



# تحليل البروفيل المعرفي - النفسي لطلاب المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية في ضوء كفاءة التجهيز العقلي 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 .  
طلاب المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية  
في ضوء كفاءة التجهيز العقلي المعرفي وسمات الوقاية. *Emirati  
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 لطلاب المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية في ضوء كفاءة التجهيز العقلي المعرفي وسمات الوقاية النفسية للتوصيل إلى مهارات تشخيصية معرفية ونفسية تميز هذه الفئة. وللحقيقة من فروض البحث تم الاعتماد على المنهج الوصفي، واستخدم مقاييس الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية، وأختبار كفاءة التجهيز العقلي المعرفي، ومقاييس سمات الوقاية النفسية، وطبقت مقاييس البحث الثلاث على عينة البحث الأساسية والتي تكونت من (382) تلميذ وتلميذة من طلاب الصف السادس الابتدائي للعام الدراسي 2023/2022 بمدرسة محمد فريد الابتدائية التابعة لإدارة بندر ممنهور التعليمية بمحافظة البصرة. قسمت العينة من حيث درجة التلاميذ على مقاييس الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية إلى مرتفعي الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية وهم التلاميذ الذين حصلوا على درجات مرتفعة على مقاييس الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية وعدهم (103) تلميذ وتلميذة بمتوسط أعمار (12.75) وبانحراف معياري الذكية قدره (1.45). منخفض الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية وهم التلاميذ الذين حصلوا على درجات منخفضة على مقاييس الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية وعدهم (103) تلميذ بمتوسط أعمار (12.32) وبانحراف معياري قدره (9.25). وأهم النتائج التي أسف عنها البحث: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متosteates درجات تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع) على مقاييس كفاءة العمليات المعرفية (التطبيط، الانتباه، المعالجة المتزامنة، المعالجة المتتابعة) في اتجاه التلاميذ منخفض الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متosteates درجات تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع) على مقاييس سمات الوقاية النفسية الأربع (ضبط الذات، اليقطة الذهنية- العزيمة) والدرجة الكلية في اتجاه التلاميذ منخفض الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية يوجد اختلاف في شكل وتشتت البروفيل المعرفي النفسي لطلاب المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع) في ضوء اختبار كفاءة التجهيز العقلي المعرفي. ومقاييس سمات الوقاية النفسية.

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

## المقدمة:

تمثل الهواتف الذكية Smartphone حاجة ضرورية شاع استخدامها بين مختلف شرائح المجتمع بصورة عامة، ولشرحة 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 تطوراً متسارعاً وتعدداً في الوسائل. 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 تُمكّن من الاستخدام الوعي والمسؤول للتكنولوجيا(Abdelmajid,2023). وتُعد الهواتف الذكية إحدى أبرز أدوات هذا العصر التقني، إذ أحدثت نقلة نوعية في أنماط التواصل والمعرفة، لما تميز به من قدرات متقدمة. كارباطها المباشر بشبكة الإنترنت، واحتوايتها على مجموعة واسعة من التطبيقات المختلفة والمتجددة، مثل أدوات الإدارة الشخصية المدمجة، والكاميرات عالية الجودة، وأجهزة التسجيل، مما يجعلها جزءاً أساسياً من الحياة اليومية. لاسيما لدى فئة الشباب، كما أصبحت بشاشات عرض أكبر وأعلى دقة، وتمكن المستخدم من إدراجه الملحوظات وإدخال البيانات ومعالجتها وإعادة استرجاعها واستخدامها حسب الحاجة، إذ تعد بمثابة التكنولوجيا الحديثة في مجال الاتصالات لأجيال لاحقة(2002, Katz & Aakkhus سهلاً إلى كمية كبيرة من المحتوى عبر الإنترنت وفرضاً للحفاظ على العلاقات الاجتماعية التي تشمل المزيد والمزيد من الأشخاص بالإضافة إلى ذلك تعد الهاتف الذكي سهل الوصول إليه وتحمّل المستخدمين إشباعاً فوريًا. مما يعزّز 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 (اللاتكيفي ) maladaptive بشكل يومي ولأغراض مختلفة وأنها أصبحت لا غنى

عنها، وأشار كل من ( Park, 2014; Lee & Oulasvirta et al., 2012) إلى أن العديد من الأفراد يواجهون صعوبة في التوقف عن استخدام الهاتف الذكي، حتى في الأوقات التي يفترض فيها تحّب 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. وأشار كل من ( Yang, 2013; Chen, Kuo, Lin, Chang, & Tseng, 2013; Kang & Lepp, 2014; Barkley & Karpinski, 2014; Jung, 2014) إلى أن الاعتماد اللاتكيفي للهاتف الذكي يُشبه إلى حد كبير معايير الإدمان السلوكي، حيث يظهر في شكل اعتماد مفرط وصعوبة في التحكم، كما أوضح نتائج دراسات (Barkley & Karpinski, 2014; Jung, 2014) أن الطلاب يقومون بتفقد هواتفهم الذكية بمعدل يصل إلى 60 مرة يومياً، مع استخدام يومي يتجاوز أربع ساعات، وهو ما يعزّز من مؤشرات الاستخدام القهري لهذه الأجهزة.

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

ولفهم الأداء المعرفي النفسي لمستخدمي الهاتف الذكي(اللاتكيفي) دعت الحاجة لتقدير المعرفي - النفسي لهذه الفئة، حيث يُعد التجهيز العقلي المعرفي مجالاً مهماً للصحة والتكييف، ويؤثر بشكل كبير على جودة حياة الأفراد وتكييفهم ونظرًا لتنوع 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 العملات أكثر من القدرات، كما تمثل هذه العملات الأربع الأساسيات التي تقوم على النظرية والبنية الأساسية للعمليات العقلية البشرية (;

Naglieri, Conway & Goldstein, Naglieri & Das, 2005 (2009). وتلك العمليات العقلية هي التي تشكل نظام معقد ومتراوطي 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 يعكس 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 الهاتف الذكي 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 للوسائل الرقمية وبين ضعف أداء الذاكرة العاملة.

وفيما يتعلق بالاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية وعلاقتها 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 الحالي في ثلات 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, & Kimmers 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 الهاتف 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 عكسيّاً بين اليقظة الذهنية والاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية، من جهة أخرى أشارت دراسة (Khoob, Yang, & 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 واتاج تفسيرات ذات أساس نظرية في ضوء كفاءة التجهيز العقلي المعرفي وسمات الوقاية النفسية.

