكلة، ومن ثم فإن كفاءة الفرد في أداء هذه الوظيفة من شأنها أن تقلل إلى حد كبير من الأخطاء التي يقع فيها عند حل مشكلة ما، حيث تكون هناك مراقبة ذاتية لكيفية تنفيذ خطة العمل المقترحة لحل المشكلة التي يواجهها الفرد.

وللتخطيط وظائف معرفية متعددة حيث يشير كل من (Naglieri, Conway & Goldstein, 2009; Cai, Georgiou, Wen & Das, 2016) أن للتخطيط وظائف معرفية متعددة منها القدرة على تعميم واستخدام الاستراتيجيات واستنباطها في حل المشكلات، والقدرة على التوجيه الذاتي، والتحكم الذاتي، والرصد الذاتي، والضبط الانفعالي الإرادي، والقدرة على تنفيذ الخطط، وتوقع النتائج، وتقييم النتائج المترتبة على أفعال الفرد الخاصة وأفعال الآخرين، والقدرة على اتخاذ القرار، وتشكيل التفكير، وإعادة التمثيل الذهني، والبرمجة والتنظيم وتقييم السلوك، وتطوير الاستراتيجيات لتحقيق الأهداف المرجوة.

- الانتباه: Attention: عَرَفَ (قاموس علم النفس الإماراتي الروسي، 2024، 132) الانتباه بأنه هو القدرة على تركيز الطاقة العقلية على مثيرات معينة أو مهام، ويعتمد الانتباه غالباً على الاهتمامات والاحتياجات والمواقف واتجاهات الشخص وخصائصه النفسية الأخرى.

يَعْرِفُ (Das, 2002) الانتباه على أنه العملية العقلية التي ينتقي الفرد فيها بعض المثيرات ويتجاهل مثيرات أخرى، ويميز (Das, 2002) بين اليقظة والتي هي عملية

بسيطة تحفظ لنا الوعي والحذر وهو يرتبط بالنشاطات في جذع المخ والجزء الأسفل من لحاء المخ، أما الانتباه فهو أكثر تعقيداً حيث تسمح عملية الانتباه للفرد بالاستجابة الانتقائية للمثيرات الجزئية ومنع الاستجابات المتعارضة، ويرتبط الانتباه بالفص الأمامي/الجبهوي والجزء الأسفل من اللحاء، كما يُعد الانتقاء أحد الوظائف المعرفية للانتباه: وهو القدرة على تثبيت التركيز على مثيرات معينة ضرورية وإهمال المثيرات الأخرى. (Naglieri & Das 2005; Otero, 2015)

-المعالجة المتزامنة: Simultaneous Processing : هي العملية العقلية التي يقوم من خلالها الفرد بدمج المثيرات في مجموعات، وينظر إلى المثيرات ككل أو كجشطلت حيث يرتبط كل عنصر بكل عنصر آخر ليكون المفهوم العام، وتعد عملية المعالجة المتزامنة ضرورية مع المهام اللفظية وغير اللفظية، وترتبط بسلامة المناطق الجدارية والقذالية والصدغية، (Das, Naglieri, Conway & Goldstein, 2009 ; 2002)، ويشير (Das, 2002) إلى العديد من الوظائف المعرفية لعملية التزامن منها (فهم العلاقات بين الكلمات والصور والأشكال، القدرة على ربط الأجزاء بشكل متكامل، القدرة على دمج الكلمات في سياق الجمل والأفكار القدرة على إدراك الأجزاء داخل الكل) والتي تتطلب من الفرد وضع المثيرات المنفصلة في مثير واحد أو المثيرات في مجموعة، وجوهر عملية المتزامنة تكون في قدرة الفرد في ربط العناصر بالمثيرات داخل مفهوم كلى مثل القدرة على إدماج الكلمات داخل أفكار أو تكامل الكلمات في أفكار رؤية الأجزاء في كل أو في مجموعة وفهم العلاقات بين الألفاظ والمفاهيم، ورؤية الأشياء المتعددة في آن واحد، الأداء مع المعلومات الناقصة.

-المعالجة المتتابعة: Successive Processing: يعرفها (Das, 2002) بأنها عملية عقلية يدمج الفرد فيها المثيرات في ترتيب متسلسل خاص حيث يكون كل مكون في علاقة مع المكون التالي له قاعدة المعرفة التي تتكون من مجموعة المعلومات والمعارف والخبرات السابقة، وهذه المعارف تُشكّل السياق الذي تُمارَس فيه الوظائف المعرفية السابقة، حيث تُعد الإطار المرجعي الذي يوجّه تركيز النشاط المعرفي انتقاء الانتباه بقاء الاتجاه، توجيه الاستجابة والقدرة على إدراك المثيرات وفقاً للتتابع معين: التسلسل المنظم للكلمات المنطوقة القدرة على تكوين سلاسل من الكلمات والألفاظ.

ويمكن القول إن مستوي كفاءة التجهيز العقلي المعرفي لدى التلميذ يتحدد بطريقة تناول التلميذ لبعض المفاهيم العملية التي قد تكون تكرار لكل مهمة واسترجاعها بدون معنى سطحي أو إدراك معناها وإيجاد أوجه التشابه بينها وبين مهمة أخرى أو



## 2- العزيمة:

محاولة ربط مهمتين أو أكثر بينهما علاقة ارتباطية في سياق ذي معنى عميق .

## 3- سمات الوقاية النفسية:

تُعد سمات الوقاية النفسية psychological protective traits من مصادر القوة التي تمكن الإنسان من مقاومة الإصابة بالأمراض البدنية والنفسية. ويرى سليجمان Seligman أن الوقاية النفسية تعني توظيف القوى الإيجابية كالشجاعة والصبر والمثابرة، والرؤية متعددة الجوانب للحياة والمستقبل، والسعادة، والتفاؤل والتدين، والأخلاقيات، والأمانة، والأمل، والنشاط الهادف المتدفق حيوية وإنتاجاً، والاستبصار، والقدرة على التواصل، لتمثل سداً عاملاً وقائياً ضد وقوع الأطفال والمراهقين والشباب، وكبار السن فريسة للإحباط والاضطراب النفسي والانحراف والفشل. (الصبوة، 2010)

## أبعاد سمات الوقاية النفسية:

## 1- ضبط الذات:

عُرف (قاموس علم النفس الإماراتي الروسي، 2024، 150) ضبط الذات بأنه قدرة الفرد على

التحكم في سلوكه لتحقيق أهداف طويلة المدى.

يُعد ضبط الذات هو منظم السلوك فهو بمثابة الحصن النفسي الواقي من الانحرافات السلوكية والاضطرابات النفسية وكذلك من سهولة الوقوع تحت تأثير المواقف والحالات السلبية. (Love, May, 2020, Cui, & Fincham, 2020)

وعُرفه (Casey, 2015) بأنه هو عملية شعور الفرد ووعي الداخلي بذاته وتهدف إلى تأجيل التعزيزات الصغيرة في مقابل تعزيزات كبيرة، ويتضمن التخطيط البيئي، وإرجاء الانتباه، وإحداث فجوات نفسية.

## اليقظة الذهنية:

عُرف (قاموس علم النفس الإماراتي الروسي، 2024، 197) اليقظة الذهنية بأنها الوعي بحالة الفرد الداخلية ومحيطه.

عُرف (Jennings&Jennings, 2013, 23) اليقظة الذهنية على أنها " وعى الفرد التام بتجربته الحالية وتقبله لذاته كما هو في اللحظة الراهنة بدون إصدار حكم".

ويشير (Kettler, 2010) أن اليقظة الذهنية ذلك الأسلوب أو الطريقة في التفكير التي تؤكد على أهمية الانتباه إلى البيئة التي يعمل فيها الفرد وأحاسيسه الداخلية دون إصدار أي أحكام إيجابية أو سلبية، كذلك فإن الفرد عندما يقوم بالامتناع عن إصدار الحكم على خبرة ما بأنها إيجابية أو سلبية، فإنه يستطيع القيام بعرضها بشكل أكثر واقعية وتحقيق استجابة التكيف.

عُرف (قاموس علم النفس الإماراتي الروسي، 2024، 443) العزيمة بأنها القدرة على مواصلة الجهد والعمل في تحقيق الهدف رغم الصعوبات والعقبات.

ويُعرف (Wei,Gao& Wng, 2019) العزيمة بأنها "سمة شخصية ذاتية التنظيم غير معرفية تتمثل بالمثابرة والإصرار لتحقيق أهداف بعيدة المدى، وتهتم بتحفيز الفرد على العمل بجد والتمسك بالهدف والتغلب على التحديات.

