2025 آب مجلة دراسات في الإنسانيات والعلوم التربوية العدد 11
August 2025 Journal of Studies in Humanities and Educational Sciences No. 11
Print ISSN 3006-3256 Online ISSN 3006-3264

الخوف من فوات الشي عند طلبة المرحلة الإعدادية

الأستاذ: الاء جميل صالح العكيلي
الباحثة: اسراء حسين كريم
جامعة الكوفة/كلية التربية للبنات
esraah,abedi@student.uokufa.edu.iq - alaaj.saleh@uokufa.edu.iq

المستخلص:

يهدف البحث الحالي الى التعرف على الخوف من فوات الشي عند طلبة المرحلة الإعدادية ودلالة الفرق لمقياس الخوف من فوات الشي وفق متغير الجنس (ذكور –اناث) ولتحقيق اهداف البحث الحالي استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي حيث يتكون مجتمع البحث الحالي من طلبة المرحلة الإعدادية وقد بلغ مجتمع البحث الحالي من (5649) طالب وطالبة من التخصص (العلمي –الإنساني) وقامت الباحثة باختبار العينة عشوائية طبقية وبلغت العينة الإحصائية (400) طالب وطالبة وقد قامت الباحثة ببناء المقياس للخوف من فوات الشي على وفق نظرية (przbyiski: 2013) الذي تكون من (24) فقرة وبعد ان تم عرضه على المحكمين واجراء المعالجات الإحصائية اصبح يتكون من (22) فقرة وقد تم تطبيقه على عينة البحث النهائية (565) طالب وطالبة وجمع البيانات ومعالجتها احصائيا توصلت الباحثة الى مجموعة من النتائج . 1- 1-طلبة المرحلة الإعدادية يتصفون بالخوف من فوات الشي. 2-ان الطلاب الذكور لديهم خوف من فوات الشي بنسبة اعلى من الطالبات الاناث وقد يرجع هذا لطبيعة الاختلافات البيئية او السلوكية لديهم.

الكلمات المفتاحية: الخوف من فوات الشي ، طلبة المرحلة الإعدادية.

The fear of missing out among middle school students.

Kareem Hussein Esraa
Alaa Jamil Saleh Al-Ukaili: prof
Kufa University -College of Education for women

Abstract

The current research aims to identify the fear of missing out among middle school students and the significance of the differences in the fear of missing out scale according to gender (male-female). To achieve the objectives of the current research, the researcher employed a correlational descriptive methodology, with a sample community consisting of middle school students totaling (5649) male and female students from (scientific-humanitarian) specialties. The researcher selected a stratified random sample of (400) students. The researcher developed a scale for fear of missing out based on the theory of (Przybylski: 2013), which consisted of (24) items. After being reviewed by experts and conducting statistical treatments, it was reduced to (22) items. It was applied to the final research sample of (565) students, and after collecting and statistically processing the data, the researcher reached a number of results: 1- Middle school students tend to exhibit a fear of missing out. 2- Male students have a higher fear of missing out compared to female students, which may be attributed to differences in their environmental or behavioral characteristics.

Keywords: Fear of missing out ، Middle school students.

مشكلة البحث:

تشكل مرحلة طلبة الاعدادية شريحة مهمة من شرائح المجتمع لأنها تقع وسطا بين التعليم الاساسي من ناحية والتعليم العالي من ناحية ثانية. ولا شك أن الاهتمام بطلبه الاعدادية ومعرفة احتياجاتهم ودراسة خصائصهم النفسية والاجتماعية في ظل التغيرات الاجتماعية وأن طلبه الاعدادية أكثر الفئات عرضة للكثير من المشكلات النفسية والصراعات نتيجة المواقف والأحداث المتعددة التي يواجهونها في حياتهم المدرسية والعملية، وهذه الضغوط الحياتية والأكاديمية قد تجعلهم فريسة للوقوع في العديد من المشكلات النفسية والاجتماعية التي تسبب وجود سوء توافق نفسي واجتماعي، ونلاحظ في الآونة الأخيرة حدوث طفرة تكنولوجية هائلة ساهمت في إفراز مجموعة من الظواهر التي لم تكن معروفة من قبل، ومن تلك الظواهر ظهور ما يسمى بـ الخوف من فوات الشيء يعد شعور الخوف من فوات الشي احد المشاعر التي تنشأ لدى الأفراد الذين يغيبون عن هذه المواقع الاجتماعية لأنهم يعتقدون بأن هذا الغياب أو الانقطاع سوف يجعلهم يفقدون معلومات مهمة قد تنشر من الأصدقاء أو قد يكون احد من المقربين أكثر خبرة منه على هذه المواقع التواصلية مما يجعل الأفراد يتولد لديهم شعور الخوف من الضياع وهذا الشعور ارتبط ارتباط مباشر بتقييم وتفسير الفرد لذاته سواء كانت مرتبطة أو معتمدة على الآخرين أو مستقله وهذا التفسير الذاتي للفرد يتأثر بالمواقف الاجتماعية والثقافية للأفراد ضمن البيئة التي تتشكل فيها هواياتهم التي تتأثر بالثقافة الاجتماعية..

إلا أن التناول الحقيقي لمصطلح الفومو FOMO وهو اختصار لـ Fear Of Missing Out والذي يعني الخوف من فوات شيء ما سواء كان هذا الشئ حدث أو موقف أو حتى اجتماع مدعو له الفرد أو أي شئ يوليه اهتماماً. وتشير رحاب يحي & صفاء أحمد (2022) أن نسبة انتشار الخوف من فوات الأشياء (الفومو) تصل إلى 63% بين الشباب والراشدين، في حين تبلغ النسبة بين المراهقين إلى أكثر من 71%. وجدير بالذكر أن الفومو له العديد من الآثار المترتبة منها أن الفرد يقع أسير الحاجة القهرية لمعرفة الأخبار مما يؤثر على مزاجه وفقدانه الاستمتاع بالحياة .(Murdock, Daly Cano, & Rose,2020،Adam)

وبشكل أكثر تحديدا تسعى الدراسة الحالية للإجابة على السؤال الاتي:

