Dirasat: *Educational Sciences*, Volume **53**, No. 4, 2026, 14620

Deanship of Scientific Research

The Role Of Cognitive Biases As A Relative Factor Doomscrolling On Social Media Among Yarmouk University Students In Light Of Some Variables

***Ibrahim Mohammad Bani Khalid*[1], *Omar Atallah Al-Adamat*[2]*, *Ahmad Mohammad Bani Khalid*[3]**

[1]Department. of Special Education, Faculty of Educational Sciences, The World Islamic Science & Education University, Amman, Jordan.
[2]Department of Psychological Sciences and Special Education, Faculty of Educational Sciences, Al al-Bayt University, Mafraq, Jordan.
[3]Department. of Counseling & Educational Psychology Faculty of Education, Yarmouk University, Irbid, Jordan.

Received: 2/2/2026
Revised: 15/3/2026
Accepted: 21/5/2026
Publish on line: 15/7/2026

* *Corresponding author:*
adamat88@gmail.com

Citation: Bani Khalid, I. M., Al-Adamat, O. A., & Bani Khalid, A. M. (2026). The Role Of Cognitive Biases As A Relative Factor Doomscrolling On Social Media Among Yarmouk University Students In Light Of Some Variables. *Dirasat: Educational Sciences*, *53*(4), 14620.
https://doi.org/10.35516/Edu.2026.14620

© 2026 DSR Publishers/ The University of Jordan.

This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY-NC) license https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/

Abstract

Objectives: This study aimed to identify the level of cognitive biases, negative browsing, and the relative contribution of cognitive biases in predicting negative browsing among students at Yarmouk University in light of certain variables.

Methods: The study employed a descriptive predictive approach. The study sample consisted of 356 male and female students selected through convenience sampling. To achieve the study objectives, a negative browsing scale and a cognitive biases scale were used after verifying their validity and reliability indicators.

Results: The results indicated that the overall level of cognitive biases was moderate across all dimensions. The findings also showed that the overall level of negative browsing was moderate. The reflection dimension was low, whereas the dimensions of addiction, rigidity, and mental health were at a moderate level. The results further revealed that the dimensions of attention to threats, self-related cognitive problems, social cognitive problems, and safe behaviors were able to predict negative browsing among the sample as a whole, explaining 7% of the variance in negative browsing. Specifically, the predictive variables explained 1.7% of the variance in the attention to threats dimension, 3.1% in self-related cognitive problems, 1.2% in social cognitive problems, and 1.1% in safe behaviors. In contrast, the explained variance related to the variables of gender, academic year, academic specialization, jumping to conclusions, belief inflexibility, and external attribution was not statistically significant.

Conclusions: The study recommended training students to distinguish between facts and conclusions and reducing hasty judgments, which may contribute to improving the quality of thinking and decision-making in academic and social situations.

Keywords: Cognitive Bias, Doomscrolling, Yarmouk University Students.

دور التحيزات المعرفية كعاملٍ نسبي في التنبؤ بالتصفّح السّلبي على مو اقع التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة اليرموك في ضوء بعض المتغيّرات

***إبراهيم محمّد بني خالد*[1]، *عمر عطاالله العظامات*[2]*، *أحمد محمّد بني خالد*[3]**

[1] قسم التربية الخاصة، كلية العلوم التربوية، جامعة العلوم الإسلاميّة العالميّة، الأردن.
[2]قسم العلوم النفسية والتربية الخاصة، كلية العلوم التربوية، جامعة آل البيت، الأردن.
[3] قسم الإرشاد وعلم النفس التربوي، كلية التربية، جامعة اليرموك، إربد، الأردن.

ملخّص

الأهداف: هَدَفَتْ الدّراسة التّعرّف إلى مستوى التحيّزات المعرفيّة، والتصفّح السّلبي، ودرجة الإسهام النّسبي للتحيّزات المعرفية في التصفّح السّلبي لدى طلبة جامعة اليرموك الأرنية في ضوء بعض المتغيّرات.

المنهجية: تم استخدام المنهج الوصفي التنبؤي. وتكوّنت عيّنة الدّراسة من (356) طالبًا وطالبةً، اختيروا بالطّريقةِ المُتَيَسّرَةِ. ولِتَحَقيقِ أهدافِ الدّراسة تم استخدام مقياس للتصفّح السّلبي، ومقياس للتحيزات المعرفيّة؛ وذلك بعد التحقّق من دلالات الصّدق والثّبات.

النتائج: أشارتْ نتائجُ الدّراسة إلى أنّ مُستوى التحيّزات المعرفيّة الكلّي كان (متوسطًا) وعلى جميع الأبعاد، كما أشارت النّتائج -أيضًا- أنّ مُستوى التصفّح السّلبي الكلّي جاء (متوسطًا)، وللأبعاد جاء بعد التأمّل (منخفضاً)، في حين جاءت الأبعاد (الإدمان، والصّلابة، والصحّة النفسيّة) في المستوى المتوسّط. كما أظْهَرَتْ نتائجُ الدّراسة للعيّنة ككُل قدرةَ كل من (الانتباه للمهددات، والمشكلات المعرفيّة الذاتية، والمشكلات المعرفيّة الاجتماعية، والسّلوكيات الآمنة) على التنبؤ بالتصفّح السّلبي؛ حيث فسّروا ما مِقْدَارُه (7%) من التصفّح السّلبي، وأنّ المتغيّرات المُتنبّئة فسّرتْ ما مقدارُه (1.7%) من بُعد (الانتباه للمهددات)؛ وأنّ المتغيّرات المُتنبّئة فسّرتْ ما مقدارُه (3.1%) من بُعد (المشكلات المعرفيّة الذاتية)؛ وأنّ المتغيّرات المُتنبّئة فسّرتْ ما مقدارُه (1.2%) من بُعد (المشكلات المعرفيّة الاجتماعية)، وأنّ المتغيّرات المُتنبّئة فسّرتْ مأ مقدارُه (1.1%) من بُعد (السّلوكيّات الآمنة). في حين كان نسبة التباين المفسّر لِمُتغيّرات (الجنس، والسنة الدراسية، والتخصص الأكاديمي، والقفز إلى الاستنتاجات، وجمود المعتقدات، والعزو الخارجي) غير دالّة إحصائيًا.

الاستنتاجات: وأوصت الدّراسة بتدريب الطلبة على التمييز بين الحقائق والاستنتاجات، والحدّ من التسرع في إصدار الأحكام، بما يسهم في تحسين جودة التّفكير واتخاذ القرار في المواقف الأكاديمية والاجتماعية.

الكلماتُ الدالة: التحيّزات المعرفية، التصفّح السّلبي، طلبة جامعة اليرموك.

المقدّمة

واجه العالم -في السّنوات الأخيرة-العديد من الكوارث الطبيعية كالفيضانات والزلازل، بالإضافة إلى جائحة كوفيد-19؛ وقد كان لتداول هذه الأخبار السّلبية على وسائل التّواصل الاجتماعي آثارا سلبية؛ وخاصّةً جائحة كورونا على سبيل المثال (Kiye et al., 2024; Satici et al., 2023). وربّما أصبح الأفراد في الوقت الحاضر أكثر اطلاعًا ومعرفة بالحقائق؛ بسبب وسائل الإعلام الإلكترونية، ومواقع التّواصل الاجتماعي التي توفر المعلومات بشكلٍ متواصلٍ ومستمر (Soraci et al., 2025). ولدى الكثير من الأفراد الرغبة في الاطلاع، أو الإحساس بالسيطرة على الأحداث الجارية، والتّواصل مع المواقف المستجدة (Carleton, 2016).

ولعلّ التوسّع السّريع لمنصّات التّواصل الاجتماعي أدّى إلى تغييرٍ جوهري في الأساليب، التي يبحث بها الأفراد عن المعلومات؛ للمحافظة على علاقاتهم، والتعامل مع الضغوطات اليومية؛ ممّا زاد من فرص التفاعل المستمر مع المحتوى السّلبي على الإنترنت (El-Sayed & Alzaharni, 2025). وقد زادت الأزمات العالمية؛ وخاصّة خلال جائحة كورونا من هذه المخاوف من خلال تكثيف الاعتماد على المنصات الرّقمية للحصول على الأخبار بالاعتماد –غالبًا-على التفاعل الاجتماعي؛ ممّا عزّز أنماط الاستخدام غير التكيفي، والتعرّض للروايات المتعلقة بالتهديدات (Schmelzer et al., 2022; Song et al., 2024).

وقد ساهمت هذه الأحداث إلى انخراط الأفراد في التصفّح السّلبي (Doomscrolling)، المعروف بإدمان الأخبار السّلبية (Negative News Addiction) (Koselioren & Cakir, 2024). ويشير التصفّح السّلبي إلى رغبة الأفراد بفحص الأخبار الموجزة، أو وسائل التّواصل الاجتماعي بمبالغة، واستمرار؛ بحثًا عن مُحتوى سلبي؛ ممّا يعني إدمان الأفراد للأخبار السيئة، والميل إلى قراءة الأخبار السيئة لساعات طويلة (Downie, 2023; Watercutter, 2020). وقد عرّف شارما وآخرون (Sharma et al., 2022) مصطلح التصفّح السلبي (Doomscrolling) بالتصفّح المعتاد والمكثف للمعلومات السّلبية في الوقت المناسب في موجزات الأخبار، ووسائل التّواصل الاجتماعي. ويمثّل التصفّح السّلبي مسحًا فوريًا وغامرًا للمعلومات السّلبية في خلاصات الأخبار المتداولة، ووسائل التّواصل الاجتماعي (Sharma et al., 2022).

ظهر مصطلح التصفّح السّلبي وانتشر بفضل الصحفية كارين هو (Karen Ho) (Yang et al., 2024; Sharma et al., 2022). ويشير إلى سلوك الأفراد الذين ينشغلون بالمتابعة المستمرة للأخبار، ووسائل التّواصل الاجتماعي، مع التركيز على المعلومات السّلبية، والمزعجة (Price et al., 2022). وعادة يتميّز هذا السّلوك بالتصفّح القهري، والهوس بالبحث من خلال وسائل التّواصل الاجتماعي، وموجزات الأخبار؛ بحثا عن المعلومات السّلبية المحبطة (Salisbury, 2023).

كشفت تقارير حديثة عن زيادة في انتشار المشاعر السّلبية في الأخبار والعناوين الرّئيسة، وأصبح جزءً كبيراً من التغطية يتميز بمشاعر مثل الغضب، والخوف والاشمئزاز، والحزن؛ حيث أصبحت المظاهر السّلبية هي إحدى السّمات البارزة لوسائل الإعلام الإخبارية (Shabahang et al., 2024)؛ ممّا يشير إلى أنّ وسائل الإعلام الإخبارية أصبحت تميل إلى نقطة عمياء تجاه الأخبار الجيدة، وتركّز بشكل غير متناسب على القصص السّلبية (Van der Meer et al., 2019). وقد أدت هذه الظروف إلى إنتاج أخبار متحيزة، واهتمام إعلامي متحيز؛ حيث يتمّ تجاهل الأخبار الإيجابية باعتبارها أخباراً غير مهمّة، في حين أنّ الأخبار السّلبية تنال مساحة أكبر من القراءة، والمتابعة، والمزيد من الاهتمام (Robertson et al., 2023). إضافة إلى استهلاك الأخبار الساخرة، والسّلبية، والبحث عنها بنشاط (Trussler & Soroka, 2014).

وتشير الأدلة الحديثة إلى إنّ الاستهلاك القهري، والعشوائي للأخبار السّلبية ذات علاقة بتفاقم القلق المستقبلي، وزيادة المخاطرة، ويرتبط بالضغط النفسي، وانخفاض الرفاهية، والرضا عن الحياة، والانسجام مع البيئة، وتتسبّب هذه السّلوكات بالخوف من الفقدان، والاستخدام غير المناسب للإعلام (Shabahang et al., 2022; Satici et al., 2023; Shabahang et al., 2024). إضافة إلى انخفاض في ضبط النفس، وارتفاع العصابية، والسخرية والقلق العام، والاهتمام السياسي تنبئ بارتفاع معدل التمرير السّلبي؛ ممّا يشير إلى إنّ متغيرات الشخصية، قد تجعل بعض الأشخاص أكثر عرضة للتصفّح السّلبي (Sharma et al., 2022).