ويُعرفها (Hollywood & Mitchell, 2019) على أنها عبارة عن مجموعة من السمات التي تؤدي إلى الإصرار والمثابرة في إنجاز الأهداف طويلة المدى على الرغم من مواجهة العقبات.

ويُفرق (Sing&Chukkali, 2021) بين العزيمة وبعض المهارات غير المعرفية الأخرى مثل الصمود والدافعية الداخلية، ويقظة الضمير حيث يعبر الصمود عن التكيف الإيجابي في مواجهة الشدائد، أما العزيمة فهي تختلف عن الصمود من حيث أن العزيمة لا تعني الصمود في مواجهة التحديات أو المواقف الصعبة فقط، ولكن أيضاً الالتزام بالأهداف على مدى فترات طويلة، كما أن الصمود لا يتضمن تحديداً للأهداف بعكس العزيمة، كما أن العزيمة تختلف عن الدافع الداخلي حيث ينصب التركيز في الدافع الداخلي على الإنجاز الشخصي بينما تؤكد العزيمة على الالتزام بتحقيق الأهداف طويلة المدى، وتختلف يقظة الضمير وهو أحد أهم العوامل الخمس الكبرى عن العزيمة، حيث يمثل التركيز في الأول على التنظيم الذاتي والاعتمادية بينما يؤكد الأخير على الجهد المتسق والدافعية.

## 1- عينة البحث:

عينة الخصائص السيكومترية: تم اختيار عينة تحديد المؤشرات السيكومترية من تلاميذ وتلميذات الصف السادس الابتدائي بمدرسة محمد فريد الابتدائية التابعة لإدارة بندر دمنهور التعليمية -محافظة البحيرة بالفصل الدراسي الأول للعام الدراسي 2022م-2023م حيث بلغ عددها (230) تلميذ وتلميذة، بمتوسط عمري قدره (12.67) وانحراف معياري قدره (1.32).

- العينة الأساسية: تكونت عينة البحث الأساسية من (382) تلميذ وتلميذة من تلاميذ الصف السادس الابتدائي للعام الدراسي 2022/2023 بمدرسة محمد فريد الابتدائية التابعة لإدارة بندر دمنهور التعليمية- بمحافظة البحيرة، قسمت العينة من حيث درجة التلاميذ على مقياس الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية إلى

**ثبات المقياس:** قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس بطريقتين هما كالآتي:

- معامل ألفا كرونباخ: باستخدام معامل ألفا كرونباخ للمقياس لكل بعد من أبعاد المقياس حيث تراوح معامل الثبات لأبعاد المقياس بين (0.822 - 0.754) ، وبلغت قيمة معامل ألفا كرونباخ للمقياس ككل (0.872) وهذا يعني أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

-إعادة التطبيق: حيث قامت الباحثة بإعادة تطبيق المقياس على عينة الخصائص السيكومترية بعد اسبوعين من التطبيق الأول، وكانت قيمة معامل الارتباط بين درجات المقياس في التطبيق الأول والثاني: (0.865) وتراوحت قيم معاملات الثبات لأبعاد مقياس الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية ما بين (0.706 - 0.797) مما يدل على تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات بصورة تدفع إلى الثقة في استخدامه في البحث الحالي.

2- اختبار كفاءة التجهيز العقلي المعرفي "إعداد الباحثة"

- الهدف من الاختبار: يهدف المقياس إلى تقدير مستوي كفاءة التجهيز العقلي المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، وهي أداة مختصرة لتعرف من خلالها على كفاءة التجهيز العقلي المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.

وصف الاختبار: قامت الباحثة بصياغة مهام الاختبار في ضوء تعريف كل بُعد من الأبعاد يتكون هذا المقياس في صورته النهائية من (24) بطاقة تتضمن مجموعة من المهام موزعة على أربع أبعاد (التخطيط، الانتباه، المعالجة المتزامنة، المعالجة المتتابعة) تندرج تحت هذه الأبعاد الأربع (11) من الاختبارات الفرعية وهي كالآتي:

-التخطيط وتشمل: اختبار المطابقة، اختبار التخطيط الحر للرمز، اختبار الترميز.

-الانتباه ويشمل: اختبار مدى الانتباه، اختبار الانتباه الآحادي الاتجاه، اختبار الانتباه المرن.

3-المعالجة المتزامنة وتشمل: اختبار الذاكرة البصرية، اختبار المصفوفات.

4-المعالجة المتتابعة: التتابع اللفظي، التتابع البصري اللفظي، استيعاب التتابع اللفظي.

-تقدير درجات الاختبار: كل بطاقة من بطاقات الاختبار بها عدد من المهمات يعطى للتلميذ درجة واحدة عن كل مهمة صحيحة، وصفر عن كل إجابة غير صحيحة، مع الأخذ في الاعتبار التعليمات الواردة بالاختبار بشأن تطبيق كل مهمة والزمن المحدد.

-مرتفعي الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية وهم التلاميذ الذين حصلوا على درجات مرتفعة على مقياس الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية ويمثلون نسبة (27%) من العينة الكلية وعددهم (103) تلميذ وتلميذه ممن تقع درجاتهم في نطاق الرباعي الأعلى والبالغ متوسط أعمارهم (12.75) وبانحراف معياري قدره (1.45) - منخفض الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية وهم التلاميذ الذين حصلوا على درجات منخفضة على مقياس الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية ويمثلون نسبة (27%) من العينة الكلية وعددهم (103) تلميذ وتلميذه ممن تقع درجاتهم في نطاق الرباعي الأدنى والبالغ متوسط أعمارهم (12.32) وبانحراف معياري قدره (0.925).

#### - أدوات البحث:

1. مقياس الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية. "إعداد الباحثة"

- الهدف من المقياس: يهدف المقياس إلى تقدير الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.

وصف المقياس: يتكون هذا المقياس في صورته النهائية من (29) مفردة موزعة على خمس أبعاد من أبعاد الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية هي (الاستخدام المفرط القهري- التأثير السلبي على الحياة الشخصية والصحية - صعوبة السيطرة (التحكم)- الانسحاب- التوقع الإيجابي).

- تقدير درجات المقياس: تتم الإستجابة على فقرات المقياس وفقاً لطريقة ليكرت (Likert) الرباعي تتراوح بين (موافق بدرجة كبيرة، موافق، غير موافق، غيرموافق بدرجة كبيرة) حيث تأخذ القيم (1-2-3-4) إذا كانت إيجابية في الصياغة، والعكس إذا كانت صياغتها سلبية.

- الخصائص السيكومترية للمقياس:

#### - صدق المقياس:

- صدق المحك: قامت الباحثة بالاعتماد على مقياس إدمان للهواتف الذكية ل (Kwon et al 2013) تعريب (البهنساوي، 2020) المكون من (33) مفردة موزعة على ست أبعاد، والتي تشير النتائج إلى تمتعه بدرجة عالية من الصدق والثبات، وعليه تم حساب صدق المحك لدرجات مقياس الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية الحالي ودرجات المحك، وبلغ معامل الارتباط بعد التصحيح 0.82 مما يعطي مؤشرات قوية لصدق المحك بما يؤكد تمتع المقياس بمستوي مناسب من الصدق وصلاحيته في قياس الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية.

### الخصائص السيكومترية للاختبار:

صدق المحك: تم التحقق من الصدق المحكي للاختبار بواسطة ارتباطها بدرجة الأفراد على اختبار جون رافن للمصفوفات المتتابعة تقنين (على، 2016) والتي تشير النتائج إلى تمتعه بدرجة عالية من الصدق والثبات، حيث قامت الباحثة بتطبيق اختبار كفاءة التجهيز العقلي المعرفي واختبار رافن على عينة الخصائص السيكومترية، وحساب معامل الارتباط بين الاختبار الحالي، واختبار رافن، وبلغ معامل الارتباط بعد التصحيح (0.78) مما يعطي مؤشرات قوية لصدق المحك بما يؤكد تمتع الاختبار الحالي بمستوي مناسب من الصدق وصلاحيته في قياس كفاءة التجهيز العقلي المعرفي.