هل يوجد خوف من فوات الشي عند طلبة المرحلة الاعدادية؟

اهمية البحث:

يشهد المجتمع في الألفية الثالثة مجموعة من التغيرات الثقافية والاجتماعية المتسارعة والتي ساهمت بدورها إلى ظهور بعض التداعيات السلبية على الأفراد، أدى ذلك إلى تشكيل مجموعة من الضغوط والمشاكل النفسية وظهورالظواهر التي لم تكن موجودة من قبل، ومما لا شك فيه أن أكثر الفئات تضررا هم فئة طلبه الاعدادية وهي تعادل مرحلة المراهقة المتأخرة وهم أكثر المراحل تأثرا بتلك التغيرات وأكثر حساسية لها ومن تلك الظواهر الملموسة التي ظهرت مؤخراً ظاهرة الخوف من فوات الشيء ولعل الخوف من فوات الاشياء واحدة من الموضوعات البحثية المتناولة حديثاً على الصعيد العالمي والمحلي؛ وذلك لما خلفه التقدم التكنولوجي ووسائل التواصل الاجتماعي من إدمان لمتابعة الأخبار ومتابعة الأحداث المختلفة على كافة مجالات الحياة. ويُعرف الخوف من فوات الأشياء الفومو (FOMO) بأنه حالة من الإنغماس تدفع الفرد أن يكون على اتصال دائم مع ما يفعله الآخرون، خوفاً

أن يفوته حدث دون المشاركة به أو القلق من أن يفوته حدث للتفاعل الاجتماعي أو تجربة جديدة أو استثمار مربح أو حتى فقد علاقة اجتماعية، وبشكل عام يرتبط هذا الخوف بالحرص على عدم فقدان شيء أفضل يحدث من دونك. Hodkinson, (2019)

وجدير بالذكر أن الفومو تم دراستها في علاقتها بعديد من المتغيرات المؤثرة من أبرزها على الصعيد العربي دراسة فاطمة سعود عبد العزيز (٢٠٢٢) التي تناولت الفومو لدي عينة من الشباب لكويتي، ودراسة سامية محمد صابر (٢٠٢١) التي تناولتها كشكل من أشكال الاستخدام المشكل للهواتف الذكية، ودراسة أحمد عادل عبد الفتاح (٢٠٢٢) التي تناولت الفومو لدى المكفوفين، ودراسة هالة أحمد عبد الحليم (٢٠٢١) التي تعاملت مع الفومو كمتغير وسيط بين تقدير الذات وإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، أما دراسة رحاب يحي أحمد (٢٠٢٢) فسعت للكشف عن العلاقة بين الفومو وكلا من إضطرابات النمو وإدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، أما دراسة جيهان شفيق عبد الغني (٢٠٢٢) فكشفت عن العلاقة بين الفومو وادمان الشبكات الاجتماعية. وعلى صعيد الدراسات الأجنبية فقد تم تناول الفومو بشكل أكثر من تناولها بالدراسات العربية.

اهداف البحث:

يستهدف البحث الحالي التعرف الى:

1-الخوف من فوات الشي لدى طلبة المرحلة الاعدادية

2-الفروق ذات الدلالة الاحصائية بالخوف من فوات الشي عند طلبة المرحلة الاعدادية تبعا لمتغير الجنس (ذكور -اناث)

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بالحدود الموضوعية وهي دراسة اسهام الخوف من فوات الشي في الابعاد الخمسة للمنظور الزمني لدى طلبة المرحلة الإعدادية (الصف الخامس) ولكلا الجنسين (ذكور- اناث) وللتخصص (علمي –انساني) للدراسة الصباحية في مدارس اعداديات محافظة النجف الاشرف.

مصطلحات البحث:

اولا: الخوف من فوات الشي:

عرفه (przbyiski, 2013):

بأنه "التخوف من إن يحصل الآخرون على خبرات يغيب عنها الفرد ولا يتمتع بالرغبة في الاتصال مع الآخرين ومعرفة ماذا يفعلون" (przbylski,2013:711).

تعريف النظري: تبنت الباحثة تعريف (przbylski,2013) تعريفاً نظرياً لبحثها كونها قد تبنت نظريته ويتناسب مع أهداف بحثها الحالي.

التعريف الإجرائي للباحثة: هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب عن طريق اجابته على فقرات مقياس الخوف من فوات الشي الذي بنته الباحثة.

الفصل الثاني الإطار النظري:

النظريات التي تفسر الخوف من فوات الشيء (الفومو)

أ- نظرية بريزيبلسكي (Przybylski 2013) للفومو (Fomo):

يرى بريزيلسكي أن الناس لديهم ميل إلى الاهتمام بما يفعله الآخرون في كل مكان وأغلب البشر يرغبون البقاء على اتصال مع ما يفعله الآخرون لذلك يتولد لديهم مشاعر الفومو (Fomo) الذي أعده بأنه تخوف واسع الانتشار في الآخرين وقد يجنون تجارب مجزية أكثر من الفرد نفسه فأغلب مشاعر الفومو تحدث مع الأصدقاء ويفتقدون للاندماج الاجتماعي الواقعي والإلكتروني لهذا تظهر لديهم مشاعر الفومو (Fomo) ويحسب الموقف كما أكد ذلك دراسة ها مدروفا Hamdrof (2002) عندما درس على طلاب يدرسون في الخارج حيث أكد أن الفومو قد يكون له جذور عصبية في الدماغ حيث أكد أن الخوف من الضياع والفقدان له علاقة بالحاجة إلى الانتماء وأنماط النشاط في الدماغ حيث أكدت دراسة أخرى (Przybylski) بارتباط الخوف من الضياع بالحاجة إلى الانتماء لما وجدته من تقاطع للنشاط في الفص الصدفي الجداري الأيسر للدماغ وهذا ما يؤكد ان الناس بحاجة إلى البقاء على اتصال مع الآخرين ونقص هذا الاتصال يؤدي إلى الخوف من الضياع وبالتالي فإن البشر له حاجة أساسية للتواصل (2013:711Przybyiski)

الدراسات السابقة:

اولا: الخوف من فوات الشي:

من أبرز تلك الدراسات دراسة Abel et .aI (2016) والتي سعت إلى التحقق من الارتباط بين الفومو ومستوي القلق، وكانت عينة الدراسة مكونة من (٢٠٢) مشارك من الذكور والإناث، واستخدام الباحثون مقياس الخوف من فوات الشيء (الفومو) (إعداد الباحثان ومقياس القلق إعداد Degong et al 2012.،)، وخلصت نتائج الدراسة إلى أن الخوف من فوات الشيء (الفومو) مرتبط ارتباطا سلبياً بتقدير الذات وايجابي بمستوي القلق، وأن الأفراد ذو المستوي المرتفع من الفومو يتسمون بالقلق الزائد.