ويمكن أنّ يؤدي الإفراط في استخدام وسائل الإعلام إلى مشاكل في الصحة النفسي والعقلية، كالقلق، والاكتئاب (Li et al., 2023; Matthes et al., 2020)؛ حيث إنّ وسائل الإعلام تلعب دورًا مؤثرًا في تكوين المواقف والاتجاهات؛ وفقاً لمعطيات نموذج التعلم بالملاحظة، باكتساب السّلوكات، والتأثر بالأحداث؛ حيث تؤمن النظرية الاجتماعية المعرفيّة (Social Cognitive Theory) بوجود علاقات ديناميكية متبادلة بين الأفراد، والسّلوكات في النطاق البيئي. واستنادًا إلى النظرية الاجتماعية المعرفيّة (SCT)، يمكن أن تتأثر معارف، واتجاهات الأفراد وسلوكياتهم بنمذجة وسائل الإعلام (Bandura, 2002). كما تركّز نظرية التنمية (Cultivation Theory) على تغيير مواقف المشاهدين، وسلوكياتهم؛ استجابة للتعرض طويل الأمد لوسائل الإعلام (Potter, 2014).

وفي هذا العصر تنتشر أخبارٌ وسائل التّواصل الاجتماعي في كل مكان، ويمكن أن يؤدي استهلاك الأفراد المفرط للمعلومات السّلبية إلى مشاكلَ نفسية، وسلوكية، مثل الاكتئاب، والقلق والإدمان؛ حيث إنّ الانخراط المفرط في تصفح الأخبار السّلبية – ربّما- ينتج عنه مشاعر بالإثارة الإدمانية (Shabahang et al., 2023). وأشار يانج وزملائه (Yang et al., 2024) أنّ التمرير المتكرر للأنباء السّلبية يرتبط بزيادة حدة الاكتئاب، وزيادة القلق

بشأن المستقبل، وانخفاض الرفاهية النفسية، وانخفاض الرضا عن الحياة. كما أوضح زابو وهوبكنسون (Szabo & Hopkinson, 2007) أنّ مشاهدة برنامج إخباري لمدة (15) دقيقة، يمكن أن يزيد من حالة القلق، والاضطراب لدى الطلبة.

وبالتحديد، فإنّ ارتفاع مستوى الاندفاع يرتبط بالتمرير السّلبي، وزيادة السّلوك الباعث على التحفيز، وانخفاض الدافع لتجنب السّلوكيات غير السويّة (Han et al., 2019). بالإضافة إلى ذلك، فإنّ الانغماس في الأخبار السّلبية له تأثير ممّاثل على السّلوك الفردي. وعلى وجه التحديد، فإنّ استهلاك الأخبار السّلبية يرتبط بالمشاعر السّلبية (Baden et al., 2019)، وانخفاض السّلوكات الاجتماعية الإيجابية، إضافة إلى انخفاض النوايا الاجتماعية الإيجابية، والضعف في ضبط النفس (Sharma et al., 2022).

ومن جانبٍ آخر، فقد ظهر مصطلح التحيّزات المعرفيّة (Cognitive Biases) بداية في سبعينيات القرن الماضي؛ لوصف أنماط واستجابات متكررة للأفراد في المواقف التي تتطلب إصدار حكم، أو اتخاذ قرار، ومع أنّ هذه الأنماط تتسم بالمنهجية إلّا أنها تفتقر إلى الدقة (Wilke & Mata, 2012). كما يميل الإنسان في تفسيره لما يتعرض له من مواقف وأحداث في حياته اليومية إلى الاعتماد على أدلة ووجهات نظر تؤكد معتقداته المسبقة، فيصبح في دائرة مغلقة معزولاً عن الحقائق الخارجية التي لا تلائم معتقداته، وهو ما يمثل انحراف عن العقلانية في الحكم على المواقف والأحداث، ويؤدى في النهاية إلى اتخاذ قرارات خاطئة، وهو ما يُعرف بالانحياز المعرفي (سباق، 2023).

وفي هذا السياق، فإنّ التحيّزات المعرفيّة تظهر بوضوح عندما يواجه الإنسان خيارين متنافسين مختلفين في قيمتهما الانفعالية؛ ممّا يقود إلى اتخاذ قرارات اعتمادًا على الشحنات الانفعالية المرتبطة بالموقف أكثر من الاعتماد على التقييم الموضوعي للمعلومات (Mathews &MacLeod, 2005)وقد أكّدت دراسة داس وتينج (Das & Teng, 1999) ودراسة يودكوسكي (Yudkowsky, 2008) أنّ هذه التحيّزات تمثل نتاجًا سلبيًا للعمليات الاستدلالية الأساسية، المتمثلة بالتوافر الذي يعتمد على استدعاء الخبرات السابقة في حال توقع الأحداث، والتمثيل عندما يفترض الفرد أن ما يتصوره يعكس الواقع المحتمل، والتأسيس والتكيّف؛ حيث يبدأ حكم الفرد من نقطة مرجعية أولية قد تكون غير دقيقة، ثم يُجري تعديلات لاحقة؛ ممّا يقود إلى أحكام متحيّزة.

وتعددت تعريفات التحيّزات المعرفيّة؛ فقد عرفها جاردينير وريسنك (Gardenier & Resnik, 2002) بأنّها الميل للابتعاد عن الوضوح في جمع المعلومات، وتحليلها، وتفسيرها، وعرضها بطريقة خاطئة. وعرّف ويك وماتا (Wike & Mata, 2012) التحيّزات المعرفيّة بأنها أخطاء منهجية في الأحكام والقرارات الصادرة عن الأفراد، وربّما تحدث لدى جميع الناس، بسبب قصور في الإدراك، والدافعية، وضعف القدرة على التكيف مع البيئة المحيطة.

ولذلك فإنّ التحيّزات المعرفيّة لا تعدّ أسلوبًا سليمًا لاتخاذ القرارات؛ إذ إنّ الأفراد الذين يعتمدون عليها لا يكونون - بالضرورة- منفتحين على جميع البدائل، والاحتمالات المتوفرة. فغالبا، يميل هؤلاء إلى البحث عن المعلومات، أو تفسيرها بطريقة تنسجم مع تحيّزاتهم السابقة (Schmutte & Duncan, 2014) ولهذا، فإنّ التغلب على هذه التحيّزات يُعد أمرًا صعبًا؛ خاصّةً أنّ الأفراد لا يتصرفون - دائمًا - بعقلانية تامة، رغم اعتقادهم بقدراتهم على اتخاذ قرارات منطقية؛ فغالبًا ما يصدرون أحكامهم المسبقة؛ بناء على معاييرهم الشخصية، أو معتقداتهم الثقافية (Heuer, 2007).

ووفقًا لما أوضحه بازيرمان ومور (Bazerman & Moore, 2012)، فإنّ الناس يعتمدون أثناء عملية صنع القرار على ما يُعرف بالقواعد الإرشادية، وهي قواعد ذهنية تساعد على توجيه التّفكير بشكل غير مباشر، وتمكّن الأفراد من تبسيط التعامل مع التعقيدات البيئية. وعلى الرغم من أن هذه القواعد قد تسهّل عملية اتخاذ القرارات وتوفر حلولًا عملية آنية، إلا أنها قد تقود -أحيانًا-إلى أخطاء كبيرة، لأنها تدفع الأفراد إلى تبنّي مواقف دون تقييمها بعمق؛ ممّا يضعف من جودة التّفكير النقدي، ويزيد من احتمال الوقوع في أحكام غير صائبة (Baysal & Ocak, 2022).

وفي أحيانٍ أخرى، ربّما تؤدي كثافة المعلومات، أو الرغبة في اتخاذ قرارات سريعة إلى الاعتماد على ما يسمّى بالاختصارات المعرفيّة، أو ما يُعرف بالقواعد الإرشادية. وتهدف هذه التحيّزات إلى تسريع اتخاذ القرارات، لكنها –غالبًا-تكون لا واعية، وتلقائية، وصعبة السيطرة. وبالرغم من عدم وجود حلول سريعة للتخلص من هذه النزعات الانعكاسية؛ فإن إدراك نتائجها، والوعي بزمان، ومكان ظهورها، -ربّما-يخفف من عواقبها السّلبية (Bazerman & Moore, 2012; Schmutte & Duncan, 2014).

وقسّم فان دير قاج وآخرون (Van der Gaag et al., 2013)، التحيّزات المعرفيّة إلى ثلاثة مجالات رئيسة يتفرع منها عدة مجالات فرعية؛ تتمثّل بمجال التحيّزات المعرفيّة، ويتفرع منها: القفز إلى الاستنتاجات؛ أي التحيّز في جمع المعلومات والخروج باستنتاجات حولها ، ووجود المعتقدات؛ بمعنى عدم مرونة التّفكير والتشكيك في المعلومات المختلفة ومصادرها، والانتباه للمهددات؛ وتعني توجيه الانتباه نحو بعض أنواع المعلومات والفرضيات، والتقليل من أهمية معلومات وفرضيات أخرى، والعزو الخارجي: ويقصد به قيام الفرد إلى عزو أفكاره وحالته الانفعالية إلى مصادر خارجية، ومجال المحددات المعرفيّة، ويتفرع منها: المشكلات المعرفيّة الاجتماعية؛ ويقصد بها عدم القدرة على فهم دوافع الآخرين، وأفكارهم ومشاعرهم، والمشكلات المعرفيّة الذاتية؛ وتعني فقدان الفرد لقدرته على التركيز أثناء تنفيذ المهمات المتعددة، ومجال السوك ويتفرع منه: السّلوكيات الآمنة؛ ويقصد بها ممّارسة سلوكيات تجنبيه بهدف الابتعاد عن الأخطار المتحملة.

أشار لبنسون (Benson, 2016) أنّ التحيّزات المعرفيّة تساعد في معالجة العديد من المشكلات، تتعلّق المشكلة الأولى بكيفية مكافحة الحمل الزائد

من المعلومات؛ فعندما يتعرّض الأفراد لكمّ هائل من المعلومات؛ فإنّ أدمغتهم تستخدم حيلًا لاختيار المعلومات المعالجة. وتتمثّل المشكلة الثانية بأنّ المواقف التي يواجهها الأفراد لا تحمل معنى كافيًا؛ ممّا يستدعي الإمعان أكثر لفهم هذه المواقف لحلّ المشكلة؛ من أجل ملء الفجوات غير المهمة باستخدام خيالهم، أو معارفهم المسبقة. وتبرز المشكلة الثالثة في حاجة الأفراد إلى التصرف بسرعة؛ فقد يضطر الأفراد إلى اتخاذ قرارات سريعة في المواقف التي يواجهونها؛ بناء على استخدام التحيّزات المعرفيّة. أمّا المشكلة الرابعة؛ فتتعلق بماهيّة المعلومات العديدة اللازم على الأفراد تذكّرها.

وقد أجريت العديد من الدّراسات والبحوث حول التحيّزات المعرفيّة، والتصفّح السّلبي؛ فقد أجرى الحموري (2017) دراسة هدفت للكشف عن التحيّزات المعرفيّة لدى عيّنة تكوّنت من (496) طالبًا وطالبةً لمرحلة البكالوريوس في جامعة اليرموك. ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياس التحيّزات المعرفيّة. كشفت نتائج الدراسة وجود مستوى متوسط من التحيّزات المعرفيّة على المقياس ككل، وعلى مجالاته الفرعية. وبينت النتائج أن مجال الانتباه إلى المهددات جاء في المرتبة الأولى، تلاه مجال القفز إلى الاستنتاجات، في حين جاء مجال السّلوكيات الآمنة في المرتبة الأخيرة. كما أظهرت النتائج أن التحيّزات المعرفيّة المتعلقة بالعزو الخارجي كانت لصالح الذكور، وأنّ الطلبة ذوي التحصيل الأقل بشكل عام يمتلكون مستويات أعلى من التحيّزات المعرفيّة على المقياس ككل ومجالاته مقارنة بذوي التحصيل الأعلى.

وهدفت دراسة الغرام والجبور (2024) هدفت الدراسة التعرف إلى مستوى التحيزات المعرفية لدى طلبة جامعة اليرموك في الأردن. تكونت عينة الدراسة من (700) طالب وطالبة من طلبة الجامعة، وتم استخدام مقياس التحيزات المعرفية. وأظهرت النتائج أنّ مستوى التحيزات المعرفية لدى طلبة جامعة اليرموك جاء متوسطًا، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في تقديرات أفراد العينة لمستوى التحيزات المعرفية تُعزى لمُتغيّر الجنس، ولصالح الذكور، ولمُتغيّر البرنامج الدراسي، ولصالح طلبة البكالوريوس. وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تقديرات أفراد العينة لمستوى التحيزات المعرفية تُعزى لمُتغيّري الكلية ومكان السكن.