### - ثبات المقياس:

-إعادة التطبيق: حيث قامت الباحثة بإعادة تطبيق الاختبار على عينة الخصائص السيكومترية بعد أسبوعين من التطبيق الأول، وكانت قيمة معامل الارتباط بين درجات المقياس في التطبيق الأول والثاني: (0.849) ، وتراوحت قيم معاملات الثبات بإعادة التطبيق لكل بعد من أبعاد الاختبار ما بين (0.729- 0.802).

### 3-مقياس سمات الوقاية النفسية. "إعداد الباحثة"

- الهدف من المقياس: يهدف إلى تقدير مستوى سمات الوقاية النفسية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.

- وصف المقياس: يتكون هذا المقياس في صورته النهائية من (33) مفردة موزعة على ثلاث هي (ضبط الذات- اليقظة الذهنية - العزيمة)، بعد حذف (6) مفردة وفقاً لنتائج التحليل العاملي.

- تقدير درجات المقياس: تتم الإستجابة على فقرات المقياس وفقاً لطريقة ليكرت (Likert) الرباعي تتراوح بين (دائماً- أحياناً-نادراً- أبداً) حيث تأخذ القيم (1-2-3-4) إذا كانت إيجابية في الصياغة، والعكس إذا كانت صياغتها سلبية.

- الخصائص السيكومترية للمقياس:

### صدق التحليل العاملي:

كشفت نتائج التحليل العاملي عن وجود ثلاث عوامل تفسر (61.874%) من التباين الكلي في سمات الوقاية النفسية، ويمكن تفصيل هذه العوامل كما يلي:

أ. العامل الأول " ضبط الذات " ويفسر (14.276%) من التباين في سمات الوقاية النفسية، وتبلغ قيمة الجذر الكامن له (4.711)، وتآلف من (11) مفردات تراوحت تشبعاتها من (0.393إلى0.883).

ب. العامل الثاني "اليقظة الذهنية": ويفسر (25.296%) من التباين في سمات الوقاية النفسية، وتبلغ قيمة الجذر الكامن له (8.348)، وتآلف من (12) مفردات تراوحت تشبعاتها من (0.403 إلى 0.898).

ج. العامل الثالث "العزيمة": ويفسر (22.302%) من التباين في سمات الوقاية النفسية، وتبلغ قيمة الجذر الكامن له (7.360)، وتآلف من (10) مفردات تراوحت تشبعاتها من (0.634إلى0.925) وجدول (1) يوضح تشبعات كل مفردة على العوامل في مقياس سمات الوقاية النفسية.

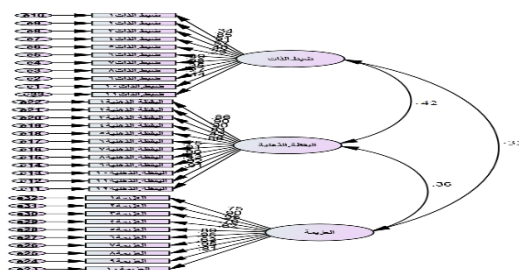
### جدول (1): تشبعات كل مفردة على العامل الخاص بها في سمات الوقاية النفسية

البعد الأول (ضبط الذات)		البعد الثاني (اليقظة الذهنية)		البعد الثالث (العزيمة)	
المفردة	التشبع	المفردة	التشبع	المفردة	التشبع
1	.505	1	.852	1	.768
2	.795	2	.898	2	.902
3	.817	3	.886	3	.914
4	.738	4	.837	4	.744
5	.562	5	.446	5	.634
6	.424	6	.873	6	.869
7	.629	7	.753	7	.918
8	.883	8	.897	8	.691
9	.463	9	.891	9	.925
10	.393	10	.403	10	.822
11	.585	11	.898	11	.192
12	.209	12	.893	12	.221
13	.176	13	.211	13	.145

ووفقاً لنتائج التحليل العاملي الاستكشافي تم الإبقاء على جميع مفردات التي كانت تشبعاتها أكبر من 0.3. وحذف المفردات التي كان تشبعاتها أقل من 0.3.

كما قامت الباحثة بإجراء التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الأولى والثانية First order and second order confirmatory factor analysis باستخدام برنامج AMOS

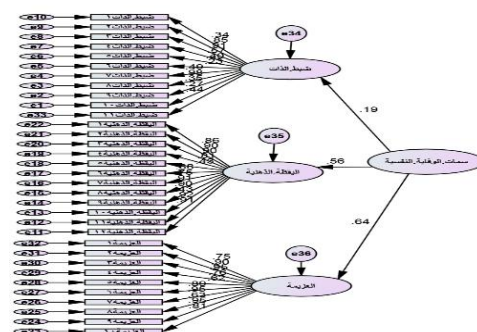
وأوضحت نتائج التحليل العاملي من الدرجة الأولى أن مفردات المقياس (33) تتشبع على (3) عوامل أساسية العامل الأول (ضبط الذات) ويشتمل على (11) مفردات، والعامل الثاني (اليقظة الذهنية) ويشتمل على (12) مفردات، والعامل الثالث (العزيمة) ويشتمل على (10) مفردات، وحظي هذا النموذج على مؤشرات حسن المطابقة كما يتضح من جدول (2) ويوضح الشكل (1) نتائج التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الأولى لمقياس سمات الوقاية النفسية.



شكل (1) يوضح نتائج التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الأولى لمقياس سمات الوقاية

مؤشر الملاءمة	قيمة المؤشر	القيمة الدالة على حسن الملاءمة
مربع كاي/درجات الحرية	3.9	التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الثانية
مؤشر حسن المطابقة GFI	0.922	التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الثانية
مؤشر حسن المطابقة المصحح AGFI	0.915	التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الثانية
جذر متوسطات مربعات البواقي RMR	0.711	التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الثانية
جذر متوسط خطأ الاقتراب RMSEA	0.043	التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الثانية
مؤشر المطابقة المعياري NFI	0.819	التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الثانية
مؤشر المطابقة المقارن CFI	0.858	التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الثانية
مؤشر المطابقة النسبي RFI	0.793	التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الثانية

النفسية. وأوضحت نتائج التحليل العاملي من الدرجة الثانية: أن العوامل الثلاثة التي يتشبع عليها مفردات مقياس سمات الوقاية النفسية، تتشبع على عامل أكبر وهو سمات الوقاية النفسية ككل كما يتضح من الشكل (2)، وحظي هذا النموذج على مؤشرات حسن المطابقة الموضحة بالجدول (2).



شكل (2) يوضح نتائج التحليل العاملي التوكيدي من

الدرجة الثانية لمقياس سمات الوقاية النفسية

جدول (2): قيم مؤشرات الملائمة لنتائج التحليل العاملي الذي يوضح البنية العاملية لمقياس سمات الوقاية النفسية.

ثبات المقياس: تم حساب ثبات المقياس بطريقة كما يلي:

- طريقة معامل ألفا كرونباخ: قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ للمقياس ككل ولكل بعد من أبعاد المقياس حيث تراوح معامل الثبات لأبعاد المقياس بين (0.725 - 0.796)، وبلغت قيمة معامل ألفا كرونباخ للمقياس ككل (0.849)، وهذا يعني أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات

عرض النتائج وتفسيرها:

**الفرض الأول:** - يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع) على اختبار كفاءة التجهيز العقلي المعرفي على الأبعاد (التخطيط- الانتباه- المعالجة المتزامنة- المعالجة المتتابعة) والدرجة الكلية.

وللتحقق من صحة هذا الفرض، وتم استخدام اختبار "ت" لعيتين مستقلتين "T.test independent sample

جدول (3) نتائج اختبار "ت" T.test independent sample اختبار دلالة الفروق بين منخفض ومرتفع الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية على اختبار كفاءة التجهيز العقلي المعرفي (التخطيط)

الاختبارات الفرعية	مرتفع ن=103	منخفض ن=103	المتوسط (م)	الانحراف المعياري (ع)	الدلالة	
المطابقة	6.9568	1.76877	13.048	1.91848	-24.021-	دالة عند مستوى 0.05
التخطيط الحر	5.6043	1.28885	9.8675	.95967	-17.939-	
الترميز	4.4820	1.04502	8.4096	.88395	-28.542-	
الدرجة الكلية	17.043	2.60398	31.325	2.68741	-39.833-	

يتضح من جدول (3): وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين متوسط درجات تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع) على بعد (التخطيط) الاختبارات الفرعية (المطابقة- التخطيط الحر- الترميز) والدرجة الكلية، حيث بلغت قيمة "ت" على الترتيب (24.021 -17.939 -28.542 -39.833) وهي قيم ذات دلالة إحصائية الأمر الذي يشير إلى تفوق منخفض الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية على التلاميذ مرتفع الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية.

