Dirasat: Human and Social Sciences, Volume 54, No. 2, 2027, 10764

Deanship of Scientific Research

The Predictive Ability of Obsessive-Compulsive Personality Symptoms in FOMO Syndrome among Yarmouk University Students

Rana Ahmed Al-Khatib* , ***Feras Qurit'e Al-Jobour***

Department of Counseling and Educational Psychology, College of Educational Sciences, Yarmouk University, Irbid, Jordan.

Received: 11/3/2025
Revised: 25/3/2025
Accepted: 27/4/2025
Published online: 1/11/2026

* *Corresponding author:*
rana.alkhatib1997@gmail.com

Citation: AL-khatib, R. A., & AL-Jobour, F. Q. (2026). The Predictive Ability of Obsessive-Compulsive Personality Symptoms in FOMO Syndrome among Yarmouk University Students. *Dirasat: Human and Social Sciences*, *54*(2), 10764. https://doi.org/10.35516/Hum.2026.10764

© 2027 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 examine the predictive ability of obsessive-compulsive personality disorder (OCPD) symptoms in Fear of Missing Out (FOMO) syndrome among Yarmouk University students. Additionally, it sought to determine whether statistically significant differences existed based on gender.

Methods: The study adopted a predictive descriptive methodology, utilizing two scales: the Obsessive-Compulsive Personality Disorder Symptoms Scale developed by Miqdadi and Al-Shawashreh (2020) and a Fear of Missing Out (FOMO) syndrome scale designed by the researchers. The tools were administered to a convenience sample of 720 male and female students during the first semester of the 2024/2025 academic year.

Results: The findings revealed that both obsessive-compulsive personality symptoms and FOMO syndrome among Yarmouk University students were at an average level. Statistically significant differences were found in the levels of obsessive-compulsive personality symptoms and FOMO syndrome according to gender, with females scoring higher. Furthermore, the study demonstrated that FOMO syndrome could be predicted based on obsessive-compulsive personality symptoms, which accounted for 14.30% of the variance.

Conclusions: The study recommends conducting seminars and workshops aimed at reducing obsessive-compulsive personality symptoms and FOMO syndrome among university students.

Keywords: Obsessive-Compulsive Personality Disorder (OCPD) symptoms, FOMO syndrome, university students.

القدرة التنبؤية لأعراض الشخصية الوسواسية القهرية بمتلازمة فومو لدى طلبة جامعة اليرموك

رنا أحمد الخطيب* ، ***فراس قريطع الجبور***

قسم علم النفس الإرشادي والتربوي، كلية العلوم التربوية، جامعة اليرموك، إربد، الأردن

ملخّص

الأهداف: هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف إلى القدرة التنبؤية لأعراض الشخصية الوسواسية القهرية بمتلازمة فومو لدى طلبة جامعة اليرموك، وما إذا كانت هناك فروق دالة إحصائيًا تبعًا لمتغير الجنس.

المنهجية: اتبعت الدراسة المنهج الوصفي التنبؤي، حيث تم استخدام مقياسين؛ مقياس أعراض الشخصية الوسواسية القهرية الذي أعده مقدادي والشواشرة (2020)، ومقياس متلازمة فومو "الخوف من تفويت الأحداث" الذي قام الباحثان بتطويره، وتم تطبيق المقياسين على عينة متيسرة مكونة من (720) طالبًا وطالبة، في الفصل الدراسي الأول 2025/2024.

النتائج: أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى كل من أعراض الشخصية الوسواسية القهرية ومتلازمة فومو لدى طلبة جامعة اليرموك كان متوسطًا، ووجود فروق دالة إحصائيًا في مستوى كل من أعراض الشخصية الوسواسية القهرية ومتلازمة فومو تبعًا لمتغير الجنس لصالح الإناث، وأشارت نتائج الدراسة إلى أنه يمكن التنبؤ بمتلازمة فومو من خلال أعراض الشخصية الوسواسية القهرية، إذ فسر متغير أعراض الشخصية الوسواسية القهرية ما نسبته (14.30%) من التباين.

الخلاصة: خلصت الدراسة إلى ضرورة عقد ندوات وورش عمل تسهم في خفض أعراض الشخصية الوسواسية القهرية، ومتلازمة فومو لدى طلبة الجامعات.

الكلمات الدالة: أعراض الشخصية الوسواسية القهرية، متلازمة فومو، طلبة الجامعة.

مقدمة

يُمثل التقدم التكنولوجي الحديث، الذي وفَّر للطلاب إمكانية الوصول الفوري إلى شتّى أشكال المعلومات عبر الإنترنت، بيئةً مليئة بالتحديات النفسية والاجتماعية. فمن ناحية، يُسهم هذا التقدم في تسهيل عمليات البحث الأكاديمي وتلبية إشباع الحاجات المعرفية، لكنه من ناحية أخرى يرتبط بظهور متلازمات نفسية جديدة، أبرزها متلازمة "فومو" (Fear OF Missing Out :FOMO)، التي تتمثل في قلق الأشخاص من فقدان تجارب أو أحداث مهمة تحدث للآخرين. وقد تُظهر الدراسات أن أبرز مكونات متلازمة فومو (FOMO) تنطوي على الميل القهري لمتابعة الإعلانات والأخبار وفحص الرسائل؛ خوفاً من تفويت أي حدث والاطلاع على جميع المستجدات أولاً بأول، والرغبة في المشاركة فيها (Akbari et al, 2021; Hodkinson, 2019). كما تتضمن هذه المتلازمة الانشغال المفرط بمراقبة المنصات الرقمية خوفاً من فقدان الاندماج الاجتماعي الناتج عن الرغبة في إشباع دافع الانتماء (Rifkin et al., 2015; Abel et al., 2016).

وينظر إلى شخصية الطالب الجامعي على أنها من الجوانب المهمة التي تتأثر بالضغوطات الأكاديمية والمهنية والاجتماعية والنفسية، إذ يعد اضطراب الشخصية الوسواسية القهرية من اضطرابات الشخصية الأكثر انتشاراً في المجتمع وهي أبرز سمات الشخصية غير السوية لدى الشباب الجامعي (مقدادي 2019).

ويرى الباحثان أن العلاقة بين أعراض الشخصية الوسواسية القهرية ومتلازمة فومو "FOMO" تتمثل في تفاعل ديناميكي مشترك، حيث يُظهر الأفراد ذوو السمات الوسواسية القهرية المتمثلة في الكمالية، والحاجة إلى التحكم، والاهتمام المفرط بالتفاصيل قابلية أعلى للإصابة بمتلازمة الخوف من تفويت الأحداث "FOMO". ولا يقتصر تأثير متلازمة فومو على العالم الرقمي، بل يمتد تأثيرها إلى الحياة الواقعية أيضًا، فمثلًا قد يظهر الخوف من تفويت المناسبات الاجتماعية في شكل مشاركة قسرية في جميع الأنشطة الجامعية، خوفاً من فقدان الفرص المستقبلية، مع الحرص على التحكم الكامل في الأحداث والتأكد من عدم إهمال أي تفصيل.

الإطار النظري

اضطراب الشخصية الوسواسية القهرية (Obsessive Compulsive Personality Disorder)

يمتلك كل فرد سمات وخصائص تميزه عن غيره، وتحدد تفاعلاته وطرق تعامله مع المواقف المختلفة، وتُعد هذه السمات مزيجاً من الجوانب النفسية والاجتماعية والجسمية والمعرفية التي تشكل معاً لتكوّن شخصية الفرد، فالشخصية هي كل منظم يضم السمات الفريدة التي يتميز بها الفرد في مختلف جوانب حياته (Lewin, 2013). فيُعد تشخيص اضطراب الشخصية أمرًا ضرورياً عندما تصبح الشخصية متطرفة وغير متكيفة، مما يؤدي إلى صعوبات في الأداء (Firth et al., 2020).

وتعد الشخصية الوسواسية القهرية من الأنماط الشائعة في كل من الثقافات الشرقية والغربية؛ ويُعزى السبب في ذلك إلى طبيعة سماتها التي غالباً ما يُنظر إليها على أنها إيجابية ويتم تعزيزها من قبل المجتمع، خاصة تلك التي ترتبط بالكمالية، والدقة، والالتزام بالجوانب الأخلاقية، فالأسر غالبًا ما تسعى لتنشئة أبنائها ليكونوا متميزين ومنافسين، مما قد يؤدي إلى تعزيز الكمالية لديهم، وفي المقابل، قد تركز بعض الأسر على ترسيخ الجوانب الأخلاقية بشكل مبالغ فيه، بهدف حماية الأبناء، والحفاظ على سمعة الأسرة ومكانتها الاجتماعية، مما يُشجع الأبناء لتطوير نمط متشدد في الالتزام بالجوانب الأخلاقية؛ الأمر الذي قد يشير إلى دور البيئة الأسرية في تشكيل الشخصية الوسواسية القهرية، ومع ذلك، فإن الشخصية الوسواسية القهرية تنتشر في بعض الثقافات أكثر من غيرها؛ وذلك بناءً على الأهمية التي توليها تلك المجتمعات لبعض سمات هذه الشخصية؛ خاصة ما يرتبط ببعض جوانب الكمالية، أو الانخراط المبالغ فيه في العمل (APA, 2013; Hertler, 2013; Rowland et al., 2017).

ووفقًا لما ذكره صموئيل وزملاؤه (Samuel et al., 2012)، فإن الأفراد المصابين باضطراب الشخصية الوسواسية القهرية يتجنبون استخدام الأساليب الجديدة أو تجربة أشياء جديدة غير مألوفة، ويعود هذا إلى ميلهم الشديد لتجنب المخاطر، واعتمادهم على نمط تفكير صارم يتمثل في "الأبيض والأسود" دون وجود حلول وسطية بينهما.

ويعرف إبراهيم وعسكر (2008) اضطراب الشخصية الوسواسية القهرية بأنه نمط من أنماط الشخصية يتميز بالجمود والمبالغة في الالتزام بالدقة والنظام والترتيب، إضافة إلى التشدد في القيم المثالية والجوانب الأخلاقية المرتبطة بالشعور المفرط بالذنب.