وقام السيد والزهراني (El-Sayed & Alzaharni, 2025) بدراسة هدفت إلى كشف العلاقة بين التصفّح السّلبي على وسائل التّواصل الاجتماعي والقلق لدى البالغين المصريين، والتأكّد من فاعلية المرونة النفسية بالتخفيف من هذه العلاقة؛ ممّا قد يساهم في حماية الأفراد من الآثار الحافزة للقلق المترتبة عن تصفح الأخبار السّلبية. تكوّنت عيّنة الدّراسة من (399) مستخدمًا بالغًا لوسائل التّواصل الاجتماعي. أظهرت النتائج أن للتصفّح السّلبي علاقة ارتباطية موجبة بالقلق.

وأجرت كانوغلو (Canoğulları, 2025) دراسة هدفت للكشف عن الدور الوسيط للتصفّح السّلبي في العلاقة بين إدمان مواقع التّواصل الاجتماعي والضغط النفسي لدى الطلبة الجامعيين في تركيا. تكونّت عيّنة الدّراسة من (460) طالبًا تراوحت أعمارهم بين (18-30) عامًا. أظهرت النتائج وجود علاقة موجبة بين إدمان وسائل التّواصل الاجتماعي والضغط النفسي والتصفّح السّلبي. كما أشارت النّتائج أنّ العلاقة بين إدمان وسائل التّواصل الاجتماعي والضغط النفسي ناتج عن التصفّح السّلبي؛ ممّا يؤكد دوره كعامل وسيط.

وقام سالسبيلا وكونيتاتين (Salsabila & Qonitatin, 2025) بدراسة حول أسلوب التعامل مع عدم تحمّل الشك في العصر الرقمي؛ للوقوف على الآليات المعرفيّة التي تقف وراء ظاهرة التصفّح السّلبي في إندونيسيا. تمّ استخدام أسلوب ما وراء التحليل (Meta Analysis) من أجل توليف ودمج نتائج الدراسات؛ للوصول إلى قيمة تلخّص تلك النّتائج لفهمها بصورةٍ أشمل؛ من خلال مراجعة الأبحاث المنشورة الحديثة ما بين أعوام (2015-2025). وقد أظهرت المراجعة أنّ المستويات العالية من عدم تحمّل الشك تتنبأ بالتصفّح السّلبي، والتّفكير المفرط؛ حيث إنّ تصفّح الأخبار السيئة يعمل كاستراتيجية لتنظيم العواطف؛ ممّا يؤدي بشكل متناقض إثارة التوتر والقلق، وزيادة الحمل المعرفي. كما تساهم العوامل الاجتماعية، والثقافية كالضغط الأكاديمي، وتجنب العواطف، والقيم الجماعية في استيعاب الضيق؛ ممّا يجعل التفاعل الرقمي بديلاً عن التعبير العاطفي.

وبدوره قام سفاريا وسابوترا (Safaria & Saputra, 2025) بدراسة لمعرفة الدور الوسيط للوحدة بين عدم التوازن العاطفي، والتصفّح السّلبي لدى طلبة الجامعة. تكونّت عيّنة الدّراسة من (200) طالبٍ. أشارت نتائج الدّراسة أنّ عدم التنظيم العاطفي يتنبأ بشكل مباشر بالتصفّح السّلبي والوحدة، كما وازدادت الوحدة من التصفّح السّلبي. وأكّدت هذه الدراسة على أهمية تدخلات تنظيم العواطف، والتّواصل الاجتماعي، وتعزيز البرامج في الحرم الجامعي للحدّ من التمرير الكارثي.

وفي الهند قام راجان وزملاؤه (Rajan et al., 2026) بدراسة هدفت إلى معرفة فاعلية الخوف في تفويت الفرصة (Fear of Missing Out) ومحاولة تفسير العلاقة بين سمات الشخصية الخمس الكبرى، والتصفّح السّلبي. تكوّنت عيّنة الدّراسة من (331) مُستخدمًا هنديًا لوسائل التّواصل الاجتماعي، تراوحت أعمارهم بين (18-40) عامًا. أشارت نتائج الدّراسة بأنّ العصابية، والودّ، والضمير، والخوف من تفويت الفرصة كانت ذات علاقة قويّة بالتصفّح السّلبي. كما أشارت النّتائج إلى أنّ الارتباطات غير المباشرة بين العصابية، والتصفّح السّلبي، والخوف من تفويت الفرصة كانت كبيرة، في حين أنّ الارتباطات المباشرة لم تكن كبيرة. ودلّت النتائج أنّ الأشخاص، الذين يعانون من عصابية عالية قد يمارسون التصفّح السّلبي أكثر عندما يشعرون أنهم يفوتون معلومات.

يلاحظ من خلال استعراض الدّراسات السّابقة اختلاف أهدافها، فمنها ما اهتمّ بقياس العلاقة بين إدمان مواقع التّواصل الاجتماعي والتصفح

السلبي (Canoğulları, 2025; El-Sayed & Alzaharni, 2025)، ومنها ما اهتم بتفسير العلاقة بين سمات الشخصية الخمس الكبرى، والتصفّح السّلبي (Rajan et al., 2026). وبالنسبة لعيّنة الدّراسات السّابقة يلاحظ تركيزها على عيّنة طلبة الجامعات كدراسة كل من (Canoğulları, 2025; Rajan et al., 2026; Safaria & Saputra, 2025؛ الحموري (2017)؛ الغرام والجبور (2024).

ومن خلال هذا الاستعراض، يتبيّن أنّ التصفّح السلبي قد تمّ تناوله في أغلب الدّراسات كمتغيّر مستقل، سواء من حيث العوامل التي تزيده أو التي تحدّ منه، في حين تتميّز الدّراسة الحاليّة بتناوله كمتغيّر تابع (مُتنبأ به)، مع التركيز على دور التحيّزات المعرفيّة في التنبؤ به لدى طلبة جامعة اليرموك. كما تبرز أهميّة هذه الدّراسة في ظلّ ندرة الدّراسات العربيّة التي تناولت هذا الموضوع، إلى جانب توظيفها لما قدّمته الدّراسات السّابقة في تحديد أدوات البحث وعينته ومنهجه وتفسير نتائجه، بما يعزّز من قيمتها العلميّة، ويسهم في سدّ فجوة بحثيّة قائمة.

مشكلة الدراسة وأسئلتها

جاء إحساسُ الباحثيْنِ بمشكلة الدّراسة من خلال النّظر في الأدبِ السّابق حولَ التصفّح السلبي لدى طلبة الجامعات؛ حيث تنتشر في هذا العصر أخبار وسائل التّواصل الاجتماعي في كل مكان، ويمكن أن يؤدي استهلاك الأفراد المفرط للمعلومات السّلبية إلى مشاكلَ نفسية، وسلوكية، مثل: الاكتئاب، والقلق والإدمان، وهذا ما أكدّته دراسة يانج وزملائه (Yang et al., 2024) بأنّ التصفّح المتكرر للأخبار السّلبية يرتبط بزيادة حدة الاكتئاب، وزيادة القلق بشأن المستقبل، وانخفاض الرفاهية النفسية، وانخفاض الرضا عن الحياة. كما أوضح زابو وهوبكنسون (Szabo & Hopkinson, 2007) أنّ مشاهدة برنامج إخباري لمدة (15) دقيقة، يمكن أن يزيد من حالة القلق، والاضطراب لدى الطلبة.

ومن خلال عمل الباحثين في بيئة العمل الجامعي وقربهم من الطلبة، تمّ ملاحظة معاناة بعض طلبة ممّن كانتْ لهم تجربة سلبيّة في متابعة وتتبع مواقع التواصل الاجتماعي على الأخبار السلبيّة؛ حيث أشار بعض الطلاب أنّ التصفّح السلبي يؤثر على مختلف الجوانب في حياتهم؛ كالجانب النّفسي، والأكاديمي. وللتأكّد من ذلك قام الباحثون بدراسة استطلاعيّة في بداية الفصل الدّراسي الأول 2026/2025؛ حيث شملت عيّنة من طلبة؛ حيث تمّ إجراء عدد من المقابلات، من خلال الحديث المُعمّقِ مع الطلبةِ حولَ التصفّح السلبي؛ وقد تبيّن مدى حاجة الطلاب لمثل هذه الدّراسات التي من شأنها أنْ تخفّفَ حدّة هذه السلوكيّات السلبيّة. وقد لاحظَ الباحثان وجود ندرة في الدّراسات العربيّة التي تناولت التصفّح السلبي، كما لا توجدُ دراسات أجنبيّة -في حدود اطّلاع الباحثيْن-قامت بدراسة مُتغيّرات الدّراسة مُجتمعةً في التعرّف دور التحيزات المعرفية كعاملٍ نسبي في التنبؤ بالتصفّح السّلبي على مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة اليرموك في ضوء بعض المتغيّرات.

ومن جهةٍ أخرى يمرّ العالم بالعديد من الأزمات الاجتماعية، والاقتصادية، والسياسية، والتي يمكن أنّ يكون لهذا الوضع تأثيرًا سلبيًا على الصحة النفسية، خلال هذه التجارب؛ ولهذا – ربّما- تستمرّ ميكانزمات التمرير على الرغم من حالة الحزن، والقلق؛ من أجل الحفاظ على ضبط النفس، والبقاء على الاتصال بالعالم؛ حيث إنّ متابعة الأخبار ذات المحتوى السّلبي بشكل مستمر، يمكن أن تؤدي إلى نوع من الإدمان (Sayar, 2021). بالرغم من إنّ التمرير العشوائي قد يبدو وسيلة قهرية لمسح تدفق الأخبار السّلبية على وسائل التّواصل الاجتماعي؛ فإنّ الأمر يتطلب تحديد السمات الشخصية التي تؤدي إلى هذه الحالة، والتي تعدّ أحد مكونات التنظيم الذاتي (Satici et al., 2023). وقد أشار شارما وزملاؤه (Sharma et al., 2022) إلى وجود علاقات إيجابية بين الهلاك والعصابية، والبحث عن الإثارة، والتحيّز السّلبي، والعلاقات السّلبية بين الضمير والتأثير الإيجابي. كما أشار ساتيشي وزملاؤه (Satici et al., 2023) إلى وجود ارتباطات سلبية بين التمرير الهلاك والضمير، والانبساط، والقبول، وإلى علاقات إيجابية بين التمرير الهلاك والعصابية.

ومن هنا تبرز أهمية وجدوى دِراسة دور التحيّزات المعرفيّة كعاملٍ نسبي في التنبؤ بالتصفّح السّلبي على مواقع التّواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة اليرموك في ضوء بعض المتغيّرات؛ ممّا ينعكسُ سلباً على الأداء في مختلف المجالات الحياتيّة؛ وبذلك فإنّ مشكلة الدّراسة تحددت بالإجابة عن الأسئلة التالية:

1. ما مستوى التحيّزات المعرفيّة لدى طلبة جامعة اليرموك؟
2. ما مستوى التصفّح السّلبي لدى طلبة جامعة اليرموك؟
3. ما درجة إسهام التحيّزات المعرفيّة والجنس، والسّنة الدراسيّة، والتخصّص الأكاديمي في التصفّح السّلبي لدى طلبة جامعة اليرموك؟

أهميّة الدّراسة:

تبرز أهميّة الدراسة من جانبين؛ وهما على النحو الآتي:

الأهميّة النظريّة:

تتمّثّلُ الأهميّة النظريّة لهذه الدّراسة في الكشفِ عن التحيّزات المعرفيّة، والتصفّح السّلبي، ومستوى إسهام كل من التحيّزات المعرفيّة والجنس، والسّنة الدراسيّة، والتخصّص الأكاديمي في التصفّح السّلبي لدى طلبة جامعة اليرموك، وتأثيراتها على مختلف مجالات الحياة.

ولعلّ هذه الدّراسة -على حدّ علم الباحثين- تُعدّ الأولى على الصّعيد العربي والأجنبي التي تناولت القدرة التنبؤيّة للتحيزات المعرفيّة في التنبؤ بالتصفّح السّلبي على مواقع التّواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة اليرموك في ضوء بعض المتغيّرات، كما تكمنُ أهميّتها في عرض المعلومات والأدب النّظري المُتعلّق بالتحيّزات المعرفيّة، والتصفّح السّلبي التي قد يستفيدُ منها الباحثون ضمن هذا المجال، وإمكانيّة الاستفادة من نتائجها التي قد تساعدُ على إجراءِ دراساتٍ أخرى تتناولُ موضوع التصفّح السّلبي، وعلاقتها بمتغيراتٍ أخرى.