حيث بلغ متوسط درجات التلاميذ منخفض الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية على الدرجة الكلية للتخطيط (31.325) بينما بلغ متوسط درجات التلاميذ مرتفع الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية (17.043).

جدول (4) نتائج اختبار "ت" T.test independent sample اختبار دلالة الفروق بين متوسط درجات التلاميذ منخفض ومرتفع الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية على اختبار كفاءة التجهيز العقلي المعرفي (الانتباه)

الدالة	قيمة (ت)	منخفض ن=103		مرتفع ن=103		الاختبارات الفرعية
		الانحراف المعياري (ع)	المتوسط (م)	الانحراف المعياري (ع)	المتوسط (م)	
دالة عند مستوى 0.05	-21.420-	.76682	4.6747	.38180	3.0145	مدى الانتباه
	-23.575-	1.80443	12.988	.96386	8.5942	الانتباه الأحادي
	-17.304-	1.40347	7.2048	.87143	4.5580	الانتباه المرن
	-28.845-	2.77080	24.867	1.71547	16.166	الدرجة الكلية

يتضح من جدول (4): وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين متوسط درجات تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع) على بعد (الانتباه) والاختبارات الفرعية (مدى الانتباه-الانتباه الأحادي-الانتباه المرن) والدرجة الكلية، حيث بلغت قيمة "ت" على الترتيب (-21.420 -23.575 -17.304 -28.845) وهي قيم ذات دلالة إحصائية الأمر الذي يشير إلى تفوق منخفض الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية على التلاميذ مرتفع الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية.

حيث بلغ متوسط درجات التلاميذ منخفض الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية على الدرجة الكلية للانتباه (24.867) بينما بلغ متوسط درجات التلاميذ مرتفع الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية (16.166).

جدول (5) نتائج اختبار "ت" T.test independent sample "اختبار دلالة الفروق بين متوسط درجات التلاميذ منخفض ومرتفع الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية على اختبار كفاءة التجهيز العقلي المعرفي (المعالجة المتزامنة)

الدالة	قيمة (ت)	منخفض ن=103		مرتفع ن=103		الاختبارات الفرعية
		الانحراف المعياري (ع)	المتوسط (م)	الانحراف المعياري (ع)	المتوسط (م)	
دالة عند مستوى 0.05	-15.819-	1.14057	4.4699	.58977	3.1304	الذاكرة البصرية
	-29.065-	.79836	7.1446	.79016	3.9420	اختبار المصفوفات
	-29.373-	1.06875	11.614	1.12463	7.0725	الدرجة الكلية

يتضح من جدول (5): وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين متوسط درجات تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع)، على بعد (المعالجة المتزامنة) الاختبارات الفرعية (الذاكرة البصرية- اختبار المصفوفات) والدرجة الكلية، حيث بلغت قيمة "ت" على الترتيب (-15.819 -29.065 -29.373) وهي قيم ذات دلالة إحصائية الأمر الذي يشير إلى تفوق منخفض الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية على التلاميذ مرتفع الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية، حيث بلغ متوسط درجات التلاميذ منخفض الاستخدام

اللاتكفي للهواتف الذكية على الدرجة الكلية للمعالجة المتزامنة (11.614) بينما بلغ متوسط درجات التلاميذ مرتفع الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية (7.0725).

جدول (6) نتائج اختبار "ت" T.test independent sample "اختبار دلالة الفروق بين متوسط درجات التلاميذ منخفض ومرتفع الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية على اختبار كفاءة التجهيز العقلي المعرفي (المعالجة المتتابعة)

الدالة	قيمة (ت)	منخفض ن=103		مرتفع ن=103		الأبعاد
		الانحراف المعياري (ع)	المتوسط (م)	الانحراف المعياري (ع)	المتوسط (م)	
دالة عند مستوى 0.05	-25.558-	.76682	8.3253	.89443	5.3116	التتابع اللفظي
	-27.057-	.40602	5.2048	.74924	2.7899	التتابع البصري اللفظي
	-18.725-	1.05087	4.1325	1.5031	2.8406	استيعاب التتابع اللفظي
	-35.796-	1.05087	17.6627	1.5031	10.9420	الدرجة الكلية للمعالجة المتتابعة

يتضح من جدول(6): وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين متوسط درجات تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع) على بعد(المعالجة المتتابعة)الاختبارات الفرعية(التتابع اللفظي-التتابع اللفظي البصري-استيعاب التتابع) والدرجة الكلية حيث بلغت قيمة "ت" على الترتيب ( 25.558 - 27.057 - 18.725 - 35.796) وهي قيم ذات دلالة إحصائية الأمر الذي يشير إلى تفوق منخفض الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية على التلاميذ مرتفع الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية، حيث بلغ متوسط درجات التلاميذ منخفض الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية على الدرجة الكلية للمعالجة المتتابعة (17.6627) بينما بلغ متوسط درجات التلاميذ مرتفع الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية(10.9420).

جدول (7) نتائج اختبار "ت" T.test independent sample اختبار دلالة الفروق بين متوسط درجات التلاميذ منخفض ومرتفع الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية على اختبار كفاءة التجهيز العقلي المعرفي

(الدرجة الكلية)

الدالة	قيمة (ت)	منخفض ن=103		مرتفع ن=103		الدرجة الكلية
		الانحراف المعياري (ع)	المتوسط (م)	الانحراف المعياري (ع)	المتوسط (م)	
دالة عند مستوى 0.05	-55.487-	4.1241	85.4699	4.7962	51.6449	كفاءة التجهيز العقلي المعرفي الدرجة الكلية

يتضح من جدول(7): وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين متوسط درجات تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع) على (الدرجة الكلية لاختبار كفاءة

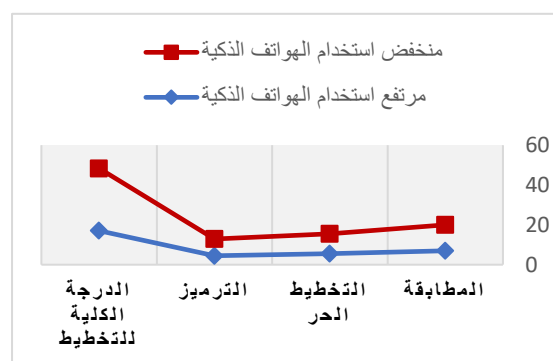
التجهيز العقلي المعرفي)، حيث بلغت قيمة "ت" (55.487) وهي قيم ذات دلالة إحصائية الأمر الذي يشير إلى تفوق منخفض الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية على التلاميذ مرتفع الاستخدام اللاتكفي

للهواتف الذكية. حيث بلغ متوسط درجات التلاميذ منخفض الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية على الدرجة الكلية لاختبار كفاءة التجهيز العقلي المعرفي (85.4699) بينما بلغ متوسط درجات التلاميذ مرتفع الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية (51.6449).

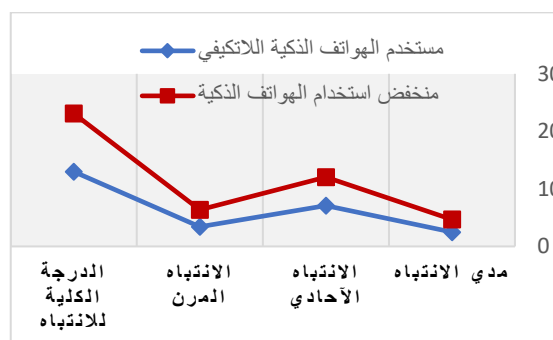
**يتضح من جدول (3)(4)(5)(6)(7) أن جميع قيم (ت) دالة عند مستوي دلالة (0.05) وهذا يعنى أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع) على اختبار كفاءة التجهيز العقلي المعرفي (التخطيط- الانتباه- المعالجة المتزامنة- المعالجة المتتابعة) والدرجة الكلية في اتجاه التلاميذ منخفض الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية وبذلك يتحقق صحة الفرض الأول. وتتفق هذه النتيجة مع ما أشارت إليه نتائج دراسة (Barr,et al., 2015) أن الأفراد الذين يعتمدون بشكل مفرط على الهواتف الذكية ومصادر المعلومات الرقمية قدموا أداءً أضعف في مهام التفكير التحليلي ونتائج دراسة (sana, Weston& Cepeda, 2013) التي أوضحت عن وجود علاقة سلبية بين استخدام الحاسوب المحمول والأداء الأكاديمي، ليس فقط للمستخدم بل أيضًا لمن هم في نطاق رؤية الشاشة، وتتسق مع نتائج (Uncapher,Thieu& Wagner,2015) التي أوضحت أن الاستخدام المتكرر للوسائط المتعددة يرتبط بضعف في أداء الذاكرة العاملة، وفي السياق ذاته أوضحت نتائج دراسة (Emara, Attia & El Shemy,2023) إن الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية يرتبط بشكل كبير بانخفاض الوظائف المعرفية على وجه التحديد وانخفاضًا كبيرًا في الانتباه الانتقائي، وسرعة الاستجابة، وذاكرة الكلمات، والتفكير المنطقي.**

