International Journal of Educational and Psychological Studies (EPS)
المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية
Journal Homepage: https://www.refaad.com/Journal/Index/3
E-ISSN 2520-4149 | P-ISSN 2520-4130
Vol. 14, Issue 2, 2025, pp. 196 - 213
www.refaad.com

The Predictive Ability of Cyberchondria Disorder with Digital Addiction among a Sample of Saudi University Students in Jeddah

القدرة التنبؤية لاضطراب السايبركوندريا بالإدمان الرقمي لدى عينة من طلاب الجامعة السعوديين بمدينة جدة

Jahz Fahd Al-Mutairi[1*]
[1] Associate Professor of Counseling, Department of Psychology, College of Arts and Humanities, King Abdulaziz University, Jeddah, Saudi Arabia
[*] Corresponding Author: Jahz Al-Mutairi (dralmoteri@gmail.com)

جهز فهد المطيري[1*]
[1] أستاذ الإرشاد النفسي المشارك- قسم علم النفس- كلية الآداب والعلوم الإنسانية- جامعة الملك عبد العزيز- المملكة العربية السعودية
*الباحث المراسل: جهز المطيري (dralmoteri@gmail.com)

This file is licensed under a
Creative Commons Attribution 4.0 International

Received استلام البحث	Revised مراجعة البحث	Accepted قبول البحث
2024/11/20	2024/12/11	2025/1/20

DOI: https://doi.org/10.31559/EPS2025.14.2.2

Abstract:

Objectives: The current study aimed to reveal the level of both cyberchondria disorder and digital addiction in a sample of Saudi university students in Jeddah, as well as the relationship between cyberchondria disorder and digital addiction. It also aimed to reveal the role of cyberchondria disorder as a predictor of digital addiction, and the differences in both cyberchondria disorder and digital addiction in light of gender.

Methods: The descriptive approach was used to verify the objectives of the study, the sample consisted of (330) Saudi university students in Jeddah, including (150 males, 180 females), their ages ranged between(19-26) years, The cyberchondria disorder scale set up by (Fergus & Spada 2018), translated by Al-Abdali and Al-Mutref (2024) and the digital addiction scale set up by Al-Qaisi (2024) were applied to them.

Results: The results revealed a predictive value for cyberchondria disorder in digital addiction, and female students were higher than male students in cyberchondria disorder, while there were no differences between them in digital addiction.

Conclusions: The study recommended the need to provide guidance and treatment programs to reduce the severity of digital addiction and the disorder of searching for medical information via the Internet.

Keywords: *Cyberchondria Disorder; Digital Addiction; Saudi University Students; Jeddah.*

الملخص:

الأهداف: هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن القدرة التنبؤية لاضطراب السايبركوندريا كمتغير منبئ بالإدمان الرقمي، لدى عينة من طلاب الجامعة السعوديين بمدينة جدة، وكذلك العلاقة بين اضطراب السايبركوندريا والإدمان الرقمي، كما هدفت إلى الكشف عن مستوى كلًا من اضطراب السايبركوندريا والإدمان الرقمي، والفروق في كلًا من اضطراب السايبركوندريا والإدمان الرقمي في ضوء الجنس.

المنهجية: اتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي للتحقق من أهداف الدراسة، وتكونت العينة من (330) من طلاب الجامعة السعوديين بمدينة جدة منهم (150ذكور،180إناث)، تراوحت أعمارهم بين (19-26) سنة طبق عليهم مقياس اضطراب السايبركوندريا إعداد (Fergus & Spada, 2018) ترجمة العبدلي والمطرف (2024) ومقياس الإدمان الرقمي إعداد القيسي (2024).

النتائج: توصلت نتائج الدراسة إلى وجود مستوى متوسط في كلًا من اضطراب السايبركوندريا والإدمان الرقمي لدى عينة الدراسة، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين اضطراب السايبركوندريا والإدمان الرقمي، وكشفت النتائج عن وجود قيمة تنبؤية لاضطراب السيبوكندريا بالإدمان الرقمي، وكانت الطالبات أعلى من الطلاب في اضطراب السايبركوندريا وبينما لم توجد فروق بينهما في الإدمان الرقمي.

الخلاصة: أوصت الدراسة ضرورة تقديم برامج ارشادية وعلاجية لخفض حدة الإدمان الرقمي واضطراب البحث عن المعلومات الطبية عبر الإنترنت.

الكلمات المفتاحية: *اضطراب السايبركوندريا؛ الإدمان الرقمي؛ طلاب الجامعة؛ مدينة جدة.*

الاستشهاد

Citation

المطيري، جهز. (2025). القدرة التنبؤية لاضطراب السايبركوندريا بالإدمان الرقمي لدى عينة من طلاب الجامعة السعوديين بمدينة جدة. *المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية* ، 14 (2)، 196-213.

Al-Mutairi, J., (2025). The Predictive Ability of Cyberchondria Disorder with Digital Addiction among a Sample of Saudi University Students in Jeddah. *International Journal of Educational and Psychological Studies*, 14(2), 196-213. https://doi.org/10.31559/EPS2025.14.2.2 [In Arabic]

المقدمة:

يُعد الإنترنت من أهم الاشياء في حياة الشباب اليومية، كما تم استخدام الإنترنت بشكل متزايد وملحوظ في الآونة الأخيرة والذي أثر على منظومة القيم، وأحدث أثارا على صحتهم الجسدية والنفسية.

ويعيش العالم اليوم عصر الثورة التكنولوجية في مجال المعلومات والاتصالات التي أثرت على معظم القيم السائدة في المجتمعات تأثيرًا بالغًا بتأثيراتها الإيجابية والسلبية (عزازي،2022).

كما احتلت التكنولوجيا الرقمية مكانة أساسية في حياتنا اليومية للبالغين والشباب، على الصعيدين المهني والشخصي، وتغيرت طرائق التفاعلات الاجتماعية وظهرت إمكانيات جديدة لاسيما بفضل التطور التكنولوجي الهائل لمختلف الأجهزة الإلكترونية، وعلى الرغم من فوائدها على نطاق كبير، فقد أصبح الاستخدام المفرط لها مصدرا للقلق وللبحث، بحيث أصبح بعض مستخدمي الإنترنت مدمنين عليه بنفس الطريقة التي يصبح بها الآخرون مدمنين على المخدرات أو الكحول، ويؤثر هذا الإدمان على سلوك الشخص إذ يضر بالعلاقات الاجتماعية، كما يسبب عدم الاستقرار الاقتصادي، ويحرض على ارتكاب الجرائم بالإضافة إلى آثاره السلبية على الصحة العقلية والبدنية (بوسمينة وآخرون، 2022).

ويمثل البحث عبر الإنترنت عن المعلومات الطبية تحديًا كبيرًا، وذلك لأن مستخدمي الإنترنت قد يكونون عرضة للارتباك من النصائح المتضاربة أو غير الدقيقة عند مواجهة المعلومات غير المنظمة وضعيفة الجودة؛ علاوة على ذلك قد تكون المعلومات التي يتم الحصول عليها بواسطة محركات البحث منحازة نحو ظروف معينة وبالتالي تزيد من المخاطر المتصورة عن الاضطراب وبالتالي أصبح الإنترنت مجالًا للأفراد الذين لديهم مخاوف طبية متزايدة وتحقيقات مفصلة عن حالاتهم الطبية (عيسى،2024).

أشارت بعض الدراسات أن مدمني الأجهزة الإلكترونية بمختلف أنواعها يواجهون مشكلات وتغيرات اجتماعية ونفسية عند استخدامهم لها لمدة تفوق 12 شهرًا بالإضافة إلى بعض الاضطرابات النفسية الأخرى كالاضطراب العاطفي (العصيمي،2010).

وتظهر هذه العلامات في كلًا من النفس والجسد كما يلي: الأعراض النفسية: وتتمثل في الاكتئاب والقلق والتغيرات المزاجية، وغياب الأمانة فلا يتسق مع ذاته ولا يحترمها لظهوره بهوية مختلفة عن حقيقته، وفقدان المعنى للوقت فلا يستطيع أن يحدد أولوياته أو ينجز مهامه، والشعور بالوحدة؛ والأعراض الجسدية: التي يتعرض لها المدمن كالصداع والآم الجسم كالصداع والرقبة، مشاكل العين وجفافها بالإضافة إلى إهمال الذات (Jokic,2020) .

ويعتبر الإنترنت مصدر مهم للمعلومات، حيث أصبح الوصول للمعلومات أسهل حتى فيما يخص المعلومات المتعلقة بالأمراض، ويفرط البعض في البحث عن معلومات تخص تشخيص الامراض، واستعمال الأدوية مما يؤدي إلى اضطرابات نفسية كزيادة القلق، الوسواس القهري، والخوف والضغط النفسي. ويسمى هذا السلوك بالسايبركوندريا، وقد كان هذا السلوك محط أنظار الباحثين خاصة في عصر الكورونا، حيث تسبب بفوضى عارمة في عالم المعلومات وساهمت في التأثير السلبي على الصحة النفسية للأشخاص (القطاوي، 2021).

وأوضحت الدراسات أن حوالي (75%) من الأشخاص يستخدمون الإنترنت من أجل البحث عن معلومات صحية من الأشخاص في تسع دول (روسيا، الصين، الهند، المكسيك، البرازيل، الولايات المتحدة، إيطاليا، استراليا وألمانيا (McDaid & Park, 2010) . كما وجد بدراسة في الولايات المتحدة الأمريكية أن (90%) من الأشخاص الذين يستخدمون الإنترنت قاموا مره واحدة على الأقل بالبحث عن معلومات طبية (Aboujaoude, Stareevie., 2015) .

كما أوضحت الدراسات ارتباط السايبركوندريا بإدمان الإنترنت، وهو أظهرته دراسات (Aboujaoude& Stareevie, 2015., Maryyan, et al., 2022) حيث توصلت إلى ارتباط السايبركوندريا بإدمان الإنترنت فالأشخاص ذو القلق المرتفع حول الصحة والمرض لديهم بعض سمات الإدمان، فيشعرون أنهم مدفوعون بشكل متكرر لاستعمال الإنترنت لغرض الاطمئنان، وهذا ما يظهره شعور التوتر وعدم الراحة والذي يتلوه سلوك البحث عبر الإنترنت.

وأضافت الدراسات أيضا ربط السايبركوندريا بسلوكيات الإدمان حيث أنه يشبه بعض أعراض الإدمان من حيث (الأعراض الانسحابية، والتحمل) والتي يمكن أيضًا أن تظهر خلال مرحلة الطفولة أو المراهقة. ووفقًا للنموذج التعويضي لاستخدام الإنترنت، فإن الخوض المفرط لاستخدام الإنترنت هو محاولة للتكيف مع صعوبات نفسية مثل التعلق غير الآمن، وعدم التنظيم العاطفي، وسمات الشخصية غير القادرة على التكيف، وقد يعتمدون بشكل مفرط على الأنشطة المتعلقة باستخدام الإنترنت لزيادة شعورهم بالانتماء أو لتخفيف المشاعر المؤلمة (Santoro, et al., 2022).

وقامت عدد من الدراسات بالبحث في العوامل الديموغرافية المتعلقة بالسايبركوندريا حيث أظهرت دراسة (Santoro et al., 2022) أن النساء سجلوا درجات مرتفعة في الإصابة بالسايبركوندريا.

وترتبط السايبركندريا بالعديد من الآثار النفسية السلبية كتقدير الذات المنخفض والحساسية للقلق والشك وعدم التسامح والتعصب وبعض الأفكار اللاعقلانية بالإضافة إلى أن الأفراد الذين يعانون من السايبركندريا يمثلون عبئًا اقتصاديًا كبيرًا حيث ينخفض لديهم مستويات أداء أعمالهم بإتقان وذلك ناتج عن تركهم أعمالهم والاتجاه القهري نحو الإنترنت للبحث عن المعلومات الصحية (حفني، صادق، 2022).

ومن خلال الطرح السابق يتضح أهمية تناول اضطراب السايبركوندريا والإدمان الرقمي وهو من تسعى له الدراسة الحالية.

مشكلة الدراسة:

أوضح الدسوقي (2022) أن بعض الأشخاص يلجؤون إلى الإدمان لتلبية العديد من الرغبات والحاجات لديهم مثل توفر الخصوصية التامة لمن يبحثون عن السرية وتفريغ الرغبات المكبوتة، الفراغ والملل الذي يجعلهم يبحثون عن ما يشغلهم، لجوء البعض ممن يعاني من الاضطرابات النفسية والقلق والاكتئاب لإشباع الاحتياج العاطفي لديهم، الهروب من العالم الواقعي إلى العالم الافتراضي لمن يعاني من يأس وانزعاج من حياته، بعض الصدمات

النفسية كالخروج من علاقة عاطفية التي تجعل الشخص بحاجة إلى الخروج من حالته النفسية السيئة، إدمان المواد المخدرة، بالإضافة إلى أن الأشخاص الذين يشعرون بالخجل من التواصل مع الآخرين يكونوا أكثر عرضه للإدمان الرقمي.