كما تنطلقُ الأهميّة النظريّة في هذه الدّراسة بتناول موضوع؛ ربّما لا يكون محطّ اهتمام الباحثين؛ حيث هناك ندرة في الدّراسات العربيّة التي تناولت موضوع التصفّح السّلبي؛ وبالتالي من الممكن أن تكونَ هذه الدّراسة مفتاحاً للاهتمام بهذا الموضوع من قبل الباحثين مستقبلاً، وتناوله من عدّة جوانب؛ بحيث تكون هذه الدّراسة إطاراً مرجعيّاً لتزويدهم بالمعلومات والمفاهيم النظريّة للارتقاء بهذا الموضوع؛ بما يخدمُ الإرشاد النّفسي.

الأهميّة التطبيقيّة:

تتمّثل أهمية الدراسة التطبيقية لهذه الدّراسة في فهم تأثير التصفح السلبي على مواقع التواصل الاجتماعي والعلاقة مع التحيزات المعرفية، ممّا يوفر رؤى مهمة حول كيفية تأثير سلوك التصفح على الوظائف النفسية والمعرفية للأفراد. ويمكن أنّ يستفيد من هذه النتائج طلبة الجامعات بشكل خاص؛ حيث يساهم الوعي بالأساليب التي تؤثر على سلوكهم الرقمي في تحسين تنظيم الوقت، وتعزيز التركيز، والحد من التأثيرات السلبية على الأداء الأكاديمي والجوانب الشخصية المختلفة. كما يمكن أنّ يستفيد الباحثون والممارسون التربويون من هذه الدراسة لإجراء بحوث مستقبلية تستكشف علاقات التصفح السلبي مع متغيرات معرفية، سلوكية أو اجتماعية أخرى، بما يسهم في توسيع قاعدة الأدلة العلمية في هذا المجال.

أهداف الدّراسة

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مستوى كل من التحيّزات المعرفيّة، والتصفّح السّلبي على مواقع التّواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة اليرموك، ودرجة الإسهام النّسبي للتحيّزات المعرفيّة في التصفّح السّلبي.

التعريفات الاصطلاحيّة والإجرائيّة:

1. **التصفّح السّلبي (Doomscrolling):** مفهوم جديد يشير إلى القراءة القهريّة للأخبار المحزنة، والمحبطة على وسائل التّواصل الاجتماعي (Sharma et al., 2022). وتُعرّف إجرائيّاً بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس التصفّح السّلبي لميلنيك وستادنيك (Melnyk & Stadnik, 2024)، بعد استخراج دلالات الصّدق والثّبات للمقياس على البيئة الأردنيّة.
2. **التحيّزات المعرفيّة (Cognitive Biases):** هي انحرافات في عمليات معالجة المعلومات تظهر أثناء تقييم المواقف، وإصدار الأحكام؛ وقد تؤدي إلى تشوّه الإدراك وتبنّي تفسيرات غير منطقيّة للمثيرات المختلفة (Van der Gaag et al., 2013). ويعرّف إجرائيا بالدرجة، التي يحصل عليها الطالب على مقياس التحيّزات المعرفيّة، بعد استخراج دلالات الصّدق وثبات المقياس على البيئة الأردنيّة.
3. **مواقع التواصل الاجتماعي**: مواقع إلكترونية يكون الفرد من خلالها صفحة خاصة مواقع التواصل الاجتماعي: لنظام معين، به، يقدم فيها لمحة عن شخصيته أمام جمهور عريض أو محدد يتشارك معهم في الاتصال مع إمكانية الاطلاع على صفحاتهم الخاصة، وما يتوافر فيها من معلومات مع العلم بأن طبيعة هذه الروابط وتسميتها تختلف وتتنوع بحسب الموقع (المومني وآخرون، 2022). ويعرّف إجرائيّاً بتحديد الطالب الجامعي أنّه يستخدم أو لا يستخدم مواقع التواصل الاجتماعي للتصفّح السّلبي.
4. **طلبةُ الجامعة**: هم طلاب جامعة اليرموك من مختلف التخصّصات، في مستوى (السنة الأولى- الرابعة)، والبالغ عددهم (42008) طالبًا وطالبةً، كما يشير التقرير الإحصائي الصّادر عن دائرة القبول والتسجيل الصّادر من الجامعة لعام 2025.

حدود الدراسة ومحدّداتها:

اقتصرت عينة هذه الدّراسة على طلبة البكالوريوس في جامعة اليرموك في الفصل الدّراسي الأول من العام الجامعي 2026/2025. كما تحدد نتائج هذه الدّراسة بمدى صدق وثبات أدوات الدّراسة المستخدمة في جمع البيانات والمعلومات.

الطريقة والإجراءات

منهجيّة الدّراسة

تمّ استخدام المنهج الوصفي التنبّؤي للكشف عن مُستوى التحيّزات المعرفيّة، ومستوى التصفّح السّلبي، وتحديد دور التحيّزات المعرفية كعاملٍ نسبي في التنبؤ بالتصفّح السّلبي على مواقع التّواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة اليرموك في ضوء بعض المتغيّرات؛ وذلك لمُناسبته لطبيعة هذه الدّراسة وأهدافها.

مجْتمع الدّارسة وعينتها

تكوّن مُجتمعُ الدّراسة من جميع طلبة جامعة اليرموك بمُستوى البكالوريوس، للفصلِ الدّراسي الأول (2026/2025)، والبالغِ عددهم (42008) طالبًا وطالبةً؛ وفقًا للتقريرُ الإحصائيّ الصّادر عن دائرة القبول والتسجيل، وبلغت عيّنة الدّراسة (356) طالبًا وطالبةً، منهم (155) طالبا، و(201) طالبة، من طلبة السّنة الدراسيّة (الأولى- الرابعة)؛ تراوحت أعمارهم بين (18-22) عامًا. تمّ اختيار المشاركين باستخدام العيّنة المُتاحة (Convenient Sample؛ نظرًا لسهولة الوصول إلى أفراد العينة ضمن مجتمع الدراسة، إضافة إلى القيود الزمنية المرتبطة بعملية جمع البيانات. وقد تمّ توزيع أدوات الدّراسة من خلال رابط إلكتروني، ثمّ نشره على البريد الإلكتروني الخاص بالطّلبة، وعلى مجموعات التّواصل الاجتماعي الخاص بالجامعة، كمجموعاتِ الفيسبوك.

خطواتُ اختيارعيّنة الدّراسة:

1- اختيارُ جامعة اليرموك بطريقة قصديّة نظراً لعمل الباحث الأول والثاني فيها، وتسهيلاً للإجراءات من حيث إمكانيّة تطبيق أدوات الدّراسة.

2- تحديدُ أعداد أفراد العيّنة بما يتناسب مع توزيع أعداد الطّلبة وفقاً لمتغيّر جنس الطالب، والتخصّص الأكاديمي، والسّنة الدّراسيّة. ويبيّن الجدول (1) الخصائص الديموغرافية لعينة الدّراسة.

جدول (1): توزيع أفراد الدراسة تبعًا لمُتغيّرات (الجنس، والتخصص الأكاديمي، والسنة الدّراسية)

المتغيّرات	الفئة	العدد	النّسبة %
الجنس	ذكر	155	%43.5
	أنثى	201	%56.5
التخصص الأكاديمي	علمي	180	%50.6
	إنساني	176	%49.4
السنة الدّراسية	سنة أولى	70	%19.7
	سنة ثانية	94	%26.4
	سنة ثالثة	83	%23.3
	سنة رابعة	109	%30.6
المجموع		**356**	**%100**

أداتا الدّراسة

أولًا: مقياس التحيّزات المعرفيّة (Davos Assessment of Cognitive Biases Scale)

للكشف عن مستوى التحيّزات المعرفيّة، تمّ استخدام مقياس داكوبز للتحيزات المعرفيّة من إعداد فان دير قاج وزملائه (Van der Gaag et al., 2013)؛ حيث تكوّن المقياس في نسخته الأصلية من (42) فقرة ذات تدريج سباعي على سلم ليكرت (موافق بشدة، موافق، موافق نوعا ما، محايد، غير موافق نوعا ما، غير موافق، غير موافق بشدة). وتقيس فقرات مقياس التحيّزات المعرفيّة لدى الفرد ضمن ثلاثة مجالات رئيسة يتفرع منها عدة أبعاد: وهي التحيّزات المعرفيّة (Cognitive Biases)، ويتفرع منها، القفز إلى الاستنتاجات (1-6) (Jumping to Conclusion)، ووجود المعتقدات (Belief Inflexibility) وخصص له (7-12)، والانتباه للمهددات (13-18) :(Attention for Threats)، والعزو الخارجي (19-24) (External Attribution)، والمحدّدات المعرفيّة (Cognitive Limitations) ويتفرع منها، المشكلات المعرفيّة الاجتماعية (25-30) :(Social Cognition Problems)، والمشكلات المعرفيّة الذاتية (31-36) :(Subjective Cognition Problems)، والسوك (Behavior) ويتفرع منه، السّلوكيات الآمنة (37-42) :(Safety Behaviors).

دلالات صدق وثبات المقياس بصورته الأصلية

قام فان دير قاج وزملاؤه (Van der Gaag et al., 2013)؛ بالتحقق من دلالات صدق المقياس؛ باستخدام التحليل العاملي الاستكشافي؛ حيث تكوّن المقياس من ثلاثة أبعاد رئيسة. وتمّ التحقّق -أيضًا-من دلالات ثبات المقياس بحساب معامل ثبات الاتساق الداخلي بطريقة كرونباخ ألفا، والذي بلغ (0.90) ككل.

دلالات الصّدق والثّبات للمقياس بصورته الحالية

دلالات الصّدق الظاهري

للتحقق من الصّدق الظاهري لمقياس التحيّزات المعرفيّة، قام الباحثون بترجمة المقياس من اللغة الإنجليزية إلى اللغة العربية، ثم إعادة ترجمته

من اللغة العربية إلى اللغة الإنجليزية من خلال مترجم آخر، ثمّ إجراء المطابقة بين الترجمتين للتأكد من سلامة الترجمة، ثمّ تمّ عرض الصورة المعرّبة الأولية، مزودة بالنسخة الأصلية، وبالتعريفات الإجرائية الخاصة بها في الدراسة الحالية على (10) محكمين من أعضاء هيئة التدريس من ذوي الاختصاص؛ للتأكد من دقة الترجمة، وصحة محتوى المقياس، وفي ضوء ملاحظات المحكمين أجريت التعديلات المقترحة على فقرات المقياس، والتي تتعلق بتعديل الصياغة اللغوية لبعض الفقرات، وبذلك أصبح المقياس بعد التحكيم يتكون من (42) فقرة.

دلالات صدق البناء

تمّ التحقق من مؤشرات صدق البناء للمقياس؛ من خلال تطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (30) طالبًا وطالبةً من مجتمّع الدراسة ومن خارج العينة، وحساب معامل ارتباط بيرسون (Pearson)؛ لإيجاد قيم ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس، كما هو مبين في جدول (2).

جدول (2): قيم معاملات الارتباط بين فقرات مقياس التحيّزات المعرفيّة وبين الدرجة الكلية للمقياس

رقم الفقرة	معامل الارتباط مع البُعد	معامل الارتباط مع الأداة	رقم الفقرة	معامل الارتباط مع البُعد	معامل الارتباط مع الأداة	رقم الفقرة	معامل الارتباط مع البُعد	معامل الارتباط مع الأداة
1	**0.89	**0.91	15	**0.92	**0.88	29	**0.95	**0.95**
2	**0.88	**0.88	16	**0.91	**0.87	30	**0.90	**0.87**
3	**0.77	**0.73	17	**0.89	**0.88	31	**0.86	**0.85**
4	**0.79	**0.80	18	**0.92	**0.90	32	**0.89	**0.86**
5	**0.90	**0.91	19	**0.74	**0.66	33	**0.92	**0.90**
6	**0.87	**0.81	20	**0.91	**0.95	34	**0.93	**0.92**
7	**0.89	**0.84	21	**0.90	**0.88	35	**0.89	**0.90**
8	**0.92	**0.90	22	**0.93	**0.92	36	**0.89	**0.89**
9	**0.83	**0.82	23	**0.88	**0.82	37	**0.94	**0.93**
10	**0.88	**0.95	24	**0.94	**0.93	38	**0.88	**0.88**
11	**0.91	**0.90	25	**0.86	**0.85	39	**0.92	**0.88**
12	**0.82	**0.81	26	**0.79	**0.81	40	**0.91	**0.91**
13	**0.92	**0.90	27	**0.91	**0.91	41	**0.73	**0.77**
14	**0.92**	**0.91**	**28**	**0.90**	**0.89**	**42**	**0.95**	**0.96**

*** دالّة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.05).**

**** دالّة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.01).**

يتضح من جدول (2) أنَّ قيم معاملات ارتباط فقرات المقياس قد تراوحت بين (0.73-0.95) مع أبعادها، وبين (0.66-0.96)، مع الدرجة الكلية للمقياس، وكانت جميع قيم معاملات الارتباط أعلى من (0.20)، وذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05)، وقد اعتمّد معيار قبول الفقرة أنْ لا يقل معامل ارتباطها عن (0.30)، وفقَ ما أشار إليه هاتي (Hattie, 1985)، وبذلك فقد قُبلتْ جميع فقرات المقياس، وبذلك بقي المقياس بصورته النهائية يتكون من (42) فقرة، موزعة على ثلاثة أبعاد رئيسيّة.