### ثانيًا: مشكلة البحث:

تنطلق مشكلة البحث الحال من ضرورة توفير 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 زمرة أعراض إكلينيكية دائمة، ونمطاً مميزاً من البروفيل التي تميز 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 للأضطرابات المرتبطة بالمواد المسببة للإدمان الواردة بالدليل التشخيصي والإحصائي للأضطرابات النفسية (DSM-5) بما في ذلك العوامل الأربعة الرئيسية التالية:(السلوك القهري، والضعف الوظيفي، والانسحاب، والاعتماد) ل ليوجد لهذه الفئة بروفييل معرفي- نفسي خاص بهم.

لذلك يحاول البحث التعرف على البروفيل المعرفي النفسي لذوى الاستخدام (لاتكيفي) 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, 2015) أن المزيد من استخدام الهاتف 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 للوسائل 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 (اللاتكيفي) للهواتف الذكية قد يرتبط سلبياً مع أبعاد سمات الوقاية النفسية (ضبط الذات، اليقظة الذهنية العزيمة). فقد أشار (Tokunaga & Rains, 2010؛ Li, Li, & Liu, 2020؛ Liu, & Wu, 2020) إلى أن المراهقين الذين يعانون من ضعف في ضبط الذات غالباً ما يفتقرن إلى القدرة على مقاومة رغباتهم في استخدام الهواتف الذكية، مما يؤدي إلى زيادة مفرطة وغير منتظمة في استخدامها ومن ثم إلى نمط استخدام اللاتكيفي. 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, 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 اللاتكيفي للهواتف الذكية، وفي السياق ذاته بين (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 اللاتكيفي للهواتف الذكية والإدمان عليها، لا يزال من غير الواضح كيف ينبغي تقييم الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية، وما هي معايير التشخيص التي ينبغي استخدامها لتحديد ما إذا كان شخص لديه خلل سلوكي ومعرفي فيما يتعلق باستخدام الهاتف الذكية، حيث أنه لا يوجد رسم تشخيص سيكومترى رسمي للكشف عن شكل البروفيل المعرفي والنفسي لهؤلاء الأفراد.

**وتأسسًا على مasicque تتضح مشكلة البحث في السؤال التالي:** ما هو شكل البروفيل المعرفي - النفسي للطفل في المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكيفي 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 للطفل في المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع) في ضوء كفاءة العمليات المعرفية (التخطيط، الانتباه، المعالجة المتزامنة، المعالجة المتابعة)، والدرجة الكلية؟

- هل يختلف شكل وتشتت البروفيل المعرفي للطفل في المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع) في ضوء كفاءة التجهيز العقلي المعرفي؟

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

- هل يختلف شكل وتشتت البروفيل المعرفي النفسي للطفل في المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع) في ضوء سمات الوقاية النفسية؟

### ثالثاً: أهداف البحث

- يهدف البحث الحالي إلى التعرف على المعرفى للطفل في المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية في ضوء كفاءة العمليات المعرفية (التخطيط، الانتباه، المعالجة المتزامنة، المعالجة المتابعة).

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

- يهدف البحث الحالي إلى التعرف على المعرفى النفسي للطفل في المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكيفي 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 اللاتكيفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع) في ضوء كفاءة سمات الوقاية النفسية (ضبط الذات، اليقظة الذهنية، العزيمة).

### رابعاً: أهمية البحث:

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

والنفسية للتلמיד 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 فروماً جوهريّة بين الأفراد وتميّزهم عن بعضهم البعض في الأداء وحل المشكلات.

3. التعرف على الأساليب 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 الهاتف الذكية اللاتكيفية مازالت متأنية وعلى اعتبار أنها محاولة لإنقاء 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 والمتخصصون في مجال الدراسات التربوية والنفسية على استخدامه في أبحاثهم ودراساتهم، والذي يتمتع بخصائص سيكومترية جيدة ومرتفعة.

خامسًا: المصطلحات الإجرائية للبحث:

1. البروفيل المعرفي- النفسي: Cognitive- psychological profile عرض رسومي للنتائج 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 الاستخدام المفرط القهري للهواتف الذكية

بالرغم من مخاطره على الوظائف الفسيولوجية 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 "تأثيرات المتمثلة في الانسحاب من المناسبات العائلية وضعف في الأداء الدراسي، وما يعرضه من مشاكل الصحية".

- صعوبة السيطرة (التحكم): Difficulty controlling (control) التحكم في استخدام الهاتف الذكي رغم المحاولات المتكررة.

- الإنفصال: Withdrawal ويعرف بأنه الشعور بالقلق وعدم الارتياح عند الرغبة أو التقليل من استخدام الهاتف الذكي.

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

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

- التجهيز العقلي المعرفي: Cognitive mental processing ويعرف بأنه مجموعة من العمليات التي تمكن الفرد من فهم معاني المثيرات ودلائلها والارتباطات القائمة بينها تحليل المثيرات هو الطريق لحفظها وتخزينها، وتطلب درجة عالية من الاحتفاظ والاسترجاع وذكر المعانى والتي تتضمن على العمليات) التخطيط -الانتباه-المعالجة المترابطة-المعالجة المتابعة).

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 تعرفها الباحثة بأنها "هي مجموعة من السمات النفسية والتى من شأنها حماية الفرد من التأثيرات السلبية المحتملة والاضطرابات النفسية المهددة وواعدة على مسار السواء النفسي والتى تتحدد في البحث الحالى في ثلات أبعاد هي (ضبط الذات- اليقظة الذهنية- العزيمة).

- ضبط الذات: Self-control هو سمة استعدادية تمكّن الفرد من قمع الدوافع الداخلية والانحراف في السلوك الموجهة نحو الهدف.

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

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

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

سادساً: محدودات البحث: اقتصر البحث الحالى على الحدود التالية:

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

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

الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية ويمثلون نسبة (27%) من العينة الكلية وعددهم (103) تلميذ وتلميذة منم تقع درجاتهم في نطاق الرباعي الأدنى وبالغ متوسط أعمارهم (12.32) وبانحراف معياري قدره (.925).

3. الحدود المكانية: مدرسة محمد فريد الابتدائية.

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

سابعاً: الإطار النظري والدراسات السابقة:

1- الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية:

- مفهوم الهاتف الذكي:

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".

ويُعرف (Coban& Gundogmus,2019,87) الهاتف الذكي 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 الوسائل المتعددة".

- مفهوم الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية.