كما أوضح السروجي وآخرون (2021) أن الشباب يرون أن الإنترنت من أهم الاشياء في حياتهم اليومية، وأصبح الانشغال به يؤدي إلى التقصير في مهامهم العملية أو الدراسية، وفيما يخص توافقهم مع الأسرة والمجتمع فضلت العينة التحدث مع الأصدقاء من خلال الإنترنت عن الذهاب والجلوس معهم.

ولقد نما عدد مستخدمي الإنترنت بشكل كبير فعلى الصعيد العالمي هناك 5.32 مليار (67% من سكان العالم) مستخدمي الهاتف المحمول، و5.00 مليار شخص (63% من سكان العالم) يستخدمون الإنترنت، وهناك 4.65 مليار (58.7% من سكان العالم) مستخدمي وسائل التواصل الاجتماعي حول العالم في أبريل 2022. ويبلغ معدل النمو السنوي لمستخدمي الإنترنت 4.1% (أي 196 مليون نسمة). ويبلغ متوسط مدة استخدام الإنترنت 6 ساعات و57 دقيقة يوميًا في الأنشطة المتصلة؛ حيث يميل الشباب إلى قضاء وقت أطول على الإنترنت مقارنة بالأجيال الأكبر سنًا، حيث تقضي الشابات أكبر قدر من الوقت في استخدام الإنترنت (Kemp,2022). كما بينت الدراسات أن النساء أكثر انخراطًا في الأنشطة المتعلقة بالصحة عبر الإنترنت والبحث المتكرر عن المعلومات التي تركز على الصحة (محمد،2024).

ولذلك فإن هناك مخاوف من الآثار السلبية الجسدية والنفسية والاجتماعية والثقافية التي قد يحدثها الإدمان الرقمي؛ حيث أن قضاء وقت كبير في استخدام هذه الوسائل يؤثر على طبيعة الحياة الثقافية والاجتماعية والأسرية للشباب (عبد الحفيظ،2024). وأشارت دراسة الغفيلي (2023) إلى تأثير الإدمان الرقمي على التوافق النفسي والاجتماعي لدى الطلاب في المرحلة الابتدائية، كما بينت دراسة عبد النبي وعبد الكريم (2024) تأثير الإدمان الرقمي على تقدير الذات والشعور بالوحدة.

وعلى الجانب الآخر فإن السايبركوندريا اضطرابًا جديدًا ومنفصلًا ومستقلًا أو قد يكون مظهرًا شائعًا لمجموعة من الاضطرابات النفسية حيث تشترك مظاهره مع مظاهر الأفعال القهرية لاضطراب الوسواس القهري فتظهر في السايبركوندريا التكرار والقهرية واستغراق وقتًا طويلًا، كما يشكل سلوكًا للبحث عن الطمأنينة مدفعًا بقلق شديد مثل اضطراب القلق، أو مدفوعًا بالشك وعدم اليقين بشأن الإصابة بمرض خطير مما يوحي بالمرض كاضطراب نوهم المرض، كما تظهر السايبركوندريا خصائص مشتركة مع مجموعة ناشئة من الاضطرابات التي تتضمن إشكالية استخدام الإنترنت مثل اضطراب الألعاب عبر الإنترنت (محمد،2024).

وفي ضوء ما تم عرضه يتضح الحاجة الماسة إلى مزيد من الدراسة والبحث حول طبيعة العلاقة بين السايبركوندريا والإدمان الرقمي ومن خلال ملاحظة الباحث انتشار الإنترنت وسهولة الوصول إلى المعلومات الطبية واعتماد بعض الأفراد على الإنترنت بدلًا من زيارة الأطباء مما يعرضهم لمعلومات غير دقيقة أو مبلغ فيها، وقلة الوعي بمصادر المعلومات الصحية الموثوقة، وتفضيل البعض البحث الذاتي عبر الإنترنت، وغياب التثقيف حول كيفية التمييز بين المعلومات الدقيقة وغير الدقيقة اهتمت الدراسة الحالية لسد ثغرة بالمجال، ويمكن صياغة مشكلة الدراسة في التساؤلات التالية

أسئلة الدراسة:

- ما مستوى اضطراب السايبركوندريا لدى عينة من طلاب الجامعة السعوديين بمدينة جدة؟
- ما مستوى الإدمان الرقمي لدى عينة من طلاب الجامعة السعوديين بمدينة جدة؟
- هل توجد علاقة ارتباطية بين اضطراب السايبركوندريا والإدمان الرقمي لدى عينة من طلاب الجامعة السعوديين بمدينة جدة؟
- ما القدرة التنبؤية لاضطراب السايبركوندريا بالإدمان الرقمي لدى عينة من طلاب الجامعة السعوديين بمدينة جدة؟
- هل توجد فروق في كلًا من اضطراب السايبركوندريا والإدمان الرقمي التي تعزى إلى الجنس (طلاب وطالبات)؟

أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية للكشف عن:

- مستوى اضطراب السايبركوندريا والإدمان الرقمي لدى عينة من طلاب الجامعة السعوديين بمدينة جدة.
- العلاقة بين اضطراب السايبركوندريا والإدمان الرقمي لدى عينة من طلاب الجامعة السعوديين بمدينة جدة.
- دور اضطراب السايبركوندريا كمتغير منبئ بالإدمان الرقمي لدى عينة من طلاب الجامعة السعوديين بمدينة جدة.
- الفروق في كلًا من اضطراب السايبركوندريا والإدمان الرقمي التي تعزى إلى الجنس

أهمية الدراسة:

أولًا: الأهمية النظرية

- يمكن أن تسهم هذه الدراسة في إثراء المكتبة العربية بالأدب النظري فيما يتعلق باضطراب السايبركوندريا والإدمان الرقمي لدى طلاب الجامعة.
- الاهتمام بفئة من أهم فئات المجتمع وهم طلاب الجامعة ومحاولة فهم وتحسين مستوى الصحة النفسية من خلال فهم العلاقة السببية لمتغيري الدراسة ومستوى انتشارهما.

- الاهتمام بدراسة اضطراب السايبركوندريا الذي يعد من الاضطرابات الحديثة الناتجة عن الثورة التكنولوجية وتأثيره على مجالات الحياة الشخصية والأسرية والمهنية وأيضًا الاجتماعية.
- الاهتمام بدراسة الإدمان الرقمي ورصد تأثيره على البنية الثقافية والاجتماعية لدى طلاب الجامعة.
- قد تسهم هذه الدراسة في فتح المجال للباحثين بإجراء دراسات مشابهة على عينات مختلفة.

الأهمية التطبيقية:

- قد تفيد نتائج الدراسة الحالية الاخصائيين النفسيين في تقويم الأفراد الذين يعانون من اضطراب السايبركوندريا وتقديم معلومات وخدمات نفسية مناسبة لهم.
- تسهم الدراسة في توعية المراكز المتخصصة بتقديم خدمات الدعم النفسي للشباب الذين لديهم درجة مرتفعة على الإدمان الرقمي.
- تقديم دراسة ميدانية يمكن الاسترشاد بها من خلال وضع الخطط الوقائية والعلاجية من قبل وزارة الصحة والعاملين بالمجال الإكلينيكي بصفة خاصة.

حدود الدراسة:

تنقسم حدود الدراسة إلى:

- الحدود الموضوعية: تهتم الدراسة في بحث العلاقة بين اضطراب السايبركوندريا والإدمان الرقمي لدى طلاب الجامعة السعوديين، والدور التنبؤي لاضطراب السايبركوندريا في إمكانية التنبؤ بالإدمان الرقمي.
- الحدود المكانية: جدة - المملكة العربية السعودية.
- الحدود البشرية: عينة من طلاب الجامعة السعوديين.
- الحدود الزمنية: تتمثل حدود الدراسة الزمنية في العام 2024م.

مصطلحات الدراسة:

أولًا: اضطراب السايبركوندريا (البحث عن المعلومات الصحية عبر الإنترنت)

يعود بداية ظهور مصطلح السايبركوندريا عام(1990) وهو مشتق من كلمتين Cyber وHypochondriasis وهذا المصطلح يشير إلى أنه هناك شكل من أشكال الهيبوكوندريا (توهم المرض). والسايبركوندريا يعرف بأنه سلوك شاذ حيث أن الأفراد يقوموا بشكل مبالغ فيه بالبحث من خلال شبكة الإنترنت عن معلومات طبية وتؤثر على أدائهم اليومي وتسبب لهم ألم نفسي (Nadeem et al., 2022).

وعرفه (Erdogan, 2020) أن مصطلح السيبركوندريا Cyberchondria هو مصطلح يستخدم للتعبير عن سلوكيات البحث عن معلومات طبية من خلال شبكة الإنترنت، وهو مصطلح يستخدم بين المختصين للتعبير عن نوع من أنواع توهم المرض، المتعلق بالبحث الالكتروني، ولا يوجد له معايير تشخيصية في كتب التشخيص كدليل التشخيص الأمريكي DSM أو دليل التشخيص العالمي ICD.

وعرفته القطاوي (2022)السايبركوندريا بأنه نمط من السلوك القهري يصيب المرء نتيجة الإفراط في التصفح بمواقع الإنترنت لتشخيص مرضه، والبحث عن الأدوية المحتملة بناء على العوارض المرضية.

وهو اضطراب البحث عن معلومات تخص الصحة الجسدية عبر الإنترنت للاطمئنان على الصحة والخوف من الاصابة بأمراض خطيرة، لكن ما يحدث على العكس من ذلك يصاب الشخص بالقلق والضيق وإفراطه في البحث ويؤثر ذلك على وقته وعمله وحياته الاجتماعية (Grande,2023).

كما تناولته عيسى (2024) بأنه" شعور الفرد بالقلق المفرط بشأن حالته الصحية، مما يدفعه للبحث المفرط عن المعلومات الطبية والصحية عبر الإنترنت مما يسبب الضيق والقلق واستمراره لدى الفرد".

التعريف الاجرائي لمصطلح السايبركوندريا ويعرفه الباحث بأنه محاولات متكررة من الفرد في البحث بالإنترنت عن معلومات طبية عن بعض الأعراض المرضية له والشعور بالقلق على الصحة الذي يستنفذ معظم وقته في البحث ويؤثر على حياته النفسية والاجتماعية.

أبعاد السيبركوندريا: لتحديد أعراض السايبركوندريا تم تحديد خمسة أبعاد، و هذه الأبعاد تم اعتمادها أيضًا في بعض مقاييس السيابركوندريا، وهذه الأبعاد هي:

- الإكراه: ويشير إلى جانب غير مرغوب في إجراء عمليات البحث الصحية عبر الإنترنت، والذي يتعارض مع الأداء بطرق متعددة.
- الضيق: ويشير إلى ردود الفعل الفسيولوجية المرتبطة بعمليات البحث الصحية عبر الإنترنت، مثل صعوبة الاسترخاء والنوم، والقلق، والضيق، والتهيج، وفقدان الشهية.
- الإفراط: وهو ما يتعلق بالطبيعة المتكررة والمستهلكة للوقت لعمليات البحث الصحية عبر الإنترنت، مع استشارة مصدر واحد أو عدة مصادر في كثير من الأحيان.
- الطمأنينة: ويشير إلى طلب الطمأنينة من أخصائي طبي.
- عدم الثقة في المهنيين الطبيين: ويقصد به وجود صراع داخلي حول ما إذا كان يجب على الشخص الوثوق بطبيبه أو في نتائج عمليات البحث على الإنترنت (Aboujaoude, Stareevie, 2015).

كما تمثلت أعراض السايبركوندريا في البحث بشكل قهري بشأن المعلومات الخاصة بالصحة الجسدية، الشعور بالضيق والقلق بدال من الشعور بالاطمئنان والراحة نتيجة البحث عبر الإنترنت عن أعراض صحية، وبشكل مفرط في البحث عبر قضاء عدة ساعات يوميًا على الإنترنت عن معلومات حول أعراض صحية بسيطة يعاني منها الفرد، الخوف من الإصابة بمرض خطير أو عدة أمراض، البحث عن التطمين من شخص مختص أو طبيب وعدم الثقة في إرشادات الأطباء، وتوقع أسوء الاستنتاجات بشأن الحالة الصحية (Savkin, et all,2022).