مؤشرات الثّبات

لحساب معامل ثبات الاتساق الدّاخلي لمقياس التحيّزات المعرفيّة؛ فقد تمّ استخدام معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) على بيانات التطبيق الأوّل للعيّنة الاستطلاعيّة، والبالغ عددهم (30) طالب وطالبة من خارج عيّنة الدّراسة؛ حيث تمّ حساب الاتساق الدّاخلي لفقرات المقياس، وبلغ معامل كرونباخ ألفا (0.91)؛ وبذلك فإنّ مقياس الدّراسة يتّصف بالصّدق والثّبات، ويكون قابلاً للتطبيق لغايات الدّراسة الحاليّة.

وللتحقّق من ثبات الإعادة للمقياس وأبعاده، فقد تمّ إعادة تطبيق المقياس على العيّنة الاستطلاعيّة، باستخدام الاختبار، وإعادة الاختبار (Test-Retest)، بفارق أسبوعين بين التطبيقين الأوّل والثّاني، ومن ثمّ حساب معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين الأوّل والثّاني على العيّنة الاستطلاعيّة، وبلغت قيمةَ الثّبات للمقياس كَكُل باستخدام معادلة بيرسون (ر=0.92)، وتعتبر قيم معاملات الارتباط التي تمّ استخراجها مُرتفعة، وفقا للمؤشرات التي ذكرها ديفيليس (Devellis, 2012) بأنّ قيمةَ معامل الارتباط التي تقل عن (0.60) تعتبر غير مقبولة، والقيم التي تقع ضمن المدى (0.60-0.65)

تعتبر مقبولة، والقيم التي تقع ضمن المدى (0.65-0.70) تعتبر متوسّطة، والقيم التي تقع ضمن المدى (0.70-0.80) تعتبر مرتفعة، والقيم التي تقع ضمن المدى (0.80-0.90) تعتبر مرتفعة وقويّة. وتُعدّ هذه القيم لثبات المقياس قويّة ومقبولة لغايات تحقيق أهداف الدّراسة.

جدول (3): قيم معاملات ثبات الإعادة وثبات الاتساق الداخلي لمقياس التحيّزات المعرفيّة و أبعاده

التحيّزات المعرفيّة و أبعاده	ثبات الإعادة	ثبات الاتساق الداخلي	عدد الفقرات
القفز إلى الاستنتاجات	0.84	0.82	6
جمود المعتقدات	0.87	0.84	6
الانتباه للمهددات	0.82	0.81	6
العزو الخارجي	0.89	0.87	6
المشكلات المعرفيّة الاجتماعية	0.88	0.86	6
المشكلات المعرفيّة الذاتية	0.84	0.82	6
السّلوكيات الآمنة	0.86	0.77	6
المقياس (ككل)	**0.92**	**0.91**	**42**

يتضح من جدول (3) أنّ قيمة ثبات الإعادة للمقياس ككل بلغت (0.92)، وتراوحت قيم ثبات الإعادة لأبعاده بين (0.82 – 0.89)، وبلغ ثبات الاتساق الداخلي للمقياس ككل (0.91)، وتراوحت قيم ثبات الاتساق الداخلي لأبعاده بين (0.77 – 0.87). وتُعد هذه القيم مقبولة لأغراض الدّراسة الحاليّة.

تصحيح مقياس التحيّزات المعرفيّة

تكوّن مقياس التحيّزات المعرفيّة بصورته النهائية من (42) فقرة، يُستجاب عليها وفق تدريج سباعي يشتمّل البدائل التالية: (أعارض بشدة، أعارض، أعارض قليلاً، محايد، أوافق قليلاً، أوافق، أوافق بشدة)، علمًا بأن جميع الفقرات كانت ذات اتجاه موجب؛ وبناء على متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة، تمّ حساب المدى بطرح الحد الأدنى من الحد الأعلى لفئات التدريج (7-1=6)، ثم تقسيمه على (3) (6/3=2.00)، وبعد ذلك تمّ إضافة هذ القيمة إلى أقل قيمة في المقياس (1)؛ لتحديد الحد الأعلى لهذ الفئة، وبذلك أصبح طول الفئات على النحو الآتي: منخفض (1.00-3.00)، متوسط (3.01- 5.00)، مرتفع (5.01-7.00).

ثانيًا: مقياس التصفّح السّلبي (Doomscrolling Scale)

للكشف عن مستوى التصفّح السّلبي، تمّ استخدام مقياس التصفّح السّلبي (DS) من إعداد ميلنيك وستادنيك (Melnyk & Stadnik, 2024). وتكوّن المقياس بصورته الأصليّة من (12) فقرة موزعة على أربعة أبعاد رئيسة، وهذه الأبعاد هي: الإدمان (Addiction)، وتقيسه الفقرات (1،2،3)، والصلابة (Rigidity)، وتقيسه الفقرات (4،5،6)، والصحّة النفسيّة (Mental Health)، وتقيسه الفقرات (7،8،9)، وأخيراً التأمّل (Reflection)، وتقيسه الفقرات (10،11،12)، يتمّ الإجابة على المقياس على سلّم إجابة من نوع ليكرت خماسي من 1 إلى 5 (1 – أبدًا؛ 2 –نادرًا؛ 3 - أحيانًا؛ 4 - غالبًا؛ 5 دائمًا). ويشير الرقم (5) إلى درجة مرتفعة من التصفّح السّلبي على مواقع التّواصل الاجتماعي.

دلالات صدق وثبات المقياس بصورته الأصلية

قام ميلنيك وستادنيك (Melnyk & Stadnik, 2024) بالتحقق من دلالات صدق المقياس؛ من خلال اجراء التحليل العاملي الاستكشافي؛ حيث تكوّن المقياس من أربعة أبعاد. كما قام ميلنيك وستادنيك (Melnyk & Stadnik, 2024) بالتحقّق من دلالات ثبات المقياس باستخدام معامل ثبات الاتساق الداخلي بطريقة كرونباخ ألفا؛ وقد بلغت قيمته الكلية (0.81).

دلالات الصّدق والثّبات للمقياس بصورته الحالية

دلالات الصّدق الظاهري

للتحقّق من الصّدق الظاهري للمقياس، قام الباحثون بترجمة المقياس من اللغة الإنجليزية إلى اللغة العربية، ثم إعادة ترجمته من اللغة العربية إلى اللغة الإنجليزية على يد مترجم آخر، ثم إجراء المطابقة بين الترجمتين للتأكد من سلامة الترجمة، ثم تمّ عرض الصورة المعرّبة الأولية، مزودة بالنسخة الأصلية، وبالتعريفات الإجرائية الخاصة بها في الدراسة الحالية على (10) محكمين من أعضاء هيئة التدريس من ذوي الاختصاص؛ للتأكد من دقة الترجمة، وصحة محتوى المقياس، وفي ضوء ملاحظات المحكمين أجريت التعديلات المقترحة على فقرات المقياس، والتي تتعلق بتعديل الصياغة اللغوية لبعض الفقرات، وبذلك أصبح المقياس بعد التحكيم يتكون من (12) فقرة، موزعة على أربعة أبعاد، وهي: (الإدمان، والصّلابة،

والصحّة النفسيّة، وأخيراً التأمّل).

دلالات صدق البناء

تم التحقق من مؤشرات صدق البناء للمقياس؛ من خلال تطبيقه على عيّنة استطلاعيّة مكوّنة من (30) طالبًا وطالبةً من مجتمع الدراسة ومن خارج عينتها، وحساب معامل ارتباط بيرسون (Pearson)؛ لإيجاد قيم ارتباط الفقرة بالدرجة على البعد الذي تتبع له والدرجة الكلية للمقياس، كما هو مبين في الجدول (4).

جدول (4): قيم معاملات الارتباط بين فقرات مقياس التصفّح السّلبي وبين الدرجة على البُعد الذي تتبع له والدرجة الكلية للمقياس

الرقم	الارتباط مع:		الرقم	الارتباط مع:	
	البُعد	الكلي		البُعد	الكلي
1	0.78**	0.69**	7	0.83**	0.77**
2	0.86**	0.83**	8	0.89**	0.78**
3	0.86**	0.75**	9	0.94**	0.88**
4	0.75**	0.65**	10	0.73**	0.68**
5	0.87**	0.85**	11	0.74**	0.72**
6	0.79**	0.68**	12	0.59**	0.56**

* **دالّة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.05).**

** **دالّة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.01).**

يتضح من جدول (4) أنَّ قيم معاملات ارتباط فقرات المقياس قد تراوحت بين (0.59-0.94) مع أبعادها، وبين (0.56-0.88)، مع الدرجة الكلية للمقياس، وكانت جميع قيم معاملات الارتباط أعلى من (0.20)، وذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05)، وقد اعتمّد معيار قبول الفقرة أنْ لا يقل معامل ارتباطها عن (0.30)، وفقاً لمعيار هاتي (Hattie, 1985)؛ وبذلك تمّ قبول جميع فقرات المقياس، فأصبح بصورته النهائية يتكون من (12) فقرة، موزعة على أربعة أبعاد.

مؤشرات الثّبات

لتقدير ثبات الاتساق الدّاخلي لمقياس التصفح السلبي وأبعاده؛ فقد تمّ استخدام معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) على أفراد العيّنة الاستطلاعيّة، والبالغ عددهم (30) طالبًا وطالبةً من خارج عيّنة الدّراسة؛ حيث تمّ حساب الاتساق الدّاخلي لفقرات المقياس، وبلغت قيمة معامل كرونباخ ألفا (0.83)، وبذلك يكون مقياس الدّراسة صادقاً، وثابتاً، وقابلاً للتطبيق للغايات العلمية.

وللتحقّق من ثبات الإعادة للمقياس وأبعاده؛ فقد تمّ إعادة تطبيق المقياس على العيّنة الاستطلاعيّة، باستخدام الاختبار وإعادة الاختبار (Test-Retest)؛ وذلك بفارق زمني مقداره أسبوعان بين التطبيقين الأوّل والثّاني، ومن ثمّ حسابه باستخدام معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين الأوّل والثّاني على العيّنة الاستطلاعيّة، وبلغت قيمةَ الثّبات للمقياس الكلّية باستخدام معادلة بيرسون (0.90)، وتعدّ قيم معاملات الارتباط مُرتفعة؛ وفقا لمعيار ديفيليس (Devellis, 2012) الذي أشار أنّ قيمةَ معامل الارتباط التي تقل عن (0.60) تكون غير مقبولة، والقيم التي تقع ضمن المدى (0.60-0.65) تكون مقبولة، والقيم التي تقع ضمن المدى (0.65-0.70) تعدّ متوسّطة، والقيم التي تقع ضمن المدى (0.70-0.80) تعدّ مرتفعة، والقيم التي تقع ضمن المدى (0.80-0.90) تكون مرتفعة وقويّة. وبذلك تُعدّ القيم المحسوبة لثبات المقياس قويّة ومقبولة لغايات البحث العلمي. وذلك كما هو موضّح في جدول (5).

جدول (5): قيم معاملات ثبات الإعادة وثبات الاتساق الداخلي لمقياس التصفّح السّلبي و أبعاده

التصفّح السّلبي و أبعاده	ثبات الإعادة	ثبات الاتساق الداخلي	عدد الفقرات
الإدمان	0.84	0.80	3
الصّلابة	0.87	0.74	3
الصحّة النفسيّة	0.82	0.71	3
التأمّل	0.85	0.77	3
المقياس (ككل)	**0.90**	**0.83**	**12**

يتضح من جدول (5) أنّ قيمة ثبات الإعادة للمقياس ككل بلغت (0.90)، وتراوحت قيم ثبات الإعادة لأبعاده بين (0.82 – 0.87)، وبلغ ثبات الاتساق الداخلي للمقياس ككل (0.83)، وتراوحت قيم ثبات الاتساق الداخلي لأبعاده بين (0.71 – 0.80). وتُعد هذه القيم مقبولة لأغراض البحث العلمي.