ووفقاً للدليل التشخيصي والإحصائي الخامس (DSM-5) يُعرف اضطراب الشخصية الوسواسية القهرية (OCPD) بأنه نمط ثابت منَ الانشغال بالانتظام، والكمال، والتحكم العقلي، وضبط العلاقات الشخصية، على حساب المرونة والانفتاح والكفاءة، والذي يبدأ في مرحلة البلوغ المبكر، ويؤثر على مختلف مجالات الحياة، ويستدل عليه بوجود أربعة معايير أو أكثر مما ياتي (APA, 2013):

1- الانشغال بالتفاصيل أو القواعد أو القوائم أو الترتيب أو التنظيم أو الجداول الزمنية إلى حد يجعله يفقد الموضوع الأساسي الذي يعمل عليه.
2- إظهار كمالية عالية تتداخل مع إتمام المهمة.

3- الإخلاص الزائد في العمل والإنتاجية إلى درجة يتجاهل الأنشطة الترفيهية والعلاقات الاجتماعية (ولا يفسر ذلك بالحاجة الاقتصادية الواضحة).

4- يتصف بضمير روحي صارم وغير مرن ومتصلب فيما يتعلق بالقيم والمبادئ الأخلاقية والمثل (لا يفسر ذلك بالهوية الثقافية أو الدينية).

5- يواجه صعوبة في التخلص من الأشياء البالية أو عديمة القيمة حتى لو لم تكن تحمل أي قيمة عاطفية.

6- لا يرغب بتفويض المهام أو العمل مع الآخرين، ما لم يتبعوا طريقته في تنفيذ الأشياء.

7- تبني نمط بخيل في الإنفاق على نفسه وعلى الآخرين، فينظر للمال على أنه شيء يجب تكديسه تحسبًا لوقوع أزمات أو كوارث مستقبلية.

8- إظهار نمط من التصلب والعناد.

ويؤكد الدليل التشخيصي والإحصائي الخامس للاضطرابات النفسية (DSM-5) أن أعراض الشخصية الوسواسية القهرية تُعد من بين أكثر أعراض الشخصية غير السوية انتشارا في المجتمعات العامة، إذ يتراوح معدل انتشارها بين (2.9%) إلى (7.9%) (APA, 2013).

وهناك تأثير على الأداء الاجتماعي والعاطفي حيث يُعد ضعف الأداء الشخصي والاجتماعي من السمات المميزة للشخصية الوسواسية القهرية، كما هو الحال في اضطرابات الشخصية الأخرى، وتظهر الملاحظات الاكلينيكية أن المشكلات الشخصية التي يواجهها هؤلاء الأفراد غالباً ما تنشأ من خلال معاييرهم العالية والصارمة التي يفرضونها على الآخرين، بالإضافة إلى رفض الاعتراف بوجود وجهات النظر المختلفة، ونتيجة لذلك، فإن إقامة علاقات مستقرة وطويلة الأمد مع هؤلاء الأشخاص يعد أمراً صعباً؛ حيث إن سماتهم الشخصية تحدّ من قدرتهم، وكذلك من قدرة الآخرين على بناء علاقات اجتماعية متينة؛ فهم يميلون إلى التركيز على إكمال المهمات والأنشطة بدلاً من تكوين علاقات اجتماعية، كما أنهم قد ينظرون إلى الآخرين باعتبارهم أقل كفاءة منهم أو غير قادرين على تحقيق توقعاتهم العالية (Livesley & Larstone, 2018). كما يُعد ضعف التعبير عن الانفعالات والعواطف لدى هؤلاء الأفراد مرتبطاً بمشكلات انفعالية أخرى، مما ينعكس سلباً على أدائهم العاطفي، فعلى سبيل المثال، يظهر هؤلاء الأفراد حاجة مُلحّة إلى السيطرة على العلاقات البينشخصية، وهو نمط يتعارض مع الحالات الانفعالية كالمشاعر المرتبطة بالمحبة أو الحزن أو الغضب؛ مما يؤدي إلى صعوبات في إدارة العلاقات مع زملاء العمل والأزواج والأصدقاء، وقد تواجه الشخصية الوسواسية القهرية تحديات في التعايش مع الأفراد الآخرين في المجتمع، وذلك بسبب ما تتميز به من تصلب وعدم مرونة في التعامل مع متطلبات الحياة اليومية (Sheehan et al., 2016).

وقد حاولت بعض النظريات تقديم تفسيرات منطقية لأعراض الشخصية الوسواسية القهرية (OCPD)، ومنها: نظرية التحليل النفسي، التي تعد من أوائل النظريات التي تناولت هذا الموضوع؛ إذ ركزت على أهمية السنوات الأولى من حياة الفرد في تكوين سمات الشخصية الوسواسية القهرية، خاصة في ما يتعلق بطرق تعامل الوالدين مع عملية ضبط الإخراج لدى الطفل، ويُعبّر عنها كحالة من التثبيت في المرحلة الشرجية ضمن مراحل النمو النفسجنسي، وهو ما يظهر لاحقًا في صورة سمات مثل الكمالية المفرطة والصلابة، كنتيجة لآلية دفاعية تُعرف بآلية التكوين العكسي (Hertler, 2014). أما النظرية السلوكية فقد ركزت على أهمية التعلم في جميع جوانب النمو لدى الفرد؛ حيث يرى منظرو هذا الاتجاه أن الشخصية الوسواسية تتطور من خلال الخبرات المحفزة للقلق، كما تؤكد على أهمية عمليات النمذجة والتقليد للأفراد المهمين في حياة الطفل خلال مرحلة الطفولة؛ حيث إن تواصل الطفل المستمر مع الأشخاص المؤثرين الذين يظهرون الصلابة والتحكم في تعاملهم معه، يُعزز من احتمالية ظهور الشخصية الوسواسية القهرية (Villemarette-Pittman et al., 2004). وترى النظرية المعرفية أن الخبرات السلبية المبكرة التي يمر بها الفرد تسهم في تكوين مخططات معرفية سلبية، وتتميز هذه المخططات المعرفية بالجمود، كاعتقاد الفرد بضرورة تحقيق الكمال المطلق، والخوف من ارتكاب الأخطاء، وأن الآخرين يفتقدون الكفاءة، مما يدفعهم إلى المبالغة في التركيز على النظام والدقة والالتزام بالقوانين، كاستراتيجية وقائية للحد من القلق وتجنب الفشل (Beck et al., 2004).

متلازمة فومو (FOMO: Fear Of Missing Out) الخوف من تفويت الأحداث

تعد ظاهرة متلازمة "فومو" (FOMO) من الظواهر النفسية الحديثة نسبياً، فقد كانت بداية ظهورها في عام 2004، وحينئذ كانت ترتبط بالمجال التجاري (Gupta & Sharma,2021). وعلى الرغم من أن متلازمة الخوف من تفويت الأحداث (FOMO) ظهرت قبل انتشار وسائل التواصل الاجتماعي، إلا أن علماء علم النفس رصدوا انتشار متلازمة فومو بشكل ملحوظ منذ عام 2010، تزامنا مع الانتشار السريع لوسائل التواصل الاجتماعي، وتزايد استخدامها لساعات طويلة يوميًا، إذ ينتاب الأفراد شعور بالخوف من تفويت متابعة الأحداث والخبرات الحياتية الجديدة التي يتم مشاركتها عبر هذه الوسائل (ALT, 2017).

ويعرف مظلوم واتالاي (Mazlum & Atalay, 2022) متلازمة الخوف من تفويت الأحداث (FOMO) بأنه الخوف والقلق الذي يشعر به الأفراد نتيجة عدم التواصل مع التجارب في دوائرهم الاجتماعية الكبيرة. أما أحمد وعجاجه (2022) فقد أضافا بُعدًا سلوكيًا لهذا التعريف، مشيرَين إلى أن متلازمة فومو (FOMO) هي حالة من القلق التي يشعر بها الفرد نتيجة احتمالية وقوع أحداث أو أنشطة خلال فترة ابتعاده عنها، أو عدم معرفته بها، والميل إلى متابعة الأنشطة الاجتماعية التي يقوم بها الآخرون، والخوف من العزلة والاستبعاد الاجتماعي، بالإضافة إلى الهوس بمراقبة الآخرين وتتبع أخبارهم بمختلف الطرق، ومتابعه الإعلانات التجارية والعروض المقدمة.

وارتبط الخوف من تفويت الأحداث (FOMO) باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي خاصة بعد الانتشار الواسع لتلك المواقع، وقد قسم علماء النفس تلك الظاهرة إلى مرحلتين رئيسيتين: المرحلة الأولى تتعلق بتصور الشخص لتفويت الأحداث، والمرحلة الثانية تتضمن سلوكًا قهريًا يتبعه الشخص للحفاظ على الروابط الاجتماعية، لمتابعة الأحداث والخبرات التي يتصور افتقادها (Rifkin et al., 2015; Abel et al., 2016). وقد يرتبط تصور تفويت الأحداث، بانشغال العقل القَلِق بالأفكار السلبية حول استمتاع الآخرين بأحداث وتجارب مهمة بينما يفوت الفرد هذه الأحداث، أما السلوك القهري فهو نمط غير تكيفي يتمثل في الاستخدام المفرط لشبكات الانترنت ومواقع التواصل الاجتماعي، يهدف إلى تقليل القلق، مما يجعله مشابهًا للعوامل القهرية المرتبطة باضطراب الوسواس القهري (Elhai et al., 2021).

وقد يترتب على متلازمة فومو عواقب سلبية محتملة نتيجة الاستخدام المفرط لتطبيقات التواصل الاجتماعي مثل فيسبوك، تويتر، وإنستغرام؛ وهذا يؤدي إلى تداخل ساعات العمل، والنوم، وتدهور العادات الغذائية والترفيهية، مما يعزز الشعور بالعزلة والقلق نتيجة انفصال المرء عن العالم الافتراضي (Kasbun et al., 2019).

وتشير الأبحاث إلى أن فومو "FOMO" قد يكون ناتجًا عن أعراض الاكتئاب، ووفقًا لفرضية الانتقاء الاجتماعي، فإن الضغوط النفسية تؤثر بشكل سلبي على المكانة الاجتماعية للأفراد أو على العوامل المرتبطة بها، مثل مواجهة الأحداث الحياتية المجهدة (Hurst, 2007).