ويوجد أسباب لانتشار السايبركندريا: منها الإصابة بالقلق حيث يعاني ما يقارب 71% من المصابين بالسايبركندريا من اضطراب القلق العام، التعرض لصدمة في الطفولة سواء كانت مزمنة أو حاد، التوتر المزمن، وجود قريب والد أو أخ لديه قلق مرضي اتجاه الصحة، زيادة الوعي بالأحاسيس الجسدية، وجود تاريخ شخصي أو عائلي للإصابة بمرض خطير، مرور بتجربة سلبية سابقة مع طبيب أدى إلى عدم الثقة بالأطباء، ضغوط الحياة اليومية، الحاجة إلى مزيد من الاهتمام من العائلة أو الأصدقاء (Starcevic, et all.,2020).

ومن النظريات التي فسرت السايبركوندريا نظرية العلاج المعرفي السلوكي: حيث أشارت النظرية لأن العملية المعرفية قد تكون سبب في ظهور السايبركوندريا، فعلى سبيل المثال عند شعور البعض ببعض الاعراض الفسيولوجية (كزيادة ضربات القلب) ينتج عنها شعور بالقلق، حيث أن هؤلاء الأشخاص يكونون حساسين لظهور أي شعور جسدي غير مريح، مع عدم وجود تفسير واضح لهذه الاحاسيس. فعدم القدرة في تحمل عدم معرفة أسباب هذه الأعراض يؤدي لما يسمى بحساسية الغموض، فعدم القدرة على التفرقة بين ما هو خطر حقيقي وما هو غير ضار هو سبب رئيسي لسعي الأشخاص لسلوكيات البحث المتكررة للبحث عن إجابات قاطعة عن طريق البحث من خلال الإنترنت. وفي حين أن هؤلاء الأشخاص يبحثون عن التطمين لعدم قدرتهم على تحمل الغموض، إلا أنهم على العكس قد ينتهي بهم المطاف إلى معلومات عن اضطرابات قد تكون أكثر حدة وندرة وبالتالي يزيد شعور عدم الاطمئنان وتسوء حالتهم (Erdogan, 2020).

وأيضًا نظرية السمات الشخصية التي درست السايبركوندريا من خلال علاقتها بسمات ثابته في الشخصية؛ فالبحث عن معلومات صحية هو سلوك متوقع، وفي حين أن زيادة سلوك السايبركوندريا قد يعتمد على عوامل تخص الشخص نفسه كسمات شخصية مستخدم الإنترنت. فالأشخاص ذوي الشخصيات القلقة، وغير القادرين على تحمل الغموض قد يكونوا أكثر عرضه للإصابة بهذا الاضطراب. ولكن كذلك الأشخاص الكماليين قد يكونوا أكثر عرضة لظهور قلق الصحة، وبالتالي للقيام بسلوك البحث المتكرر. فالأشخاص الكماليين لا يتوقفون عن البحث حتى يصلوا للمعلومة التي يجدوا انها كافية ووافيه قبل قيامهم بالتوقف عن البحث، وذلك مما قد يزيد من نسبة القلق لديهم، أو يخفضه حسب المعلومات التي قد يجدها في طريق بحثه (Aboujaoude, Stareevie, 2015).

وذكر (Erdogan, 2020) أن التدخلات العلاجية للسايبركوندريا يجب أن تشتمل على هدفين رئيسين: أولًا أن يكون الأشخاص قادرون على استعمال الإنترنت للبحث عن معلومات صحية وطبية ولكن بدون وجود قلق عالي على الصحة، ثانيًا أن يتم التقليل من الوقت الذي يتم قضاؤه على الإنترنت لأغراض بحث طبية والتي تؤثر سلبًا على القيام بأنشطة أخرى. وبناءً على تلك المعلومات، فإن الممارس يستطيع القيام بعمل تثقيف نفسي للشخص، وهو جزء أساسي من أي عملية علاجية. ومن أهم المعلومات التي يتم تقديمها في التثقيف، هو ما يمكن أن يساعد به الإنترنت، ومالا يستطيع المساعدة به كالتشخيص، وكذلك يتم مناقشة المعلومات الموثوقة وغير الموثوقة، وأخيرًا تقييم نتائج البحث الصحي عبر الإنترنت بشكل نقدي فعال.

ثانيًا: الإدمان الرقمي

إن مصطلح الإدمان الرقمي هو الإطار العام الذي يحتوي على العديد من الأنواع التي تندرج تحتها مختلف الأنشطة الرقمية، ومن أهم تلك الممارسات التي تلقى اهتمام وإقبال من قبل الأفراد: إدمان الإنترنت، إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، إدمان الألعاب الإلكترونية، الإدمان على الهواتف الذكية، المخدرات الرقمية، الإدمان على وسائل الاعلام التقليدية والإلكترونية وغيرها (بوسمينة وآخرون،2022).

كما أنه يعتبر شكلًا من أشكال الإساءة في استخدام التكنولوجيا والتقنية المختلفة، ودرجته تقاس بمدى تعلق الشخص بالأساليب المختلفة لاستخدام الأجهزة الإلكترونية، كما أن الشخص يفقد التواصل الاجتماعي وينغمس في التواصل الالكتروني بشكل كبير ومفرط دون الوعي لهذه الحالة مما يؤثر سلبًا على صحته النفسية والرفاهية الخاصة بالشخص المستخدم (عبد الحفيظ،2024).

وفي هذا الإطار تناول حمودة (2015) الإدمان الرقمي بأنه "هو نوع من أنواع الاضطرابات التي يعاني منها بعض الأشخاص، كما صنفها بعض الأطباء النفسيين، والذي يوحي بالاستخدام القهري للتكنولوجيا الرقمية والإنترنت وتصفح المواقع والألعاب الإلكترونية المختلفة بشكل متواصل والاعتماد عليه في كافة الأمور الحياتية، ويؤثر إدمان التكنولوجيا الرقمية بشكل سلبي على الصحة النفسية والعقلية وحتى الجسمية للفرد، كما تتعدد أنواع الإدمان الرقمي".

وعرف العمار (2016) الإدمان الرقمي بأنه: "شكل من أشكال الإساءة في استخدام التكنولوجيا والتقنية المختلفة، ودرجته تقاس بمدى تعلق الشخص المدمن بالأساليب المختلفة لاستخدام الأجهزة الإلكترونية، كما أن الشخص المدمن يفقد التواصل الاجتماعي وينغمس في التواصل الإلكتروني بشكل كبير ومفرط دون الوعي لهذه الحالة، مما يؤثر سلبيًا على صحته النفسية وعلى الرفاهية الخاصة بالشخص المستخدم

وعرف (Alrobai, et al., 2019) الإدمان الرقمي أنه "مصطلح واسع الاستخدام لوصف الاستخدام الإشكالي للأجهزة الرقمية (الأجهزة اللوحية، والهواتف الذكية، وما إلى ذلك) التي تتميز بأنها مفرطة وقهرية ومتهورة ومتسرعة".

عرفته (APA, 2023) بأنه "نمط سلوكي يتميز بالاستخدام المفرط أو المهووس للحاسوب عبر الإنترنت وغير متصل بالإنترنت والذي يؤدي إلى الضيق والضعف".

التعريف الإجرائي لمصطلح الإدمان الرقمي: ويعرف الباحث الإدمان الرقمي بأنه الافراط في استخدام الإنترنت والأجهزة الرقمية بطريقة تؤثر سلبًا على صحته النفسية والجسدية والاعتماد عليها بشكل قهري مع عدم الشعور بهدر الوقت امام هذه المواقع الالكتروني.

النظريات المفسرة للإدمان الرقمي:

يوجد بعض النظريات المفسرة للإدمان الرقمي ومنها:

- نظرية التعلم الاجتماعي: يشير باندورا إلى أن المحاكاة هي ما يحدث من خلالها عملية التعلم، ويمكننا هنا تفسير ممارسة إدمان الإنترنت عن طريق نظرية التعلم الاجتماعي حيث نجد أن الاعتياد على استخدام الدائم للإنترنت يشابه إدمان المخدرات والكحول في أسباب التعاطي إذ يمكن الاستناد على عنصر المحاكاة وتقليد النموذج خاصة عند عدم وجود نماذج اجتماعية سوية تحيط بالفرد فيقوم بتبني النماذج الاجتماعية غير السوية وتقليد الأنماط السلوكية المنحرفة التي تكون عليها تلك النماذج.
- النظرية السلوكية: تركز النظرية السلوكية حول أهمية عملية التعلم في اكتساب السلوكيات الجديدة مثل سلوك استخدام الإنترنت، كما نستطيع استخدام هذه النظرية في علاج السلوكيات غير المرغوبة مثل الإدمان الرقمي عن طريق اعداد برنامج يفيد في إعادة تعلم السلوكيات المرغوبة ويؤكد مؤيدي النظرية على أهمية دور الثواب والعقاب في تعديل سلوك الفرد وأهمية الملاحظة المباشرة كذلك.
- نظرية العلاج السلوكي الانفعالي العقلاني: تقوم هذه النظرية على أن الانسان يتعلم السلوكيات السوية وغير السوية من خلال تفاعله مع محيطه، مثل تعلم سلوكيات الإدمان على الإنترنت، وللتعزيز هنا أثر على تدعيم السلوكيات المرغوبة وغير المرغوبة، وينبع التفكير غير العقلاني عن طريق تعلم الأفكار السلبية وغير المنطقية من الآخرين أو الثقافة فيمكن استخدام فنيات العلاج السلوكي الانفعالي العقلاني بالطريقة التي تؤدي الى دحض سلوك إدمان الإنترنت عن طريق تعديل هذه الأفكار إلى أكثر منطقية وإيجابية ومن ثم إعادة تنظيمها عقلانيًا (الدسوقي،2022).

الدراسات السابقة:

أولًا: دراسات تناولت اضطراب السايبركوندريا وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية

- **تناولت دراسة محمد (2024)** الدور الوسيط لكلًا من المعارف الصحية والمعتقدات الميتامعرفية في العلاقة بين قلق الصحة والسايبركوندريا لطلبة البرامج المميزة بكلية التربية، وشملت الدراسة (174) من طلبة كلية التربية تراوحت أعمارهم بين (18-20) عامًا طبق عليهم النسخة المختصرة لقلق الصحة واستبيان المعارف الصحية واستبيان المعتقدات الميتامعرفية المرتبطة بالصحة. وتوصلت النتائج إلى وجود ارتباط موجب بين المعارف الصحية والمعتقدات الميتامعرفية وقلق الصحة بالسايبركوندريا، ووجود فروق في متغيرات الدراسة في اتجاه الإناث، وأن المعارف الصحية تتوسط العلاقة بين قلق الصحة والسايبركوندريا، بينما لم تظهر المعتقدات الميتامعرفية دورا وسيطا في العلاقة بين قلق الصحة والسايبركوندريا لطلبة الجامعة.
- **وتحققت دراسة حنورة والعطار(2024)** من النموذج البنائي للعلاقة بين السايبركوندريا واضطراب القلق على الصحة واضطراب الوسواس القهري، والكشف عن نسب انتشار المتغيرات الثلاثة لدى عينة من طلاب الدراسات العليا بكلية التربية جامعة كفر الشيخ (ن=1012) طالب وطالبة تراوحت أعمارهم بين (22-46) سنة، واستخدم مقياس السايبركوندريا ومقياس اضطراب القلق على الصحة، ومقياس اضطراب الوسواس القهري. وتبن من النتائج وجود تأثير مباشر لكل من القلق على الصحة والوسواس القهري في السايبركوندريا، كما أن نسب الانتشار لمتغيرات الدراسة الثلاثة تقع في المستوى المتوسط.
- **هدفت دراسة البيضاني (2023)** إلى التعرف على مستوى السايبركندريا وتوهم المرض لدى طلاب الجامعة، والفروق في السايبركندريا وتوهم المرض تبعًا لمتغيري الجنس- التخصص كما هدفت الى إيجاد العلاقة بين السايبركندريا وتوهم المرض لدى طلاب الجامعة من الجنسين. تكونت عينة الدراسة من (300) طالب وطالبة من كليات الجامعة المستنصرية، واستخدم مقياسي السايبركندريا إعداد2013Berle&Starcevie ترجمة الباحث، ومقياس توهم المرض إعداد الباحث. توصلت النتائج لو جود ارتفاع في مستوى السايبركندريا وتوهم المرض لدى افراد العينة ووجود فروق في السيبركندريا وتوهم المرض وفقًا لمتغيري الجنس في اتجاه الاناث ولصالح التخصص العلمي كما توجد علاقة ارتباطية موجبة بين السايبركندريا وتوهم المرض لدى طلبة الجامعة.
- **هدفت دراسة (Sabir, et al., 2023)** إلى معرفة العلاقة بين السايبركندريا وإدمان الهواتف الذكية لدى البالغين، وتكونت العينة من (412) فرد من السعوديين بالمراحل التعليمية المختلفة في مدينة جدة تم استخدام مقياس سايبركندريا اعداد ومقياس إدمان الهواتف الذكية الصورة المختصرة: ومقياس الثقافة الصحية الإلكتروني. توصلت النتائج إلى ارتفاع معدل انتشار السايبركندريا، كما كشفت عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين إدمان الهواتف الذكية وشدة السايبركندريا، كما وجدت ارتفاع في شدة السايبركندريا والثقافة الصحية الإلكترونية لدى الإناث مقارنة بالذكور.
- **في دراسة (Maryyan, et al., 2022)** لمقارنة شدة السايبركوندريا لدى طلاب الجامعات، والإدمان على الإنترنت، والقلق ومدى الوصول لشبكة الإنترنت. وتم تطبيق الدراسة على (600) من طلاب الجامعة، باستخدام مقياس شدة السايبركوندريا، ومقياس الإدمان على الإنترنت و مقياس القلق، وأظهرت النتائج أن مستوى السايبركوندريا وإدمان الإنترنت والقلق كان متوسط، ووجد علاقة إيجابية بين شدة السايبركوندريا وإدمان الإنترنت والقلق.
- هدفت دراسة **(Rashid, et al.,2022)** إلى الكشف عن العلاقة بين السيبوكندريا كعامل خطورة والقلق، شملت الدراسة (300) من طلاب كلية الطب بمدينتي اسلام أباد، و باكستان، تراوحت أعمارهم بين (18-25) سنة، واستخدام مقياس شدة السيبركوندريا، ومقياس حساسية القلق.