تصحيح مقياس التصفّح السّلبي

تكون مقياس التصفّح السّلبي بصورته النهائية من (12) فقرة موزعة على أربعة أبعاد، يُستجاب عليها وفق تدريج خماسي يشتمّل البدائل التالية: (موافق بشدة وتعطى 5 درجات، موافق وتعطى 4 درجات، محايد وتعطى 3، غير موافق وتعطى 2 درجات، غير موافق بشدة وتعطى درجة واحدة)، علمًا بأنّ جميع الفقرات كانت ذات اتجاه موجب؛ وللوصول إلى حكم موضوعي على متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة، تمّ حساب المدى بطرح الحد الأدنى من الحد الأعلى لفئات التدريج (4=1-5)، ثم تقسيمه على (3) (1.33=3÷5)، وبعد ذلك تمّ إضافة هذ القيمة إلى أقل قيمة في المقياس (1)؛ لتحديد الحد الأعلى لهذ الفئة، وبذلك أصبح طول الفئات على النحو الآتي: منخفض (1.00-2.33)، متوسط (2.34- 3.67)، مرتفع (3.68-5.00).

إجراءاتُ الدّراسة

لتحقيقِ أهداف الدّارسة تمّ اتباع الخطوات والإجراءات التالية:

1. إعداد أدوات ومقاييس الدّراسة، والتحقّق من مؤشّرات صدقها وثباتها.
2. تحديد مجتمّع الدّراسة خلال الفصل الدراسي الأول 2026/2025، واختيار عيّنة الدّراسة بأسلوب العيّنة المُتاحة (Convenient Sample).
3. تطبيق أدوات الدّراسة على عيّنة الدراسة باستخدام نموذج جوجل درايف (Google Drive) وتوزيعها إلكترونيًا عبر تطبيق البريد الإلكتروني (Gmail).
4. جمع البيانات وإدخالها للحاسوب، والقيام بالمعالجة الإحصائيّة المُناسبة، وفقًا لبرنامج (SPSS) الإصدار (V24)، للإجابة عن أسئلة الدّراسة، واستخلاص النّتائج، وتفسيرها.
5. تقديم مخطّط الدّراسة وأدواتها لمجلس أخلاقيّات البحث العلمي على الإنسان، والحصول على الموافقة، وإعطاء رقم (IRB/2026/006).

المُعالجات الإحصائيّة: للإجابة عن السؤال الأول والثاني تمّ استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، وللإجابة عن السؤال الثالث تمّ استخدام تحليل الانحدار الخطّي المتعدّد باعتماد أسلوب الخطوة (Stepwise).

عرض النّتائج

هدفت هذه الدّراسة للكشفِ عن مستوى التحيّزات المعرفيّة، ومُستوى التصفّح السّلبي، وتحديد القدرة التنبؤيّة للتحيّز المعرفي بالتصفّح السّلبي لدى طلبة جامعة اليرموك، وذلك من خلال الإجابة عن الأسئلة الآتية:

أولًا: النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الأول الذي نصَّ على: "ما مستوى التحيّزات المعرفية لدى طلبة جامعة اليرموك؟". للإجابة عن هذا السؤال؛ تمّ حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للتحيّزات المعرفيّة بدلالته الكلية لدى طلبة جامعة اليرموك تنازليًا تبعًا لمتوسطاتها الحسابية، كما هو مبين في جدول (6).

جدول (6): المتوسطات الحسابية والانحر افات المعيارية لمستوى التحيّزات المعرفيّة لدى طلبة جامعة اليرموك مرتبة تنازليًا حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	الرقم	الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	1	القفز إلى الاستنتاجات	4.95	0.80	متوسط
2	3	الانتباه للمهددات	4.63	0.99	متوسط
3	5	المشكلات المعرفيّة الاجتماعية	4.00	1.25	متوسط
4	6	المشكلات المعرفيّة الذاتية	3.97	1.24	متوسط
5	4	العزو الخارجي	3.87	1.24	متوسط
6	2	جمود المعتقدات	3.81	1.12	متوسط
7	7	السّلوكيات الآمنة	3.14	1.40	متوسط
		مقياس التحيّزات المعرفيّة	**4.05**	**0.83**	**متوسط**

يتضح من جدول (6) أنَّ مستوى التحيّزات المعرفيّة كان متوسطًا؛ حيث جاء بُعد القفز إلى الاستنتاجات في المرتبة الأولى بأعلى متوسط حسابي بلغ (4.95)، بينما جاء بُعد السّلوكيّات الآمنة في المرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (3.14)، وبلغ المتوسط الحسابي لمستوى التحيّزات المعرفيّة لدى طلبة جامعة اليرموك ككل (4.05).

ثانيًا: النّتائج المتعلقة بسؤال الدّراسة الثاني الذي نصَّ على: "ما مستوى التصفّح السّلبي لدى طلبة جامعة اليرموك؟". للإجابة عن هذا السؤال؛ تمّ حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للتصفح السلبي بدلالته الكلية وأبعاده الفرعية لدى أفراد عينة الدراسة، مع مراعاة ترتيب أبعاد التصفح السلبي تنازليًا تبعًا لمتوسطاتها الحسابية، كما هو مبين في جدول (7).

جدول (7): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى التصفّح السّلبي طلبة جامعة اليرموك مرتبةً تنازليًا تبعًا لمتوسطاتها الحسابية

الرتبة	التصفّح السّلبي و أبعاده	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	الإدمان	3.49	0.66	متوسط
2	الصّلابة	3.47	0.93	متوسط
3	الصحّة النفسيّة	2.85	0.91	متوسط
4	التأمّل	2.21	0.96	منخفض
	مقياس التصفّح السّلبي	**3.01**	**0.31**	**متوسط**

يتضح من جدول (7) أنَّ مستوى التصفّح السّلبي كان متوسّطاً؛ حيث جاء بُعد الإدمان في المرتبة الأولى بأعلى متوسط حسابي بلغ (3.49)، بينما جاء بُعد التأمّل في المرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (2.21)، وبلغ المتوسط الحسابي لمستوى التصفّح السّلبي لدى طلبة جامعة اليرموك ككل (3.01).

ثالثًا: النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الثالث الذي نصَّ على: "ما درجة إسهام التحيّزات المعرفيّة، والجنس، والسّنة الدراسيّة، والتخصّص الأكاديمي في التصفّح السّلبي لدى طلبة جامعة اليرموك؟". وللكشف عن نسبة التباين التي فسرتها المتغيّرات المتنبئة من التصفّح السّلبي؛ تم استخدام تحليل الانحدار الخطي المتعدد باعتماد أسلوب الخطوة (Stepwise) في إدخال المتغيّرات المُتَنَبِئة إلى المعادلة الانحدارية في النموذج التنبؤي، كما هو مبين في جدول (8).

الجدول (8): نتائج اختبار الفرضيات الانحدارية ومعاملات الارتباط المتعددة لها ومقدار التباين المفسر للمُتغيرات المتنبئة في كل نموذج تنبئي

المتغيّرات المتنبئة	معامل الارتباط المتعدد (R)	نسبة التباين المفسر التراكمية (R^2)	مقدار ما يضيفه المتغير إلى التباين المفسر الكلي (R^2)	معامل الانحدار (B)	قيمة (F)	قيمة (t)	ثابت الانحدار	القيمة الاحتماليّة
الانتباه للمهددات	0.129	0.017	0.017	0.041	6.035	2.457	2.817	0.000
المشكلات المعرفيّة الذاتية	0.218	0.047	0.031	-0.047	8.785	-3.370	2.904	0.000
المشكلات المعرفيّة الاجتماعية	0.243	0.059	0.012	0.040	7.349	2.077	2.900	0.000
السّلوكيات الآمنة	0.265	0.070	0.011	-0.031	6.620	-2.057	2.908	0.000

المتغير التابع: التصفّح السّلبي

يتضح من جدول (8) أنّ المتغيّرات الداخلة في التنبؤ بمقياس التصفّح السّلبي هي: (الانتباه للمهددات، والمشكلات المعرفيّة الذاتية، والمشكلات المعرفيّة الاجتماعية، والسّلوكيات الآمنة)، والتي فسَّرت مجتمعة ما نسبته (7%) من التباين المفسر لمقياس التصفّح السّلبي، وكان متغير (الانتباه للمهددات) الأكثر قدرة على التنبؤ بمقياس التصفّح السّلبي؛ حيث فسَّر ما نسبته (1.7%) من التباين، يليه متغير (المشكلات المعرفيّة الذاتية) الذي أضاف (3.1%) إلى التباين، ثم يليه متغير (المشكلات المعرفيّة الاجتماعية) الذي أضاف (1.2%) إلى التباين، ثم مُتغيّر (السّلوكيات الآمنة) الذي أضاف (1.1%) إلى التباين، وكانت نسبة التباين المضافة لهذه المتغيّرات دالّة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (α= 0.05). هذا ولم تدخل متغيرات (الجنس،

والسنة الدراسية، والتخصص، الأكاديمي، والقفز إلى الاستنتاجات، وجمود المعتقدات، والعزو الخارجي) في التنبؤ بمقياس التصفّح السّلبي؛ بالنظر إلى أنّ التباين المفسَّر الذي أضافته غير دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (α= 0.05)

يتضح -أيضًا- من الجدول (8) أنّ ارتفاع الانتباه للمهددات بمقدار وحدة معيارية (انحراف معياري) يزيد من مقياس التصفّح السّلبي بمقدار (0.041) من الوحدة المعيارية، وأنّ ارتفاع المشكلات المعرفيّة الذاتية بمقدار وحدة معيارية (انحراف معياري) يقلل من مقياس التصفّح السّلبي بمقدار (0.047) من الوحدة المعيارية، وأن ارتفاع المشكلات المعرفيّة الاجتماعية بمقدار وحدة معيارية (انحراف معياري) يزيد من مقياس التصفّح السّلبي بمقدار (0.040) من الوحدة المعيارية، وأنّ ارتفاع السّلوكيات الآمنة بمقدار وحدة معيارية (انحراف معياري) يقلل من مقياس التصفّح السّلبي بمقدار (0.031) من الوحدة المعيارية؛ علمًا أنّ هذه المُتغيّرات المتنبئة كانت دالّة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (α= 0.05).

مناقشة نتائج الدّراسة:

أظهرت نتائج السؤال الأول أنَّ مستوى التحيّزات المعرفيّة كان متوسّطاً؛ حيث جاء بُعد القفز إلى الاستنتاجات في المرتبة الأولى وبمستوى متوسط؛ بينما جاء بُعد السّلوكيّات الآمنة في المرتبة الأخيرة وبمستوى متوسط؛ وربّما تعزى هذه النتيجة إلى إنّ الأفراد يميلون إلى استخدام أنماط تفكير غير دقيقة، أو متحيّزة في تفسير المواقف والمعلومات، ولكن ليس بدرجة مرتفعة، أو مسيطرة على تفكيرهم اليومي. وتعكس هذه النتيجة طبيعة المعالجة المعرفيّة في الحياة اليومية؛ حيث يلجأ الأفراد في كثير من الأحيان إلى اختصارات ذهنية تساعدهم على الفهم السريع، واتخاذ القرار؛ خاصة في المواقف الضاغطة، أو الغامضة، إلا أن هذه الاختصارات قد تؤدي -أحيانًا-إلى أحكام غير دقيقة، أو استنتاجات متسرعة. كما يدلّ المستوى المتوسط على وجود توازن نسبي بين التّفكير العقلاني الواعي، وبين الاعتماد على التحيّزات المعرفيّة في تفسير الأحداث.