كما تدعم نتائج دراسة (Thornton et al., 2014) التي أشارت أن مجرد وجود الهواتف الذكية في محيط الفرد قد يؤدي إلى تقليل الانتباه وتدهور الأداء في المهام لا سيما تلك التي تتطلب مستوى عالٍ من المعالجة المعرفية، وتتفق مع نتائج دراسة (Cain, Leonard, Gabrieli, & Finn, 2016) التي أظهرت وجود ارتباط بين الاستخدام المتكرر للوسائط الرقمية وبين ضعف أداء الذاكرة العاملة، وتدعم نتائج دراسة (Fabio, Stracuzzi & Lo Faro,2022) التي أشارت أن الأفراد ذوي الاستخدام المرتفع للهواتف الذكية يعانون من ضعف في الأداء المعرفي مقارنة بأقرانهم من ذوي الاستخدام المنخفض، مما يشير إلى وجود علاقة سلبية بين كثافة استخدام الهواتف الذكية والكفاءة المعرفية، وتدعم هذه النتائج ما توصلت إليه دراسة (Li et al., 2023) التي بيّنت أن الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية يُسهم في تدهور مجموعة من القدرات المعرفية، بما في ذلك التفكير الإبداعي.

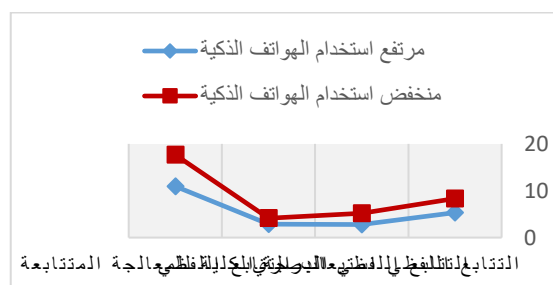
الفرض الثاني: -يوجد إختلاف في شكل وتشتت البروفايل المعرفي النفسي لتلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع) على اختبار كفاءة التجهيز العقلي المعرفي (التخطيط- الانتباه- المعالجة المتتابعة- المعالجة المتزامنة) والدرجة الكلية، وفيما يلي شكل (3)(4)(5)(6)(7) يوضح البروفايل النفسي للمجموعتين وفقا لمتوسط درجات كل منهما على الأبعاد والدرجة الكلية.



شكل (3) البروفايل المعرفي لمنخفض ومرتفع الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية على اختبار كفاءة التجهيز العقلي المعرفي (التخطيط)



شكل (5) البروفايل المعرفي لمنخفض ومرتفع الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية على اختبار كفاءة التجهيز العقلي المعرفي (المعالجة المتزامنة)



شكل (6) البروفايل المعرفي لمنخفض ومرتفع الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية على اختبار كفاءة التجهيز العقلي المعرفي (المعالجة المتتابعة)





**الفرض الثالث:-** يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات لتلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية (منخفض-مرتفع) على مقياس سمات الوقاية النفسية الأبعاد (ضبط الذات، اليقظة الذهنية، العزيمة) والدرجة الكلية، وللتحقق من صحة هذا الفرض، وتم استخدام اختبار "ت" لعيتين مستقلتين "T.test independent sample

جدول (8) نتائج اختبار "T.test independent sample" اختبار دلالة الفروق بين متوسط درجات التلاميذ منخفض ومرتفع الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية على مقياس سمات الوقاية النفسية

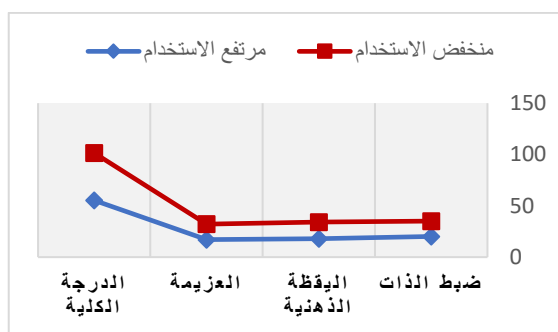
الأبعاد	مرتفع ن=103	الانحراف المتوس ط (م)	منخفض ن=103	الانحراف المتوس ط (م)	قيمة (ت)	الدلالة
ضبط الذات	20.179	7.95663	35.109	5.80338	-14.519	عند مستوى 0.05
اليقظة الذهنية	18.057	3.87255	34.158	5.18180	-26.323	
العزيمة	17.107	2.62841	32.195	2.70545	-40.770	
الدرجة الكلية	55.345	9.41531	101.46	7.67905	-33.857	

**يتضح من جدول (8) أنه:** أن جميع قيم (ت) دالة عند مستوي دلالة (0.05) وهذا يعنى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية (منخفض-مرتفع) على مقياس سمات الوقاية النفسية الأبعاد (ضبط الذات، اليقظة الذهنية، العزيمة) والدرجة الكلية، حيث بلغت قيمة "ت" على الترتيب (14.519- 26.323- 40.770- 33.857) وهي قيم ذات دلالة إحصائية، وحيث بلغ متوسط درجات التلاميذ منخفض الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية على الدرجة الكلية مقياس سمات الوقاية النفسية (101.46) بينما بلغ متوسط درجات التلاميذ مرتفع الاستخدام اللاتكفي (55.345)، وتتفق هذه النتائج مع دراسة كل من (Kim & Kang, 2012) التي أشارت أن ضبط الذات يُعد عاملاً تنبؤياً مهماً، حيث يُسهم بشكل إيجابي في تعزيز السلوكيات الإيجابية، وبشكل سلبي في الحد من السلوكيات السلبية مثل الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية أو إدمان الإنترنت، وتدعم نتائج دراسة كل من (Van et al, 2015; Jiang & Zhao, 2016; Sok, 2019) والتي أشارت نتائجها إلى أن انخفاض مستوى ضبط الذات يزيد من احتمالية الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية.

وتتسق هذه النتائج مع دراسة كل من (Elhai, Levine, O'Brien, & Armour, 2018; Hallauer et al, 2022) والتي أشارت إلى ارتباط اليقظة الذهنية بشكل عكسي مع الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية وتدعم نتائج دراسة (Regan, et al, 2020) التي أوضحت أن ارتفاع اليقظة الذهنية يرتبط بشكل دال مع درجات أقل من الملل والاندفاعية باستخدام الهواتف الذكية. وأظهرت دراسة (Yang et al., 2019) أن اليقظة الذهنية تسهم في تعديل العلاقة بين الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية وكل من القلق والاكتئاب لدى طلاب الجامعة، وتتسق مع نتائج دراسة الوكيل (2021) التي أوضحت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية والقلق والاكتئاب، كما تسهم اليقظة الذهنية في تعديل العلاقة بين الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية والقلق والاكتئاب ونوعية النوم لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة، أن الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية يرتبطان سلباً بالرضاعن الحياة، وتدعم نتائج دراسة (Khoo & Yang, 2023) التي أوضحت أن العزيمة تعمل بمثابة سمة وقائية ضد الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية، وتتسق مع دراسة (Kim, Kwak & Kim, 2022; England & Tobias, 2023) التي أظهرت وجود ارتباط سلب بين العزيمة سلباً مع الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية، كما تتفق مع نتائج دراسة كل من (Duckworth et al, 2007; )

Duckworth, 2016) التي أوضحت إن الشخص الذي يتمتع بمستوى عالٍ من الإصرار سيستمر في السعي لتقليل استخدام الهاتف الذكي.

