

رهاب الهواتف يفسر العلاقة بين الشخصية النرفزية والتجاهل الهاتفي لدى الطلاب.

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

مارس 10, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). رهاب الهواتف يفسر العلاقة بين الشخصية النرفزية والتجاهل الهاتفي لدى الطلاب.. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=119568>

هل شعرت يوماً بالإحباط عندما يتجاهلك شخص ما أثناء الحديث معك، ويفضل تصفح هاتفه؟ هذا السلوك، الذي أصبح شائعاً بشكل متزايد، يُعرف باسم "فوبينغ" (Phubbing)، وهو اختصار لعبارة "phone snubbing" (تجاهل بالهاتف). لكن ما الذي يدفع البعض إلى الانخراط في هذا السلوك، وهل هناك عوامل نفسية تساهم في ذلك؟

منهجية البحث

للإجابة على هذه الأسئلة، أجرى الباحث فاتح ساتشي دراسة شاملة شملت 730 طالباً جامعياً (499 أنثى و 231 ذكراً) من ثلاث جامعات مختلفة خلال العام الدراسي 2020-2021. استخدم الباحث مجموعة من الاستبيانات لجمع البيانات، بما في ذلك استبيان معلومات شخصية، ومخزون هورني-كوليدج ثلاثي الأبعاد (Horney-Coolidge Tridimensional Inventory) لقياس السمات الشخصية العصبية، ومقياس الرهاب من فقدان الهاتف (Nomophobia Scale) لتقييم الخوف من البقاء بدون هاتف محمول، ومقياس الفوبينغ (Phubbing Scale) لتقييم مدى انخراط الأفراد في تجاهل الآخرين بالهاتف. يهدف مخزون هورني-كوليدج ثلاثي الأبعاد إلى تحديد ثلاثة اتجاهات شخصية رئيسية: الاتجاه المهادن (docile tendency)، والاتجاه العدواني (aggressive tendency)، والاتجاه المنفصل (disconnected tendency). الرهاب من فقدان الهاتف، كما يوحي اسمه، هو القلق أو الخوف الشديد من عدم القدرة على استخدام الهاتف المحمول.

نتائج البحث

أظهرت نتائج الدراسة علاقة قوية بين السمات الشخصية العصبية ومستويات الفوبينغ لدى الطلاب الجامعيين. على وجه الخصوص، وجد الباحث ساتشي أن الاتجاه العدواني يرتبط بشكل كبير بالفوبينغ، ولكن هذه العلاقة لا تفسر السلوك بشكل كامل. الأمر الأكثر إثارة للاهتمام هو أن الدراسة كشفت عن دور وسيط مهم للرهاب من فقدان الهاتف في هذه العلاقة. بمعنى آخر، يبدو أن الاتجاه العدواني يؤدي إلى زيادة الرهاب من فقدان الهاتف، والذي بدوره يزيد من احتمالية انخراط الأفراد في سلوك الفوبينغ.

أظهرت التحليلات الإحصائية أن الاتجاه المهادن والاتجاه العدواني والرهاب من فقدان الهاتف معاً يمكن أن تتنبأ بنسبة 52.9% من التباين في مستويات الفوبينغ. بالإضافة إلى ذلك، وجد الباحث أن الاتجاه المهادن والاتجاه العدواني يمكن أن يتنبأ بنسبة 29.2% من التباين في مستويات الرهاب من فقدان الهاتف.

تجدر الإشارة إلى أن جميع المتغيرات التي تم قياسها في الدراسة كانت مرتبطة ببعضها البعض بشكل كبير، باستثناء العلاقة بين الاتجاه المنفصل والفوبينغ، والتي لم تكن ذات دلالة إحصائية.

دلالات البحث

تشير هذه النتائج إلى أن الفوبينغ ليس مجرد سلوك سطحي، بل هو نتيجة تفاعل معقد بين العوامل النفسية والاجتماعية. فهم دور الرهاب من فقدان الهاتف في هذه العلاقة يمكن أن يساعد في تطوير استراتيجيات فعالة للحد من هذا السلوك. على سبيل المثال، قد يكون من المفيد تطوير برامج توعية تهدف إلى مساعدة الأفراد على إدارة قلقهم بشأن فقدان الاتصال بالهاتف، وتعزيز مهاراتهم في التواصل الاجتماعي وجهاً لوجه.

بالإضافة إلى ذلك، تسلط الدراسة الضوء على أهمية مراعاة السمات الشخصية عند دراسة سلوك الفوبينغ. الأفراد الذين يميلون إلى العدوانية أو القلق قد يكونون أكثر عرضة للانخراط في هذا السلوك، وقد يحتاجون إلى دعم إضافي لتطوير علاقات صحية ومرضية.

في عالم يزداد فيه الاعتماد على التكنولوجيا، من الضروري أن نكون على دراية بالتأثيرات السلبية المحتملة للهواتف الذكية على علاقاتنا الاجتماعية. هذه الدراسة تقدم رؤية قيمة حول العوامل التي تساهم في سلوك الفوبينغ، ويمكن أن تساعدنا على تطوير استراتيجيات لتعزيز التواصل الحقيقي والتفاعل الإنساني في عصرنا الرقمي.

Reference

Saatçı F. (2026). *Caught in the web: how nomophobia mediates the link between neuroticism and phubbing*. BMC Psychology, 14(1), 247-247

DOI: [10.1186/s40359-026-04023-5](https://doi.org/10.1186/s40359-026-04023-5)