أما دراسة Adams et al. (2020) فقد هدفت لتعرف على الحساسية الاجتماعية والخوف من فوات الشي وتكونت عينة البحث من (٢٨٣) مشارك، واستخدام مقياس الخوف من فوات الشيء (الفومو) ، وخلصت نتائج الدراسة أن ارتفاع الحساسية الاجتماعية والخوف من فوات الشيء (الفومو) يؤدي إلى انخفاض جودة ومقدار النوم لدى طلبه الجامعة، وأنهم يعانون من مستويات مرتفعة من الأرق والتوتر ويعانون من الكوابيس الليلية والتي بدورها ترتبط بضعف الصحة النفسية لديهم. في حين سعت دراسة Shoval et al. (2021) إلى بحث العلاقة بين استخدام الهاتف الذكي وجودة النوم والقلق والخوف من فوات الشيء (الفومو) لدى عينة من الشباب تكونت عينة البحث من (٤٦٧) من الذكور والاناث وكان من ابرز نتائجها وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الخوف من فوات الشيء (الفومو) والقلق.

الفصل الثالث منهجية البحث واجراءاته:

اولاً: منهجية البحث: Research Method

يعتمد البحث الحالي على المنهج الوصفي ، إذ يتم تحليل وتفسير الظاهرة أو المشكلة وتصنيفها وإخضاعها للدراسة الدقيقة (عبد العزيز، 2010، 164)، إذ يتوقف إختيار الباحثة لمنهج معين دون أخر

أثناء دراسة ظاهرة معينة على نوع البحث والهدف منه، وأنَّ هدف البحث الحالي هو دراسة مدى إسهام الخوف من فوات الشيء في الأبعاد الخمسة للمنظور الزمني عند طلبة المرحلة الاعدادية.

ثانيا: مجتمع البحث Population of the Research:

يقصد بمجتمع البحث هو مجموعة الأفراد أو الأشياء أو أعداد والتي لها خاصية مشتركة يمكن ملاحظتها أو تحليلها (صبري وآخرون، 2001: 15)، إن أولى الخطوات في إختيار العينة هو تحديد المجتمع موضوع الدراسة، ومجتمع البحث هو مجموعة الأفراد أو التي تريد الباحثة أن تعمم نتائج دراستها عليها، وهذه المجموعة لها خصائص مشتركة قابلة للقياس، إذ يتكون المجتمع الأصلي للبحث الحالي من طلبة المرحلة الاعدادية للعام الدراسي (2024-2025)، في مدارس تربية محافظة النجف الاشرف، مصنفين بحسب جنس الطلبة (طالب، طالبة). ومنها تألف المجتمع الأصلي للبحث الحالي من (5649) طالب وطالبة، موزعين على طلبة المدارس الصف الخامس، بواقع عدد الطلاب (2504) وطالبة (2739) من ذوي التوجه العلمي، في حين بلغ عدد الطلاب (312) وطالبة (194) من ذوي التوجه الأدبي[1]، الوقت الذي تشير فيه الباحثة الى أنّها تعالمت مع كلا التوجهين على نحو عام حين تبين لها إنَّ عدد أفراد مجموع الكلي من ذوي التوجه الأدبي قليل جدا مقارنة من ذوي التوجه العلمي. ذلك سيؤثر على مستوى التباين في حال إستعمالهما بشكل منفصل. وعلى هذا أجري هذا التعامل مع المُجتمع الأصلي وباق الإجراءات الأخرى.

ثالثاً: عينات البحث Research Sample:

تعد العينة جزءاً أو شريحة من المجتمع تتم دراسة الظاهرة عليها وتتضمن خصائص المجتمع الأصلي الذي نرغب في التعرف على خصائصه، كما يعد تحديد العينة وإختيارها أمراً ضرورياً ويغني الباحثين عن دراسة كل وحدات المجتمع الأصلي ومفرداته ولاسيما في حالة صعوبة دراسة كل الوحدات (قنديلجي113: 1993). ولا شك ان الباحث يفكر في عينة البحث منذ ان يبدأ في تحديد مشكلة البحث وأهدافه، إلا ان طبيعة البحث وخطته وفروضه تتحكم في خطوات تنفيذه واختيار أدواته مثل العينة والاختبارات والاستبانات اللازمة لذلك (عبيدات واخرون، 2005: 99). كما ويقصد بالعينة (Sample) هي النماذج التي يختارها الباحث بطريقة معينة في مجتمع البحث لكي تمثل المجتمع ويقوم بتحليلها ومناقشتها والوصول إلى نتائج منسجمة مع أهدافه وفرضياته (الدليمي، 5: 2013) إذ يتم اختيارها على وفق قواعد محددة بهدف تمثيل المجتمع تمثيلاً صحيحاً، واشتملت عينات البحث الحالي على ما يأتي:

1-العينة الاستطلاعية (عينة وضوح الفقرات والتعليمات):

الغرض من العينة الاستطلاعية هو التحقق من مدى فهم افراد العينة لفقرات المقياس وتعليماته (فرج، 100: 1997)، وكذلك حساب الزمن الذي يستغرقه المستجيب للإجابة عن المقياس والتعرف أيضاً على الصعوبات التي تواجه المستجيب (خطاب، 43: 2009). لهذا تم اختيار العينة الاستطلاعية البالغة (30) من الطلبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية (Random Sample) والتي تمثلت في مدارس النجف للصف ولطلبة الصف الخامس الإعدادي. والممثلة في كلّ من مدرستي (ع. زينب الكبرى و ع. الفرزدق) للطالبات. ومدرسة (ع. الجزيرة و ع. جواد سليم) للطلاب.