أظهرت النتائج أن 56%من الطلاب كان لديهم أعراض سيبركوندريا، وجد ارتباط بين السايبركوندريا وحساسية القلق. ودلت النتائج أن ارتفاع القلق يينبأ بسلوك السايبركوندريا لدى طلاب الطب.

- **وفي دراسة (Nicolai, et .al, 2022)** بدراسة العلاقة بين السايبركوندريا وقلق الصحة والاكتئاب في ضوء متغيرات: العمر، الجنس، الوضع الاجتماعي، درجة التعليم، وعدد الساعات التي يتم قضائها يوميًا على الإنترنت وذلك على عينة شملت (368) شخص. تم استخدام مقياس السايبركوندريا، مقياس قلق الصحة، ومقياس الاكتئاب. أشارت النتائج إلى وجود علاقة بين السايبركوندريا وكل من قلق الصحة والإكتئاب، وعدم وجود فروق على مقياس السايبركوندريا باختلاف العمر والجنس.
- **وفي دراسة (Boysan, et al., 2022)** كان الهدف منها معرفة العلاقة بين السايبركوندريا، وحساسية الغموض والوسواس القهري. شملت العينة كانت (1049) شخص المجتمع التركي، تراوحت أعمارهم بين (18-62) سنة، وتمثلت الأدوات في مقياس السيبركوندريا المختصر، ومقياس حساسية الغموض المختصر، ومقياس استدلالات الاحتمالية الوسواسية وأوضحت النتائج مساهمة أسلوب التفكير الوسواسي وحساسية الغموض في ظهور السايبركوندريا.
- **وأجريت دراسة (Santoro, et al., 2022)** لاختبار الدور الوسيط للقلق الصحي على العلاقة بين الأعراض السيكوسوماتية و أعراض السايبركوندريا. تكونت العينة (341) مفحوص، تراوحت أعمارهم بين(18-74) سنة. أوضحت نتائج الدراسة أن شدة الاعراض السيكوسوماتية هي مؤشر لزيادة أعراض السايبركوندريا، وأن قلق الصحة توسط جزئيًا العلاقة بين الأعراض السيكوسوماتية و أعراض السايبركوندريا.
- **هدفت دراسة (Abdelsattar, et al., 2021)** لمعرفة العلاقة بين السيبركوندريا وقلق الصحة، ووجهة الضبط، تكونت عينة الدراسة من (573) شخص من منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا وكانت أدوات الدراسة متمثلة في مقياس شدة السيبركوندريا، ومقياس قلق الصحة ومقياس جهة الضبط، وخلصت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة بين ارتفاع شدة القلق على الصحة وزيادة سلوك السيبركوندريا، كما ظهر ارتفاع مستوى استخدام وسائل البحث عن طريق الشبكة العنكبوتية فيما يتعلق بالأمراض.
- **وكشفت دراسة القطاوي (2012)** عن العلاقة بين السايبركوندريا، واضطراب القلق المرضي في ظل انتشار فايروس كورونا المستجد لدى طلال الجامعة. والفروق بين الذكور والاناث في السايبركوندريا، ومدى تنبؤ السايبركوندريا بوجود القلق المرضي، وشملت الدراسة (150) طالب وطالبة من جامعة السويس من كليات التربية والآداب، تراوحت أعمارهم بين (19-25) سنة، أدوات البحث شملت مقياس السيبركوندريا من إعداد الباحثة، ومقياس تايلور للقلق. واستخلصت الدراسة إلى وجود علاقة بين السيبركوندريا وازدياد القلق، كما يمكن التنبؤ بقلق المرض من خلال السايبركوندريا، كما ظهر عدم وجود فروق بين متوسط درجات الذكور والإناث على مقياس السايبركوندريا.

ثانيًا: دراسات تناولت الإدمان الرقمي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية

- **أجريت دراسة القيسي (2024)** للتعرف على أثر الإدمان الرقمي في العافية النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في الكرك، وتكونت عينة الدراسة من (150) طالبًا وطالبة بالمرحلة الثانوية، وتم استخدام مقياس الإدمان الرقمي ومقياس العافية النفسية. وتوصلت النتائج إلى وجود أثر دال للإدمان الرقمي في العافية النفسية، كما ظهر وجود فروق في الإدمان الرقمي تعزى للتخصص في اتجاه التخصصات الأدبية.
- **وسعت دراسة عبد الحفيظ (2024)** لرصد الإدمان الرقمي للمراهقين وتأثيره على البنية الاجتماعية والثقافية للمراهقين، وطبقت الدراسة على (300) من المراهقين بمدينة السادس من أكتوبر من مترددي مقاهي الإنترنت، من خلال الاعتماد على الاستبيان ودراسة الحالة، وتوصلت النتائج إلى تعدد مظاهر الإدمان الرقمي، وارتفاع مستوى انتشاره لدى المراهقين وتأثيره على البنية الثقافية مثل (تفضيل لغة الشات، كتابة اللغة العربية بالحروف اللاتينية، قبول التنوع الثقافي وتأثيرها على الثقافة الحياتية)، كما ظهر تأثير الإدمان الرقمي على البنية الاجتماعية منها (خلق مشكلات مع أفراد الأسرة، التقصير في العمل والمذاكرة، عدم القدرة على ترتيب الأولويات، عدم استثمار الوقت بشكل جيد) كما تعددت تأثيرات استخدام التكنولوجيا على العلاقات الأسرية منها (ضعف الترابط الأسري، تراجع السلطة المطلقة لرب الأسرة، تراجع دور الوالدين في التنشئة الاجتماعية، وضعف العلاقات الاجتماعية).
- **وتناول دراسة (Duradoni, 2023)** الكشف عن مدى انتشار إدمان الإنترنت والعوامل المرتبطة به بين الطلاب الجامعيين وبلغ حجم العينة يبلغ (344) طالبًا جامعيًا وتم استخدام استبيان إدمان الإنترنت. وتوصلت الدراسة إلى أن معدل انتشار إدمان الإنترنت يبلغ 29.90% ووُجد أن الرقابة الأبوية على استخدام الإنترنت والشعور بالوحدة والوقت الذي يقضيه على الإنترنت يوميًا مرتبطة مع إدمان الإنترنت وارتبط بذلك العلاقة بالوالدين، والرقابة الأبوية على استخدام الإنترنت، ومشاعر الوحدة المتصورة، والوقت الذي يقضيه على الإنترنت يوميًا بشكل كبير بإدمان الإنترنت إلى جانب عوامل أخرى.
- **وأجريت دراسة الدسوقي (2022)** للتعرف على اتجاه السيدات نحو إدمان الإنترنت وعلاقته بمستوى التوكيدية لديهن وكذلك علاقته بعدد من المتغيرات الديمغرافية مثل المستوى الاقتصادي والسن، على عينة مكونة من (120) سيدة من مدمنات الإنترنت وتم استخدام مقياس الاتجاه نحو استخدام الإنترنت من غعداد الباحثة ومقياس المهارات التوكيدية اعداد طريف شوقي وقد كشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية سلبية بين إدمان الإنترنت ومستوى المهارات التوكيدية لدى السيدات، كما أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين إدمان الإنترنت وارتفاع المستوى الاقتصادي.
- **كما سعت دراسة السروجي وآخرون (2021)** إلى الكشف عن العلاقة بين إدمان الإنترنت لدى الشباب والتوافق الاجتماعي، وتم إجراء الدراسة على عينه تمثلت في (300) من الشباب تروحت أعمارهم بين (18 إلى 35) عام، وتم استخدام استبيان إدمان الإنترنت ومقياس التوافق الاجتماعي. وكان

من نتائج الدراسة وجود ارتباط سالب بين الإدمان الرقمي والتوافق الاجتماعي. اتفقت العينة في المجموعات النقاشية على أن الإنترنت من أهم الاشياء في حياتهم اليومية، وأصبح الانشغال به يؤدي إلى التقصير في مهامهم العملية أو الدراسية، وفيما يخص توافقهم مع الاسرة والمجتمع فضلت العينة التحدث مع الأصدقاء من خلال الإنترنت عن الذهاب والجلوس معهم.

- **وتناولت دراسة كريكي ومذكور (2021)** مستوى التشوهات المعرفية وإدمان الإنترنت والعلاقة بينهما في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، تكونت عينة الدراسة من (536) من الشباب السعوديين، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياس التشوهات المعرفية اعداد (Ara , 2016) ترجمة الباحثين، ومقياس إدمان الإنترنت. أشارت النتائج إلى وجود علاقة طرديه بين انخفاض مستوى التشوهات المعرفية لدى المشاركين وانخفاض مستوى إدمان الإنترنت، وإمكانية التنبؤ بإدمان الإنترنت من خلال التشوهات المعرفية. وتوصلت الدراسة أيضًا إلى وجود فروق في بعدي إدمان الإنترنت (التجنب والعزلة الاجتماعية) في متغير النوع، وذلك لصالح مجموعة الذكور، ووجود فروق بين التخصص في أبعاد إدمان الإنترنت (ضبط السلوك والتجنب والعزلة الاجتماعية) تعزى لصالح مجموعة التخصص العلمي.
- **هدفت دراسة (Kumar & Mondal, 2018)** إلى استكشاف استخدام الإنترنت وعلاقته بالمرض النفسي وتقدير الذات شملت الدراسة (200) طالب، استخدام الباحث مقياس Young لإدمان الإنترنت، ومقياس Rosenberg لتقدير الذات وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة بين الاكتئاب والقلق والحساسية الشخصية وإدمان الإنترنت، كما ظهر وجود علاقة سالبة بين تقدير الذات لدى الطلاب واستخدامهم بالإنترنت.

التعليق على نتائج الدراسات السابقة:

من خلال استقراء النتائج الخاصة بالدراسات السابقة في إطار موضوع الدراسة الحالية للاستفادة منها تبين ما يلي:

- أظهرت نتائج الدراسات السابقة وجود ارتباط بين السايبركوندريا وعدد من الاضطرابات النفسية منها قلق الصحة ووجهة الضبط، والقلق المرضي، والإدمان على الإنترنت، والاكتئاب، وحساسية الغموض والوسواس القهري، والأعراض السيكومترية، وتوهم المرض كما ظهر ارتباطها بالمعارف الصحية والمعتقدات الميتامعرفية مثل دراسة (Abdelsattar, et ell, 2021)؛ والقطاوي،2021؛ Maryyan, et ell, 2022؛ البيضاني،2023)
- كما توصلت النتائج إلى ارتباط الإدمان الرقمي بعدد من المتغيرات النفسية منها التوافق النفسي والاجتماعي والتشوهات المعرفية، ومستوى التوكيدية، والعافية النفسية، البنية الثقافية والاجتماعية، مثل دراسة السروجي وآخرون (2021)؛ كريكي ومذكور (2021)؛Duradoni (2023)؛ والدسوقي(2023).
- معظم الدراسات التي أجريت في مجال متغيري الدراسة طبقت على طلاب جامعيين وشباب والتي توصلت إلى تعدد مظاهر الإدمان الرقمي لديهم. واتفقت الدراسات المذكورة على عينتها كما اتفقت أيضًا على استخدام المنهجية الارتباطية لملائمتها لأهداف الدراسات البحثية.
- استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة؛ حيث حاولت أن توظف الجهود في الوصول إلى صياغة مناسبة للعنوان البحثي، كما استفادت من توصيات ومقترحات الدراسات السابقة في دعم مشكلة البحث وأهميتها، وفي صياغة فروض البحث والوصول للمنهج الملائم لهذه الدراسة.