لا يوجد تعريف ثابت للاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية، هناك من يُعرفه على أنه إدمان سلوكي، والذي يتم تعريفه على أنه اعتماد غير مادي ناتج عن المشاركة المفرطة في مختلف الأنشطة التي تتم بوساطة الهاتف الذكي، مما يؤدي إلى تلف الوظائف الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية. ( De-Sola Gutierrez, Fonseca & Rubio 2016 ; Liu, Yang, Lin, Yu& Zhou, 2017; Lapierre, Zhao & Custer, 2019;)

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

وُعرفه (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 السلوكى الذى يظهر المكونات الأساسية للإدمان.

كما تم تعريفه على أنه الاستخدام الإشكالى للهاتف الذكى Problematic Smart Phone use على أنه الانشغال باستخدام الهاتف الذكى الذى يتميز بفقدان Roberts, Yaya, & Manolis, 2014; Jeong, Kim, Yum, & Hwang, 2016)

وغرفه كل من (Panova & Carbone, 2020; Grote., Kothgassner & Felnhofer, 2019 إشكالى 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 إشكالى للهواتف الذكية يتمثل في الاعتماد اللاتكيفي، والذي يُفضي إلى فقدان السيطرة على الرغبة في استخدام الهاتف الذكى، حتى في ظل الإدراك الكامل للعواقب السلبية المرتبطة على هذا السلوك.

وعلى الرغم من تعدد التعريفات إلا أنها تعد مصطلحات مترادفة تعبّر عن التغيرات سلوكية الناجمة عن الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية.

#### أبعاد الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية:

حددت الأطروحة النظرية مجموعة من الأبعاد التي تميز الاستخدام اللاتكيفي 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 القهى للهاتف: مثل سلوكيات التحقق المستمر من الرسائل أو التحديات.
  - 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 وال العلاقات الاجتماعية.
- كما أشار (Kwon et al., 2013) إلى أن أبعاد الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية تمثل في ست أبعاد وهي (اضطراب الحياة اليومية، التوقع الإيجابي، الانسحاب، العلاقة الموجهة نحو الفضاء الإلكتروني، فرط الاستخدام، التحمل)

#### أنماط استخدام الهاتف الذكية:

بالرغم من تزايد عدد مستخدمي الهاتف الذكية، إلا أن هذا لا يعني أن جميعهم يندرجون ضمن فئة المستخدمين اللاتكيفيين، إذ أن طبيعة الاستخدام هي العامل الحاسم في تحديد مدى تأثيرها السلبي، فالاستخدامات المتعددة للهواتف الذكية تتوزع ما بين الأغراض التعليمية والعلمية، والترفيهية، إلى جانب استخدامها في التواصل الاجتماعي والألعاب، وذلك لتنوع 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 اللاتكيفيين يميلون إلى تفضيل خدمات الشبكات الاجتماعية، وهو ما قد يفسر ارتفاع معدل إدمان الإناث على الهواتف الذكية مقارنة بالذكور، كما وأشار 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 للاتسخدام اللاتكيفي، بينما لم تُظهر الدراسات نفس النتيجة لدى من يستخدمون الهواتف للأغراض دراسية وعلى الرغم من أن كلاً من استخدام الشبكات الاجتماعية والألعاب يمثلان مؤشرين على الاستخدام اللاتكيفي 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 وأضحاً للاتسخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية.

#### 2- كفاءة التجهيز العقلي المعرفي:

وتركز نظرية تجهيز العقلي المعرفي على الكيفية التي يتعامل فيها الفرد مع الأحداث البيئية، وعلى تمييز 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 معتقد لتجهيز المعلومات. (يوسف، 2011)

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

#### ـ 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 مسؤولة عن التحكم وتنظيم السلوك واختيار الاستراتيجية وبنائها النظام الثاني وهو نظام الانتباه وهو مسؤول عن مستويات الإثارة والتبنيه والتركيز على المثير البديل، والنظام الثالث هو نظام معالجة المعلومات الذي يوظف كلاً من عمليتي التتابع والتأني وفيما يلي عرض لتلك الوظائف المعرفية:

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

وُعرف (Das, 2002) التخطيط بأنه عملية عقلية حيث يحدد الفرد وينتقي ويستخدم الحلول المتاحة للمشكلة ويشمل: حل المشكلات، تشكيل التفكير وضبط الإنفصال، استرجاع المعرفة، ويري (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 المقترن 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 المقترنة لحل المشكلة التي يواجهها الفرد.

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

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

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

بسقطة تحفظ لنا الوعي والحدروهو يرتبط بالنشاطات في جذع المخ والجزء الأسفل من لحاء المخ، أما الانتباه فهو أكثر تعقيداً حيث تسمح عملية الانتباه للفرد بالاستجابات المتعارضة، ويرتبط الانتباه بالفص الأمامي/الجبهي والجزء الأسفل من اللحاء، كما يُعد الانتقاء أحد الوظائف المعرفية للانتباه، وهو القدرة على تثبيت التركيز على مثيرات معينة ضرورية واهتمام 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 كجسدها حيث يرتبط كل عنصر بكل عنصر آخر ليكون المفهوم العام، وتعد عملية المعالجة المتزامنة ضرورية مع المهام اللفظية وغير اللفظية، وترتبط بسلامة المناطق الجدارية والقدالية والصدغية Das, Naglieri, Conway & Goldstein, 2009) 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، وجوه عملية المتزامنة تكون في قدرة الفرد في ربط العناصر بالمثيرات داخل مفهوم كل 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 تكون من مجموعة المعلومات والمعارف والخبرات السابقة، وهذه المعرفات تُشكّل السياق الذي تمارس فيه الوظائف المعرفية السابقة، حيث تُعد الإطار المرجعي الذي يوجه تركيز النشاط المعرفي الانتقاء الانتباه ببقاء الاتجاه، توجيه الاستجابة والقدرة على إدراك المثيرات وفقاً لتابع معين: التسلسل المنظم للكلمات المنطقية القدرة على تكوين سلسل من الكلمات والألفاظ.

ويمكن القول إن مستوى 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

محاولة ربط مهمنتين 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 والتدبر، والأخلاقيات، والأمانة، والأمل، والنشاط الهاذف المتذبذب حيوية وإنماجاً، والاستبسار وقدرة على التواصل، لتمثل سداً عاملاً وقايناً ضد وقوع الأطفال والمرأهفين والشباب، وكبار السن فريسة للإحباط والاضطراب النفسي والانحراف والفشل. (الصبوة، 2010).