2. عينة التحليل الإحصائي:

تشير معظم ادبيات القياس النفسي الى ضرورة اجراء التحليل الاحصائي لفقرات المقاييس النفسية على عينات كبيرة تكون ممثلة للمجتمع الأصلي ويرى (Henryson)ان حجم العينة المناسب لعملية التحليل

[1] تم الحصول على مجتمع البحث الحالي لطلبة المرحلة الإعدادية من قسم الإحصاء التابع المديرية العامة للتربية محافظة النجف الاشرف للعام الدراسي (2024-2025) بموجب كتاب تسهيل المهمة الصادر من عمادة كلية التربية للبنات \ شعبة الدراسات العليا ذي العدد (8741) في 2024\10\23 في ملحق (1)

الاحصائي للفقرات من الأفضل ان لا يقل عن (400) والا يزيد على (500) فرد وعلى ان يتم اختيارهم بصورة دقيقة من المجتمع الأصلي (Henryson:1963, 132).
والهدف منها هو الحصول على بيانات لأجراء عملية التحليل الاحصائي لفقرات المقياس والتي تعد من الخطوات الاساسية لبنائه (Anastasi: 1989:192) وقد تم اختيار عينة التحليل الاحصائي للفقرات بصورة
عشوائية وللحصول على عينة أكثر تمثيلا تم الاعتماد على ذات الراي. غير ان (Anastasi: 1989) اشارت الى ان أفضل حجم لعينة تحليل الفقرات هو ان يكون في كل مجموعة من المجموعتين الطرفيتين في الدرجة الكلية (100) فرد اذ اعتمدت نسبة (27%) من حجم العينة في كل مجموعة في الدرجة الكلية (Anastasi 1989:27) وبما ان حجم مجتمع البحث الحالي يعد من المجتمعات المتوسطة الحجم والبالغ (5649). لذا اتخذت الباحثة حجم العينة بما يناسب (400) طالبا وطالبة والتي ستستعملها الباحثة في استخراج الخصائص السيكو مترية للفقرات والمقياس ككل، لاستخراج الفروقات بين المجموعتين الطرفيتين على اعتبار ان عملية التحليل الاحصائي لفقرات المقاييس من الخطوات الأساسية كما ان اعتماد الفقرات التي تتميز بخصائص سيكو مترية جيدة كي يصبح المقياس أكثر صدقا وثباتا (الدوري ،68:2004).

3. عينة البحث الأساسية (عينة البحث الأساسية):

تعرف العينة على انها المجموعة الجزئية من المجتمع الاصلي والذي يتم اختيارها وفق قواعد معينة، حتى تمثل المجتمع المراد اجراء الدراسة علية تمثيلاً صحيحاً (الناصر ومرزوك،1989:10) ويعد اختيار عينة البحث ذا أهمية كبيرة لكونها تساعد الباحث على جمع البيانات اذ يتعذر جمعها في اغلب الأحوال من مجتمع البحث بصورة كاملة (داود وعبد الرحمن 1990: 67). ويشير خطاب (2009) إذا كانت مفردات المجتمع الأصلي متجانسة فإن عينة صغيرة تكون كافية، أما إذا كانت مفردات المجتمع الأصلي غير متجانسة يجب الحصول على عينة أكبر بكثير(الخطاب 2009: 41) ، حيث يتعلق ذلك بدرجة الدقة المطلوبة، فكلما كان حجم العينة كبير كلما كان الخطأ المعياري اقل للمتوسط الحسابي أو الخطأ المعياري للفرق بين المتوسطات وكلما قل الخطأ المعياري، زادت دقة النتائج التي توصلت اليها الدراسة (خطاب 2009: 43)، في وقت يشير (جاي 1992) أن الحد الأدنى المقبول لحجم العينة للدراسة هو ما يتوقف على نوع هذه الدراسة، فالحد الأدنى المقبول لحجم العينة في الدراسة الوصفية (5%) من مجتمع الأصلي، الذي تمثله هذه العينة (الخطاب 44:2004) .
إختيرت عينة البحث الأساسية من مجتمع البحث الاصلي وبنسبة (10%) وبلغت العينة (564.9 ~ 565) طالبا وطالبة، تم إختيارهم بالطريقة العشوائية (Random Sample) ذات التوزيع المتناسب، وتستعمل هذه الطريقة عندما يمكن تقسيم مجتمع البحث الى مجموعات منفصلة على وفق متغيرات الدراسة. وإعتبار كلَّ مجموعة وحدة. واحدة منفصلة (ملحم 2000: 126). مما إتضح للباحثة إنَّ طلبة المدارس الإعدادية البالغ عددهم (565) طالب وطالبة. موزعين على (279) طالب و (286) طالبة. ويعد هذا الحجم مناسبا في بناء المقاييس النفسية. كونه من الأحجام المتوسطة.

رابعاً: اداتا البحث:

لغرض تحقيق أهداف البحث قامت الباحثة ببناء مقياسي متغيري البحث هما: (الخوف من فوات الشئ) و (الابعاد الخمسة للمنظور الزمني) كل على حده. وبما أنَّ تحديد الإعتبارات الأساسية لإجراءات بناء المقاييس يساعد الباحث في تحديد وإختيار الإجراءات المناسبة لبناء مقاييسه، إذ أكد كرونباخ (Cronbach) إنَّه من الضروري تحديد المفاهيم البنائية التي ينطلق منها الباحث في إجراءات بناء المقاييس النفسية (Cronbach 1964: 469). وعلى النحو التالي:

أولا: مقياس الخوف من فوات الشيء:

اعتمدت الباحثة الخطوات المتسلسلة في بناء مقياس الخوف من فوات الشئ. في التالي:

1-المنطلقات النظرية:

نظرا لتعدد المناهج المُستخدمة في بناء المقاييس النفسية، فإنَّ الباحث قد يعتمد على أحدهما أو أكثر بحسب الحاجة والظروف، ومن أبرز هذه المناهج (المنهج العقلي Rational) الذي يقوم على الاستدلال المنطقي والتنظير العلمي، و(منهج الخبرة Experience) الذي يستند إلى بيانات وخبرات عملية واقعية، ويُعد هذا المنهج من أكثر الأساليب شيوعاً في تصميم أدوات القياس، لأنَّه يعتمد على ملاحظات المتخصصين وخبراتهم ، كما ويشمل أيضاً المنهج التحقيقي، الذي يبنى على العودة إلى مصادر الخبرة أو الوقائع الفعلية، بهدف تحقيق أهداف نظرية محددة (الكبيسي 2010: 47- 50).