ومن خلال العرض السابق للدراسات السابقة يمكن صياغة فروض الدراسة على النحو التالي:

فروض الدراسة:

- يوجد مستوى متوسط لاضطراب السايبركوندريا والإدمان الرقمي لدى عينة من طلاب الجامعة السعوديين بمدينة جدة.
- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين اضطراب السايبركوندريا والإدمان الرقمي لدى عينة من طلاب الجامعة السعوديين بمدينة جدة.
- توجد قيمة تنبؤية ذات دلالة إحصائية لاضطراب السايبركوندريا في التنبؤ بالإدمان الرقمي لدى عينة من طلاب الجامعة السعوديين بمدينة جدة.
- توجد فروق ذات دلالة احصائية في كلًا من اضطراب السايبركوندريا والإدمان الرقمي تعزى إلى الجنس (طلاب وطالبات).

منهجية الدراسة وإجراءاتها:

منهج الدراسة:

اتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي وذلك لملائمته لهدف الدراسة، ووصف مستوى اضطراب السايبركوندريا والإدمان الرقمي، والعلاقة بينهما لدى عينة من طلاب الجامعة السعوديين ، والقيمة التنبؤية لإضطراب السايبركوندريا في التنبؤ بالإدمان الرقمي، والفروق في متغيري الدراسة وفقًا للجنس.

عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من (330) من طلاب الجامعة السعوديين، تراوحت أعمارهم بين (19-26) سنة وقد تم اختيار أفراد العينة بالطريقة العشوائية بجامعة الملك عبد العزيز بمدينة جدة، وكان التطبيق على العينة من خلال استبيان الكتروني تم أنشأه من جانب الباحث عن طريق تطبيق "الجوجل درايف" وتم نشره بين الطلاب والطالبات عبر تطبيق "واتس آب"، ويوضح جدول(1) خصائص العينة وفقًا لبعض المتغيرات الديموجرافية.

جدول (1): خصائص عينة الدراسة (ن= 330)

المتغيرات الديموغرافية		التكرارات	النسبة المئوية %
الجنس	ذكور	150	%45,45
	إناث	180	%54,54
التخصص الدراسي	تخصصات نظرية	200	%60,60
	تخصصات عملية	130	%39,39
المجموع		330	%100

يتضح من جدول (1) أن عينة الدراسة بلغت (330) من طلاب الجامعة السعوديين منهم (150 ذكور، 180 من الإناث)، كما ظهر أن العدد الأكبر من أفراد العينة من التخصصات النظرية 66,66% تخصصات نظرية، وبنسبة 39,39% من التخصصات العملية.

أدوات الدراسة:

أولًا: مقياس اضطراب السايبركوندريا إعداد (Fergus & Spada, 2018)

ترجمة العبدلي والمطرف (2024):

يتكون المقياس من (12) بندًا تغطي ثلاثة أبعاد الإفراط في البحث، والقلق والضيق، البحث القهري عن الصحة رغبة في الاطمئنان، ويتم الإجابة عليها من خلال خمسة بدائل للإجابة (أبدًا، نادرًا، أحيانًا، غالبًا، دائمًا) وتأخذ درجات (1-2-3-4-5) على الترتيب، وتم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس من خلال الاتساق الداخلي بحساب معامل الارتباط بين البند والدرجة الكلية للبعد وتراوحت معاملات الارتباط بين (,78،,87)، كما تم التحقق من الصدق من خلال صدق المحكمين ، والصدق التقاربي بحساب معامل الارتباط بين المقياس الحالي وقائمة بيك للإكتئاب الصورة السعودية من إعداد حسين (2008) وكان معامل الارتباط دال عند 01,، كما تم حساب الصدق العاملي الاستكشافي وتم استخدام اختبار كايزر وماير وبارتلت وبلغت قيمة مربع كاي (1112,64) بدلالة 01, ، كما تم تدوير العوامل تدويرًا متعامدًا بطريقة كايزر وأسفر التحليل عن ثلاثة عوامل جذرها الكامن أكثر من واحد حسب معيار جتمان وفسرت (65,47%) من التباين الكلي، كما تم حساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ وبلغ (83,) لبعد الافراط في البحث، (84,) للقلق والضيق، و(85,) للبحث القهري عن الصحة رغبًا في الاطمئنان، و(88,) للدرجة الكلية، كما تم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية وتراوحت معاملات الارتباط بين (66,، 91,) وجميعها بدلالة 01,).

الخصائص السيكومترية لمقياس اضطراب السايبركوندريا في الدراسة الحالية:

قام الباحث بإعادة التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة على عينة استطلاعية عددها (ن=90) من طلاب الجامعة تراوحت أعمارهم بين (19-24) سنة.

أولًا: الصدق التميزي

قام الباحث بسحب 27% من طرفي التوزيع، وبعدها تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأفراد العينة الاستطلاعية في أبعاد اضطراب السايبركوندريا والدرجة الكلية، ثم تم حساب قيم "ت" لدلالة الفروق بين المجموعتين المتطرفتين كالتالي:

جدول(2): دلالة الفروق بين متوسطات المجموعتين المتطرفتين في اضطراب السايبركوندريا

المتغير	المجموعة	المتوسط	الانحراف المعياري	ت	قيمة الدلالة
الإفراط في البحث	الدنيا	16,61	2,04	28,76	0,000
	العليا	27,24	2,48		
القلق والضيق	الدنيا	15,19	2,32	25,20	0,000
	العليا	30,08	1,97		
البحث القهري عن الصحة رغبة في الاطمئنان	الدنيا	19,53	2,53	26,37	0,000
	العليا	29,91	1,09		
الدرجة الكلية	**الدنيا**	**77,43**	**13,15**	**29,49**	**0,000**
	العليا	**101,41**	**70,4**		

يتبين من الجدول السابق أن قيم "ت" كلها دالة إحصائيًا عند مستوى(0,01)، وهذا يشير إلى أن المقياس له القدرة على التمييز بين المجموعتين المتطرفتين مما يدل على صدقه.

ثانيًا: الاتساق الداخلي

قام الباحث بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل بند من بنود مقياس اضطراب السايبركوندريا بالدرجة الكلية للمقياس، وجاءت النتائج كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (3): معامل ارتباط بيرسون بين بنود مقياس اضطراب السايبركوندريا والدرجة الكلية للمقياس

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
1	**0.669	7	**0.490
2	**0.690	8	**0.556
3	**0.460	9	**0.667
4	**0.543	10	**0.765
5	**0.589	11	**0.675
6	**0.678	12	**0.549

** دالة عند مستوى (0,01).

يتضح من جدول (3) أن قيم معاملات الارتباط بين بنود المقياس والدرجة الكلية للمقياس كانت تتراوح بين (0,46-0,67)، كما تم حساب معامل الارتباط بين درجة البعد والدرجة الكلية والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (4): معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس اضطراب السايبركوندريا والدرجة الكلية للمقياس

أبعاد مقياس اضطراب السايبركوندريا	معامل الارتباط
الإفراط في البحث	**0.882
القلق والضيق	**0.794
البحث القهري عن الصحة رغبة في الاطمئنان	**.901

** دالة إحصائيًا عند مستوى (0,01).

يتضح من خلال جدول (4) أن جميع معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس اضطراب السايبركوندريا والدرجة الكلية للمقياس كانت ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0,01)؛ حيث بلغت قيمة معامل الارتباط لبعد الإفراط في البحث(882,)، بعد القلق والضيق(794,)، وبعد البحث القهري عن الصحة رغبة بالاطمئنان (901,).

ثالثًا: ثبات المقياس

للتحقق من مدى ثبات مقياس لاضطراب السايبركوندريا والتأكد من موثوقيته والاعتماد عليه قام الباحث باستخراج ثبات المقياس بعدد من معاملات الثبات، وهي:

1. معامل ألفا كرونباخ

استخدم الباحث معامل ألفا كرونباخ للتحقق من الثبات الكلي للمقياس بالإضافة إلى ثبات أبعاده، وكانت النتائج كما يلي:

جدول (5): معامل الثبات ألفا كرونباخ لمقياس اضطراب السايبركوندريا

م	الأبعاد	قيمة معامل ألفا كرونباخ
1	الإفراط في البحث	0,890
2	القلق والضيق	0,868
3	البحث القهري عن الصحة رغبة في الاطمئنان	0,903
	الدرجة الكلية لمقياس اضطراب السايبركوندريا	**0,920**

من خلال النتائج الموضحة أعلاه في جدول (5) بلغ معامل الثبات لبُعد الافراط في البحث (0,890)، في حين معامل الثبات لبُعد القلق والضيق (0,868)، وبلغ معامل الثبات لبُعد البحث القهري عن الصحة رغبة في الاطمئنان (0,903)، وأخيرًا ثبات المقياس مرتفع حيث بلغ(0,920)، مما يدل ظهور درجات مرتفعة من الثبات، وبالتالي صلاحيته للتطبيق على عينة الدراسة.

2. التجزئة النصفية

تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين النصفين، كما تم تعديل طول التجزئة من خلال معادلة سبيرمان-براون ومعادلة جتمان. وجدول (6) يوضح النتائج التي تم التوصل إليها:

جدول(6): ثبات مقياس اضطراب السايبركوندريا بطريقة التجزئة النصفية

الأبعاد	معامل الارتباط النصفي	معامل سبيرمان-براون	معامل جاتمان
الإفراط في البحث	0,793	0,821	0,831
القلق والضيق	0,850	0,865	0,885
البحث القهري عن الصحة رغبة في الاطمئنان	0,788	0,833	0,867
مقياس اضطراب السايبركوندريا	**0,910**	**0,932**	**0,949**

يظهر من جدول (6) أن جميع قيم معاملات الارتباط بما فيها معامل جتمان للأبعاد والدرجة الكلية للمقياس مرتفعة، حيث إنها تدل على تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات ومناسبته للتطبيق على العينة.

رابعًا: مقياس الإدمان الرقمي إعداد القيسي(2024)

يتكون المقياس من (22) عبارة مشتملة على ثلاثة أبعاد مجال السيطرة العبارات (1-8)، والأعراض الإنسحابية العبارات (9-16)، ومجال الصراع العبارات (17-22)، وتم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس على عينة (30) طالب وطالبة، حيث تم حساب صدق المقياس من خلال صدق

المحكمين، كما تم حساب الاتساق الداخلي بحساب معامل الارتباط بين البند والدرجة الكلية وتراوحت معاملات الارتباط بين(49،،89,) بدلالة01,، كما بلغ معامل الارتباط لمجال السيطرة (82,)، ومجال الاعراض الانسحابية (88,)، ومجال الصراع (89,) وجميعها بدلالة01,، كما تم حساب الثبات باستخدام معادلة ألف كرونباخ وتراوحت معاملات الثبات للأبعاد الثلاثة والدرجة الكلية بين (77،،92,) بدلالة 01,.

الخصائص السيكومترية لمقياس الإدمان الرقمي في الدراسة الحالية:

أولًا: الصدق

قام الباحث بسحب 27% من طرفي التوزيع، وبعدها تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأفراد العينة الاستطلاعية في أبعاد الإدمان الرقمي والدرجة الكلية، وتم حساب قيم "ت" لدلالة الفروق بين المجموعتين المتطرفتين كالتالي:

جدول (7): دلالة الفروق بين متوسطات المجموعتين المتطرفتين لمقياس الإدمان الرقمي

المتغير	المجموعة	المتوسط	الانحراف المعياري	ت	قيمة الدلالة
السيطرة	الدنيا	19,69	3,04	30,70	0,000
	العليا	30,20	2,55		
الأعراض الانسحابية	الدنيا	18,10	3,32	28,20	0,000
	العليا	33,38	2,67		
الصراع	الدنيا	20,53	4,53	27,30	0,000
	العليا	33,71	3,09		
الدرجة الكلية	**الدنيا**	**80,41**	**16,75**	**32,41**	**0,000**
	العليا	**121,31**	**75,47**		

يتبين من الجدول السابق أن قيم "ت" جميعها دالة إحصائيًا عند مستوى (0,01)، وهذا يشير إلى أن المقياس له القدرة على التمييز بين المجموعتين المتطرفتين مما يدل على صدقه.