#### أبعاد سمات الوقاية النفسية:

##### 1- ضبط الذات:

عَرف (قاموس علم النفس الإمارati الروسي، 2024) 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 الإنحرافات السلوكية والاضطرابات النفسية وكذلك من سهولة الواقع تحت تأثير المواقف والحالات السلبية. (Cui, & Fincham, 2020

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

#### اليقظة الذهنية:

عَرف (قاموس علم النفس الإمارati الروسي، 2024) اليقظة الذهنية بأنها الوعي بحالة الفرد الداخلية ومحطيه.

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

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

### 2- العزيمة:

عَرف (قاموس علم النفس الإمارati الروسي، 2024) 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 تمثل بالمثابرة والإصرار لتحقيق أهداف بعيدة المدى، وتهتم بتحفيز الفرد على العمل بجد والتمسك بالهدف والغلب 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.

ويفرق(Sing&Chukkali, 2021) بين العزيمة وبعض المهارات غير المعرفية الأخرى مثل الصمود، والدافعة الداخلية. ويقطّة الضمير حيث يعبر الصمود عن التكيف الإيجابي في مواجهة الشدائـد، أما العزيمة فهي تختلف عن الصمود من حيث أن العزيمة لا تعنى الصمود في مواجهة التحدّيات أو المواقف الصعبة فقط، ولكن أيضًا الالتزام بالأهداف على مدى فترات طويلة، كما أن الصمود لا يتضمن تحديدًا 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 يقطّة الضمير وهو أحد أهم العوامل الخمس الكبرى عن العزيمة، حيث يتمثل التركيز في الأول على التنظيم الذاتي والاعتمادية بينما يؤكد الأخير على الجهد المتنسق والدافعة.

### 1- عينة البحث:

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

- العينة الأساسية: تكونت عينة البحث الأساسية من (382) تلميذ وتلميذة من تلاميذ الصف السادس الإبتدائي للعام الدراسي 2023/2022 بمدرسة محمد فريد الإبتدائية التابعة لإدارة بندر ممنهور التعليمية- محافظة البحيرة. قسمت العينة من حيث درجة التلاميذ على مقياس الاستخدام اللاتيفي للهواتف الذكية إلى

مرتفعى الاستخدام اللاتكيني للهواتف الذكية وهم التلاميذ الذين حصلوا على درجات مرتفعة على مقياس الاستخدام اللاتكيني للهواتف الذكية ويمثلون نسبة (27%) من العينة الكلية وعددتهم (103) تلميذ وتلميذه ممن تقع درجاتهم في نطاق الارباعي الأعلى والبالغ متوسط أعمارهم (12.75) وبانحراف معياري قدره (1.45) - منخفض الاستخدام اللاتكيني للهواتف الذكية وهم التلاميذ الذين حصلوا على درجات منخفضة على مقياس الاستخدام اللاتكيني للهواتف الذكية ويمثلون نسبة (27%) من العينة الكلية وعددتهم (103) تلميذ وتلميذه ممن تقع درجاتهم في نطاق الارباعي الأدنى والبالغ متوسط أعمارهم (12.32) وبانحراف معياري قدره (9.25).

#### - أدوات البحث:

##### 1. مقياس الاستخدام اللاتكيني للهواتف الذكية. إعداد الباحثة

- الهدف من المقياس: يهدف المقياس إلى تقدير الاستخدام اللاتكيني للهواتف الذكية لدى تلاميذ المرحلة الإبتدائية.

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

- تقدير درجات المقياس: تم الإستجابة على فقرات المقياس وفقاً لطريقة ليكرت (Likert) الرباعي تتراوح بين (موافق بدرجة كبيرة، موافق، غير موافق، غير موافق بدرجة كبيرة) حيث تأخذ الفيم (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 مقاييس إدمان الهواتف الذكية لـ Kwon et al. (2013) تعریف (البهنساوي. 2020) المكون من (33) مفردة موزعة على ست أبعاد، والتي تشير النتائج إلى تمتّعه بدرجة عالية من الصدق والثبات، وعليه تم حساب صدق المحك لدرجات مقياس الاستخدام اللاتكيني للهواتف الذكية الحالي ودرجات المحك، وبلغ معامل الارتباط بعد التصحيح 0.82 مما يعطي مؤشرات قوية لصدق المحك بما يؤكد تمتّع المقياس بمستوى مناسب من الصدق وصلاحيته في قياس الاستخدام اللاتكيني للهواتف الذكية.

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

- معامل ألفا كرونباخ: باستخدام معامل ألفا كرونباخ للمقياس لكل بعد من أبعاد المقياس حيث تراوح معامل الثبات لأبعاد المقياس بين (0.754 - 0.822). 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 أسبوعين من التطبيق الأول. وكانت قيمة معامل الارتباط بين درجات المقياس في التطبيق الأول والثاني: (0.865) وترأوحت قيم معاملات الثبات لأبعاد مقياس الاستخدام اللاتكيني للهواتف الذكية ما بين (0.797 - 0.706) مما يدل على تمتّع 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 مستوى كفاءة التجهيز العقلي المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الإبتدائية، وهي أداة مختصرة للتعرف من خلالها على كفاءة التجهيز العقلي المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الإبتدائية.

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 (الخطيط، الانتباه، المعالجة المتزامنة، المعالجة المتتابعة) تدرج تحت هذه الأبعاد الأربع (11) من الاختبارات الفرعية وهي كالتالي:

-الخطيط 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 المصروفات.

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

-تقدير درجات الاختبار: كل بطاقة من بطاقات الاختبار بها عدد من المهام يعطى للللميذ درجة واحدة عن كل مهمة صحيحة، وصفر عن كل إجابة غير صحيحة، مع الأخذ في الاعتبارات التعليميات الواردة بالاختبار بشأن تطبيق كل مهمة والזמן المحدد.

### الخصائص السيكومترية للختبار:

صدق المحك: تم التحقق من الصدق المحكي للختبار بواسطة ارتباطها بدرجة الأفراد على اختبار جون رافن للمصفوفات المتابعة تقنيين (على، 2016) والتي تشير النتائج إلى تمنتعه 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، وببلغ معامل الارتباط بعد التصحيح (0.78) مما يعطي مؤشرات قوية لصدق المحك بما يؤكد تمنع 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 تلميذ المرحلة الإبتدائية.

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

- تقدير درجات المقياس: تم 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 العامل:

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

**A. العامل الأول "ضبط الذات"** ويفسر (14.276%) من التباين في سمات الوقاية النفسية، وتبلغ قيمة الجذر الكامن له (4.711)، وتألف من (11) مفردات تراوحت تشعّعاتها من (393 إلى 883).