كما استعملت الباحثة أسلوب التقرير الذاتي في بناء فقرات مقياس البحث الحالي لكونه من أكثر الأساليب التي تنقل الفرد الى مواقف شبيه بالموقف الطبيعي، فضلا عن أنَّ إجراءات إسلوب التقرير الذاتي مفهومه وواضحة تتسم الإجابات فيها بالموضوعية عند التصحيح أو التحليل، كما يمكن إستخدام المقياس الذي يعتمد هذا الإسلوب مع مجموعة كبيرة من الأفراد في الوقت نفسه، في حين لا تتوافر هذه المميزات في الإختبارات الإسقاطية أو الأدائية، زيادة على ما يرافقها من مشكلات قياسية وصدق ضعيف وثبات منخفض (العجيلي 2002: 79).

وإستندت الباحثة في بناء مقياس البحث الحالي على القياس النفسي السايكومتري Cyclometerالذي يعتمد على الفروق الفردية، ومقارنة درجة الفرد بالمجموعة التي ينتمي اليها الآخرون (الشرقاوي 1996: 62). لذلك سيتم حساب الخصائص القياسية للمقياس ولفقراته في ضوء مفاهيم نظرية القياس الكلاسيكية. وفيما يأتي استعراض للإجراءات التي قامت بها الباحثة:

2. تحديد المفهوم النظري للمقياس:

بعد الاطلاع على الدراسات السابقة ومراجعة الادبيات النفسية التي تناولت الخوف من فوات الشئ لم تجد الباحثة مقياس على الصعيد العربي والعالمي يناسب العينة للبحث الحالي لذلك قامت الباحثة ببناء مقياس الخوف من فوات الشيء بالاعتماد على التوجهات النظرية لـ (przbylski,2013) ومعتمدة تعريفه اذ عرفه بأنه " التخوف من إن يحصل الآخرون على خبرات يغيب عنها الفرد ولا يتمتع بها، والرغبة في الاتصال مع الآخرين ومعرفة ماذا يفعلون" (przbylski,2013:711).

3. صياغة فقرات المقياس الخوف من فوات الشيء:

يتكون مقياس الخوف من فوات الشيء من (24) فقرة. قامت الباحثة بصياغة عدد من الفقرات وراعت فيها الإعتبارات أدناه:

- يكون محتوى الفقرة واضحا وصريحا ومباشرا (الزوبعي واخرون 1984: 96).
- أنَّ تكون الفقرة معبرة عن فكرة واحدة وقابلة لتفسير واحد.
- الفقرات ملائمة لمستوى المستجيبين.
- تجنب العبارات التي تشعر المستجيب بالتهديد (أبو علام 2004: 372 -375).
- ألا تتسم الفقرة بالإيحائية.
- تجنب نفي النفي وذلك منعا للإثبات (سمارة وآخرون 1989: 81).

ووضعت لكل فقرة أربع بدائل (تنطبق على تماماً، تنطبق على احيانا، تنطبق على نادراً، لا تنطبق على)، وبتدرج (4،3،2،1)، اذ تشير دراسة الدليمي (1997)، الى ان البدائل المناسبة للمرحلة الاعدادية هي البدائل رباعية (الدليمي، 1997: 3)، اذ تبلغ الدرجة الدنى التي يحصل عليها المستجيب البالغة (24)، والدرجة العليا التي يحصل عليها المستجيب على المقياس الخوف من فوات الشيء (96)، وبلغ المتوسط الفرضي (60).

4. اعداد تعليمات المقياس:

بعد أن أكملت الباحثة صياغة الفقرات الخاصة بمقياس الخوف من فوات الشئ، قامت الباحثة بوضع التعليمات المناسبة لتوضيح كيفية الاجابة عن فقرات المقياس والذي يتطلب وضع علامة (✔) أمام أحد البديل المناسب امام كل فقرة يجيب عليها وأن تكون الاجابة بصدق وأمانة وأن يوضح أنه لغرض البحث العلمي كما ينبغي عدم ترك أي فقرة من دون إجابته ، وأنه لا توجد إجابة صحيحة أو خاطئة بقدر ما تعبر عن رأي المستجيب عنها دون الحاجة لذكر اسمه وأن إجابته لن يطلع عليها أي أحد سوى الباحثة نفسها ،

كما ينبغي على المستجيب الإجابة عن متغير الديمغرافي وهي (الجنس). وقامت الباحثة بوضع مثال توضيحي لتسهيل الإجابة.