ثانيًا: الاتساق الداخلي

قام الباحث بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس بالدرجة الكلية للمقياس، وجاءت النتائج كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (8): معامل ارتباط بيرسون بين فقرات مقياس الإدمان الرقمي والدرجة الكلية للمقياس

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
1	**0,610	9	**0,534	17	**0,671
2	**0,720	10	**0,459	18	**0,629
3	**0,632	11	**0,690	19	**0,601
4	**0,711	12	**0,563	20	**0,598
5	**0,598	13	**0,545	21	**0,629
6	**0,599	14	**0,670	22	**0,788
7	**0,629	15	**0,629		
8	**0,489	16	**0,601		

**** دالة عند مستوى (0,01).**

يتبين من الجدول السابق أن قيم معاملات الارتباط بين بنود المقياس والدرجة الكلية للمقياس تتراوح بين (0,489- 0,788)، وجميع القيم دالة عند مستوى الدلالة (0,01). كما تم حساب معامل الارتباط بين درجة البعد والدرجة الكلية والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (9): معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس الإدمان الرقمي والدرجة الكلية للمقياس

أبعاد مقياس الإدمان الرقمي	معامل الارتباط
السيطرة	**0.915
الأعراض الانسحابية	**0.876
الصراع	**.934

**** دالة إحصائيًا عند مستوى (0,01).**

يتبين من خلال جدول (9) أن جميع معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس اضطراب السايبركوندريا والدرجة الكلية للمقياس كانت ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0,01)؛ حيث بلغت قيمة معامل الارتباط لبعد السيطرة (915,)، بعد الاعراض الانسحابية (876,)، وبعد الصراع (934,).

ثالثًا: ثبات المقياس

قام الباحث بالتحقق من ثبات المقياس وذلك بطريقتين، هما: معامل الثبات ألفا كرونباخ، ومعامل التجزئة النصفية لمقياس الإدمان الرقمي، ويوضح الجدول التالي معاملات الثبات للتحقق من مدى ثبات مقياس الإدمان الرقمي والتأكد من موثوقيته والاعتماد عليه قام الباحث باستخراج ثبات المقياس بعدد من معاملات الثبات، وهي:

1. معامل ألفا كرونباخ

استخدم الباحث معامل ألفا كرونباخ للتحقق من الثبات الكلي للمقياس بالإضافة إلى ثبات أبعاده، وكانت النتائج كما يلي:

جدول (10): معامل الثبات ألفا كرونباخ لمقياس الإدمان الرقمي

م	الأبعاد	قيمة معامل ألفا كرونباخ
1	السيطرة	0,923
2	الأعراض الانسحابية	0,901
3	الصراع	0,883
4	**الدرجة الكلية لمقياس الإدمان الرقمي**	**0,940**

من خلال النتائج الموضحة أعلاه في جدول (10) بلغ معامل الثبات لبُعد السيطرة (0,923)، في حين معامل الثبات لبُعد الأعراض الانسحابية (0,901)، وبلغ معامل الثبات لبُعد الصراع (0,883)، وأخيرًا ثبات المقياس مرتفع حيث بلغ(0,940)، مما يدل ظهور درجات مرتفعة من الثبات، وبالتالي صلاحيته للتطبيق على عينة الدراسة.

2. التجزئة النصفية

تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين النصفين، كما تم تعديل طول التجزئة من خلال معادلة سبيرمان-براون ومعادلة جتمان. وجدول (11) يوضح النتائج التي تم التوصل إليها:

جدول (11): ثبات مقياس الإدمان الرقمي بطريقة التجزئة النصفية

الأبعاد	معامل الإرتباط النصفي	معامل سبيرمان-براون	معامل جاتمان
السيطرة	0,756	0,784	0,803
الأعراض الانسحابية	0,799	0,798	0,832
الصراع	0,723	0,801	0,802
مقياس الإدمان الرقمي	0,884	0,865	0,903

يظهر من جدول (11) أن جميع قيم معاملات الارتباط بما فيها معامل جاتمان للأبعاد والدرجة الكلية للمقياس مرتفعة، حيث إنها تدل على تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات ومناسبته للتطبيق على العينة.

نتائج الدراسة:

الإحصاء الوصفي لمتغيرات الدراسة:

- **الفرض الأول: ينص على أنه يوجد مستوى متوسط لاضطراب السايبركوندريا والإدمان الرقمي لدى عينة من طلاب الجامعة السعوديين بمدينة جدة.**

قام الباحث بالتحقق من اعتدالية بيانات عينة الدراسة من خلال اختباري الاعتدالية كولمجروف- سمير نوف وشابيرو- ويلك، وجدول (12) يوضح ذلك:

جدول (12): نتائج اختبارات اعتدالية بيانات عينة الدراسة

المتغير	الأبعاد	اختبار كولمجروف- سمير نوف Kolmogorov-Smirnov[a]			اختبار شابيرو- ويلك Shapiro-Wilk		
		الإحصاءات	درجات الحرية	الدلالة	الإحصاءات	درجات الحرية	الدلالة
اضطراب السايبركوندريا	الإفراط في البحث	0,112	412	0,000	0,949	412	0,000
	القلق والضيق	0,108	412	0,000	0,944	412	0,000
	البحث القهري عن الصحة رغبة في الاطمئنان	0,130	412	0,000	0,939	412	0,000
مقياس اضطراب السايبركوندريا		**,091**	**412**	**0,000**	**0,971**	**412**	**0,000**
الإدمان الرقمي	السيطرة	0,061	412	0,000	0,988	412	0,000
	الاعراض الانسحابية	0,077	412	0,000	0,976	412	0,000
	الصراع	0,070	412	0,000	0,902	412	0,000
مقياس الإدمان الرقمي		**0,093**	**412**	**0,000**	**0,927**	**412**	**0,000**

يتضح من خلال جدول (12) أن جميع قيم الدلالة على اختباري الاعتدالية كولمجروف- سمير نوف وشابيرو- ويلك على مقياس كل من اضطراب السايبركوندريا وأبعاده والإدمان الرقمي وأبعادها أقل من (0,05)، مما يشير إلى أن بيانات عينة الدراسة تتوزع اعتداليًا.

كما قام الباحث بالتحقق من اعتدالية بيانات عينة الدراسة من خلال مقاييس النزعة المركزية (المتوسط الحسابي، والوسيط، والمنوال) وقيم الالتواء والتفرطح، وجدول (13) يوضح ذلك:

جدول (13): الإحصاء الوصفي لمتغيرات الدراسة

المتغير	الأبعاد	المتوسط	الوسيط	المنوال	المتوسط الوزني	المستوى	الانحراف المعياري	الالتواء	التفرطح
اضطراب السايبركوندريا	الإفراط في البحث	25,53	25	25	3,99	متوسط	4,66	0,690-	0,149
	القلق والضيق	25,89	24	25	4,07	متوسط	4,09	0,898-	0,578
	البحث القهري عن الصحة رغبة في الاطمئنان	26,43	24	23	3,89	متوسط	4,85	0,877-	0,734
	مقياس اضطراب السايبركوندريا	**90,44**	**93**	**96**	**3,23**	متوسط	**13,82**	**0,762-**	**0,777**
الإدمان الرقمي	السيطرة	59,98	52	50	3,45	متوسط	8,02	0,044	0,068-
	الاعراض الانسحابية	57,90	53	51	3,55	متوسط	9,02	0,065	0,068-
	الصراع	47,31	47	48	2,97	متوسط	7,12	0,611	0,889
	مقياس الإدمان الرقمي	**88,30**	**87**	**86**	**4,38**	متوسط	**14,07**	**1,225**	**2,966**

وتشير نتائج جدول (13) إلى اقتراب التوزيع الحالي من التوزيع الاعتدالي الطبيعي، وعليه استخدم الباحث الأساليب الإحصائية البارامترية للتحقق من فروض الدراسة.

ويوضح الجدول أن مستوى اضطراب السايبركوندريا وأبعاده متوسط لدى أفراد عينة الدراسة، وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (Abdelsattar, et al., 2021) حيث ظهر ارتفاع مستوى استخدام وسائل البحث عن طريق الشبكة العنكبوتية فيما يتعلق بالأمراض، وأيضًا دراسة (Maryyan, et al., 2022) والتي أظهرت نتائجها أن مستوى السايبركوندريا كان متوسط، ودراسة (Rashid, et al.,2022) التي أوضحت أن 56%من طلاب كلية الطب كان لديهم أعراض سيبركوندريا، وكذلك دراسة البيضاني (2023) حيث توصلت إلى وجود ارتفاع في مستوى السايبركندريا وتوهم المرض لدى افراد العينة، بالإضافة إلى دراسة (Sabir, et al.,2023) التي توصلت إلى ارتفاع معدل انتشار السايبركندريا، ودراسة حنورة والعطار(2024) أوضحت أن نسب الانتشار لمتغير السايبركوندريا تقع في المستوى المتوسط.

ويوضح أيضًا الجدول أن مستوى الإدمان الرقمي وأبعاده متوسط لدى أفراد عينة الدراسة، وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (Maryyan, et al., 2022) التي أظهرت النتائج أن مستوى إدمان الإنترنت كان متوسط، وكذلك دراسة السروجي وآخرون (2021) حيث اتفقت العينة في المجموعات النقاشية على أن الإنترنت من أهم الاشياء في حياتهم اليومية، وأصبح الانشغال به يؤدي الى التقصير في مهامهم العملية او الدراسية، وفيما يخص توافقهم مع الاسرة والمجتمع فضلت العينة التحدث مع الأصدقاء من خلال الإنترنت عن الذهاب والجلوس معهم.

بالإضافة إلى دراسة (Duradoni, 2023) التي توصلت إلى أن معدل انتشار إدمان الإنترنت يبلغ 29.90% ووُجد أن الرقابة الأبوية على استخدام الإنترنت والشعور بالوحدة والوقت الذي يقضيه على الإنترنت يوميًا مرتبطة مع إدمان الإنترنت وارتبط بذلك العلاقة بالوالدين، والرقابة الأبوية على استخدام الإنترنت، ومشاعر الوحدة المتصورة، والوقت الذي يقضيه على الإنترنت يوميًا بشكل كبير بإدمان الإنترنت إلى جانب عوامل أخرى. و دراسة عبد الحفيظ (2024) التي توصلت نتائجها إلى تعدد مظاهر الإدمان الرقمي، وارتفاع مستوى انتشاره لدى المراهقين وتأثيره على البنية الثقافية مثل (تفضيل لغة الشات، كتابة اللغة العربية بالحروف اللاتينية، قبول التنوع الثقافي وتأثيرها على الثقافة الحياتية)، كما ظهر تأثير الإدمان الرقمي على البنية الاجتماعية منها (خلق مشكلات مع أفراد الأسرة، التقصير في العمل والمذاكرة، عدم القدرة على ترتيب الأولويات، عدم استثمار الوقت بشكل جيد) كما تعددت تأثيرات استخدام التكنولوجيا على العلاقات الأسرية منها (ضعف الترابط الأسري، تراجع السلطة المطلقة لرب الأسرة، تراجع دور الوالدين في التنشئة الاجتماعية، وضعف العلاقات الاجتماعية).

وأوضحت الدراسات أن حوالي (75%) من الأشخاص يستخدمون الإنترنت من أجل البحث عن معلومات صحية من الأشخاص في تسع دول (روسيا، الصين، الهند، المكسيك، البرازيل، الولايات المتحدة، إيطاليا، استراليا وألمانيا (McDaid & Park, 2010). كما وجد بدراسة في الولايات المتحدة الأمريكية أن (90%) من الأشخاص الذين يستخدمون الإنترنت قاموا مره واحدة على الأقل بالبحث عن معلومات طبية (Aboujaoude, Stareevie., 2015).

عرض نتيجة الفرض الثاني ومناقشتها:

- **توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين اضطراب السايبركوندريا والإدمان الرقمي لدى عينة من طلاب الجامعة السعوديين بمدينة جدة.**

وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدم معامل ارتباط بيرسون، ويوضح الجدول التالي نتائج هذا الفرض:

جدول (14): معاملات ارتباط بيرسون بين اضطراب السايبركوندريا مع الإدمان الرقمي

اضطراب السايبركوندريا / الإدمان الرقمي	الإفراط في البحث	القلق والضيق	البحث القهري عن الصحة رغبة في الاطمئنان	الدرجة الكلية للمقياس
السيطرة	0,519**	0,492**	0,638**	0,468**
الاعراض الانسحابية	0,558**	0,493**	0,669**	0,550**
الصراع	0,636**	0,447**	0,598**	0,468**
الدرجة الكلية للمقياس	**0,481**	**0,498**	**0,466**	**0,550**

يُلاحظ من خلال الجدول الموضح أعلاه وجود علاقة ارتباطية موجبة بين مقياس اضطراب السايبركوندريا الدرجة الكلية وأبعاده (الإفراط في البحث، القلق والضيق، البحث القهري عن الصحة رغبة في الاطمئنان) والإدمان الرقمي الدرجة الكلية وأبعاده (السيطرة،الاعراض الانسحابية، الصراع)، وتراوحت معاملات الإرتباط بين (0,841- 0,669)، وجميع معاملات الإرتباط دالة عن 01,، ويعني كلما ارتفع اضطراب السايبركوندريا ارتفع الإدمان الرقمي لدى عينة الدراسة. وتتفق هذه النتيجة مع فرض الدراسة الذي أوضح وجود علاقة ارتباطية دالة بين اضطراب السايبركوندريا والإدمان الرقمي.

وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع نتائج دراسات (Maryyan, et al., 2022) حيث وجد علاقة إيجابية بين شدة السايبركوندريا وإدمان الإنترنت، ودراسة (Sabir, et al., 2023) التي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين إدمان الهواتف الذكية وشدة السايبركندريا.

كما أوضحت الدراسات ارتباط السايبركوندريا بإدمان الإنترنت، وهو أظهرته دراسات (Aboujaoude& Stareevie, 2015., Maryyan, et al., 2022) حيث توصلت إلى ارتباط السايبركوندريا بإدمان الإنترنت فالأشخاص ذو القلق المرتفع حول الصحة والمرض لديهم بعض سمات الإدمان، فيشعرون أنهم مدفوعون بشكل متكرر لاستعمال الإنترنت لغرض الاطمئنان، وهذا ما يظهره شعور التوتر وعدم الراحة والذي يتلوه سلوك البحث عبر الإنترنت.

وأضافت الدراسات أيضًا ربط السايبركوندريا بسلوكيات الإدمان حيث أنه يشبه بعض أعراض الإدمان من حيث (الأعراض الانسحابية، والتحمل) والتي يمكن أيضًا أن تظهر خلال مرحلة الطفولة أو المراهقة. ووفقًا للنموذج التعويضي لاستخدام الإنترنت، فإن الخوض المفرط لاستخدام الإنترنت هو محاولة للتكيف مع صعوبات نفسية مثل التعلق غير الآمن، وعدم التنظيم العاطفي، وسمات الشخصية غير القادرة على التكيف، وقد يعتمدون بشكل مفرط على الأنشطة المتعلقة باستخدام الإنترنت لزيادة شعورهم بالانتماء أو لتخفيف المشاعر المؤلمة (Santoro, et al., 2022).

عرض نتيجة الفرض الثالث ومناقشتها:

- **توجد قيمة تنبؤية ذات دلالة إحصائية لاضطراب السايبركوندريا في التنبؤ بالإدمان الرقمي لدى عينة من طلاب الجامعة السعوديين بمدينة جدة.**

وللتحقق من هذا الفرض استخدم الباحث تحليل الانحدار الخطي البسيط Simple Linear Regression Analysis، وجدول (15) يوضح ذلك:

جدول (15): نتائج تحليل الانحدار الخطي للعلاقة الارتباطية بين المتغير المستقل (اضطراب السايبر كوندريا) والمتغير التابع (الإدمان الرقمي)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة	معامل الارتباط ر	معامل التحديد ر2
المنسوب إلى الانحدار	24548,322	1	14546,377	105,578	0,000**	0,455	0,213
المنحرف عن الانحدار (البواقي)	47721,432	409	142,489				
المجموع	**62269,754**	**410**					

****دالة إحصائيًا عند مستوى (0,01).**

يتضح من نتائج جدول (15) وجود تأثير دال إحصائيًا عند مستوى (0,01) لاضطراب السايبركوندريا بالإدمان الرقمي لدى طلاب عينة الدراسة، كما أن قيمة معامل التحديدR2 بلغ (0,213)، وهذا يشير إلى أن اضطراب السايبركوندريا يُسهم في التنبؤ بالإدمان الرقمي لدى عينة الدراسة، وجدول (16) يوضح قيم معاملات الانحدار ومستوى دلالتها:

جدول (16): قيم معاملات الانحدار ومستوى دلالتها

المتغير المستقل	معامل الانحدار (B)	الخطأ المعياري لمعامل الانحدار (B)	الوزن الانحداري (β)	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
ثابت الانحدار Constant	105,321	3,428		25,344	0,000**
اضطراب السايبركوندريا	0,346-	0,037	0,433-	8,156-	0,000**

****دالة إحصائيًا عند مستوى (0,01).**

يتضح من نتائج جدول (16) وجود تأثير دال لاضطراب السايبركوندريا بالإدمان الرقمي، ويُمكن صياغة معادلة الانحدار البسيط التي يمكن من خلالها التنبؤ بالإدمان الرقمي من خلال السايبركوندريا لدى طلاب الجامعة على النحو التالي:

الإدمان الرقمي=105,915-0,346 (اضطراب السايبركوندريا). وتتفق نتيجة الفرض بشكل منطقي مع نتيجة الفرض الثالث والتي أوضحت وجود علاقة ارتباطية بين اضطراب السايبركوندريا والإدمان الرقمي

وأضافت الدراسات أيضًا ربط السايبركوندريا بسلوكيات الإدمان حيث أنه يشبه بعض أعراض الإدمان من حيث (الأعراض الانسحابية، والتحمل) والتي يمكن أيضًا أن تظهر خلال مرحلة الطفولة أو المراهقة. ووفقاً للنموذج التعويضي لاستخدام الإنترنت، فإن الخوض المفرط لاستخدام الإنترنت هو محاولة للتكيف مع صعوبات نفسية مثل التعلق غير الآمن، وعدم التنظيم العاطفي، وسمات الشخصية غير القادرة على التكيف، وقد يعتمدون بشكل مفرط على الأنشطة المتعلقة باستخدام الإنترنت لزيادة شعورهم بالانتماء أو لتخفيف المشاعر المؤلمة. (Santoro, et al., 2022).

عرض نتيجة الفرض الرابع ومناقشتها

- **توجد فروق ذات دلالة احصائية في كلا من اضطراب السايبركوندريا والإدمان الرقمي تعزى إلى الجنس (ذكور و إناث).**

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار"ت" T-test للعينتين المستقلتين، وكانت النتائج كالتالي:

جدول (17): دلالة الفروق في متوسطات درجات مقياس اضطراب السايبركوندريا والإدمان الرقمي وفقًا لمتغير الجنس

المتغير	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
اضطراب السايبركوندريا	ذكور	150	29,83	7,05	7,33	0,01
	إناث	180	55,66	14 ,64		
الإدمان الرقمي	ذكور	150	20,37	5,20	1,09	0,02
	إناث	180	22,78	6,96		

يتضح من خلال الجدول السابق وجود فروق بين الطلاب والطالبات في اضطراب السايبركوندريا؛ حيث قيمة اختبار قيمة (ت) بلغت (7.33) عند مستوى دلالة (0,01) والفروق في اتجاه الطالبات، كما ظهر عدم وجود فروق في الإدمان الرقمي بين الطلاب والطالبات، وفيما يتعلق بالفروق بين الجنسين في السايبركوندريا فقد اتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة البيضاني (2023) حيث توصلت الى وجود فروق في السايبركندريا وفقًا لمتغيري الجنس في اتجاه الاناث من طلبة الجامعة، ودراسة (Sabir, et al.,2023) التي توصلت إلى ارتفاع في شدة السايبركندريا والثقافة الصحية الإلكترونية لدى الاناث مقارنة بالذكور، وأيضًا دراسة محمد (2024) التي كشفت عن وجود فروق في متغير السايبركوندريا في اتجاه الإناث، وقامت عدد من الدراسات بالبحث في العوامل الديموغرافية المتعلقة بالسايبركوندريا حيث أظهرت دراسة (Santoro et al., 2022) أن النساء سجلوا درجات مرتفعة في الإصابة بالسايبركوندريا.

بينما اختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (Nicolai, et al., 2022) حيث كشفت عن عدم وجود فروق على مقياس السايبركوندريا باختلاف العمر والجنس.

وفيما يتعلق بالفروق بين الجنسين في الإدمان الرقمي فقد اختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع نتائج دراسة كريكي ومذكور (2021) وتوصلت الدراسة أيضًا إلى وجود فروق في بعدي إدمان الإنترنت (التجنب والعزلة الاجتماعية) في متغير النوع، وذلك لصالح مجموعة الذكور.

توصيات الدراسة:

في ظل نتائج الدراسة الحالية قدم الباحث عددًا من التوصيات، وهي كما يلي:

- الاهتمام بتقديم برامج ارشادية وعلاجية لخفض حدة الإدمان الرقمي واضطراب البحث عن المعلومات الطبية عبر الإنترنت.
- عقد ندوات توعية للطلاب داخل الجامعة للتعريف بمشكلة السايبركوندريا وأسبابها وعواقبها وآثارها السلبية على الصحة النفسية والجسدية.
- تقوم مراكز الإرشاد النفسي والمراكز والإدارات الطبية بإنشاء مواقع ويب للوصول إلى معلومات صحية دقيقة وآمنة واتاحتها للطلاب للوصول لها بسهولة.
- عمل دليل توعوي للطلاب يتضمن خطة للتغلب على الإدمان الرقمي وآثاره السلبية على الجانب الاجتماعي والنفسي.
- تفعيل الدور التثقيفي الطبي الذي تقوم به وزارة الصحة عبر وسائل الاعلام في توضيح الأعراض المصاحبة للأمراض وخاصة في فترة ظهور الأمراض الموسمية.
- ضرورة تعزيز دور الأسرة والمدرسة والجامعة في تأصيل القيم الحميد لدى الطلاب.
- التوعية بمدى خطورة الإفراط في استخدام وسائل الاتصال الحديثة بشكل متواصل.

مقترحات الدراسة:

بناء على ما أسفرت عنه الدراسة الحالية، وسعيًا لإثراء الميدان بالبحوث ذات الصلة باضطراب السايبركوندريا والإدمان الرقمي؛ يقترح الباحث بعض الأبحاث المستقبلية وهي كما يلي:

- مستوى انشار اضطراب السايبركوندريا لدى الراشدين.
- السايبركوندريا وعلاقتها بنوعية الحياة لدى الشباب.

- فاعلية برنامج إرشادي انتقائي لخفض الإدمان الرقمي لدى طلاب الجامعة.
- اضطراب السايبركوندريا وعلاقته بالكمالية العصابية لدى الشباب السعودي
- فاعلية برنامج علاجي سلوكي جدلي لخفض حدة اضطراب السايبركوندريا لدى الراشدين.
- نموذج بنائي يوضح العلاقة المتبادلة بين اضطراب السايبركوندريا والإدمان الرقمي والقلق على الصحة.
- الشوهات المعرفية وعلاقتها بالسايبركوندريا لدى طلاب الجامعة.
- السايبركوندريا وعلاقتها بالخوف من الأمراض المزمنة لدى الشباب.

المراجع:

أولًا: المراجع العربية

أبو رجب، ولاء السيد. (2021). الإدمان الرقمي وأثره على المشكلات الأسرية .المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية. *المؤسسة العربية للتربية والعلوم والآداب*، 5(24)،127-144.

بدوي، غادة حسين، الضو، فوزي عزت، ومسافر، علي عبدالله. (2022). الإدمان الرقمي وعلاقته بالعزلة الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية. *المركز العربي للتعليم والتنمية*. 29(134)، 170-202.

بوسمينة، فاتن بن الشيخ؛ عصام، وجربوعة عادل. (2022). *تأثير الإدمان الرقمي على الطلبة الجامعيين*. رسالة ماجستير. جامعة صالح بوبنيدر.

البيضاني، فرحان محمد. (2023). السايبركندريا وعلاقتها بتوهم المرض لدى طلبة الجامعة. *مجلة الدراسات المستدامة*، (2)، 1215-1224.فسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة الكرك. المجلة التربوية الأردنية، (9)، 370-391.

حفني، علي ثابت؛ صادق، نورا تاج الدين. (2023). برنامج ارشادي قائم على مدخل الانتقائية الفنية لخفض أعراض السايبركندريا وتوهم المرض الالكتروني وأثره في تحسين جودة الحياة لدى طالب الجامعة. *مجلة كلية التربية ببنها*، (131)،55-102.

حمودة، سليمة. (2015). الإدمان على الإنترنت: اضطراب العصر. *مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية*، 7(21)،213-244.

حنور، قطب عبده؛ العطار، محمود مغازي. (2024). النموذج البنائي للعلاقة السببية بين السايبركوندريا والقلق على الصحة والوسواس القهري لدى طلاب الدراسات العليا بكلية التربية. *مجلة كلية التربية*،90 (3)، 419-478.