**B. العامل الثاني "اليقظة الذهنية"**: ويفسر (25.296%) من التباين في سمات الوقاية النفسية، وتبلغ قيمة الجذر الكامن له (8.348)، وتألف من (12) مفردات تراوحت تشعّعاتها من (403 إلى 898).

**ج. العامل الثالث "العزيمة"**: ويفسر (22.302%) من التباين في سمات الوقاية النفسية، وتبلغ قيمة الجذر الكامن له (7.360)، وتألف من (10) مفردات تراوحت تشعّعاتها من (634 إلى 925). وجدول (1) يوضح تشعّعات كل مفردة على العوامل في مقياس سمات الوقاية النفسية.

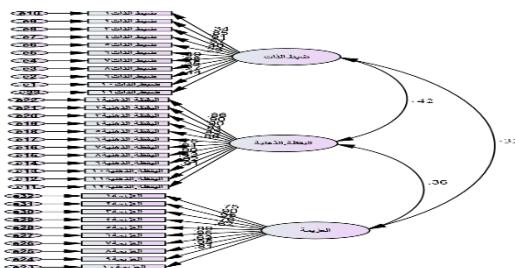
**جدول (1): تشعّعات كل مفردة على العامل الخاص بها في سمات الوقاية النفسية**

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

ووفقاً لنتائج التحليل العائلي الاستكشافي تم الإبقاء على جميع مفردات التي كانت تشيّعاتها أكبر من 0.3، وحذف المفردات التي كان تشيّعاتها أقل من 0.3.

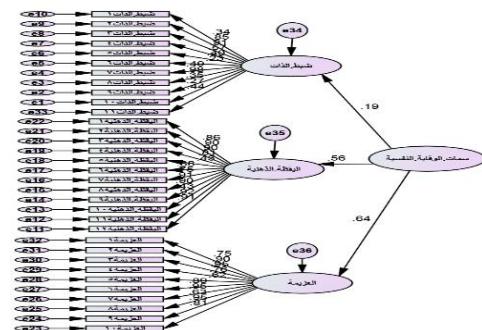
كما قامت الباحثة بإجراء التحليل العائلي التوكيدى من First order and second order الدرجة الأولى والثانية AMOS باستخدام cofirmatory factor analysis

**أوضح نتائج التحليل العائلي من الدرجة الأولى** أن مفردات المقياس (33) تشيّع على (3) عوامل أساسيه 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 العائلي التوكيدى من الدرجة الأولى لمقياس سمات الوقاية النفسية.



شكل (1) يوضح نتائج التحليل العائلي التوكيدى من الدرجة الأولى لمقياس سمات الوقاية النفسية

النفسية. وأوضحت نتائج التحليل العائلي من الدرجة الثانية أن العوامل الثلاثة التي يتسبّع عليها مفردات مقياس سمات الوقاية النفسية، تتسبّع 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 العائلي التوكيدى من الدرجة الثانية لمقياس سمات الوقاية النفسية

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

	القيمة الدالة على حسن الملاءمة	قيمة المؤشر		مؤشر الملاءمة
		تحليل العائلي التوكيدى من الدرجة الأولى	من الدرجة الثانية	
صفر إلى 5	3.9	3.9	3.9	مربع كاي/درجات الحرية
تساوي أو تتجاوز 0.90	0.90	0.922	مؤشر حسن المطابقة GFI	
تساوي أو تتجاوز 0.90	0.912	0.915	مؤشر حسن المطابقة AGFI	
أقل من 0.8. تدل على مطابقة جيدة	0.720	0.711	جذر متوسطات مربعات الباقي RMR	
أقل من 0.05 مطابقة جيدة	0.033	0.043	جذر متوسط خطأ الاقتراب RMSEA	
صفر إلى 1	0.727	0.819	مؤشر المطابقة المعياري NFI	
القيمة القريبة من 0.95	0.824	0.858	مؤشر المطابقة المقارن CFI	
صفر إلى 1	0.703	0.793	مؤشر المطابقة النسبي RFI	

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 من أبعاد المقياس حيث تراوح معامل الثبات لأبعاد المقياس بين 0.725 - 0.796 (0.849)، 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 اللاتكيفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع) على اختبار كفاءة التجهيز العقلي المعرفي على الأبعاد (الخطيط- الانبهاء- المعالجة المتزامنة- المعالجة المتتابعة) والدرجة الكلية.

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

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

		الآنحراف المعياري (ع)	المتوسط (م)	الآنحراف المعياري (ع)	المتوسط (م)	الاختبارات الفرعية
دالة عند مستوى 0.05	-24.021-	1.91848	13.048	1.76877	6.9568	المطابقة
	-17.939-	.95967	9.8675	1.28885	5.6043	الخطيط الحر
	-28.542-	.88395	8.4096	1.04502	4.4820	الترميز
	-39.833-	2.68741	31.325	2.60398	17.043	الدرجة الكلية

يتضح من جدول (3): وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين متوسط درجات تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع) على بعد (الخطيط) الاختبارات الفرعية (المطابقة- الخطيط 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 اللاتكيفي للهواتف الذكية على التلاميذ مرتفع الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية.

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

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

الجولة	نوعة (ن)	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 الاتحادي
	-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 اللاتكيفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع) على بعد (الانتباه والاختبارات الفرعية (مدى الانتباه-الانتباه الاتحادي- الانتباه المرن) والدرجة الكلية. حيث بلغت قيمة "ت" على الترتيب -21.420 - 23.575 - 17.304 - 28.845 وهي قيم ذات دلالة إحصائيًا الأمر الذي يشير إلى تفوق منخفض الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية على التلاميذ مرتفع الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية.

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

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

الجولة	نوعة (ن)	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 اللاتكيفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع). على بعد (الالمعالجة المتزامنة) اختبارات الفرعية (الذاكرة البصرية اختبار المصفوفات) والدرجة الكلية. حيث بلغت قيمة "ت" على الترتيب -15.819 - 29.065 - 29.373 وهي قيم ذات دلالة إحصائيًا الأمر الذي يشير إلى تفوق منخفض الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية على التلاميذ مرتفع الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية. حيث بلغ متوسط درجات التلاميذ منخفض الاستخدام

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

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

النوع	نسبة (%)	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 اللاتكيفي 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 27.057 -25.558 -18.725 -35.796 (35.796) وهي قيم ذات دلالة إحصائية للأمر الذي يشير إلى تفوق منخفض الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية على التلاميذ مرتفع الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية، حيث بلغ متوسط درجات التلاميذ منخفض الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية على الدرجة الكلية للمعالجة المتتابعة (17.6627) بينما بلغ متوسط درجات التلاميذ مرتفع الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية(10.9420).