5. صلاحية فقرات مقياس الخوف من فوات الشيء:

تشير هذه العملية الى التحليل المنطقي لمحتوى المقياس أو التثبت من تمثيله للمحتوى المراد قياسه (Alen & Yen 1979: 67)، إذ يفحص المقياس للكشف عن مدى تمثيل فقراته جوانب السمة التي يفترض أن يقيسها (عبد الرحمن 1998: 158)، ويعد هذا المؤشر من الصدق بإنَّه المظهر العام للمقياس أو الصورة الخارجية له من حيث نوع الفقرات وكيفية صياغتها ومدى وضوح هذه الفقرات (الجلبي2005: 92). ومن أجلَّ التعرف على مدى صلاحية الفقرات (الصدق الظاهري). لمقياس الخوف من فوات الشيء وقياس الصدق الظاهري له، عرضت الباحثة المقياس بصورته الأولية المكون من (24) فقرة على (30) محكماً من المختصين ذوي الخبرة في مجال علم النفس والقياس والتقويم والإرشاد النفسي وعلم النفس التربوي ملحق(2)، لإبداء آرائهم وملاحظاتهم حول الاختبار في الحكم على مدى ملائمة الاختبار للغرض الذي وضع من اجله، وفي ضوء ما قرره المحكمين تمّ تعديل بعض الفقرات، وقد اعتمدت الباحثة على قيمة مربع كاي المحسوبة ومقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (3.84) عند مستوى دلالة (0.05)، وهي توازي نسبة 80% فأعلى من أراء المحكمين بوصفها نسبة موافقة على الفقرات وفي ضوء اراء المحكمين ، ليصبح المقياس لحد هذا الاجراء من (22) فقرة وقد تم حذف فقرتين (9،21)

6.التحليل الاحصائي لفقرات مقياس الخوف من فوات الشيء:

تهدف عملية التحليل الاحصائي للفقرات الى الكشف عن الخصائص السيكو مترية، اذ ان الخصائص السيكومترية تعتمد بدرجة عام وبدرجة كبيرة على خصائص فقراتها (Smith, 1966 :60-70)، ان تحديد قدرة المقياس معيارية المرجع في قياس ما وضعت لقياسه، يتوقف على مدى ما يتوفر فيها من خصائص سيكو مترية متمثلة بصدق فقراتها وثباته (حبيب وكاظم،2018: 22).

أولاً: القوة التمييزية لفقرات مقياس الخوف من فوات الشيء:

تسعى الباحثة للقيام بعملية تحليل الفقرات لاستخراج القوة التمييزية لكل فقرة من فقرات المقياس، اذ أشار (Ebel, 1972)، الى ان الهدف الرئيسي من تحليل الفقرات هو الإبقاء على الفقرات المميزة للمقياس (Ebel, 1972: 393)، فضلاً عن استبعاد الفقرات التي لا تميز بين المفحوصين والإبقاء على تلك التي تميز بينهم (Ebel & Frisbile, 2009: 294). وقد تم التحقق من القوة التمييزية للفقرات باستعمال أسلوب المجموعتين الطرفيتين اذ قامت الباحثة بالخطوات الاتية في حساب القوة التمييزية للفقرات كالاتي:

1.اختارت الباحثة عينة والبالغ عددهم (400) طالب وطالبة.
2.تصحيح كل استمارة وتحديد الدرجة الكلية للمقياس.
3.رتبت الدرجات التي حصلت عليها من الأعلى درجة الى الأدنى درجة.
4.اختارت الباحثة (27%) من المجموعة عليا و(27%) من المجموعة الدنيا، وعند تحليل مفردات المقياس الاعتماد على نسبة (27%) الأفراد في كل من المجموعتين الطرفيتين. وقد إتضح:

ا. افراد المجموعة العليا (108)، والمجموعة الدنيا (108)، من طلبة المرحلة الإعدادية.

ب. حلل كل فقرة من فقرات المقياس لاختبار قوة تمييزها، باستعمال الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين، وبعد إجراء التحليل الإحصائي ظهر ان فقرات المقياس جميعها مميزة عند مستوى دلالة (0.05)، ودرجة حرية (214)، إذ تبين ان القيم التائية المستخرجة هي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96)، لذا عدت الفقرات جميعها مميزة.

ثانياً: معامل الاتساق الداخلي للمقياس الخوف من فوات الشي (صدق فقرات المقياس):

أسلوب الاتساق الداخلي يعني ان بيانات فقرات المقياس تتسق مع بعضها لقياس المتغير نفسه الذي نقيسه وتم حساب الاتساق الداخلي كالتالي:

- **علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:**

يستخرج معامل صدق الفقرة في المقاييس النفسية من استخراج معاملات ارتباطها بمحك خارجي او داخلي والذي يعد أكثر أهمية من صدقها المنطقي، ويشير الصدق التجريبي الى مدى ارتباط المحتوى التكويني للسمة بعضه ببعض (عبد الرحمن،1998: 414-415)، وان استبعاد الفقرات التي تتميز بضعف ارتباطها بالدرجة الكلية في المقاييس، التي تقيس سمة او خاصية معينة يؤدي الى ارتفاع معاملات صدقها وثباتها (Smith , 1966: 70)، اعتمدت الباحثة في حساب صدق الفقرة على معامل ارتباط بيرسون بين درجات كل فقرة والدرجة الكلية لكون درجات الفقرة متصلة ومتدرجة، علماً ان عينة صدق الفقرات البالغة (400) من الطلبة في البحث الحالي، عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (398)، وقد بلغت القيمة الحرجة لمعامل ارتباط بيرسون (0.098) وهذا يعد مؤشر على ان المقياس صادقاً لقياس الظاهرة التي وضع لقياسها.

7. الخصائص السيكو مترية لمقياس الخوف من فوات الشئ:

أولا: مؤشرات صدق المقياس Scale Validity:

ان يقيس المقياس او الاختبار ما وضع المقياس من اجل قياسه، بمعنى ان الاختبار الصادق يقيس الوظيفة التي يزعم انه يقيسها لا يقسي شيء اخر (ملحم، 2017: 318) وقد تم التحقق من صدق المقياس عن طريق المؤشرات الاتية:

الصدق الظاهري:

يتمثل هذا النوع من الصدق من خلال عرض الباحثة فقرات المقياس قبل تطبقه على مجموعة من المحكمين الذين يتصفون بخبرة تمكنهم من الحكم على صلاحية فقرات الاختبار في قياس الخاصية المراد قياسها، بحيث تجعل الباحث مطمئنا الى آرائهم ويأخذ بالأحكام التي يتفق عليها معظمهم (Ghisell,1980:341). وقد تحقق هذا النوع من الصدق في البحث الحالي من خلال عرض فقرات مقياس الخوف من فوات الشيء على (30) محكماً والجدول رقم (5)، يوضح ذلك.