ويصاحب متلازمة فومو شعور بالنقص، مما يؤدي إلى حالة انفعالية مضطربة مصحوبة بالقلق والتوتر واضطراب المزاج، إلى جانب تدني تقدير الذات، ويدفع هذا الشعور الفرد إلى البحث عن وسيلة ما ليعوض بها تلك المشاعر السلبية، حيث يجد في منصات التواصل الاجتماعي بيئة محفزة تمنحه الإحساس المؤقت بالاندماج والتواصل، ويزداد استخدامه لهذه المنصات تدريجيًا حتى يصل إلى مرحلة الهوس والإدمان (منصور والناغي، 2024).

وقد حدد عدد من الباحثين (Jabeen et al., 2023) الأبعاد الوجدانية لمتلازمة فومو "الخوف من تفويت الأحداث"، حيث يتمثل البُعد الأول في الشعور بالخوف نتيجة التهديد المحتمل بتفويت أحداث ومعلومات وتجارب حياتية للآخرين. أما البعد الثاني، فيتعلق بعدم الرضا عن الحياة بسبب الشعور بأن الآخرين يختبرون أنشطة ممتعة لم يستطع الفرد ممارستها. ويشمل البعد الثالث القلق الاجتماعي الناتج عن الخوف من فقدان القبول الاجتماعي والتفاعلات الاجتماعية. في حين يرتبط البعد الرابع بانخفاض تقدير الذات. وأخيرًا، يتمثل البعد الخامس في الشعور بالوحدة والعزلة.

وقد أكد بالتا وآخرون (Balta et al., 2020) أن غياب الإشارات غير اللفظية في قنوات التواصل قد يسهم في تقليل الدفء والألفة بين الأفراد الذين يتحاورون لفظيًا، مما يمنع ظهور حوار هادف وواقعي. ويمكن أن يؤدي ذلك إلى سوء الفهم، والذي بدوره يزيد من مشاعر الاستياء العاطفي والعزلة (Barry & Wong, 2020).

ويرى الباحثان أن متلازمة فومو تمثل حاجة نفسية مُلحَّة تجعل الأفراد على تواصل دائم مع الآخرين، سواء عبر التفاعلات المباشرة أو المنصات الرقمية، وذلك لتحقيق الشعور بالانتماء، والاستقلالية، والكفاءة، وتجنب تفويت أحداث وتجارب ذات أهمية. ومن أبرز تأثيراتها النفسية والسلوكية: تتبع نشاطات الآخرين وأحداثهم بشكل مستمر، ومقارنة الذات بهم؛ لتقييم مدى تفوقهم في تحقيق الإنجازات، مما قد يولد مشاعر الغيرة والإحباط نتيجة تأخرهم في تحقيق الانجازات. ولا تقتصر تأثيرات هذه المتلازمة على الحاضر والمستقبل، بل تشمل الماضي أيضًا، حيث يشعر الأفراد بالندم والغضب حيال أحداث مهمة فاتتهم في الماضي.

وبمراجعة الأدب التربوي، والدراسات السابقة، وجد الباحثان بعض الدراسات ذات الصلة بموضوع الدراسة الحالية، حيث تناولت كل من أعراض الشخصية الوسواسية القهرية ومتلازمة فومو على حدة؛ فقد أجرى التوم (2000) دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الشخصية الوسواسية وأساليب المعاملة الوالدية لدى طلبة الجامعات الحكومية، في ولاية الخرطوم - السودان، ومدى اختلاف هذه العلاقة في ضوء متغير الجنس. تكونت عينة الدراسة من (128) طالبًا وطالبة. وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى انتشار الشخصية الوسواسية كان منخفضًا، كما لم تجد الدراسة علاقة بين الشخصية الوسواسية وأساليب المعاملة الوالدية، ولم يختلف ذلك في ضوء متغير الجنس.

وأجرى الجاف وعلي (2012) دراسة لمعرفة انتشار اضطراب الشخصية الوسواسية القسرية لدى طلبة جامعة السليمانية، والتعرف على الفرق في نسب انتشاره وفقاً لمتغير الجنس، تكونت عينة الدراسة من (688) طالبًا وطالبة. أظهرت نتائج الدراسة أن عدد المصابين باضطراب الشخصية الوسواسية القسرية بلغ (47) طالبًا وطالبة، ويمثلون نسبة (7.8%)، وفيما يتعلق بالجنس تبين أن نسبة الاناث المصابات باضطراب الشخصية الوسواسية القسرية أعلى من نسبة الذكور المصابين.

وقام كاظم (Kadhim, 2020) بإجراء دراسة هدفت إلى استقصاء دور المرونة النفسية كوسيط في العلاقة السببية بين الأب المستبد المدرك (PAF) واضطراب الشخصية الوسواسية القهرية (OCPD) لدى طلبة الجامعة. تكونت عينة الدراسة من (180) طالبًا جامعيًا من إحدى الجامعات الحكومية في بينانغ، ماليزيا. أظهرت نتائج الدراسة أن الأب المستبد المدرك (PAF) يتنبأ بشكل كبير باضطراب الشخصية الوسواسية القهرية (OCPD). كما أظهرت النتائج أن المرونة النفسية تلعب دورًا مهمًا في تعديل تأثير الأب المستبد المدرك على اضطراب الشخصية الوسواسية القهرية.

وهدفت دراسة مقدادي والشواشرة (2020) إلى الكشف عن العلاقة بين أعراض الشخصية الوسواسية القهرية والتشوهات المعرفية. تكونت عينة

الدراسة من (323) طالباً وطالبة في كلية التربية في جامعة اليرموك. أظهرت نتائج الدراسة أن نسبة الطلبة الذين لديهم أعراض الشخصية الوسواسية القهرية هو (18.3%)، وأظهرت النتائج أن مستوى التشوهات المعرفية لدى طلبة جامعة اليرموك جاء بدرجة متوسطة، كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين أعراض الشخصية الوسواسية القهرية والتشوهات المعرفية.

أما دراسة نمراوي (2020) فقد هدفت إلى الكشف عن مستوى الاكتناز القهري واضطراب الشخصية الوسواسية القهرية لدى طلبة جامعة اليرموك، ومعرفة العلاقة بينهما. تكونت عينة الدراسة من (908) طلاب من طلبة جامعة اليرموك. أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الاكتناز القهري لدى الطلبة جاء بدرجة منخفضة، وجاء مستوى اضطراب الشخصية الوسواسية القهرية بدرجة متوسطة، كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين الاكتناز القهري واضطراب الشخصية الوسواسية القهرية.

وهدفت دراسة سريوي وبنات (2022) إلى استكشاف مستوى نوعية الحياة الزوجية واضطراب الشخصية الوسواسية القهرية لدى النساء في مدينتي عمان وإربد، بالإضافة إلى دراسة العلاقة بينهما. تكونت عينة الدراسة من (100) زوجة من مراجعات عيادات جنتي. أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى كل من نوعية الحياة الزوجية واضطراب الشخصية الوسواسية القهرية كان متوسطًا، مع وجود علاقة سالبة ذات دلالة إحصائية بينهما.

أما دراسة قطيشات وأبو شرور (Qutishat & Abu Sharour, 2019) فقد هدفت إلى معرفة مدى انتشار الخوف من تفويت الأحداث (FOMO) بين طلبة الجامعة في سلطنة عُمان، ومعرفة علاقته بأدائهم الأكاديمي. تكونت عينة الدراسة من (147) طالبًا جامعيًا في جامعة السلطان قابوس في سلطنة عُمان. أظهرت نتائج الدراسة أن متوسط المعدل التراكمي لديهم (75.3%)، حيث أفاد حوالي ثلاثة أرباع المشاركين بأنهم يستخدمون هاتفًا ذكيًا واحدًا على الأقل، وكان السبب الرئيسي لاستخدام هذه الأجهزة هو التفاعل الاجتماعي. كما أظهرت النتائج مستوى متوسطا من الخوف من تفويت الأحداث، حيث بلغ متوسط درجات تجاربهم في الخوف من تفويت الأحداث (28.9).

وأجرى يوان وآخرون (Yuan et al., 2021) دراسة هدفت إلى فحص دور متلازمة فومو "الخوف من تفويت الأحداث" كوسيط في العلاقة بين شدة الاكتئاب، وأعراض استخدام الهواتف الذكية بشكل مفرط (PSU)، واضطراب الألعاب على الإنترنت (IGD). تكونت عينة الدراسة من (341) طالبًا جامعيًا صينيًا. أظهرت نتائج الدراسة أن شدة الاكتئاب كانت مرتبطة بشكل كبير بزيادة أعراض استخدام الهواتف الذكية بشكل مفرط (PSU) وأعراض اضطراب الألعاب على الإنترنت (IGD)، وأشارت النتائج أن الخوف من تفويت الأحداث (FOMO) له دور وسيط في العلاقة بين الاكتئاب واستخدام الهواتف الذكية بشكل مفرط، كما أشارت أيضًا أن أعراض اضطراب الألعاب على الإنترنت كانت وسيطًا جزئيًا في العلاقة بين الخوف من تفويت الأحداث (FOMO) واستخدام الهواتف الذكية بشكل مفرط.

وأجرى كنوش (2023) دراسة هدفت إلى التعرف على متلازمة الخوف من تفويت الأحداث (FOMO) والتاثيرات النفسية في ظل التعليم الإلكتروني لدى طلبة جامعة تكريت في قسم العلوم التربوية والنفسية. تكونت عينة الدراسة من (250) طالبًا وطالبة (118 ذكور و132 إناث). أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الخوف من تفويت الأحداث (FOMO) لصالح الإناث.

وهدفت دراسة مصطفى وحسن (2023) إلى استكشاف إمكانية التنبؤ بالخوف من تفويت الأحداث (FOMO) من خلال عامل صعوبات التنظيم الانفعالي. تكونت عينة الدراسة من (176) طالبًا وطالبة من مرحلة التعليم الإعدادي المشخَّصين باضطراب فقدان الشهية العصبي. أظهرت النتائج أن صعوبات التنظيم الانفعالي تُعدّ متغيرًا تنبؤيًا بمستوى الخوف من تفويت الأحداث (FOMO) لدى الطلبة، كما أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في صعوبات التنظيم الانفعالي لصالح الإناث، كما أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الخوف من تفويت الأحداث (FOMO) لصالح الإناث.