وعلى مستوى الأبعاد، جاء بُعد القفز إلى الاستنتاجات في المرتبة الأولى وبمستوى متوسط؛ ممّا يشير إلى ميل الأفراد إلى إصدار أحكام، أو تبني تفسيرات اعتمادًا على معلومات محدودة، أو غير مكتملة، دون التحقق الكافي من الأدلة المتاحة. ويمكن تفسير ذلك بتأثير السرعة في تدفق المعلومات؛ خاصة عبر وسائل التّواصل الاجتماعي؛ حيث يُشجَّع الأفراد على التفاعل السريع، واتخاذ المواقف بشكل فوري. وفي المقابل، جاء بُعد السّلوكيات الآمنة في المرتبة الأخيرة وبمستوى متوسط، وهو ما يدلّ على أن الأفراد يمارسون هذا النوع من السّلوك بدرجة أقل نسبيًا مقارنة ببقية أبعاد التحيّزات المعرفيّة، إلا أنه لا يزال حاضرًا بشكل ملحوظ. ويعكس ذلك تردّدا في تبني استراتيجيات سلوكية وقائية، أو بديلة تهدف إلى تقليل الأخطاء المعرفيّة؛ ممّا قد يجعل الأفراد أكثر عرضة للاستمرار في أنماط التّفكير المتحيّز عند مواجهة المواقف الضاغطة، أو غير الواضحة.

وتتفق نتيجة هذه الدّراسة مع نتيجة دراسة (الحموري، 2017؛ الغرام والجبور، 2024) والتي أشارتا إلى وجود مستوى متوسط من التحيّزات المعرفيّة على المقياس ككل. وتختلف مع نتيجة دراسة كل من (الحموري، 2017) والتي أشارت إلى إنّ مجال الانتباه إلى المهددات جاء في المرتبة الأولى، في حين جاء مجال السّلوكيات الآمنة في المرتبة الأخيرة.

كما أظهرت نتائج الدّراسة في السؤال الثاني أنَّ مستوى التصفّح السّلبي كان متوسّطاً؛ حيث جاء بُعد الإدمان في المرتبة الأولى وبمستوى متوسط، بينما جاء بُعد التأمّل في المرتبة الأخيرة وبمستوى منخفض؛ وربّما يعزى ذلك إلى أنّ الأفراد ينخرطون في متابعة المحتوى السّلبي بصورة ملحوظة، إلا أنها لم تصل إلى مستوى مرتفع يشير إلى سلوك قهري شديد. وتعكس هذه النتيجة طبيعة البيئة الرّقمية المعاصرة، التي تتسم بتدفّق مستمر للأخبار السّلبية والأحداث الضاغطة؛ الأمر الذي يدفع الأفراد إلى متابعتها بدافع القلق، أو الفضول، أو الرغبة في الاطمئنان، حتى مع إدراكهم؛ لما يسببه هذا النوع من التصفّح من توتر، أو استنزاف نفسي. ويشير المستوى المتوسط إلى وجود وعي جزئي لدى الأفراد بتأثير هذا السّلوك، يقابله ضعف نسبي في القدرة على تنظيم الاستخدام، أو الحدّ منه.

وعلى مستوى الأبعاد، فقد جاء بُعد الإدمان في المرتبة الأولى وبمستوى متوسط؛ ممّا يشير إلى ميل الأفراد إلى التصفّح القهري للمحتوى السّلبي، وقضاء وقت أطول ممّا هو مخطّط له في متابعة الأخبار المقلقة، مع صعوبة نسبية في التوقف، أو التحكم بالسّلوك؛ وربّما يُعزى ذلك إلى الطبيعة الجاذبة للمحتوى السّلبي، الذي يعتمد -غالبًا- على الإثارة والخوف، وعدم اليقين؛ ممّا يعزز الاستمرار في التصفّح. وبالمقابل، جاء بُعد التأمّل في المرتبة الأخيرة وبمستوى منخفض، وهو ما يدلّ على ضعف ممّارسة التصفّح الواعي القائم على التّفكير النقدي، وتحليل المحتوى وتأثيره النفسي. وتعكس هذه النتيجة نمطًا من الاستهلاك السريع، وغير العميق للمحتوى السّلبي؛ حيث يركّز الأفراد على المتابعة المتواصلة للأخبار دون التوقف لتقييمها، أو إدراك آثارها النفسية؛ الأمر الذي قد يزيد من احتمالية التعرض للضغوط والانفعالات السّلبية المرتبطة بالتصفّح السّلبي.

وأظهرت نتائج السؤال الثالث إلى إنّ مجموعة من المتغيّرات المعرفيّة أسهمت في التنبؤ بمستوى التصفّح السّلبي لدى أفراد العينة، وهي: الانتباه للمهددات، والمشكلات المعرفيّة الذاتية، والمشكلات المعرفيّة الاجتماعية، والسّلوكيات الآمنة؛ حيث فسّرت هذه المتغيّرات مجتمعة ما نسبته (7%) من التباين الكلي في التصفّح السّلبي. وعلى الرغم من أن هذه النسبة تُعدّ محدودة نسبيًا، إلا أنها ذات دلالة علمية، خاصة إذا ما أُخذ بعين الاعتبار أن سلوك التصفّح السّلبي يُعدّ سلوكًا معقدًا، ومتعدد العوامل، يتأثر بعوامل نفسية، ومعرفية، وانفعالية، وسياقية متداخلة، لا يمكن لمجموعة محدودة من المتغيّرات تفسيره بشكل كامل.

وأظهرت النتائج أنّ متغير الانتباه للمهددات كان الأكثر قدرة على التنبؤ بالتصفّح السّلبي؛ إذ فسّر وحدة (1.7%) من التباين، وهو ما يشير إلى أن الأفراد الذين يوجّهون انتباههم بشكل مفرط نحو المثيرات السّلبية، أو المهدِّدة، يكونون أكثر ميلًا للانخراط في متابعة الأخبار السّلبية بصورة قهرية. ويُفسَّر ذلك بأن الانتباه الانتقائي للمحتوى المهدِّد يعزز مشاعر القلق، وعدم الأمان؛ ممّا يدفع الفرد إلى الاستمرار في التصفّح بحثًا عن معلومات تطمئنه، لكنه غالبًا ما يجد نفسه عالقًا في حلقة متكررة من التعرض للمحتوى السّلبي. ويليه متغير المشكلات المعرفيّة الذاتية، الذي أضاف (3.1%) من التباين المفسر؛ ممّا يدلّ على أن الأفكار السّلبية المرتبطة بالذات، مثل ضعف الثقة، أو التقييم الذاتي السّلبي، وتسهم في تعزيز التصفّح السّلبي بوصفه آلية هروب، أو وسيلة لتشتيت الانتباه عن الصراعات الداخلية. كما أسهمت المشكلات المعرفيّة الاجتماعية بنسبة (1.2%) وهو ما يعكس دور التفسيرات السّلبية للعلاقات الاجتماعية، والخوف من تقييم الآخرين في زيادة الانخراط في التصفّح السّلبي، لا سيما في البيئات الرّقمية، التي تكثر فيها المقارنات الاجتماعية. أما مُتغيّر السّلوكيات الآمنة، فقد أضاف (1.1%) من التباين؛ ممّا يشير إلى إنّ اعتماد الفرد على استراتيجيات سلوكية وقائية مبالغ فيها؛ قد يعزز التصفّح السّلبي بدلًا من الحدّ منه؛ إذ توفّر هذه السّلوكيات شعورًا مؤقتًا بالأمان دون معالجة جذرية لمصادر القلق.

في المقابل، لم تُسهم مُتغيّرات الجنس، والسنة الدراسية، والتخصص الأكاديمي في التنبؤ بالتصفّح السّلبي؛ ممّا يدل على أن هذا السّلوك لا يرتبط بخصائص ديموغرافية، أو أكاديمية محددة، بل يتأثر بدرجة أكبر بأنماط التّفكير، والمعالجة المعرفيّة. كما لم تدخل أبعاد معرفية أخرى، مثل القفز إلى الاستنتاجات، وجمود المعتقدات، والعزو الخارجي في معادلة التنبؤ؛ نظرًا لعدم دلالة التباين الذي أضافته إحصائيًا. وتشير هذه النتيجة بأنه ليس كل أشكال التحيّزات المعرفيّة ترتبط بالتصفّح السّلبي بنفس الدرجة، وأنّ بعض الأبعاد المعرفيّة المرتبطة بالقلق، والانتباه للمهددات تلعب دورًا أكثر مباشرة في تفسير هذا السّلوك مقارنة بالأبعاد المرتبطة بالتفسير المعرفي العام، أو أساليب العزو.

توصيات الدّراسة ومقترحاتها

استناداً إلى مأ توصّلت إليه الدّراسة الحاليّة من نتائج، يوصي الباحثون بما يأتي:

1. تعزيز الوعي بالتصفّح السّلبي وآثاره النفسية من خلال بتصميم برامج توعوية موجهة لطلبة جامعة اليرموك تهدف إلى تعريفهم بمفهوم التصفّح السّلبي ومخاطره النفسية، خاصة ما يرتبط بزيادة القلق والانشغال بالمحتوى المهدِّد، مع التركيز على مساعدة الطلبة على ملاحظة أنماط تصفحهم اليومية وتقييمها بوعي.
2. تنمية مهارات ضبط الانتباه وإدارته، نظرًا لكون الانتباه للمهددات هو المتغير الأكثر قدرة على التنبؤ بالتصفّح السّلبي، توصي الدراسة بتضمين تدريبات عملية تساعد الطلبة على إعادة توجيه انتباههم، مثل تمارين اليقظة الذهنية (Mindfulness) وتنظيم الوقت الرقمي، بما يقلل من الانجذاب القهري للمحتوى السّلبي.
3. في ضوء النتائج التي أظهرت أن مستوى التحيّزات المعرفيّة جاء متوسطًا، مع بروز بُعد القفز إلى الاستنتاجات، توصي الدراسة بتصميم برامج نفسية وتربوية تهدف إلى تعزيز الوعي بالتحيّزات المعرفيّة وتنمية مهارات التّفكير المنطقي والتحقق من الأدلة. كما توصي بتدريب الطلبة على التمييز بين الحقائق والاستنتاجات، والحدّ من التسرع في إصدار الأحكام، بما يسهم في تحسين جودة التّفكير واتخاذ القرار في المواقف الأكاديمية والاجتماعية.
4. التركيز على الجوانب النفسية أكثر من الديموغرافية، بما أن الجنس والسنة الدراسية والتخصص الأكاديمي لم تسهم في التنبؤ بالتصفّح السّلبي، توصي الدراسة بأن تركز البرامج الوقائية والعلاجية على العوامل المعرفيّة والنفسية المشتركة بين الطلبة، بدلًا من تصميم تدخلات مبنية على الخصائص الديموغرافية فقط.
5. إن زيادة الوعي وتشجيع عادات أكثر صحة في استخدام وسائل التّواصل الاجتماعي من خلال البرامج التعليمية والحملات الإعلامية أمر بالغ الأهمية لحماية الصحة العقلية.
6. العمل على دراسات مُستقبليّة من خلال توجيه انتباه الباحثين والعاملين في المجال النفسي مع فئاتٍ أخرى كطلبة الطب أو العاملين في المستشفيات؛ وذلك للتوسّع أكثر في النّتائج، مع الأخذ بعين الاعتبار إمكانيّة دراسة التصفّح السلبي مع مُتغيّراتٍ أخرى على غرار البحث الحالي لطلبة الجامعات.

بحوث مُقترحة:

إدخال متغيرات نفسية إضافية، مثل القلق، وتنظيم الانفعال، والضغوط الحياتية، واستخدام وسائل التّواصل الاجتماعي، بهدف رفع نسبة التباين المفسَّر والتوصل إلى فهم أعمق للعوامل المؤثرة في التصفّح السّلبي.

المصادروالمراجع

المومني ف. والخزاعلة، ح. والشقران ح. (2022). الطلاق العاطفي وعلاقته باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى المتزوجين. *مجلة العلوم الاجتماعية، 50*(1)، 152-183.

الحموري، ف. (2017). التحيّزات المعرفيّة لدى طلبة جامعة اليرموك وعلاقتها بالجنس والتحصيل الأكاديمي. *المجلة الأردنية في العلوم التربوية، 13* (1)، 1-14.

الغرام، غ. والجبور، ف. (2024). التحيزات المعرفية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى طلبة جامعة اليرموك. *المجلة الدولية للبحوث النفسية والتربوية، 3*(4)، 526-546.

سباق، أ. (2023). أنماط التحيزات المعرفية وعلاقتها بمركز التفكير في نظام (الإنيكرام) لدى عينة من طلبة الماجستير والدكتوراه بكلية التربية بقنا. *المجلة التربوية، جامعة سوهاج، 1* (108)، 292-386.

REFERENCES

Al-Gharam, G., & Al-Jobour, F. (2024). Cognitive Biases and Their Relation to Future Anxiety Among Yarmouk University Students. *International Journal of Psychological and Educational Research, 3*(4), 546-526. https://doi.org/10.65028/ijoper.v3i4.165

Al-Hamouri, F. (2017). Cognitive Biases Among Yarmouk University Students in Reation to Gender and Academic Achievement. *The Jordanian Journal of Educational Sciences, 13*(1), 14-1.