صدق التمييزي:

استخرجت معاملات التمييز للفقرات باتباع طريقة المجموعتين الطرفيتين وتم حذف الفقرتين (9-21) كما موضح في جدول (5)

صدق البناء:

ان صدق البناء عبارة عن تحليل معنى درجات الاختبار في ضوء المفاهيم السيكولوجية، وهناك عدة طرائق يلجأ اليها الباحث لا يجاد معاملات الارتباط ولإيجاد العلاقة بين درجات الاختبار (حبيب وكاظم، 2018: 27) ولقد تحقق هذا النوع من الصدق في المقياس الحالي عن طريق احتساب مؤشرات تمييز الفقرات واستخراج العلاقة الارتباطية بين الدرجة الكلية بدرجة الفقرة للمقياس أذ تعد كل هذه الاجراءات مؤشراً على صدق البناء.

ثانيا: مؤشرات ثبات المقياس Reliability Scale:

يشير ثبات المقياس او الاختبار الى دقة واتساق درجاته في قياس ما يجب قياسه، وإعطاء نفس النتائج او نتائج متقاربة، عند تكرار عملية القياس على المختبرين أنفسهم، وهنا يعد الثبات مؤشراً على درجة الاتساق (حبيب وكاظم، 2018: 31). ولتحقيق ذلك اعتمد الباحثة طريقتين هما:

أ- طريقة الاختبار– إعادة الاختبار Test-Retest:

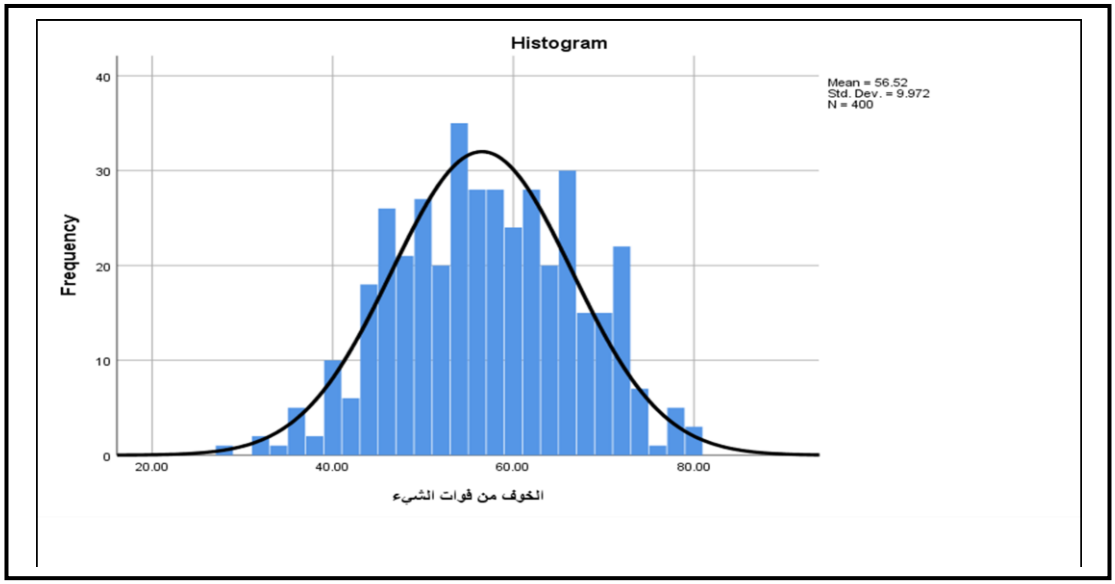
ولغرض استخراج الثبات بهذه الطريقة فقد أعيد تطبيق المقياس على عينة الثبات التي تكونت من (40)، طالب وطالبة وبفاصل زمني بلغ (4) أسابيع من التطبيق الأول، حيث بين المتخصصين بأن إعادة تطبيق المقياس لغرض التعرف على ثباته يجب أن يكون بين أربع أسابيع وثمانية أسابيع من التطبيق الأول ثم حُسب معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيق الأول والثاني (حسن،2016: 516)، وبلـــغ معامل الارتباط (0.781) للمقياس، وتعد هذه القيمة مؤشرا جيدا على استقرار إجابات الأفراد على المقياس عبر الزمن.

ب- معادلة ألفا كرو نباخ:

يقيس (الفاكرونباخ) اتساق أداء الفرد من فقرة إلى أخرى، ويشير إلى الدرجة التي تشترك بها جميع فقرات المقياس في قياس خاصية معينة عند الفرد (ثورندايك وهيجن 1980: 79) إذ تؤدي هذه الطريقة إلى اتساق داخلي لبنية المقياس ويدعى أيضاً معامل التجانس (علام 2000 :165). وقد أستخرج الثبات بهذه الطريقة من درجات استمارات العينة الأساسية البالغة (400) طالب وطالبة وباستعمال معادلة كرونباخ بلغ معامل ألفا (0.819) وهو معامل ثبات جيد.

8. المؤشرات الإحصائية لمقياس الخوف من فوات الشيء:

ان الظواهر النفسية تتوزع بين أفراد المجتمع توزيعاً اعتدالياً، وعليه فان استخراج المؤشرات الإحصائية تعمل على إيضاح مدى قرب توزيع درجات افراد العينة من التوزيع الطبيعي، الذي يعدّ معياراً للحكم على تمثيل العينة للمجتمع المدروس مما يسمح بتعميم نتائج (منسي والشريف 2014 :182) قامت الباحثة باستعمال الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Statistical Package for Social Science) (SPSS) في استخراج تلك المؤشرات الإحصائية، ويتضح من جدول (9) ان المؤشرات الإحصائية لدرجات الافراد تقترب من التوزيع الاعتدالي



9. وصف مقياس الخوف من فوات الشيء بصيغته النهائية:

بعد التحقق من الخصائص القياسية المتمثلة بمؤشرات التحليل الاحصائي والصدق والثبات للمقياس اصبح مقياس الخوف من فوات الشيء بصيغته النهائية مكون من (22) فقرة وامام كل فقرة مدرج رباعي للاستجابة هو: (تنطبق على تماماً (4)، تنطبق على أحيانا (3)، تنطبق على نادراً (2)، لا تنطبق على ابدا(1) درجة)، وبذلك تكون اعلى درجة يحصل عليها المستجيب للإجابة على فقرات المقياس هي(88) درجة واقل درجة يحصل عليها هي (22) درجة، والمتوسط الفرضي لمقياس الخوف من فوات الشيء هي (55) درجة وملحق (4) يتضمن المقياس بصيغته النهائية .