وهدفت دراسة كابا ماشادو وزملائه (Caba-Machado et al., 2024) إلى استكشاف تأثير استخدام الأجهزة الإلكترونية في فترة ما قبل النوم على جودة النوم، والقلق، والرفاهية لدى طلاب الجامعات من الذكور والإناث في المملكة المتحدة وإسبانيا، كما تسعى إلى فحص ما إذا كان متلازمة فومو مرتبطًا بزيادة الأجهزة الإلكترونية أثناء الليل، مع الأخذ بعين الاعتبار الفروق بين الجنسين. تكونت عينة الدراسة من (159) طالبًا جامعيًا من المملكة المتحدة، و(172) طالبًا جامعيًا من إسبانيا. أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية بين الخوف من تفويت الأحداث واستخدام الأجهزة الإلكترونية ليلًا لدى الإناث في كلا البلدين، بينما لم يظهر هذا الارتباط لدى الذكور، كما ارتبط الاستخدام الليلي للأجهزة بارتفاع صعوبات النوم لدى الذكور والإناث في كلا البلدين، بينما لم يوجد ارتباط بين الاستخدام الليلي والرضا عن الحياة.

وقامت نور حفيظة وزملاؤها (Nurhafiza et al., 2024) بإجراء دراسة هدفت إلى فحص سلوك الخوف من تفويت الأحداث (FOMO) بناءً على مستويات تقدير الذات ومفهوم الذات لدى طلاب الجامعات. تكونت عينة الدراسة من (313) طالبًا في السنة الأولى من كلية التربية في جامعة نيجري بادانغ. أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى تقدير الذات لدى الطلاب كان منخفضًا، كما كان مستوى مفهوم الذات لدى الطلاب منخفضًا أيضًا، بينما كان مستوى متلازمة فومو (FOMO) مرتفعًا، كما أظهرت النتائج وجود علاقة سالبة ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات ومتلازمة فومو (FOMO)، كذلك أظهرت وجود علاقة سالبة ذات دلالة إحصائية بين مفهوم الذات ومتلازمة فومو (FOMO)، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة مشتركة ودالة

إحصائيًا بين تقدير الذات ومفهوم الذات ومتلازمة فومو (FOMO).

وتتفق الدراسة الحالية مع العديد من الدراسات السابقة في تركيزها على أعراض الشخصية الوسواسية القهرية ومتلازمة فومو كلٌ على حدة، إلا أنها تختلف عنها من حيث الهدف بالتعرف على القدرة التنبؤية لأعراض الشخصية الوسواسية القهرية بمتلازمة فومو. ومن هنا تنبع أهمية الدراسة الحالية في أنها تتناول موضوعاً لم يتم تناوله من قبل في حدود علم الباحثة؛ لذا تعد هذه الدراسة إضافة جديدة للدراسات السابقة.

مشكلة الدراسة

أدّت التطورات التكنولوجية المتسارعة إلى زيادة استخدام وسائل التواصل الاجتماعي، مما ساهم في ظهور متلازمة فومو (الخوف من تفويت الأحداث) كظاهرة نفسية تؤثر بشكل ملحوظ على الفئات الشبابية، وخصوصاً طلبة الجامعة، حيث تدفعهم إلى مراقبة الأحداث والأنشطة الاجتماعية بشكل مبالغ فيه، مما قد يؤدي إلى مشاكل متعددة، وقد أشارت عدة دراسات، كدراسة قطيشات وأبو شرور (Qutishat & Abu Sharour, 2019)، ودراسة نور حفيظة وزملائها (Nurhafiza et al., 2024) إلى تطور متلازمة فومو وتأثيرها السلبي على الطلبة الجامعيين.

وبعد اطلاع الباحثين على الأدب النظري والدراسات السابقة المرتبطة بأعراض الشخصية الوسواسية القهرية اتضح أن هناك تزايدا ملحوظا في حالات اضطراب الشخصية الوسواسية القهرية التي تؤثر بشكل كبير على جودة الحياة اليومية للأفراد، كما أنهم يميلون إلى الاجترار الذهني والتفكير القهري بشأن الأمور التي تثير قلقهم، خاصة تلك المتعلقة بالتحكم والتأكد والكمال، مما يعيق قدرتهم على التكيف مع الضغوط اليومية، وتؤثر بشكل ملحوظ على الأداء النفسي والاجتماعي، وقد أشارت عدة دراسات كدراسة نمراوي (2020)، مقدادي والشواشرة (2020)، بانتشار أعراض الشخصية الوسواسية القهرية لدى البالغين وطلاب الجامعة. إلا أن الدراسات السابقة لم تتناول العلاقة التفاعلية بين أعراض الشخصية الوسواسية القهرية ومتلازمة فومو، بوصفها عوامل نفسية قد تسهم في تفاقم هذه المتلازمة. حيث لاحظ الباحثان أن أعراض الشخصية الوسواسية القهرية يمكن أن تُسهم في زيادة التفكير القهري حول الأحداث والأنشطة الاجتماعية مما قد يُفاقم من حدة متلازمة فومو.

أهداف الدراسة وأسئلتها

هدفت هذه الدراسة إلى قياس مستوى أعراض الشخصية الوسواسية القهرية (OCPD) ومتلازمة الخوف من تفويت الأحداث (FOMO) لدى طلبة جامعة اليرموك، وتحليل الفروق بين الجنسين (ذكور/إناث) في مستوى هذه الأعراض، بالإضافة إلى الكشف عن القدرة التنبؤية لأعراض الشخصية الوسواسية القهرية (OCPD) في توقع حدوث متلازمة فومو (FOMO)؛ ولتحقيق الأهداف سعت الدراسة الحالية للإجابة عن السؤالين التاليين:

1. ما مستوى كل من أعراض الشخصية الوسواسية القهرية ومتلازمة فومو لدى طلبة جامعة اليرموك، وهل يختلفان تبعًا لاختلاف الجنس؟
2. ما القدرة التنبؤية لأعراض الشخصية الوسواسية القهرية، بمتلازمة فومو لدى طلبة جامعة اليرموك؟

أهمية الدراسة

تأتي أهمية الدراسة من الناحية النظرية، والتطبيقية؛ فتبرز أهميتها من الناحية النظرية في ندرة الدراسات العربية والأجنبية في هذا المجال، إذ لاحظ الباحثان من خلال مراجعات الدراسات السابقة، اهتمام غالبيتها بأعراض الشخصية الوسواسية القهرية ومتلازمة فومو (FOMO) كلٌ على حدة، وعدم الربط بينهما في دراسة واحدة؛ إذ تُعتبر في حُدودِ علمِ الباحثين أنها أولُ دراسةٍ ربطتْ بين متغيرِ أعراض الشخصية الوسواسيّة القهريَّة مع مُتلازمة فومو، كما أنها قد تُثري المكتبة المحلية والعربية بما وفرته من معلومات حول أعراض الشخصية الوسواسية القهرية، ومتلازمة فومو. وتبرز أهميتها من الناحية التطبيقية في إمكانية الإفادة من نتائجها، والتوصيات المنبثقة عنها في تعزيز الوعي بمخاطر متلازمة فومو وآثارها النفسية والاجتماعية، وتصميم برامج إرشاديَّة ووقائيَّة وعلاجيَّة للتخفيف من حِدَّة أعراض الشخصية الوسواسية القهرية ومتلازمة فومو، وقد تفتح الدراسة الباب لإجراء مزيد من الدراسات المستقبلية.

التعريفات الاصطلاحية والإجرائية

اشتملت الدراسة على التعريفات الآتية:

اضطراب الشخصية الوسواسية القهرية: نمط ثابت منَ الانشغال بالانتظام، والكمال، والتحكم العقلي، وضبط العلاقات الشخصية، على حساب المرونة والانفتاح والكفاءة، والذي يبدأ في مرحلة البلوغ المبكر ويرتبط بمجالات مختلفة من الحياة (APA, 2013). ويعرف إجرائيًا: بأنه الدرجة الكلية التي حصل عليها الطالب الجامعي على مقياس أعراض الشخصية الوسواسية القهرية المستخدم في الدراسة الحالية.

متلازمة فومو (الخوف من تفويت الأحداث): تُعرَّف بأنَّها خوفُ الفردِ من تفويتِ الفرد الخبراتِ والأحدَاثِ المُجزيَة أو المُرْضِيَة التي يعيشُهَا الآخَرون (وخاصَّةً الأصدِقاء) دونَ أن يكون مشتركًا فيها أو حاضرًا لها، مما يؤَدي إلى زيادَة رغبة الفرد في البَقاء على اتصالٍ واطلاعٍ مستمر على ما يفعَلُهُ الآخرون، وذلك من خِلال مُتابعة وَسائل التواصل الاجتماعي المختلفة (Przybylski, et al 2013). وتعرف إجرائيًا: بأنها الدرجة الكلية التي حصل عليها الطالب الجامعي على مقياس الخوف من تفويت الأحداث الذي تم تطويره في هذه الدراسة.

حدود الدراسة ومحدداتها

- **الحدود البشرية:** اقتصرت الدراسة الحالية على عينة من طلبة جامعة اليرموك.
- **الحدود المكانية:** يتحدد مكان تطبيق الدراسة الحالية في جامعة اليرموك في محافظة إربد.
- **الحدود الزمانية:** طُبقت الدراسة خلال الفصل الدراسي الأول منَ العام الدراسي 2025/2024م.

كما تتحدد نتائج الدراسة بأداتها (مقياس أعراض الشخصية الوسواسية القهرية، ومقياس متلازمة فومو)، وما تحقق لهما من دلالات صدق وثبات، ودرجة موضوعية الطلبة في الاستجابة لفقراتهما.

الطريقة والإجراءات

منهج الدراسة

استخدم المنهج الوصفي التنبؤي، وذلك لملاءمته أهداف الدراسة الحالية.

عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من (720) طالباً وطالبة من طلبة جامعة اليرموك، المسجلين في الفصل الأول للعام الدراسي 2025/2024م، اختيرو بالطريقة المتيسرة. والجدول (1) يبين توزيع أفراد عينة الدراسة تبعًا لمتغير الجنس.