النوع	نسبة (%)	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 ذوي اللاتكيفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع) على (الدرجة الكلية لاختبار كفاءة

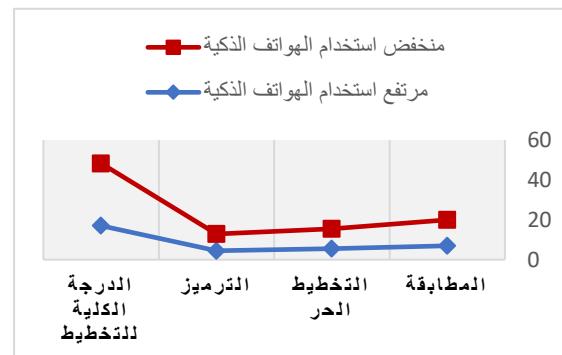
التجهيز العقلي المعرفي)، حيث بلغت قيمة "ت" (55.487) وهي قيم ذات دلالة إحصائية للأمر الذي يشير إلى تفوق منخفض الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية على التلاميذ مرتفع الاستخدام اللاتكيفي

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

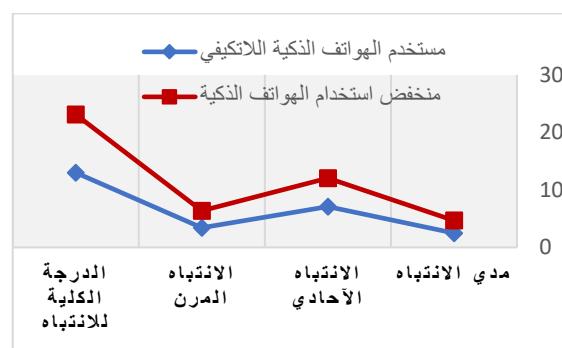
يتضح من جدول (3)(4)(5)(6)(7) أن جميع قيم (ت) دالة عند مستوى دلالة (0.05) وهذا يعني أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات التلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام الالاتكيفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع) على اختبار كفاءة التجهيز العقلي المعرفى (التخطيط-الانتباه-المعالجة المترادفة-المعالجة المترادفة) والدرجة الكلية، وبذلك يتحقق صحة الفرض الأول. وتنقق 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) علاقة سلبية بين استخدام الحاسوب المحمول والأداء الأكاديمي، ليس فقط للمستخدم بل أيضًا لمن هم في نطاق رؤية الشاشة. وتنقسق مع نتائج (Uncapher,Thieu& Wagner,2015) الاستخدام المتكرر للوسائط المتعددة يرتبط بضعف في أداء الذاكرة العاملة، وفي السياق ذاته أوضحت نتائج دراسة (Emara, Attia & El Shemy,2023) إن الاستخدام الالاتكيفي للهواتف الذكية ارتبط بشكل كبير بانخفاض الوظائف المعرفية على وجه التحديد وانخفاضاً كبيراً 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 محیط الفرد قد يؤدي إلى تقليل الانتباه وتهور الأداء في المهام لا سيما تلك التي تتطلب مستوى عالي من المعالجة المعرفية، وتنقق مع نتائج دراسة ( Cain, Leonard, Gabrieli, & Finn, 2016) التي أظهرت وجود ارتباط بين الاستخدام المتكرر للوسائط الرقمية وبين ضعف أداء الذاكرة العاملة، وتدعى 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 الهاتف الذكية والكفاءة المعرفية، وتدعى هذه النتائج ما توصلت إليه دراسة (Li et al., 2023) التي بيّنت أن الاستخدام الالاتكيفي للهواتف الذكية يُسهم في تدهور مجموعة من القدرات المعرفية، بما في ذلك التفكير الإبداعي.

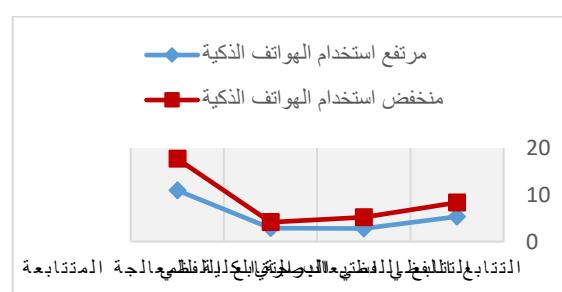
الفرض الثاني: - يوجد اختلاف في شكل وتشتت البروفيل المعرفي النفسي للتلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام الالاتكيفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع) على اختبار كفاءة التجهيز العقلي المعرفى العمليات (التخطيط- الانتباه- المعالجة المترادفة- المعالجة المترادفة) والدرجة الكلية، وفيما يلي شكل (3)(4)(5)(6)(7) يوضح البروفيل المعرفي للمجموعتين وفقاً لمتوسط درجات كل منها على الأبعاد والدرجة الكلية.



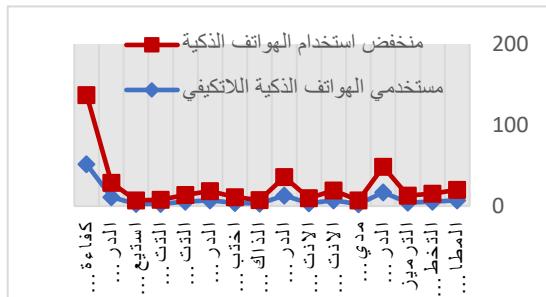
شكل (3) البروفيل المعرفي لمنخفض ومرتفع الاستخدام الالاتكيفي للهواتف الذكية على اختبار كفاءة التجهيز العقلي المعرفى (التخطيط)



شكل (5) البروفيل المعرفي لمنخفض ومرتفع الاستخدام الالاتكيفي للهواتف الذكية على اختبار كفاءة التجهيز العقلي المعرفى (المعالجة المترادفة)



شكل (6) البروفيل المعرفي لمنخفض ومرتفع الاستخدام الالاتكيفي للهواتف الذكية على اختبار كفاءة التجهيز العقلي المعرفى (المعالجة المترادفة)



شكل (7) البروفيل المعرفي لمنخفض ومرتفع الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية على اختبار كفاءة التجهيز العقلي المعرفي على اختبار كفاءة التجهيز العقلي المعرفي