**الفرض الرابع:** يوجد إختلاف في شكل وتشيت البروفيل المعرفي النفسي لتلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية (منخفض-مرتفع) على مقياس سمات الوقاية النفسية الأبعاد (ضبط الذات- اليقظة الذهنية- العزيمة). وفيما يلي شكل (8) يوضح البروفيل النفسي للمجموعتين وفقاً لمتوسط درجات كل منهما.



شكل (8) البروفيل النفسي لمنخفض ومرتفع الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية على مقياس

سمات الوقاية النفسية.

يتبين من شكل (9) أن المجموعتين منخفض ومرتفع الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية يأخذان نفس الشكل في تباين متوسط درجاتهم عن بعضها البعض حيث يأتي ضبط الذات يمثل أعلى النقاط في الشكل عند المجموعتين في حين تأتي العزيمة لتمثل أقل النقاط في الشكل عند المجموعتين ويوجد تماثل تام بين المجموعتين في توزيع النقاط على الشكلين. مع فارق ارتفاع نقاط التلاميذ منخفض استخدام اللاتكفي للهواتف الذكية عن مرتفع الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية على مقياس سمات الوقاية النفسية. وبذلك يتحقق صحة الفرض الرابع. **وتعزو هذه النتيجة** أن الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية قد ينبع من فشل الفرد في التحكم في الدوافع المتزايدة لاستخدام الهاتف الذكي ويأتي هذا تماثلاً مع الدراسات التي أشارت إلى ارتباط المستويات المنخفضة من ضبط الذات بالاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية كدراسة (Gökçearslan, Mumcu, 2016; Berger, Wyss, & Knoch 2018; Xiang, Lin, Wang, Li, Xu, & Hu, 2020; Servidio, 2021; Xie, Wu, Guo, Zhang & Yin, 2023) التي أوضحت أن التلاميذ الذين يظهرون مستوى أعلى من ضبط الذات يميلون إلى اختيار الأنشطة المفيدة والحصول على الرضا من خلال الانخراط في الأنشطة

وإنجازها. وعلى النقيض التلاميذ ذو ضبط الذات المنخفض في اختيار الأنشطة التي تصاحب المكافأة بشكل مباشر وتجلب في البداية مزيد من السعادة وبالتالي فإن هؤلاء التلاميذ هم أكثر عرضة للانجذاب والاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية لأن المتعة والرضا والاستفادة من الهواتف يدفعهم لمزيد من الاستخدام المفرط للهواتف الذكية.

كما أن التمتع بمستوي أعلى من اليقظة الذهنية يرتبط بشكل كبير بانخفاض الميل إلى الملل والاندفاع والاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية تمكن الفرد من القدرة على تحويل انتباهه بعيداً عن الأفكار أو المشاعر المزعجة. توجيه انتباهه لحظة بلحظة مع التحلي بشيء من الوعي والموضوعية التصرف بشكل هادف بوعي وتركيز في الأنشطة اليومية. فهي تساعد على تحديد القيمة الجوهرية للحياة والسيطرة على حالات الاجترار تمكن التلاميذ من التركيز بسهولة على دراساتهم. ويتفق هذا مع ما أشارت إليه نتائج دراسة (Elhai, Levine, O'Brien, & Armour, 2018; Hallauer et al, 2022) وهذا ما يفسر انخفاض مستوى اليقظة الذهنية لدى مستخدمي الهواتف الذكية للاتكفية مقارنة بمنخفض الاستخدام. كما أن الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية ينبع من انخفاض مستوى العزيمة لدى التلاميذ لأن تمتع الفرد بمستوى عالٍ من العزيمة يجعله سيستمر في السعي لتقليل استخدام الهاتف الذكي أو تجنبه حتى لو كانت هناك عقبات. فأصحاب العزيمة المرتفعة ينظمون أنفسهم ويتحكمون في أنفسهم لتحقيق أهدافهم. وبعبارة أخرى، فإن التلاميذ الذين يتمتعون بمستوى عالٍ من العزيمة يكونون أفضل في إدارة استخدام الهواتف الذكية والتحكم فيها. لذا فهم أكثر مقاومة للاعتماد المفرط على الهواتف الذكية. ويتسق هذا مع ما أشارت إليه نتائج دراسة كل من (Kim, Kwak & Kim, 2022; England & Tobias, 2023).

## الحادي عشر: بحوث مقترحة

1. دراسة العلاقة المباشرة بين الاستخدام اللاتكفي للهواتف الذكية ونواتج التعلم لدى التلاميذ مثل التحصيل الدراسي، والقدرة وراء معرفية، والقدرة على حل المشكلات، ومهارات التفكير المختلفة.
2. إجراء دراسات تعمل على تنمية سمات الوقاية النفسية المختلفة لدى التلاميذ بالاعتماد على أطر نظرية مختلفة مثل نظرية الشغف، ونظرية الذكاء الانفعالي.
3. دراسة اختلاف مستوى كفاءة التجهيز العقلي المعرفي باختلاف المواقف التي يتعرض لها الفرد مثل الضغوط النفسية والمواقف المختلفة.

4. إجراء المزيد من الدراسات للملفات النفسية المنفصلة لمستخدمي الهواتف الذكية وفحص الفروق الفردية لاستخدام الهواتف الذكية التي تسبب الاستخدام اللاتكفي. H.

### مراجع البحث:

- البهنساوي، كمال عبد الوهاب. (2020). التحقق من النموذج القياسي لمقياس إدمان الهاتف الذكي الصورة الكاملة والمختصرة ((SAS, SAS-SV) عينة من طلاب الجامعة، مجلة كلية الآداب والعلوم الإنسانية، جامعة قناة السويس، 3(33)، 12-50.
- الصبوة، محمد نجيب أحمد. (2010). دور علم النفس الإيجابي تفعيل إجراءات الوقاية والعلاج النفسي، مجلة دراسات عربية، 9(1)، 1-25.
- علي، عماد أحمد. (2016). اختبار المصفوفات المتتابعة الملونة لـ "Raven" للأطفال والكبار (5.5-68.4 سنة)، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، مصر.
- قاموس علم النفس الإماراتي الروسي. (2024). مؤسسة زايد العليا لأصحاب الهمم، الإمارات العربية المتحدة.
- نور الدين، أمين محمد صبري. (2013). الصورة العربية لمقياس استنفرد - بينيه للذكاء الإصدار الخامس: عرض نقدي ومقترحات بحثية. المجلة المصرية للدراسات النفسية، مج22، ع78، 99-124.
- هبه سعد محمد عمران. (2025). اختبار كفاءة التجهيز العقلي المعرفي، مكتبة الانجلو، القاهرة، مصر.
- الوكيل، سيد أحمد محمد. (2021). التعقل كمتغير معدل للعلاقة بين إدمان الهاتف الذكي والقلق والاكتئاب ونوعية النوم، مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، 15(6)، 752-833.
- يوسف، سليمان عبد الواحد. (2011). قراءات في علم النفس المعرفي، القاهرة مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع.
- Abdelmajid, N., (2023). The Necessity of Cybersecurity for Community Safety the Proposal of the Safe Family Program for Educating the Gulf Arab Community on Information Security for Both Students and Parents, International Journal of Information & Digital Security, Vol 1 Issue 1, 20 - 31.
- Abramson, M., Benke, G., Dimitriadis, C., Inyang, I., Sim, R&. Wolfe, R. (2023). Mobile telephone use is associated with changes in cognitive function in young adolescents, Bio electromagnetics, 30(8), 678-686 .
- Barr, N., Pennycook, G., Stolz, A., & Fugelsang, A. (2015). The brain in your pocket: Evidence that Smartphones are used to supplant thinking, Computers in Human Behavior, 48, 473-48
- Berger, S., Wyss, M., & Knoch, D., (2018). Low self-control capacity is associated with immediate responses to smartphone signals, Computers in Human Behavior, 86, 45-51 .
- Borzikowsky, C., Bernhardt, F. (2018). Lost in virtual gaming worlds: grit and its prognostic value for online game addiction, The American Journal on Addictions, 27(5), 433-438.
- Cai, D., Georgiou, K., Wen, M., & Das, P., (2016). The role of planning in different mathematical skills, Journal of Cognitive Psychology, 28 (2), 234-241.
- Cain, N., & Gradisar, M. (2010). Electronic media use and sleep in school-aged children and adolescents: a review, Sleep Med, 11, 735-742.
- Cain, S., Leonard, A., Gabrieli, E., & Finn, S. (2016). Media multitasking in adolescence, Psychon Bull Rev, 23, 1932-1941.
- Carlson, J., & Hunt, E. (2015). A Janus View: J.P. Das's Ideas in Retrospect and prospect. In T. c. Papadopoulos, R. K. Parrila & J. R. Kirby (Eds.), Cognition, Intelligence, and Achievement: A Tribute to J. P. Das (pp. 51-78). San Diego, California: Elsevier Press
- Casey, J. (2015). Unpacking Self -control, Journal of Child development perspectives, 9 (1), 1 - 37.