جدول (1): توزيع أفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغير الجنس

المتغير	المستوى	التكرار	النسبة المئوية%
الجنس	أنثى	420	58.30
	ذكر	300	41.70
المجموع		720	100

أداتا الدراسة

أولًا: مقياس أعراض الشخصية الوسواسية القهرية

لتحقيق أهداف الدراسة، استخدم مقياس أعراض الشخصية الوسواسية القهرية الذي أعده مقدادي والشواشرة (2020)، المكون من (24) فقرة.

دلالات صدق وثبات مقياس أعراض الشخصية الوسواسية القهرية

قام مقدادي والشواشرة (2020) بالتحقق من الصدق الظاهري للمقياس، من خلال عرضه على مجموعة من المتخصصين في العلوم التربوية والنفسية، وقد تم التحقق من دلالات صدق المقياس من خلال حساب معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس والتي تراوحت قيمها بين (0.25-0.54) حيث كانت جميع معاملات الارتباط ذات درجات مقبولة ودالة إحصائيًا. كما قام مقدادي والشواشرة (2020) بالتحقق من ثبات المقياس باستخدام معامل ثبات الاتساق الداخلي (Cronpach Alpha)، حيث بلغ معامل الثبات (0.77)، وأعيد تطبيق المقياس على العينة ذاتها بعد أسبوعين من التطبيق الأول، وحساب ثبات المقياس بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (Test-Re-Test)، حيث بلغ (0.74) للمقياس الكلي.

دلالات صدق وثبات مقياس أعراض الشخصية الوسواسية القهرية في الدراسة الحالية

وللتحقق من صدق المقياس في الدراسة الحالية، عُرض بصورته الأولية (24) فقرة على عدد من الأساتذة المتخصصين في الإرشاد النفسي؛ وفي ضوء ملاحظاتهم أُجريت التعديلات المقترحة على فقرات المقياس، والتي تتعلق بتعديل الصياغة اللغوية لبعض الفقرات، وبهذا استقر المقياس على (24) فقرة. كما استخرجت مؤشرات صدق البناء للمقياس، بتطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (30) طالبًا وطالبة من مجتمع الدراسة ومن خارج عينتها، وحساب معامل الارتباط المصحح (Corrected Item-Total Correlation) بين الفقرة والدرجة الكلية على المقياس، كما هو مبين في الجدول (2).

جدول (2): قيم معاملات الارتباط المصححة بين فقرات مقياس أعراض الشخصية الوسواسية القهرية وبين الدرجة الكلية على المقياس.

الرقم	الارتباط مع الدرجة الكلية	الرقم	الارتباط مع الدرجة الكلية	الرقم	الارتباط مع الدرجة الكلية	الرقم	الارتباط مع الدرجة الكلية
1	0.64	7	0.63	13	0.49	19	0.58
2	0.56	8	0.55	14	0.64	20	0.74
3	0.62	9	0.76	15	0.65	21	0.51
4	0.50	10	0.77	16	0.57	22	0.61

الرقم	الارتباط مع الدرجة الكلية	الرقم	الارتباط مع الدرجة الكلية	الرقم	الارتباط مع الدرجة الكلية	الرقم	الارتباط مع الدرجة الكلية
5	0.51	11	0.38	17	0.50	23	0.59
6	0.58	12	0.69	18	0.47	24	0.60

يتضح من الجدول (2) أنَّ قيم معاملات ارتباط فقرات المقياس مع الدرجة الكلية عليه قد تراوحت بين (0.38- 0.77)، وكانت جميع قيم معاملات الارتباط أعلى من (0.20)، وذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05)، وتُعدُّ هذه القيم مقبولة للإبقاء على الفقرات ضمن المقياس حسب معيار عوده (2010)، الذي يشير الى الاحتفاظ بالفقرة التي يزيد ارتباطها مع الدرجة الكلية للمقياس عن (0.20)؛ وبذلك أصبح المقياس بصورته النهائية يتكون من (24) فقرة.

وللتحقق من ثبات المقياس في الدراسة الحالية، تم استخدام معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) على بيانات التطبيق الأول للعينة الاستطلاعية والبالغ عددها (30) طالبًا وطالبة من مجتمع الدراسة ومن خارج عينتها، كما تم التحقق من ثبات الإعادة للمقياس؛ من خلال إعادة تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية السابقة بفارق زمني مقداره أسبوعين بين التطبيقين الأول والثاني, ومن ثم حساب معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين الأول والثاني، حيث بلغت قيمة ثبات الاتساق الداخلي للمقياس (0.77)، وبلغت قيمة ثبات الإعادة للمقياس (0.79)، وتُعدُّ هذه القيم مقبولة لأغراض الدراسة الحالية.

تصحيح المقياس

تكون مقياس أعراض الشخصية الوسواسية القهرية بصورته النهائية من (24) فقرة، بسلم استجابة رباعي، يأخذ الأوزان التالية: لا تنطبق علي (درجة واحدة)، تنطبق علي بدرجة منخفضة (درجتين)، تنطبق علي بدرجة متوسطة (3) درجات، وتنطبق علي بدرجة مرتفعة (4) درجات، وهذه الدّرجات تنطبق على جميع فقرات المقياس لأنها صيغت بالاتجاه الموجب، وبذلك تتراوح درجات المقياس ككل بين (24-96)، حيث كلّما زادت الدرجة عن (24) كان ذلك مؤشّراً على ارتفاع مستوى أعراض الشخصية الوسواسية القهرية لدى المفحوص. وتم الاعتماد على التصنيف التالي للحكم على الأوساط الحسابية: (أقل من 2 درجة منخفضة)، (2 إلى أقل من 3 درجة متوسطة)، (3 فأكثر درجة مرتفعة).

ثانيًا: مقياس متلازمة فومو (FOMO)

لتحقيق أهداف الدراسة، قام الباحثان ببناء مقياس متلازمة فومو (FOMO) بعد الاطلاع على الدراسات ذات العلاقة بموضوع الدراسة الحالية (Mazlum & Atalay, 2022 ; Metin et al., 2017; Przybylski et al., 2013)، (الشهري، 2023). وقد تكون المقياس بصورته الأولية من(20) فقرة.

دلالات صدق وثبات مقياس متلازمة فومو (FOMO)

تم التحقق من الصدق الظاهري للمقياس، من خلال عرضه على عدد من الأساتذة المتخصصين في الإرشاد النفسي؛ وفي ضوء ملاحظاتهم أُجريت التعديلات المقترحة على فقرات المقياس، والتي تتعلق بتعديل الصياغة اللغوية لبعض الفقرات، وبذلك أصبح المقياس بعد التحكيم يتكون من (16) فقرة.

كما تم التحقق من دلالات صدق البناء؛ من خلال تطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (30) طالبًا وطالبة من مجتمع الدراسة ومن خارج عينتها، وحساب معامل الارتباط المصحح (Corrected Item-Total Correlation) بين الفقرة والدرجة الكلية على المقياس، كما هو مبين في الجدول (3).

جدول(3): قيم معاملات الارتباط المصححة بين فقرات مقياس متلازمة فومو والدرجة الكلية للمقياس

الرقم	الارتباط مع الدرجة الكلية	الرقم	الارتباط مع الدرجة الكلية	الرقم	الارتباط مع الدرجة الكلية	الرقم	الارتباط مع الدرجة الكلية
1	0.74	5	0.66	9	0.61	13	0.61
2	0.52	6	0.54	10	0.56	14	0.60
3	0.49	7	0.61	11	0.75	15	0.70
4	0.59	8	0.57	12	0.71	16	0.47

يتضح من الجدول (3) أنَّ قيم معاملات ارتباط فقرات المقياس مع الدرجة الكلية عليه قد تراوحت بين (0.47- 0.75)، وكانت جميع قيم معاملات الارتباط أعلى من (0.20)، وذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05)، وتُعدُّ هذه القيم مقبولة للإبقاء على الفقرات ضمن المقياس حسب معيار عوده (2010)، الذي يشير الى الاحتفاظ بالفقرة التي يزيد ارتباطها مع الدرجة الكلية للمقياس عن (0.20)؛ وبذلك أصبح المقياس بصورته النهائية يتكون من (16) فقرة.

ثبات المقياس

لتقدير ثبات الاتساق الداخلي لمقياس متلازمة فومو؛ تم استخدام معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) على بيانات التطبيق الأول للعينة الاستطلاعية والبالغ عددها (30) طالبًا وطالبة من مجتمع الدراسة ومن خارج عينتها, كما تم التحقق من ثبات الإعادة للمقياس؛ من خلال إعادة تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية السابقة بفارق زمني مقداره أسبوعين بين التطبيقين الأول والثاني, ومن ثم حساب معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين الأول والثاني، حيث بلغت قيمة ثبات الاتساق الداخلي للمقياس (0.79)، وبلغت قيمة ثبات الإعادة للمقياس (0.83)، وتُعدُّ هذه القيم مقبولة لأغراض الدراسة الحالية.

تصحيح المقياس

تكون مقياس متلازمة فومو بصورته النهائية من (16) فقرة، بسلم استجابة رباعي، يأخذ الأوزان التالية: لا تنطبق علي (درجة واحدة)، تنطبق علي بدرجة منخفضة (درجتين)، تنطبق علي بدرجة متوسطة (3) درجات، وتنطبق علي بدرجة مرتفعة (4) درجات، وهذه الدّرجات تنطبق على جميع فقرات المقياس لأنها صيغت بالاتجاه الموجب، وبذلك تتراوح درجات المقياس ككل بين (16-64)، حيث كلّما زادت الدرجة عن (16) كان ذلك مؤشّراً على ارتفاع مستوى متلازمة فومو لدى المفحوص. وتم الاعتماد على التصنيف التالي للحكم على الأوساط الحسابية: (أقل من 2 درجة منخفضة)، (2 إلى أقل من 3 درجة متوسطة)، (3 فأكثر درجة مرتفعة).