يتبيّن من الشكل (3)(4)(5)(6)(7) أن المجموعتين منخفض ومرتفع الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية يأخذان نفس الشكل في تباين متوسط درجاتهم عن بعضها البعض على اختبار كفاءة التجهيز العقلي المعرفي حيث يأتي الانتباه والتخطيط في أعلى النقاط في الشكل عند المجموعتين في حين تأتي المعالجة(المترادمة والمتابعة) لتتمثل أقل النقاط في الشكل عند المجموعتين ويوجد تماثل تمام بين المجموعتين في توزيع النقاط على الشكلين، مع فارق ارتفاع نقاط التلاميذ منخفض الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية عن مرتفع الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية على اختبار كفاءة التجهيز العقلي المعرفي، وبهذا يتحقق صحة الفرض الثاني يوجد اختلاف في شكل وتشتت البروفيل المعرفي النفسي للتلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع) على اختبار كفاءة التجهيز العقلي المعرفي العمليات (التخطيط- الانتباه- المعالجة المتابعة- المعالجة المترادمة) والدرجة الكلية.

وتنتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه (Haghhighatfard, Ghaderi, Mostajabi, Kashfi, Shahrani, Mehrasa & Alizadenik, 2023) بارتباط النقص في كل من الذاكرة العاملة، والانتباه، والتخطيط، وسرعة معالجة المعلومات بمستويات مرتفعة من إدمان الإنترنت، وهو ما يتتسق مع ما أشارت إليه مع نتائج دراسة كل من (Van Deursen et al., 2015; Li et al., 2021) التي أوضحت أن ضعف التحكم المعرفي يُعد سمة شائعة بين مستخدمي الهواتف الذكية اللاتكيفي، إذ يواجهون صعوبة في التركيز على المعلومات المهمة للمهام، وعدم القدرة على كبح الاستجابات التلقائية، كما تدعم نتائج دراسة Hadar, et al.(2017) التي أوضحت أن الاستخدام المفرط للهاتف الذكي يرتبط بانخفاض الانتباه، وضعف المعالجة العددية، واضطرابات في الإدراك الاجتماعي، فضلاً عن انخفاض النشاط في قشرة الفص الجبهي الأيمن (RPFC)، كما تدعم نتائج دراسة

(Inal, Özgü & Selen,2021) التي أوضحت وجود علاقة سلبية بين الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية ومشكلات في الجهاز العضلي والعظمي، بالإضافة إلى الألم الجسدي وضعف المرونة المعرفية لدى طلاب الجامعات وتدعم نتائج (Hartanto,et al., 2023) التي أوضحت أن هذا النوع من الاستخدام يُعد مؤشراً لزيادة حالات الفشل الإدراكي . وتنسق مع نتائج دراسة (Idia,et al., 2022) التي أوضحت وجود ارتباطات إيجابية بين تصورات تشتيت الانتباه وسلوك استخدام الهاتف الذكي، والاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية والفشل المعرفي.

وتنتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه (البلداوي. 2020) أن الاعتماد على الواقع الإلكتروني كموقع جوجل في إستحصال أي معلومة يحكم أنه متاح في أي وقت ومكان، فيما يعد ضرورياً تفعيل ذاكرة العقل لحفظ البيانات، وهذا يعني ضعفاً واضحاً في حضور الذاكرة دون الإتصال بالهواتف الذكية، وهذا ما أطلق عليه اسم الذاكرة الإنكالية.

بالإضافة للتأثيرات المباشرة للاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية هناك العديد من التأثير غير مباشر التي تؤثر في كفاءة التجهيز العقلي المعرفي مثل التأثيرات على النوم والمزاج لقد ثبت أن جودة النوم لها تأثير خطير على الأداء المعرفي (Lim and Dinges, 2008). وتشير الأدلة إلى أن تكنولوجيا الهواتف الذكية تعد أحد الأسباب المساهمة في اضطرابات النوم (Cain & Gradisar, 2010) مع تأثير مركب على الأداء المعرفي والمشاركة في العمل في اليوم التالي (Lanaj, Johnson& Barnes 2014)

وفي ضوء الخلل المعرفي والتعب والنعاس الذي ينتج عن الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية أثناء اليوم من منظور معرفي عصبي، يتطلب الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية من الدماغ معالجة المعلومات بشكل مستمر في عملية البحث عن المعلومات ومعالجتها وتحليلها و اختيارها واكتسابها، وإذا لم يتم توفير الراحة والتدخل المناسبين لاستعادة الوظيفة الإدراكية، فقد يعاني المستخدمون من نقص الانتباه وهذا ما أكدت عليه Abramson, Benke, Dimitriadis, ) Inyang, Sim & Wolfe,2023; Kim, Ko& Choi, 2013; Szyjkowska, Gadzicka, Szymczak & Bortkiewicz 2014; Sook, Ok Ju, Song &Lee,2016) التي أوضحت أن الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية يرتبط بالخلل المعرفي مثل اضطراب نقص الانتباه وفرط النشاط، وظهور تغيرات في الذاكرة العاملة والانتباه المركّب، وضعف التركيز والذاكرة، ونقص في الوظائف المعرفية المدركة.

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

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

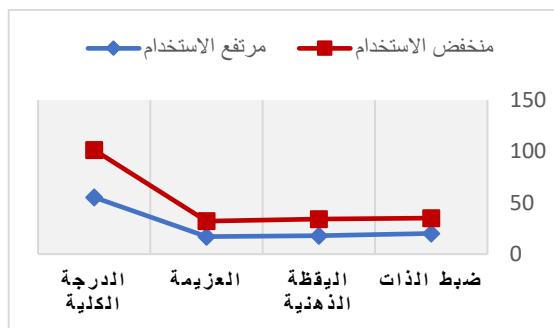
النوع	نوع (ن)	منخفض		مرتفع		لأبعاد
		ن=103	المتوس ط (م)	ن=103	المتوس ط (م)	
دالة عند مستوى 0.05	-14.519-	5.80338	35.109	7.95663	20.179	ضبط الذات
	-26.323-	5.18180	34.158	3.87255	18.057	اليقظة الذهنية
	-40.770-	2.70545	32.195	2.62841	17.107	العزيمة
	-33.857-	7.67905	101.46	9.41531	55.345	الدرجة الكلية