- Chen, B., Liu, F., Ding, S., Ying, X., Wang, L., & Wen, Y. (2017). Gender differences in factors associated with smartphone addiction: a cross-sectional study among medical college students, *BMC Psychiatry*, 17, 341- 350.
- Coban, D. & Gundogmus, I. (2019). Effect of smartphone usage profiles on addiction in a university student: a cross-sectional study, *Dusunen Adam the Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 32, 87-94.
- Das, J. P., & Misra, S. B. (2015). *Cognitive Planning and Executive Functions Applications in Management and Education*, New Delhi, India: SAGE Publications
- Das, P. (2002). A better look at intelligence, *Current Directions in Psychological Science*, 11, 28-33.
- De-Sola Gutiérrez, J., de Fonseca, R., & Rubio, G. (2016). Cell-phone addiction: a review, *Frontiers in Psychiatry*, 7, 175.
- Deursen, A., Bolle, C., Hegner, S., & Kommers, P. (2015) Modeling habitual and addictive smartphone behavior: The role of smartphone usage types, emotional intelligence, social stress, self-regulation age and gender, *Computers in Human Behavior*, 45, 411-420.
- Duckworth, A. (2016). *Grit the power of passion and perseverance*, 2nd. New York, Scribner, 19-42.
- Duckworth, L., & Kern, L. (2011). A meta-analysis of the convergent validity of self-control measures, *Journal of Research in Personality*, 45(3), 259-268 .
- Elhai, J., Levine, J. O'Brien, K., & Armour C. (2018). Distress tolerance and mindfulness mediate relations between depression and anxiety sensitivity with problematic smartphone use, *Computers in Human Behavior*, 84, 477-484
- Ellison, K. (2012). Are smartphones making us dumber? available at :
- Emara, N., Attia, M., El Shemy, S. (2023). Effect of smartphone use on cognitive functions in adolescents: A cross-sectional study Section A - Research paper, *Eur Chem. Bull.*, 12(7), 2988-2994.
- England, K., (2023). *The Relationship of Grit and Social Media Addiction for College Students*, Doctoral Dissertations, Liberty University.
- Fabio, R., Stracuzzi, A., & Lo Faro, R. (2022). Problematic Smartphone Use Leads to Behavioral and Cognitive Self-Control Deficits, *Environ. Res. Public Health*, 19(12), 7445.
- Gökçearslan, S., Mumcu, K., Has, İman, T., & Çevik, D. (2016). Modeling smartphone addiction: the role of smartphone usage, self-regulation, general self-efficacy and cyberloafing in university students, *Computers in Human Behavior*, 63, 639-649 .
- Grote, L., Kothgassner O., Felnhöfer A. (2019) factors for problematic smartphone use in children and adolescents: a review of existing literature *Neuropsychiatr*, 33(4) ,179-190.
- Hadar, A., Hadas, I., Lazarovits, A., Alyagon, U., Eliraz, D., & Zangen A. (2020). Answering the missed call: Initial exploration of cognitive and electrophysiological changes associated with smartphone use and abuse, *PLoS One*, 12(7), 1-16.
- Haghighatfard, A., Ghaderi, A. H., Mostajabi, P., Kashfi, S. S., Shahrani, M., Mehrasa, M., & Alizadenik, A. (2023). The first genome-wide association study of internet addiction; Revealed substantial shared risk factors with neurodevelopmental psychiatric disorders, *Research in Developmental Disabilities*, 133, 104393
- Hallauer, J., Rooney, A., Billieux, J., Hall, J., & Elhai, J. (2022). Mindfulness mediates relations between anxiety with problematic smartphone use severity, *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 16(1), 1-17 .

- Hartanto, A., Lee, K., Chua, Y., Quek, F., & Majeed, N. (2023). Smartphone use and daily cognitive failures: A critical examination using a daily diary approach with objective smartphone measures, *British Journal of Psychology*, 1(114), 70-85.
- Hollywood, B., & Mitchell, B., (2019). Grit and Persistence: Findings from A Longitudinal Study of Student Performance, *Issues in Informing Science & Information Technology*, (16), 377-391.
- Horwood, S.; Anglim, J. (2019). Problematic smartphone usage and subjective and psychological well-being, *Computers in Human Behavior*, 97, 44-50 .
- İnal Ö., Serel S., (2021). Investigating the effect of smartphone addiction on musculoskeletal system problems and cognitive flexibility in university students, *Work*, 68(1),107-113.
- Je, M. & Lee, W. (2023). Factors Associated with Smartphone Dependence of Late School-Aged Children: A Focus on Grit and Family Strengths, *Korean J Health Promot* 23(1),37-42
- Jennings, S., Jennings, J. (2013). Peer-Directed, Brief Mindfulness Training with Adolescents: A Pilot Study, *International Journal of Behavioral Consultation and Therapy*, 8(2), 23-25.
- Jeong, S., Kim, H., Yum, J., & Hwang, Y. (2016). What type of content are smartphone users addicted to? SNS vs. games, *Computers in Human Behavior*, 54, 10-17 .
- Jiang, Z.; Zhao, X. (2016). Self-Control and Problematic Mobile Phone Use in Chinese College Students: The Mediating Role of Mobile Phone Use Patterns, *Jiang and Zhao BMC Psychiatry*, 16, 416-424.
- Jin, L., Hao, Z., Huang, J., Akram, H. R., Saeed, M. F., & Ma, H. (2021). Depression and anxiety symptoms are associated with problematic smartphone use under the COVID-19 epidemic: The mediation models, *Children and Youth Services, Review*, 121, 105875
- Kang, S., & Jung, J. (2014). Mobile communication for human needs: A comparison of smartphone uses between the US and Korea, *Computers in Human Behavior*, 35, 376-387
- Katz, E., & Aakhus, M. (2002). "Perpetual Contact: Mobile communication private talk, public performance". Cambridge, England: Cambridge University Press.
- Kettler, K. M. (2010). *Mindfulness and Cardiovascular Risk in College Students*, New York. The Eagle Feather
- Khoo & Yang. (2022). Resisting problematic smartphone use: Distracter resistance strengthens grit's protective effect against problematic smartphone use, *Personality and Individual Differences*, 111644.
- Kim, E., Kim, J. & Jee, Y. (2015). "Relationship between smartphone addiction and physical activity in Chinese international students in Korea", *Journal of Behavioral Addictions*, 4 (3), 200-205.
- Kim, Y. & Choi, G., (2013). Factors Affecting Smartphone Addiction among University Students, *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, 15(3), 1632
- Kim, C., Kwak, k., Kim, y. (2022). The Relationship between Stress and Smartphone Addiction among Adolescents: The Mediating Effect of Grit, *Research Square*, 42, 8451-8459 .
- Kwak, J., Kim, J. (2023). Investigating psychological and motivational predictors of problematic smartphone use among Smartphone-based Social Networking Service (SNS) users, *Addictive Behaviors Reports*, 21(18),1-7.
- Kwak, J., Cho, H., & Kim, J. (2022). The Role of Motivation Systems, Anxiety, and Low Self-Control in Smartphone Addiction among Smartphone-Based Social Networking Service (SNS) Users, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19, 6918.