إجراءات الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة، اتبعت الإجراءات الآتية:

- مراجعة الأدب النظري والدراسات السابقة المتعلقة بالدراسة الحالية.
- إعداد مقياسيّ الدراسة بالرجوع إلى الدراسات السابقة ذات الصلة، والتحقق من دلالات الصدق والثبات.
- تقديم مخطط الدراسة وأدواتها لمجلس أخلاقيات البحث العلمي على الإنسان، والحصول على الموافقة ورقم (IRB/2024/093).
- الحصول على كتاب تسهيل المهمة من عمادة كلية التربية في جامعة اليرموك موجه إلى الكليات الجامعية فيها.
- اختيار عينة الدراسة بالطريقة المتيسرة، وتوزيع نسخ المقياسين عليهم ورقيًا وإلكترونيًا عبر نموذج
- إجراء التحليلات الإحصائية المناسبة، واستخلاص النتائج وتفسيرها، وتقديم التوصيات المناسبة.

متغيرات الدراسة

اشتملت عينة الدراسة على المتغير التصنيفي: الجنس، والمتغير المستقل (المتنبئ): أعراض الشخصية الوسواسية القهرية، والمتغير التابع (المتنبأ به): متلازمة فومو لدى طلبة جامعة اليرموك.

المعالجات الإحصائية

للإجابة عن السؤال الأول والثاني، حُسبت الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية واستخدام اختبار "t" للعينات المستقلة لدراسة أثر متغير الجنس على أعراض الشخصية الوسواسية القهرية ومتلازمة فومو، وللإجابة عن السؤال الثالث استخدم تحليل الانحدار الخطي البسيط.

عرض النتائج ومناقشتها

أولًا: نتائج السؤال الأول الذي ينص على: "ما مستوى أعراض الشخصية الوسواسية القهرية لدى طلبة جامعة اليرموك، وهل يختلف باختلاف الجنس؟"". للإجابة عن هذا السؤال، حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة عينة الدراسة على فقرات مقياس أعراض الشخصية الوسواسية القهرية، مع مراعاة ترتيب فقرات المقياس تنازليًا تبعاً لمتوسطاتها الحسابية، كما هو مبين في الجدول (4).

جدول (4): المتوسطات الحسابية والانحر افات المعيارية لفقرات أعراض الشخصية الوسواسية القهرية لدى عينة طلبة جامعة اليرموك مرتبةً تنازليًا تبعاً لمتوسطاتها الحسابية.

الرتبة	مضمون فقرات أعراض الشخصية الوسواسية القهرية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	أبالغ بالشعور بالذنب عند التفكير في ارتكاب أي خطأ.	2.78	0.86	متوسط
2	يتهمني الآخرون بالعناد.	2.77	0.92	متوسط
3	يجب أن يكون عملي كاملاً وخاليًا من الأخطاء مهما صغرت.	2.73	0.87	متوسط
4	ألزم نفسي بمجموعة من المبادئ الأخلاقية الصارمة.	2.72	0.88	متوسط
5	أتجنب التعامل مع من لا يلتزم بالمثل والقيم الأخلاقية العالية، حتى وإن كان أحد أقاربي.	2.69	0.92	متوسط
6	أنزعج كثيراً عندما يتخلص أحد أفراد أسرتي من أشيائي القديمة، مع أنها لا ترتبط بذكرى معينة.	2.68	0.96	متوسط

الرتبة	مضمون فقرات أعراض الشخصية الوسواسية القهرية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
7	لست على استعداد لتقديم أي تنازلات متعلقة بطبيعة حياتي.	2.65	0.91	متوسط
8	أشعر بقلق شديد من عدم إنجاز المهمات بكفاءة عالية، مما يؤدي إلى عدم إنجازها في الوقت المحدد.	2.63	0.91	متوسط
9	أشعر بالضيق الشديد إذا لمْ أضع أغراضي بترتيب خاص.	2.62	0.89	متوسط
10	أحتفظ بالأشياء القديمة مهما كانت؛ لأنني أؤمن أنها ستنفعني في يوم ما.	2.57	0.95	متوسط
11	أستمتع بطرقي التقليدية القديمة في التعامل مع الأشياء، ولا أرغب بتجديدها.	2.55	0.91	متوسط
12	يجب أن تكون هناك قواعد صارمة لأداء الأنشطة اليومية.	2.52	0.90	متوسط
13	أجد صعوبة بالغة في التخلص من بعض الأشياء البالية، حتى وإن كانت غير ضرورية.	12.5	0.96	متوسط
14	عندما أكلف بمهمة ما فإنني أكرّس لها كل وقتي، وأتجاهل مسؤولياتي الأسرية والاجتماعية.	.492	0.92	متوسط
15	إذا تم تكليفي بعمل جماعي، فإنني أقوم بكامل العمل؛ لعدم قناعتي بقدرة الآخرين على إنجازه بالشكل المطلوب.	2.50	0.92	متوسط
16	توقعاتي العالية في دراستي وأعمالي تؤدي إلى تأخري في إنجاز المهمات أو عدم إنجازها.	2.48	0.89	متوسط
17	أعتقد أن الآخرين غير قادرين على إنجاز أعمالهم بشكل جيد.	2.46	0.92	متوسط
18	أقضي وقتًا أكثر من المطلوب في ترتيب وتنظيم الأشياء لدرجة أنني لا أستطيع إنجاز الأعمال الأخرى.	2.42	0.91	متوسط
19	أرفض مشاركة الآخرين في العمل إلا إذا خضعوا تماما لطريقتي في تنفيذ المهمات.	2.41	0.96	متوسط
20	كثيراً ما يتهمني الآخرون بالإدمان على الدراسة أو العمل.	2.40	0.98	متوسط
21	أقضي أوقاتًا أكثر من اللازم في الدراسة أو العمل، لدرجة أنني لا ألتقي بأفراد أسرتي إلاّ قليلاً.	2.39	0.97	متوسط
22	أفضل إدخار المال على التمتع بمباهج الحياة.	2.38	0.94	متوسط
23	أنا أشتري الحاجات الأساسية فقط، أما الكماليات فأعتبرها من قبيل التبذير.	2.36	0.98	متوسط
24	يتهمني الآخرون بالبخل بسبب حرصي على عدم التبذير.	2.21	0.99	متوسط
	أعراض الشخصية الوسواسية القهرية(ككل)	**2.54**	**0.56**	متوسط

يتضح من الجدول (4) أنَّ مستوى أعراض الشخصية الوسواسية القهرية (ككل) لدى عينة طلبة جامعة اليرموك كان متوسطًا بمتوسط حسابي بلغ (2.54)، وتراوحت قيم المتوسطات الحسابية لفقرات أعراض الشخصية الوسواسية القهرية بين (2.21-2.78). ولعل السبب في ذلك يعود إلى وجود توازن بين الضغوط الاجتماعية والأكاديمية وبين قدرة الطلبة على التكيف، حيث تفرض البيئة الجامعية معاييرَ عاليةً للتفوق الأكاديمي أو المستقبل الوظيفي، مما يُحفز سلوكيات مثل المثالية المفرطة والدقة في إنجاز المهام والالتزام الصارم بالمواعيد، كوسيلة للتكيف مع الضغوط الدراسية والسعي لتحقيق النجاح الأكاديمي. كما تمتد هذه الضغوط إلى الجوانب المالية، مما يزيد الحاجة إلى الشعور بالسيطرة، ويؤدي التفكير المستمر في تحقيق الأهداف المستقبلية إلى سلوكيات قهرية مثل التدقيق المتكرر والتركيز المفرط على التفاصيل لتخفيف التوتر والقلق. وتلعب المرحلة العمرية دورًا مهمًا في تطوير الهوية الفردية والمهنية وإثبات الكفاءة. وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراستي نمراوي (2020)، ودراسة سريوي وبنات (2022) من حيث ظهور مستوى متوسط من أعراض الشخصية الوسواسية القهرية. في حين اختلفت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة التوم (2000) التي أظهرت مستوى منخفضًا من أعراض الشخصية الوسواسية القهرية.

ولتحديد أثر الجنس على أعراض الشخصية الوسواسية القهرية (ككل)؛ تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأعراض الشخصية الوسواسية القهرية (ككل)، لدى عينة طلبة جامعة اليرموك تبعًا لمتغير الجنس، كما هو مبين في الجدول (5).

جدول (5): نتائج اختبار"t" للعينات المستقلة (Independent- Samples t-test) للكشف عن دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لأعراض الشخصية الوسواسية القهرية(ككل) تبعاً لمتغير الجنس

المتغير	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعيارى	قيمة (t)	الدلالة الإحصائية
أعراض الشخصية الوسواسية القهرية (ككل)	أنثى	420	2.742	0.613	8.658	*0.000
	ذكر	300	2.394	0.465		

*دالة إحصائيا على مستوى (0.05)

يتضح من الجدول (5) وجود فروق دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين المتوسطات الحسابية لأعراض الشخصية الوسواسية القهرية (ككل) تعزى لمتغير الجنس، حيث كان المتوسط الحسابي للإناث أعلى منه للذكور. ويُعزو الباحثان هذه النتيجة إلى التنشئة الاجتماعية حيث تتعرض الإناث لضغوط اجتماعية وأكاديمية أكبر مقارنة بالذكور، حيث يتوقع منهن تحقيق الكمال في التفوق الأكاديمي، وإنجاز المهام والواجبات، والالتزام بالأدوار التقليدية مثل الترتيب والمسؤولية العائلية. وغالبًا ما تفرض المجتمعات عليهن معايير صارمة تتعلق بالقيم الأخلاقية، والمثالية، والدقة، والاهتمام بالتفاصيل، خاصة في الأدوار العائلية التي تُحمل الإناث مسؤوليات متعددة، مثل الاهتمام بالأعمال المنزلية، رعاية الأطفال، والإلتزام بالوقت. إضافةً إلى ذلك، فإن السمات المرتبطة باضطراب الشخصية الوسواسية القهرية، مثل التنظيم والاهتمام بالتفاصيل والدقة، غالبًا ما تُعتبر سلوكيات مقبولة أو مرغوبة لدى الإناث. ويرى الباحثان أن العوامل البيولوجية والهرمونية، مثل تأثير هرمون الإستروجين، تلعب دورًا في تنظيم المزاج، مما يجعل الإناث أكثر عرضة للإبلاغ عن القلق والاكتئاب، وبالتالي يزيد من احتمالية تشخيصهن باضطراب الشخصية الوسواسية القهرية. وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة الجاف وعلي (2012) التي أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائيًا في مستوى أعراض الشخصية الوسواسية القهرية تِبعًا لمتغير الجنس لصالح الإناث.