يتضح من جدول (8) أنه: أن جميع قيم (ت) دالة عند مستوى دلالة (0.05) وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية (منخفض- مرتفع) على مقياس سمات الوقاية النفسية للأبعاد (ضبط الذات، اليقظة الذهنية، العزيمة) والدرجة الكلية، حيث بلغت قيمة "ت" على الترتيب (33.857- 26.323-14.519) وهي قيم دالة إحصائية، وحيث بلغ متوسط درجات التلاميذ ذات دلالة إحصائية، وبينما بلغ متوسط درجات التلاميذ منخفض الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية على الدرجة الكلية مقياس سمات الوقاية النفسية (101.46) بينما بلغ متوسط درجات التلاميذ مرتفع الاستخدام اللاتكيفي (55.345). وتنقق هذه النتائج مع دراسة كل من (Kim & Kang,2012; Duckworth & Kern, 2011) التي أشارت أن ضبط الذات يُعد عاملاً تنبؤياً مهمًا، حيث يُسهم بشكل إيجابي في تعزيز السلوكيات الإيجابية، وبشكل سلبي في الحد من السلوكيات السلبية مثل الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية أو إدمان الإنترنت . وتنعم نتائج دراسة Van et al,2015; Jiang & Zhao, 2016; Sok, Seong, & Ryu,2019 انخفاض مستوى ضبط الذات يزيد من احتمالية الاستخدام اللاتكيفي 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 اللاتكيفي 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 اللاتكيفي للهواتف الذكية وكل من القلق والكتابي لدى طلاب الجامعة. وتتسق مع نتائج دراسة الوكيل(2021) التي أوضحت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية والقلق والكتابي، كما تسهم اليقظة الذهنية في تعديل العلاقة بين الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية والقلق والكتابي وزوعية النوم لدى عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة. أن الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية يرتبطان سلباً بالرضاع عن الحياة، وتدعم نتائج دراسة(Khoo& Yang,2023) التي أوضحت أن العزيمة تعمل بمثابة سمة وقائية ضد الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية، وتتسق مع دراسة Kim, Kwak&Kim,2022; England&Tobias,2023 التي أظهرت وجود ارتباط سلب بين العزيمة سلبياً مع الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية، كما تتفق مع نتائج دراسة كل من (Duckworth et al,2007; )

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

**الفرض الرابع:** يوجد اختلاف في شكل وتشتت البروفيل المعرفي النفسي التلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللاتكيفي 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 منها.



شكل (8) البروفيل النفسي لمنخفض ومرتفع الاستخدام اللاتكيفي للهاتف الذكي على مقياس سمات الوقاية النفسية.

يتبيّن من شكل (9) أن المجموعتين منخفض ومرتفع الاستخدام اللاتكيفي 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 اللاتكيفي للهواتف الذكية عن مرتفع الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية على مقياس سمات الوقاية النفسية، وبذلك يتحقق صحة الفرض الرابع. **وعزو هذه النتيجة** أن الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية قد ينبع من فشل الفرد في التحكم في الدوافع المتزايدة لاستخدام الهاتف الذكي ويتأتى هذا تماشياً مع الدراسات التي أشارت إلى ارتباط المستويات المنخفضة من ضبط الذات بالاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية (دراسة Gökçearslan, Mumcu, Berger, Wyss, & Knoch 2018; Xiang, Lin, Wang , Li , Xu, & Hu, 2020; Servidio, 2021; Xie, Wu, Guo, Zhang& Yin, 2023) أو 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 اللاتكيفي للهواتف الذكية لأن المتعة والرضا والاستفادة من الهواتف يدفعهم لمزيد من الاستخدام المفرط للهواتف الذكية.

كما أن التمتع بمستوى أعلى من اليقظة الذهنية يرتبط بشكل كبير بانخفاض الميل إلى الملل والاندفاع والاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية تمكّن الفرد من القدرة على تحويل انتباهه بعيداً عن الأفكار أو المشاعر المزعجة. توجيه انتباهه لحظة بلحظة مع التحلّي بشيء من الوعي والموضوعية التصرف بشكل هادف يوعي وتركيز في الأنشطة اليومية، فهي تساعدهم على تحديد القيمة الجوهرية للحياة والسيطرة على حالات الاجتار تمكّن التلاميذ من التركيز بسهولة على دراساتهم، ويتفق هذا مع ما أشارت إليه نتائج Elhai, Levine, O'Brien, & Armour, 2018; Hallauer et al, 2022 دراسة) وهذا ما يفسر انخفاض مستوى اليقظة الذهنية لدى مستخدمي الهاتف الذكية للاتكيفية مقارنة بمنخفض الاستخدام، كما أن الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية ينبع من انخفاض مستوى العزيمة لدى التلاميذ لأن تتمتع الفرد بمستوى عالي 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 عالي من العزيمة يكونون أفضل في إدارة استخدام الهاتف الذكية والتحكم فيها، لذا فهم أكثر مقاومة للعتماد المفرط على الهاتف الذكي. ويتنسق هذا مع ما أشارت إليه نتائج دراسة كل من (Kim, Kwak&Kim, 2022; England&Tobias, 2023).

## الحادي عشر: بحوث مقترنة

- دراسة العلاقة المباشرة بين الاستخدام اللاتكيفي للهواتف الذكية ونتائج التعلم لدى التلاميذ مثل التحصيل الدراسي، والقدرة الوراء معرفية، والقدرة على حل المشكلات، ومهارات التفكير المختلفة.
- إجراء دراسات تعمل على تنمية سمات الوقاية النفسية المختلفة لدى التلاميذ بالاعتماد على إطار نظرية مختلفة مثل نظرية الشغف، ونظرية الذكاء الانفعالي.
- 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 اللاتكيفي.

#### مراجع البحث:

- البهنساوي، كمال عبد الوهاب. (2020). التحقق من النموذج القياسي لمقياس إدمان الهاتف الذكي الصورة الكاملة والمختصرة (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)، 25-1.
- علي، عماد أحمد. (2016). اختبار المصفوفات المتباعدة الملونة لـ "Raven" للأطفال والكبار (5-6 سنة). مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، مصر.
- قاموس علم النفس الإماراتي الروسي. (2024). مؤسسة زايد العليا لأصحاب الهمم، الإمارات العربية المتحدة.
- نور الدين، أمين محمد صبرى. (2013). الصورة العربية لمقياس استنفرد - بينيه للذكاء الإصدار الخامس: عرض نقدي ومقترنات بحثية. المجلة المصرية للدراسات النفسية، 22، 78-99.
- 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 التربية 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., Stoltz, 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., Haslaman, 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., Felnhofer 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.
- Haghhighatfard, 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-19epidemic: 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/>
- Szyjkowska, 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-