- Kwon, M., Kim, J., Cho, H., & Yang, S. (2013). The smartphone addiction scale: development and validation of a short version for adolescents, *PLoS One*, 8(12), 1-7.
- Lanaj, K., Johnson, E., & Barnes, M. (2014). Beginning the workday yet already depleted? Consequences of late-night smartphone use and sleep, *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 124, 11-23.
- Lapierre, A., Zhao, P., & Custer, E. (2019). Short Term longitudinal relationships between smartphone use dependency and psychological well-being among late adolescents, *Journal of Adolescent Health*, 65(5), 607-612
- Lee, J., & Park, H., (2014). The effect of use motives, self-control and social withdrawal on smartphone addiction, *Journal of Digital Convergence*, 12(8), 459-465.
- Lepp, A., Barkley, J. & Karpinski, A. (2014). The relationship between cell phone use, academic performance, anxiety, and Satisfaction with Life in college students, *Computers in Human Behavior*, 31, 343-350
- Li, C., Liu, D., & Dong, Y. (2019). Self-esteem and problematic smartphone use among adolescents: a moderated mediation model of depression and interpersonal trust. *Frontiers in Psychology*. 10, 2872 .
- Li, X., Li, Y., Wang, X., & Hu, W., (2023). Reduced brain activity and functional connectivity during creative idea generation in individuals with smartphone addiction, *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 1(18), nsac052 .
- Li, Y., Li, G., Liu, L., & Wu, H. (2020). Correlations between mobile phone addiction and anxiety, depression, impulsivity, and poor sleep quality among college students: A systematic review and meta-analysis, *Journal of Behavioral Addictions*, 93, 551-571
- Lidia, M., Salvatore, B., Roberta, R., Stefania, C., Lukasz, T., & Pietronilla, T. (2022). Problematic Smartphone Use and Cognitive Failures. An Explorative Study among Free Different Generations (X, Y, Z), 19th International Conference on Cognition and Exploratory Learning in Digital Age (CELDA 2022), 233-240.
- Lim, J., & Dinges, F. (2008). Sleep deprivation and vigilant attention, *Ann. N. Y. Acad. Sci.* 1129, 305-322 .
- Lin, H., Chang, R., Lee, H., Tseng, W., Kuo, B. & Chen, H. (2014). Development and validation of the Smartphone Addiction Inventory (SPAI). *PLoS One*, 9(6), 1-5.
- Lin, Y., Chiang, L., Lin, H., Chang, R., Ko, H., Lee, H. & Lin, H. (2016). Proposed diagnostic criteria for Smartphone addiction, *PLoS One*, 11(11), e163010
- Liu, Q., Yang, Y., Lin, Y., Yu, S., & Zhou, Z. (2017). Smart phone addiction: concept, measurement and influencing factors, *Chinese Journal of Clinical Psychology*, 25(1), 82-87.
- Liu, Q., Zhang, J., Yang, J., Zhang, Y., Fan, Y., & Zhou, K. (2018). Perceived stress and mobile phone addiction in Chinese adolescents: a moderated mediation model, *Computers in Human Behavior*, 87, 247-253 .
- Love, H., May, R., Cui, M., & Fincham, F. (2020). Helicopter Parenting, Self-Control, and School Burnout among Emerging Adults, *Journal of Child and Family Studies*, 29, 327-337.
- Naglieri, A., & Das, A. (2005). Planning, Attention, Simultaneous, Successive (PASS) Theory: A Revision of the Concept of Intelligence. In D. P. Flanagan, & P. L. Harrison (Eds.), *Contemporary intellectual assessment (Second Edition)* (pp. 136-182). New York, NY: Guilford
- Naglieri, A., Conway, C., & Goldstein, S. (2009). Using the Planning, Attention, Simultaneous, Successive (PASS) Theory within a Neuropsychological Context. In C. R. Reynolds & E. Fletcher-Janzen (Eds.), *Handbook of Clinical Child Neuropsychology (3rd Edition)* (PP. 783-800). New York, NY: Springer Publishing Company .

- Niu, G., Shi, X., Zhang, Z., Yang, W., Jin, S., & Sun, X. (2022) Can smartphone presence affect cognitive function? The moderating role of fear of missing out, *Computers in Human Behavior*, 136, 107399
- Otero, T. M. (2015). Intelligence: Defined as Neurocognitive Processing. In S. Goldstein, D. Princiotta, & J. A. Naglieri (Eds.), *Handbook of Intelligence: Evolutionary Theory, Historical Perspective, and Current Concepts*. 193
- Oulasvirta, A., Rattenbury, T., Ma, L., & Raita, E. (2012). Habits make smartphone use more pervasive, *Personal and Ubiquitous Computing*, 16, 105-114 .
- Panova, T., Carbonell, X., Chamarro, A., & Puerta-Cortés, X. (2020) Specific smartphone uses and how they relate to anxiety and depression in university students: a crosscultural perspective, *Behaviour & Information Technology*, 39 (9), 944-956
- Regan, T., Harris, B., Van Loon, M., Nanavaty, N., Schueler, J., Engler, S., & Fields, A. (2020). Does mindfulness reduce the effects of risk factors for problematic smartphone use? Comparing frequency of use versus self-reported addiction, *Addictive behaviors*, 108, 106435
- Roberts, JA., Yaya, LH., Manolis C. (2014). "The invisible addiction: cell-phone activities and addiction among male and female college students," *Journal of Behavioral Addictions*, 4(3), 254-265.
- Rustamjonovich, S., (2019). Psychology of psychological protection in the system of professional qualifications of a pedagogue, *European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences*, 7 (3).53-60.
- Salehan, M., & Negahban, A. (2013). Social networking on smartphones: When mobile phones become addictive, *Computers in Human Behavior* 29(6), 2632-2639.
- Salicetia, F. (2015), "Internet addiction disorder (IAD)", *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 191, 1372-1376.
- Sana, F., Weston, T., & Cepeda, J. (2013). Laptop multitasking hinders classroom learning for both users and nearby peers, *Computers & Education*, 62, 24-31
- Seligman, M. E. P (2002). *Positive Psychology, Positive Prevention & Positive Therapy*, in Snyder, C.R & Lopez, S. J, the book of Positive Psychology, 3-9 Oxford University Press, New York
- Servidio, R. (2021). Self-control and problematic smartphone use among Italian University students: The mediating role of the fear of missing out and of smartphone use patterns, *Current Psychology*, 40, 4101-4111.
- Sok, R., Seong, H., & Ryu, H. (2019). Differences of self-control, daily life stress, and communication skills between smartphone addiction risk group and general Group in Korean Nursing Students, *Psychiatry Q*, 90, 1-9 .
- Sook M., OkJu, K., Song, M., Lee, K. (2016). Effects of Smartphone Overuse on Perceived Cognitive Function, Fatigue, and Daytime Sleepiness among College Students, *Journal of the Korean Society of School Health*, 29 (3),245-254
- Statista (2022), *Number of Smartphone Subscriptions Worldwide from 2016 to 2027*, Statista, Hamburg <https://www.statista.com/statistics/203734/global-smartphone-penetration-per-capita-since-2005/>
- Szykowska, A., Gadzicka, E., Szymczak, W., & Bortkiewicz, A. (2014). The risk of subjective symptoms in mobile phone users in Poland-An epidemiological study, *International Journal of Occupational Medicine and Environmental Health*. 27(2), 293-303.
- Thornton, B., Faires, A., Robbins, M., & Rollins, E. (2014). The mere presence of a cell phone may be distracting implications for attention and task performance, *Social Psychology*, 45, 479-488.



- Tokunaga, R., & Rains, S., (2010). An Evaluation of Two Characterizations of the Relationships Between Problematic Internet Use, Time Spent Using the Internet, and Psychosocial Problems, *Human Communication Research*, 36(4),512 - 545.
- Uncapher, K., Thieu, M., &Wagner, D. (2015). Media multitasking and memory: differences in working memory and long-term memory, *Psychon Bull Rev*,23, 483-490 .
- Van Deursen, A., BolleL, C., & Kommers, M. (2015). Modeling Habitual and Addictive Smartphone Behavior: The Role of Smartphone Usage Types, Emotional Intelligence, Social Stress, Self-Regulation, Age, and Gender, *Computers in Human Behavior*, 45, 411-420 .
- Wei, H., Gao, K., & Wang, W. (2019). Understanding the relationship between grit and foreign language performance among middle school students: The roles of foreign language enjoyment and classroom environment, *Frontiers in Psychology*, 10, 1508
- Xiang, M., Lin, L., Wang, Z., Li, J., Xu, Z., & Hu, M., (2020). Sedentary Behavior and Problematic Smartphone Use in Chinese Adolescents: The Moderating Role of Self-Control, *Frontiers in Psychiatry*, 10,3032.
- Xie, Wu, Guo, Zhang& Yin,2023 Psychological resilience buffers the association between cell phone addiction and sleep quality among college students in Jiangsu Province China, *Front Psychiatry*, 14 ,1105840.
- Yang, SY., Lin, CY., Huang, YC., Chang, JH. (2018). Gender differences in the association of smartphone use with the vitality and mental health of adolescent students, *J Am Coll Health*, 66(7), 693-701
- Zhang, L., Wang, B., Xu, Q., Fu, C. (2023). The role of boredom proneness and self-control in the association between anxiety and smartphone addiction among college students: a multiple mediation model, *Front Public Health*, 11, 2296-