الدسوقي، ولاء لبيب. (2022). الاتجاه نحو إدمان الإنترنت وعلاقته بالتوكيدية لدى السيدات المتزوجات في ضوء بعض المتغيرات. *دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، 2(114)، 303 - 324.

السروجي، فاطمة نبيل؛ عبدالباري، وائل إسماعيل؛ وعلم الدين، محمود(2021). إدمان الإنترنت وعلاقته بالتوافق الاجتماعي لدى الشباب: دراسة ميدانية. *مجلة بحوث*، 3(1)، 175 - 228.

عبد الحفيظ، دينا محمد. (2024). الإدمان الرقمي وتأثيره على البنية الثقافية والاجتماعية للمراهقين. *المجلة العلمية لكلية الآداب*، 27(89)، 467-522.

عبد النبي، أنوار جعفر؛ جرادات، عبد الكريم محمد(2024). المقدرة التنبؤية للإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي في تقدير الذات والوحدة لدى عينة من طلبة الصف الثاني الثانوي. *المجلة التربوية الأردنية*، (29)، 509-534.

العبدلي، عبد المريد عبد الجابر؛ والمطرف، العنود عبد الرحمن(2024). الخصائص السيكومترية للصورة المختصرة لمقياس اضطراب السايبركوندريا في البيئة السعودية. *مجلة الارشاد النفسي*، (78)، 589-623.

العصيمي، سلطان عايض. (2010). *إدمان الإنترنت وعلاقته بالتوافق النفسي لاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية*. رسالة ماجستير منشورة. جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.

العمار، أمل يوسف عبدالله. (2016). التنمر الإلكتروني وعلاقته بإدمان الإنترنت في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب وطالبات التعليم التطبيقي بدولة الكويت. *مجلة البحث العلمي في التربية*، 3(17)، 223 - 249.

عيسى، دينا علي. (2024). السايبركوندريا وعلاقتها باضطراب العرض الجسدي والمعتقدات اللاعقلانية عن الصحة لدى طلاب الجامعة دراسة سيكومترية اكلينيكية. *المجلة التربوية*، (119)، 309-379.

الغفيلي، بسمة راشد(2023). الإدمان الرقمي والتوافق النفسي والاجتماعي لدى الأطفال في مرحلة التعليم الابتدائي. *مجلة كلية التربية في العلوم النفسية*،47(3)، 339-337.

القطاوي، سحر منصور. (2021). السايبركوندريا كمنبئ بالقلق المرضي لدى طلاب الجامعة: قلق الإصابة بفيروس كورونا المستجد" Covid-19" أنموذجا. *مجلة كلية التربية*، (36)،637 – 674.

القيسي، فاطمة عبد المجيد. (2024). أثر الإدمان الرقمي في العافية النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة الكرك. *المجلة التربوية الأردنية*، (9)، 370-391.

كريري، هادي ظافر، ومذكور، صفية أحمد. (2021). التشوهات المعرفية وعلاقتها بإدمان الإنترنت في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية. *مجلة الإرشاد النفسي*، 65(65)، 91-147.

محمد، فاطمة الزهراء زاهر. (2024). المعارف الصحية والمعتقدات الميتافيزيقية كوسيط في العلاقة بين قلق الصحة والسايبركوندريا لطلبة البرامج المميزة بكلية التربية. *مجلة كلية التربية*، 90(2)، 269-343.

ثانيًا: المراجع الأجنبية

Abdelsattar, M., Derar, E., Salem, A. A. M., & Al-Mujaim, F. (2021). Cyberchondria Severity, Health Anxiety, and Health Locus of Control: The Mediation Role of Covid-19 Anxiety. *Asean Journal of Psychiatry,* 22(2),43-60.

Aboujaoude, E., & Starčević, V. (2015). *Mental health in the digital age: Grave dangers, great promise*. Oxford University Press.

Alrobai, A., McAlaney, J., Phalp, K., & Ali, R. (2019). *Exploring the risk factors of interactive e-health interventions for digital addiction*. In I. Management Association (Ed.), Multigenerational online behavior and media use: Concepts, methodologies, tools, and applications. APA PsycInfo,390–405

American Psychologica Association. (2023). *Internet Addiction*. Accessed Sep 16,2023. APA Dictionary of Psychology.

Arısoy, O. (2009). Internet addiction and its treatment. *Current Approaches in Psychiatry,* (1), 55-67.

Aulia, A., Marchira, C. R., Supriyanto, I., & Pratiti, B. (2020). Cyberchondria in first year medical students of Yogyakarta. *Journal of Consumer Health on the Internet,* 24(1), 1–9. [CrossRef]

Boysan, M., Eşkisu, M., & Çam, Z. (2022). Relationships between fear of covid -19, cyberchondria, intolerance of uncertainty, and obsessional probabilistic inferences: A structural equation model. *Scandinavian Journal of Psychology,* 63(5), 439–448. [CrossRef]

Duradoni, M. (2023). Internet Addiction and Its Associated Factors among Undergraduate Students in Kathmandu, Nepal. *Journal of Addiction,* (9), 55-70. [CrossRef]

Erdogan, A., & Hocaoglu, C. (2020). Siberkondria: Bir Gözden Geçirme. Psikiyatride Guncel Yaklasimlar- Current Approaches in Psychiatry, 12(4), 435–443.

Grande,D., & Fuller, K. (2023). Cyberchondria: Signs, Symptoms, & Treatments, choosing therapy. *Journal of Mental Health,* (1), 1-11.

Jokic, B. N., Lauri, K. A., & Mikac, U. (2020). Cyberchondria in the age ofcovid-19. *Plosone,* 15 (12), 1-9. [CrossRef]

Kemp, S. (2022). *Global Statshot Report*, Datareportal, Vancouver, Canada.

Kumar, M, & Mondal, A. (2018). A study on Internet addiction and its relation to psychopathology and self-esteem among college students. *Industrial psychiatry journal,* 27(1), 61–66. [CrossRef]

Mrayyan, M. T., Al-Rawashdeh, S., Abu Khait, A., & Rababa, M. (2022). Differences in cyberchondria, internet addiction, anxiety sensitivity, health anxiety, and coronavirus anxiety among students: A web-based comparative survey. *Electronic Journal of General Medicine,* 19(3), 1-12. [CrossRef]

Nadeem, F., Malik, N., Atta, M., Ullah, I., Martinotti, G., Pettorruso, M., Vellante, F., Di Giannantonio, M., & De Berardis, D. (2022). Relationship between health-anxiety and Cyberchondria: Role of Metacognitive beliefs. *Journal of Clinical Medicine,* 11(9), 2590-2599. [CrossRef]

Nicolai, J., Moshagen, M., Schillings, K., & Erdfelder, E. (2022). The role of base-rate neglect in cyberchondria and health anxiety. *Journal of Anxiety Disorders,* (91), 50-61. [CrossRef]

Rashid, Z., Rathore, M. A., Khushk, I. A., Mashhadi, S. F., Ahmed, M., & Shahzeb, M. (2022). Intolerance of uncertainty and anxiety sensitivity as prospective risk factors for cyberchondria in undergraduate students. *Annals of King Edward Medical University,* 28 (1), 91–96. [CrossRef]

Sabir, R.,sabeen, A.,Naqvi, M., & irum, S. (2023). Prevlance of cyberchondria among university students:an emerging challenge of the 21st century. *Journal of the Pakistan Medical Association,* 73(8), 1634-1639. [CrossRef]

Santoro, G., Starcevic, V., Scalone, A., Cavallo, J., Musetti, A., & Schimmenti, A. (2022). The doctor is in(ternet): The mediating role of health anxiety in the relationship between somatic symptoms and Cyberchondria. *Journal of Personalized Medicine,* 12(9), 1490-1499. [CrossRef]

Savkin, R., Guven, I., & Buker, N. (2022). Health literacy and Cyberchondria levels in healthcare workers and their relationship with body awareness and physical activity. *Medical Bulletin of Haseki,* 60(4), 351–357. [CrossRef]

Şenol,Y., Şenol,F. B., & Yaşar, M. C. (2023). Digital game addiction of preschool children in the Covid-19 pandemic: social emotional development and parental guidance. *Current psychology,* (2)1-9. [CrossRef]

Starcevic, V., Schimmenti, A., Billieux, J., & Berle, D. (2020). Cyberchondria in the time of the covid -19 pandemic. *Human Behavior and Emerging Technologies,* 3(1), 53–62.

ثالثًا: ترجمة المراجع العربية

Abdel Hafiz, D. M. (2024). Digital addiction and its impact on the cultural and social structure of adolescents. *Scientific Journal of the Faculty of Arts,* 27(89), 467–522. [In Arabic]

Abdel Nabi, A. J., & Jaradat, A. K. M. (2024). The predictive ability of social media addiction on self-esteem and loneliness among a sample of 11th-grade students. *Jordanian Educational Journal,* (29), 509–534. [In Arabic]

Abu Rajab, W. A. (2021). *Digital addiction and its impact on family problems*. Arab Journal of Educational and Psychological Sciences, 5(24), 127–144. [In Arabic]

Al-Abdali, A. M. A. J., & Al-Mutraf, A. A. R. (2024). Psychometric properties of the short form of the Cyberchondria Scale in the Saudi context. *Journal of Psychological Counseling,* (78), 589–623. [In Arabic]

Al-Ammar, A. Y. A. (2016). Cyberbullying and its relationship to internet addiction in light of some demographic variables among applied education students in Kuwait. *Journal of Scientific Research in Education,* 3(17), 223–249. [In Arabic]

Al-Baidani, F. M. (2023). *Cyberchondria and its relationship to hypochondriasis among university students*. Journal of Sustainable Studies, (2), 1215–1224. [In Arabic]

Al-Dasouqi, W. L. (2022). The tendency toward internet addiction and its relationship to assertiveness among married women in light of some variables. *Arab Studies in Education and Psychology,* 2(114), 303–324. [In Arabic]

Al-Ghufaili, B. R. (2023). Digital addiction and psychosocial adjustment among primary school children. *Journal of the Faculty of Education in Psychological Sciences, 47*(3), 339–337. [In Arabic]

Al-Qaisi, F. A. (2024). The impact of digital addiction on psychological well-being among secondary school students in Karak Governorate. *Jordanian Educational Journal,* (9), 370–391. [In Arabic]

Al-Qatawi, S. M. (2021). Cyberchondria as a predictor of health anxiety among university students: The case of COVID-19. *Journal of the Faculty of Education,* (36), 637–674. [In Arabic]

Al-Saruji, F. N., Abdelbari, W. I., & Al-Din, M. (2021). Internet addiction and its relationship to social adjustment among youth: A field study. *Journal of Buhuth,* 3(1), 175–228. [In Arabic]

Al-Usaimi, S. A. (2010). *Internet addiction and its relationship to psychosocial adjustment among secondary school students* (Published master's thesis). Naif Arab University for Security Sciences. [In Arabic]

Badawi, G. H., Al-Daw, F. E., & Musafir, A. A. (2022). *Digital addiction and its relationship to social isolation among secondary school students*. Arab Center for Education and Development, 29(134), 170–202. [In Arabic]

Bousmina, F. B. S., Issam, & Jarboua, A. (2022). *The impact of digital addiction on university students* (Master's thesis). University of Saleh Boubenider. [In Arabic]

Eisa, D. A. (2024). Cyberchondria and its relationship to somatic symptom disorder and irrational health beliefs among university students: A psychometric-clinical study. *Educational Journal,* (119), 309–379. [In Arabic]

Hammouda, S. (2015). Internet addiction: The disorder of the era. *Journal of Human and Social Sciences,* 7(21), 213–244. [In Arabic]

Hanour, Q. A., & Al-Attar, M. M. (2024). A structural model of the causal relationship between cyberchondria, health anxiety, and obsessive-compulsive disorder among postgraduate students in the College of Education. *Journal of the Faculty of Education,* 90(3), 419–478. [In Arabic]

Hefny, A. T., & Sadeq, N. T. (2023). *A counseling program based on the eclectic approach to reduce symptoms of cyberchondria and electronic hypochondria and its effect on improving the quality of life among university students*. Journal of the Faculty of Education in Benha, (131), 55–102. [In Arabic]

Kriri, H. Z., & Madhkoor, S. A. (2021). Cognitive distortions and their relationship to internet addiction in light of some demographic variables. *Journal of Psychological Counseling,* 65(65), 91–147. [In Arabic]

Mohamed, F. Z. Z. (2024). Health knowledge and metaphysical beliefs as mediators in the relationship between health anxiety and cyberchondria among students in elite programs at the Faculty of Education. *Journal of the Faculty of Education,* 90(2), 269–343. [In Arabic]