ثانيًا: النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الثاني الذي نصَّ على: "ما مستوى متلازمة فومو لدى طلبة جامعة اليرموك، وهل يختلف باختلاف الجنس؟". للإجابة عن هذا السؤال؛ تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد عينة الدراسة على فقرات مقياس ومتلازمة فومو، مع مراعاة ترتيب فقرات المقياس تنازليًا تبعاً لمتوسطاتها الحسابية، كما هو مبين في الجدول (6).

جدول (6): المتوسطات الحسابية والانحر افات المعيارية لفقرات متلازمة فومو لدى عينة طلبة جامعة اليرموك مرتبةً تنازليًا تبعاً لمتوسطاتها الحسابية.

الرتبة	مضمون فقرات متلازمة فومو	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	أرغب دائمًا في أن أكون جزءًا من الأحداث والمناسبات التي يشارك فيها الآخرون.	3.13	1.04	مرتفع
2	أستغرق وقتاً طويلاً في اتخاذ القرارات؛ لتجنب اتخاذ قرار خاطئ قد يفوّت عليّ فرصة معينة.	3.12	0.96	مرتفع
3	أتحقق من هاتفي باستمرار لأتأكد من عدم تفويت أي حدث أو رسالة.	3.09	1.09	مرتفع
4	أشعر بالقلق عندما أكون بعيدًا عن الإنترنت أو وسائل التواصل الاجتماعي لفترة طويلة.	3.06	1.08	مرتفع
5	أشعر بالغضب عندما أعلم أن فرصاً تدريبية قد فاتتني.	3.03	1.01	مرتفع
6	أشعر بأنني يجب أن أكون على اطلاع دائم بكل ما يحدث حولي.	013.	0.99	مرتفع
7	أواجه صعوبة في التخلص من الملفات أو البريد القديم خوفاً من أن يكون هناك شيء مهم بينها.	2.97	1.01	متوسط
8	أشعر بالغضب إذا لم أستطع متابعة المحادثات والمواضيع التي يناقشها الآخرون.	2.93	1.16	متوسط
9	أشعر بالانزعاج عندما أعلم أن أصدقائي حضروا مناسبة ولم يتم دعوتي إليها.	2.92	1.08	متوسط
10	أشعر بالقلق إذا فاتني حدث اجتماعي أو نشاط قام به أصدقائي.	2.91	1.07	متوسط
11	أتفقد وسائل التواصل الاجتماعي بشكل متكرر لمعرفة ما يقوم به الآخرون.	2.88	1.11	متوسط
12	أشعر بالإحباط عندما لا أستطيع المشاركة في الأنشطة التي يقوم بها أصدقائي.	2.87	1.10	متوسط
13	أجد صعوبة في الاستمتاع بما أفعله عندما أعلم أن هناك أشياء أخرى تحدث قد تكون أكثر متعة.	2.86	1.05	متوسط
14	أخشى أن أفوت أشياء أو فرصاً مهمة إذا لم أتواجد على الإنترنت بانتظام.	2.84	1.04	متوسط
15	أعتقد أن الآخرين يستمتعون بحياتهم عندما لا أكون معهم.	2.83	1.15	متوسط
16	أشعر بعدم الراحة عندما أسمع الآخرين يتحدثون عن أنشطة أو أحداث لم أشارك فيها.	2.80	1.06	متوسط
	متلازمة فومو (ككل)	**2.95**	**0.80**	**متوسط**

يتضح من الجدول (6) أنَّ مستوى متلازمة فومو(ككل) لدى عينة طلبة جامعة اليرموك كان متوسطًا بمتوسط حسابي بلغ (2.95), وتراوحت قيم المتوسطات الحسابية لفقرات متلازمة فومو بين (2.80-3.13). ولعل السبب في ذلك يعود إلى وجود توازن نسبي بين العوامل المُحفزة لمتلازمة فومو، مثل التعرض المستمر لوسائل التواصل الاجتماعي والضغوط التنافسية سواء الأكاديمية أو الاجتماعية، وبين آليات التكيف مثل التركيز على الأهداف الأكاديمية وإدارة الوقت التي تقلل من تأثير هذه المتلازمة. إذ يواجه الطلاب ضغوطًا اجتماعية وأكاديمية مستمرة تجعلهم يشعرون بالحاجة إلى مواكبة كل جديد، والاطلاع المستمر على تجارب زملائهم. كما يرى الباحثان أن المرحلة الجامعية هي مرحلة انتقالية مليئة بالتحديات والأحداث، حيث يسعى الطلاب إلى بناء هويتهم وتوسيع شبكاتهم الاجتماعية، مما يدفعهم للانخراط في الأنشطة والأحداث والمناسبات المختلفة، لضمان عدم تفويت أحداث

قد تكون مهمة وتُشكل فارقاً في مستقبلهم الأكاديمي والمهني وتأثيرها على مكانتهم الاجتماعية. وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة قطيشات وأبو شرور (Qutishat & Abu Sharour, 2019)التي أظهرت مستوى متوسطًا من متلازمة فومو (FOMO). في حين اختلفت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة نور حفيظة وزملائها (Nurhafiza et al., 2024) التي أظهرت مستوى مرتفعًا من متلازمة فومو (FOMO).

ولتحديد أثر الجنس على متلازمة فومو(ككل)؛ تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتلازمة فومو(ككل), لدى عينة طلبة جامعة اليرموك تبعًا لمتغير الجنس، كما هو مبين في الجدول (7).

جدول (7): نتائج اختبار"t" للعينات المستقلة (Independent- Samples t-test) للكشف عن دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لمتلازمة فومو(ككل) تبعاً لمتغير الجنس

المتغير	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (t)	الدلالة الإحصائية
متلازمة فومو (ككل)	أنثى	420	3.091	0.720	3.960	**0.000***
	ذكر	300	2.854	0.839		

***دالة إحصائيا على مستوى (0.05)**

يتضح من الجدول (7) وجود فروق دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين المتوسطات الحسابية لمتلازمة فومو(ككل) تعزى لمتغير الجنس، حيث كان المتوسط الحسابي للإناث أعلى منه للذكور. ويعزو الباحثان سبب ذلك إلى أن الإناث يتميّزنَ بحساسية أعلى تجاهَ التفاعلاتِ الاجتماعية والعاطفية والمتطلبات الأكاديمية مقارنةً بالذكور، مما يزيد من انشغالهنَّ بمتابعةِ الأحداثِ والمستجداتِ عبرَ وسائل التواصل الاجتماعي. كما أن الإناث بِطبعهنَّ أكثر حرصًا على الالتزام الدراسي وحضورِ المحاضرات، خوفًا من إهمالِ أي تفصيل قد يؤثر على مسارهنَّ. وتَبرزُ كذلك ظاهرة المقارنة الاجتماعية المتكررة لديهنَّ، إضافةً إلى مُتابعة المعاييرِ الجمالية المرتبطةِ بالمظهر والموضة، حيث تُقيَّم التجارب الحياتيّة التي فاتتهُنَّ وِفقَ سيناريوهاتٍ ذهنيةٍ مثالية وكأنَّه قد حدثَ لهنَّ أو كان ينبغي أن يحدثَ، مما قد يزيد من شعورهِنَّ بالخوفِ من تفويتِ الاحداثِ (FOMO). وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات كنوش (2023)، ودراسة مصطفى وحسن (2023)، ودراسة كابا ماشادو وزملائه (Caba-Machado et al., 2024) من حيث وجود فروق دالة إحصائيًا في مستوى متلازمة فومو تِبعًا لمتغير الجنس لصالح الإناث.

ثالثًا: النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الثالث الذي نصَّ على: "ما القدرة التنبؤية لأعراض الشخصية الوسواسية القهرية بمتلازمة فومو لدى طلبة جامعة اليرموك؟". للإجابة عن هذا السؤال؛ تم استخدام تحليل الانحدار الخطي البسيط، كما هو مبين في الجدولين (8،9).

جدول (8): نتائج اختبار تحليل الانحدار الخطي البسيط لأثر أعراض الشخصية الوسواسية القهرية على متلازمة فومو

النموذج الفرعي	R	R2	R2 المعدل	الخطأ المعياري للتقدير	إحصاءات التغير				
					التغير في R2	F التغير	درجة حرية البسط	درجة حرية المقام	الدلالة الإحصائية لـ F
1	0.378	0.143	0.142	0.741	0.143	119.849	1	718	**0.000***
1: المتنبئات: (ثابت الانحدار)، أعراض الشخصية الوسواسية القهرية (ككل)									

***دالة إحصائيا على مستوى (0.05)**

يتضح من الجدول (8) أن أعراض الشخصية الوسواسية القهرية قد فسرت ما مقداره (14.30%) من التباين في متلازمة فومو.

جدول (9): الأوزان اللامعيارية والمعيارية لأعراض الشخصية الوسواسية القهرية (ككل)

المتنبئات	الأوزان اللامعيارية		الأوزان المعيارية	t	الدلالة الاحصائية
	B	الخطأ المعياري	*B*		
ثابت الانحدار	0.958	0.232		4.120	**0.000***
أعراض الشخصية الوسواسية القهرية	0.481	0.053	0.336	9.106	**0.000***

***دالة إحصائيا على مستوى (0.05)**

يتضح من الجدول (9) أن مستوى متلازمة فومو يرتفع بمقدار(0.336) من الوحدة المعيارية كلما ارتفع مستوى أعراض الشخصية الوسواسية القهرية بمقدار وحدة معيارية (انحراف معياري) واحدة، وبالتالي تكون معادلة الانحدار للتنبؤ بمتلازمة فومو كما يلي:

$$\hat{y} = 0.958 + 0.481x_1$$

حيث: $\hat{y}$: متلازمة فومو، x_1: أعراض الشخصية الوسواسية القهرية.

ويعزو الباحثان سبب ذلك إلى أن هناك خصائص مشتركة بين الشخصية الوسواسية القهرية ومتلازمة فومو (FOMO) وهي: المثالية المفرطة والخوف من الإخفاق، الاهتمام بالتفاصيل، القلق والانشغال الدائم بالأفكار القهرية، والحاجة إلى السيطرة والتحكم، التردد والصعوبة في اتخاذ القرار، والحاجة إلى القبول الاجتماعي والخوف من العزلة، وهذا يجعل الأفراد الذين يعانون من أعراض الشخصية الوسواسية القهرية أكثر عرضة لمتلازمة فومو، مما يدفع الطلبة إلى مراقبة وسائل التواصل بشكل قهري، خوفاً من تفويت حدث مهم، والحفاظ على صورة اجتماعية مثالية.