Baden, D., McIntyre, K., & Homberg, F. (2019). The impact of constructive news on affective and behavioural responses. *Journalism Studies*, *20*(13), 1940-1959 https://doi.org/10.1080/1461670X.2018.1545599

Bandura, A. (2002). *Social cognitive theory of mass communication*. In J. Bryant, & D. Zillmann (Eds.), Media effects: Advances in theory and research (pp. 121–153). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

Baysal, E. A., & Ocak, G. (2022). University Students' Cognitive Bias in the Context of Their Analytical Thinking Skills: A Reliability and Validity Study. *International Journal of Progressive Education*, *18*(3), 205-225. https://doi.org/10.29329/ijpe.2022.439.14

Bazerman, M. H., & Moore, D. (2012). *Judgment in managerial decision making (8th ed.)*. John Wiley & Sons Inc.

Benson, B. (2016). *Cognitive bias cheat sheet*. better humans. https://betterhumans.coach.me/cognitive-bias-cheat-sheet-55a472476b18.

Canoğulları, Ö. (2025). The effect of social media addiction on psychological stress: the indirect role of doomscrolling. *Journal of Theoretical Educational Sciences*, *18*(3), 491-508. https://doi.org/10.30831/akukeg.1586146

Carleton, R. N. (2016). Into the unknown: A review and synthesis of contemporary models involving uncertainty. *Journal of Anxiety Disorders*, *39*, 30–43. https://ezproxy.yu.edu.jo:2106/10.1016/j.janxdis.2016.02.007

Das, T., & Teng, B. (1999). Cognitive biases and strategic decision processes: An integrative perspective. *Journal of Management Studies*, *36*(6), 757-778. https://doi.org/10.1111/1467-6486.00157

Devellis, R. (2012). *Scale Development Theory and Applications*. Sage Publications, New York.

Downie, J. (2023). What-is-doom-scrolling. Retrieved from https://www.gatewaytosolutions.org/what-is-doom-scrolling/ Accessed 18 Oct 2023.

El-Sayed, M., & Alzaharni, S. J. (2025). Social Media Doomscrolling and Anxiety: Psychological Resilience as a Moderator. *Journal of Assessment and Research in AppliedCounseling*, *7*(4), 1-10. https://doi.org/10.61838/kman.jarac.4776

Gardenier, J. & Resnik, D. (2002). The Misuse of Statistics: Concepts. Tools. and a Research Agenda. Accountability in Research. *Policies and Quality Assurance. 9*(2), 65-74. https://doi.org/10.1080/08989620212968

Han, L., Sun, R., Gao, F., Zhou, Y., & Jou, M. (2019). The effect of negative energy news on social trust and helping behavior. *Computers in Human Behavior*, *92*, 128-138. https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.11.012

Hattie, J. (1985). Methodology Review: Assessing Unidimensionality of Tests and Items. *Applied Psychological Measurement*, *9*(2) 139-164.

Heuer, R. J. (2007). *Psychology of intelligence analysis (2nd ed.).* New York: Central Intelligence Agency. https://www.dictionary.com/browse/critical-thinking?s=t).

Kiye, S., Dogan, B. G., & Coşkun, F. (2024). Latent profile analysis of earthquake victims: doomscrolling, psychological well-being, emotion regulation and resilience. *Current Psychology*, *43*(44), 33867-33877. https://ezproxy.yu.edu.jo:2106/10.1007/s12144-024-06904-7

Koselioren, M., & Cakir, C. (2024). Drowning in a sea of news: The role of doomscrolling, news overload, and news failure in the relationship between news search on social media and news avoidance in natural disaster situations. *Communication Studies*, *75*(5), 650–669. https://ezproxy.yu.edu.jo:2106/10.1080/10510974.2024.2328880

Li, K., Jiang, S., Yan, X., & Li, J. (2023). Mechanism study of social media overload on health self-efficacy and anxiety. *Heliyon*, *10*(1), Article e23326. https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e23326

Mathews, A., & MacLeod, C. (2005). Cognitive vulnerability to emotional disorders. *Annual Review of Clinical Psychology*, 1, 167–195. https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.1.102803.143916

Matthes, J., Karsay, K., Schmuck, D., & Stevic, A. (2020). "Too much to handle": Impact of mobile social networking sites on information overload, depressive symptoms, and well-being. *Computers in Human Behavior*, *105*, 106217. https://doi.org/10.1016/j. chb.2019.106217. Article 106217.

Melnyk, Y. B., & Stadnik, A. V. (2024). *Doomscrolling Questionnaire.KRPOCH*. https://doi.org/10.26697/9786177089161.2024

Momani, F., Khazalih., H., & Shagran, H. (2022). Emotional Divorce and its Relationship to the Use of Social Media Sites among Jordanian Couples. *Journal of Social Sciences*, *50*(1), 152-183.

Potter, W. J. (2014). A critical analysis of cultivation theory. *Journal of Communication, 64*(6), 1015–1036. https://doi.org/10.1111/jcom.12128

Price, M., Legrand, A. C., Brier, Z. M. F., van Stolk-Cooke, K., Peck, K., Dodds, P. S., Danforth, C. M., & Adams, Z. W. (2022). Doomscrolling during COVID-19: The negative association between daily social and traditional media consumption and mental health symptoms during the COVID-19 pandemic. *Psychological Trauma: Theory Research Practice and Policy*, *14*(8), 1338–1346. https://ezproxy.yu.edu.jo:2106/10.1037/tra0001202

Rajan, K., Keerthana, P., & Sathiya, S. (2026). Personality and doomscrolling: The mediating role of fear of missing out in an Eastern context. *New Ideas in Psychology*, *80*, January 2026, 101208. https://doi.org/10.1016/j.newideapsych.2025.101208

Robertson, C. E., Prollochs, ¨ N., Schwarzenegger, K., P¨ arnamets, P., Van Bavel, J. J., & Feuerriegel, S. (2023). Negativity drives online news consumption. *Nature Human Behaviour, 7*(5), 812–822. https://doi.org/10.1038/s41562-023-01538-4

Safaria, T., & Saputra, B. (2025). The Role of Loneliness as a Mediator between Emotional Dysregulation and Doomscrolling in College Students. *Psympathic :Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2, 149-158. https://doi.org/10.15575/psy.v12i2.51361

Salisbury, L. (2023). On not being able to read: doomscrolling and anxiety in pandemic times. *Textual Practice*, *37*(6), 887-918. https://doi.org/10.1080/0950236X.2022.2056767

Salsabila, E., & Qonitatin, N. (2025). Navigating Uncertainty in A Digital Age: Cognitive Mechanisms Behind Doomscrolling in Indonesia. *Proceedings of the 2nd International Conference on Social Science (ICSS) 4*(1),164-177 https://doi.org/10.59188/icss.v4i1.249

Satici, S. A., GocetTekin, E., Deniz, M. E., & Satici, B. (2023). Doomscrolling scale: Its association with personality traits, psychological distress, social media use, and wellbeing. *Applied Research in Quality of Life*, *18*(2), 833–847. https://ezproxy.yu.edu.jo:2106/10.1007/s11482-022-10110-7

Sayar, K. (2021). *Felaket kaydırması (Doomscrolling) nedir? Nasıl durudurabiliriz?*https://kemalsayar.com/haftanin-yazisi/felaket-kaydirmasi-doomscrolling-nedir-nasil-durdurabiliriz

Schmelzer, N., Westphal, T., Pichardo, A., Buckner, D., Smith, N., Shaaban, N., Johnson, M., Bennett, J., & Estep, J. (2022). The Relationship Between Problematic Social Media Use and Time Spent on Social Media: Exploring Neuroticism as a Moderator. *PBRJ*, *2*(1), 29-35. https://doi.org/10.54581/jwjb5363

Schmutte, J., & Duncan, J. R. (2014). Making independent decisions under the code of professional conduct: understanding and controlling common cognitive biases. *The CPA Journal*, *10*(2), 155-163.

Sepaq, A. (2023). Patterns of Cognitive Biases and their Relationship to the thinking center in the (Enneagram) system among a sample of master's and doctoral students at the Faculty of Education in Qena. *Educational Journal, Sohag University*, *1*(108), 292-386. https://doi.org/10.12816/EDUSOHAG.2023

Shabahang, R., Aruguete, M. S., Kim, S., Hosseinkhanzadeh, A. A., & Kakabaraee, K. (2022). "Give your thumb a break" from surfing tragic posts: Potential corrosive consequences of social media users' doomscrolling. *Media Psychology*, *26*(4), 460–479. https://doi.org/10.1080/15213269.2022.2157287

Shabahang, R., Hwang, H., Thomas E., Aruguete M., McCutcheon L., Orosz G., Khanzadeh A., Chirani B., & Zsil, A. (2024). Doomscrolling evokes existential anxiety and fosters pessimism about human nature? Evidence from Iran and the United States. *Computers in Human Behavior Reports 15,* https://doi.org/10.1016/j.chbr.2024.100438

Shabahang, R., Kim, S., Hosseinkhanzadeh, A. A., Aruguete, M. S., & Kakabaraee, K. (2023). Give your thumb a break from surfing tragic posts: Potential corrosive consequences of social media users' doomscrolling. *Media Psychology*. https://ezproxy.yu.edu.jo:2106/10.1080/15213269.2022.2157287. Advance online publication.

Sharma, B., Lee, S. S., & Johnson, B. K. (2022). The dark at the end of the tunnel: Doomscrolling on social media newsfeeds. *Technology Mind and Behavior*, *3*(1), 1-13. https://ezproxy.yu.edu.jo:2106/10.1037/tmb0000059

Song, Y., Zhang, G., Liu, N., Zhang, Y., Zhai, J.-h., Niu, X., & Liu, Y. (2024). Influence of Physical Activity on Problematic Smartphone Use in Medical Students: Mediating Effects of Social Anxiety and the Moderating Role of Gender. Frontiers in psychology, 15. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1445847

Soraci, P., Griffiths, M.D., Bevan, N. (2025). Psychometric analysis of the Italian Doomscrolling Scale: Associations with problematic social media use, psychological distress, and mental well-being. *Curr Psychol***,** 44, 11872–11883 . https://ezproxy.yu.edu.jo:2106/10.1007/s12144-025-07976-9

Szabo, A., & Hopkinson, K. L. (2007). Negative psychological effects of watching the news in the television: Relaxation or another intervention may be needed to buffer them!. *International journal of behavioral medicine*, *14*(2), 57-62. https://link.springer.com/article/10.1007/BF03004169

Trussler, M., & Soroka, S. (2014). Consumer demand for cynical and negative news frames. *The International Journal of Press/Politics*, *19*(3), 360–379. https://doi.org/10.1177/1940161214524832

Van der Gaag, M., Schütz, C., Ten Napel, A., Landa, Y., Delespaul, P., Bak, M., ... & De Hert, M. (2013). Development of the Davos assessment of cognitive biases scale (DACOBS). *Schizophrenia Research*, *144*(1-3), 63-71. https://doi.org/10.1016/j.schres.2012.12.010

Van der Meer, T. G. L. A., Kroon, A. C., Verhoeven, P., & Jonkman, J. (2019). Mediatization and the disproportionate attention to negative news: The case of airplane crashes. *Journalism Studies*, *20*(6), 783–803. https://doi.org/10.1080/1461670X.2018.1423632

Watercutter, A. (2020). *Doomscrolling is slowly eroding your mental health*. Wired. https://www.wired.com/story/stop-doomscrolling/. Accessed 17 Oct 2023.

Wilke, A. & Mata, R., (2012). *Cognitive Bias*, *Clarkson university postda* M, NY, USA, University of Basel, Basel, Switzerland. Elsevier Inc.

Wilke, A., & Mata, R. (2012). Cognitive Bias. In: V.S. Ramachandran (ed.). *The Encyclopedia of human behavior*, 1, 531-535.

Yang, L., Tan, X., Lang, R., Wang, T., & Li, K. (2024). Reliability and validity of the Chinese version of the doomscrolling scale and the mediating role of doomscrolling in the bidirectional relationship between insomnia and depression. *BMC psychiatry*, *24*(1), 565. https://link.springer.com/article/10.1186/s12888-024-06006-5

Yudkowsky, E. (2008). C*ognitive biases potentially affecting judgement of global risks*. In N. Bostrom & M. Cirkovic (Eds.), Global catastrophic risks (pp. 91-119). Oxford: Oxford University Press.