التوصيات

في ضوء نتائج الدراسة، قدم الباحثان التوصيات الآتية:

- عقد ندوات وورش تُسهم في خفض مستوى أعراض الشخصية الوسواسية القهرية ومتلازمة فومو لدى طلبة الجامعات.
- زيادة وعي طلبة الجامعات بأعراض الشخصية الوسواسية القهرية ومتلازمة فومو، والآثار السلبية الناتجة عنهما سواء على المستوى الدراسي أو الاجتماعي أو المهني.
- توجيه مراكز الإرشاد النفسي في الجامعات للكشف عن الأفراد الذين يعانون من هذه المشكلات، والتعامل معها حتى لا تتطور إلى اضطراب.
- إجراء المزيد من الدراسات المستقبلية والتي يُقترح أن تتناول متغيرات أخرى، كالعمر، والحالة الاجتماعية، المؤهل العلمي.
- إجراء دراسات تجريبية، تهدف إلى تطوير برامج إرشادية، تُسهم في خفض مستوى أعراض الشخصية الوسواسية القهرية ومتلازمة فومو لدى طلبة الجامعات.

المصادر والمراجع

إبراهيم، ع.، وعسكر، ع. (2008). *علم النفس الاكلينيكي في ميدان الطب النفسي*. مكتبة الأنجلو المصرية.

أحمد، ر.، وعجاجه، ص. (2022). الخوف من فوات الشيء (الفومو) وعلاقته بكل من اضطرابات النوم وإدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى عينة من طلبه الجامعة. *مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، 16* (2)، 1-64.

التوم، إ. (2000). *الشخصية الوسواسية لدى طلاب الجامعات وعلاقتها ببعض أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء: دراسة ميدانية بولاية الخرطوم. رسالة ماجستير منشورة*، جامعة أم درمان الاسلامية، السودان.

الجاف، ر.، وعلي، د. (2012). اضطراب الشخصية الوسواسية – القسرية لدى طلبة الجامعة على وفق نموذج العوامل الخمسة. *مجلة كلية الاداب، 2*(100)، 656-716.

سريوي، أ.، وبنات، س. (2022). نوعية الحياة الزوجية وعلاقتها باضطراب الشخصية الوسواسية القهرية لدى النساء في مدينتي عمّان وإربد. *المجلة الدولية للبحوث النفسية والتربوية، 1* (3)، 330-356.

الشهري، ع. (2023). الخوف من الضياع والإحتراق المهني لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس بجامعة الملك خالد. *مجلة جامعة الملك خالد للعلوم التربوية، 10* (3)، 1-20.

كنوش، م. (2023). متلازمة "الفومو" في ظل التعليم الإلكتروني لدى طلبة الجامعة. *مجلة جامعة تكريت للعلوم الانسانية، 30*(10)، 392-411.

مصطفى، م.، وحسن، ش. (2023). صعوبات التنظيم الانفعالي كعامل منبئ بالخوف من ضياع الأحداث (فومو) لدى عينة من المراهقين الذين لديهم اضطراب فقدان الشهية العصبي. *مجلة قه لاى زانست العلمية، 8*(5).

مقدادي، م. (2019). *إسهام مستوى التماسك الأسري والترتيب الولادي والتشوهات المعرفية في التنبؤ بأعراض الشخصية الوسواسية لدى طلبة جامعة اليرموك*. أطروحة دكتوراة غير منشورة، جامعة اليرموك، الأردن.

مقدادي، م.، والشواشرة، ع. (2020). العلاقة بين اعراض الشخصية الوسواسية القهرية والتشوهات المعرفية لدى طلبة جامعة اليرموك. *مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، 28*(5)، 829-846.

منصور، م.، والناغي، ي. (2024). التأثيرات النفسية لمتلازمة فومو وعلاقتها بالاستخدام المفرط لصفحات المؤثرين بمواقع التواصل الاجتماعي في ضوء نظرية

الاستخدام التعويضي للانترنت. *مجلة البحوث الإعلامية في جامعة الازهر، 3*(71).
نمراوي، س. (2020). *الاكتئاز القهري واضطراب الشخصية الوسواسية لدى طلبة جامعة اليرموك*. رسالة ماجستير منشورة، جامعة اليرموك، الأردن.

References

Alt, D. (2017) .Students social media engagement and fear of missing out (FOMO) in a diverse classroom .*Journal of Computing in Higher Education, 29*(2), 388-410.

Abel, P., Buff, L., & Burr, A. (2016). Social Media and the fear of missing out: Scale development and assessment. *Journal of Business and Economics Research (JBER), 14*(1), 33-44.

Akbari. M., Seydavi, M., Palmieri, S., Mansueto, G., Caselli, G., & Spada, M. (2021). Fear of missing out (FoMO) and internet use: A comprehensive systematic review and meta-analysis. *Journal of Behavioral Addictions, 10*(4), 879-900.

APA. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th ed.). Washington, DC: American Psychiatric Publishing.

Beck, A., Freeman, A., & Davis, D. (2004). Cognitive therapy of personality disorders (2nd ed.). New York, NY: Guilford.

Barry, C., & Wong, M. (2020). Fear of missing out (FoMO): A generational phenomenon or an individual difference? *Journal of Social and Personal Relationships, 37*(12), 2952-2966.

Caba-Machado, V., Mcilroy, D., & Padilla-Adamuz, F. (2024). Night-time use of electronic devices, fear of missing out, sleep difficulties, anxiety, and well-being in UK and Spain: A cross-cultural comparison. Current Psychology, 43, 21134-21145.

Elhai, J., Yang, H., & Montag, C. (2021). Fear of missing out (FOMO): overview, theoretical underpinnings, and literature review on relations with severity of negative affectivity and problematic technology use. *Brazilian Journal of Psychiatry, 43*(2), 203-209.

Firth, J., Conlon, C., & Cox, T. (2020). *Oxford Textbook of Medicine* (6th ed.). Oxford University Press.

Gupta, M. & Sharma, A. (2021). Fear of missing out: A brief overview of origin, theoretical underpinnings and relationship with Mental Health. *World Journal of Clinical Cases, 9*(19), 4881-4889.

Hertler, S. (2013). Understanding obsessive-compulsive personality disorder: reviewing the specificity and sensitivity of DSM-IV diagnostic criteria. *Sage Open, 3*(3), 1-10.

Hertler, S. (2014). A review and critique of obsessive-compulsive personality disorder etiologies: Reckoning with heritability estimates. *Europe's Journal of Psychology, 10*(1), 168-184.

Hodkinson, C. (2019). "Fear of Missing Out' (FOMO) marketing appeals: A conceptual model. *Journal of Marketing Communications, 25*(1), 65-88.

Hurst, C. (2007). *Social Inequality: Forms, causes, and consequences.* Boston: Pearson Education.

Jabeen, F., Tandon, A., Sithipolvanichgul, J., Srivastava, S., & Dhir, A. (2023). Social media-induced fear of missing out (FOMO) and social media fatigue: The role of narcissism, comparison and disclosure. *Journal of Business Research, 159*, 113693.

Kadhim, A. (2020). Moderation Role of Resilience on the Effect of Authoritarian Fathers on Obsessive-Compulsive Personality Disorders Among Undergraduate Students. *Al-Mustansiriya Journal of Arts, 44*.

Kasbun, R., Aziz, S., & Ab Rahman, N. (2019). Kajian Rintis: Kelaziman dan Akibat Mengalami FOMO dalam Kalangan Warga KUIS. *Malaysian Journal of Information and Communication Technology (MyJICT), 4*(2), 54-65.

Lewin, K. (2013). *A dynamic theory of personality-selected papers* (2nd ed.). Read Books Ltd.

Livesley, W. J., & Larstone, R. (Eds.). (2018). *Handbook of personality disorders: Theory, research, and treatment.* (2nd Edition). Guilford Publications.

Mazlum, M., & Atalay, A. (2022). Developing the fear of missing out (FoMO) scale for university students: The validity and reliability study. *Journal of Pedagogical Research, 6*(4) 20-34.

Metin, B., Pehlivan, R., Tarhan, N. (2017). Realiability And Validity Of Missing Out Scale. *The Journal Of Neurobehavioral Sciences, 4*(2).

Nurhafiza, Ardi, Z., Karneli, Y., Hariko, R. (2024). The Analysis of FoMO Behavior Based on Levels of Self-Esteem and Self-Concept: A Study among University Students. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, *13*(3), 1192.

Przybylski, A., Murayamu, K., Dehaan, R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral Correlates of Fear of Missing Out. *Computers in Human Behavior, 29*(4), 1841-1848.

Qutishat, M., & Abu Sharour, L. (2019). Relationship Between Fear of Missing Out and Academic Performance Among Omani University Students: A Descriptive Correlation Study. *Oman Medical Journal, 34*(5), 404-411.

Rifkin, J., Cindy, C., & Kahn, B. (2015). Fomo: How the Fear of Missing Out Leads to Missing Out. *NA - Advances in Consumer Research, 43*, 244-248.

Rowland, T., Jainer, A., & Panchal, R. (2017). Living with obsessional personality. *BJPsych bulletin, 41*(6), 366-367.

Samuel, D., Riddell, A., Lynam, D., Miller, J., & Widiger, T. (2012). A Five-Factor Measure of Obsessive Compulsive Personality Traits. *Journal of Personality Assessment, 94*(5), 456-465.

Sheehan, L., Nieweglowski, K., & Corrigan, P. (2016). The stigma of personality disorders. *Current Psychiatry Reports, 18*(1), 11-31.

Villemarette-Pittman, N., Stanford, M., Greve, K., Houston, R., & Mathias, C. (2004). Obsessive-Compulsive Personality Disorder and Behavioral Disinhibition. *The Journal of psychology, 138*(1), 5-22.

Yuan, G., Elhais, J., & Halld, B. (2021). The influence of depressive symptoms and fear of missing out on severity of problematic smartphone use and Internet gaming disorder among Chinese young adults: A three-wave mediation model. *Addictive Behaviors, 112*.