الفصل الرابع:

أولا: عرض النتائج وتفسيره ومناقشتها:

وتم ذلك من خلال الإجابة على أهداف البحث. في التالي:

الهدف الأول:

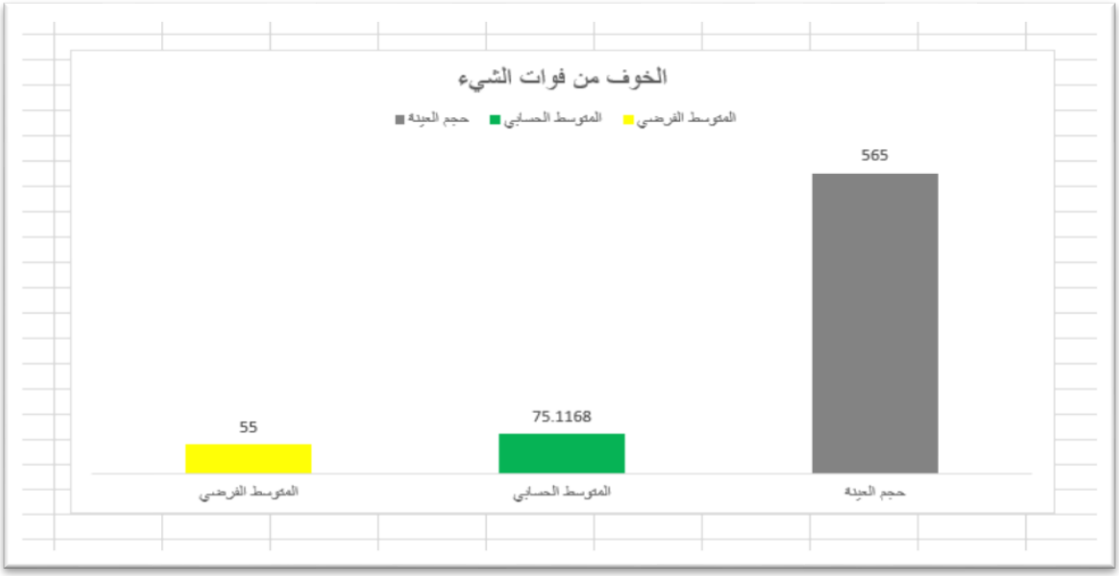
التعرف على الخوف من فوات الشيء عند طلبة المرحلة الإعدادية

طبقت الباحثة مقياس الخوف من فوات الشيء على عينة البحث البالغة (565)، وبعد جمع البيانات وتحليلها احصائياً وجدت الباحثة ان المتوسط الحسابي (75.1168) وبانحراف معياري قدره (8.98564) كما استخرجت الباحثة المتوسط الفرضي البالغ (55) ولمعرفة دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي استعملت الباحثة الاختبار التائي لعينة واحدة T-test اذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (9.954) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية (1.96) ودرجة حرية (564) تبين ان الفرق دالة احصائياً عند مستوى دلالة (0.05)، لصالح المتوسط الحسابي، أي ان افراد عينة البحث لديهم الخوف من فوات الشيء، وجدول (18) وشكل (3) يوضحان ذلك

جدول (18)

المتغير	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة	الدلالة
الخوف من فوات الشيء	565	75.1168	8.98564	564	55	9.954	1.96	(0.05)	دالة

الاختبار التائي لعينة واحدة T-test للتعرف الى الخوف من فوات الشيء عند طلبة المرحلة الإعدادية



شكل (3)

فرق المتوسط الحسابي والفرضي في الخوف من فوات الشيء عند طلبة المرحلة الإعدادية

ويمكن تفسير هذه النتيجة:

بالنظر الى الجدول (18) في أعلاه تبين انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الخوف من فوات الشي من خلال مقارنة القيمة التائية المحسوبة (9,954) بالقيمة الجدولية البالغة (1,96) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (564) وهذا دليل على ان عينة البحث الحالي (طلبة الإعدادية) لديهم خوف من فوات الشي. وتعلل الباحثة هذه النتيجة كون المرحلة الإعدادية للطلبة تمثل بداية المراهقة وهي فترة مليئة بالتغيرات الجسدية والنفسية التي تؤثر على مشاعر وسلوك الفرد وفي هذه المرحلة تبدأ شخصية الطالب في التكون وتزداد رغبته في الانتماء الاجتماعي والتفاعل مع الاخرين وكذلك بسبب التأثر في مواقع التواصل الاجتماعي الذي يشعرون بسببها بالحرمان او النقص ان لم يشاركوا في بعض الفعاليات او مقارنتهم مع الاخرين مما يؤدي الى التخوف من فوات شيء ما. كما ان نتائج البحث الحالي اتفقت مع

نتائج دراسة وتأتي هذه النتيجة متفقة مع نتائج دراسة (دراسة صقر 2021) ونتائج دراسة (دراسة كنوش 2023) ونتائج دراسة Scott& et al (2017) التي إشارات الى ان العينة تتمتع بالخوف من فوات الشي.

اذ ترى الباحثة ان طلبة المرحلة الإعدادية في هذه المرحلة تعادل المرحلة العمرية (المراهقة) والتي تمتاز بالنمو السريع في كافة جوانبه العقلية والجسمية والاجتماعية والانفعالية وهذه السرعة في النمو تنعكس على سلوكهم ككل ومن ضمن ذلك هو معاناتهم من الازمات الانفعالية اذ يشعرون من خلالها بالخوف والقلق والتوتر ولايستطيعون التعبير عن أفكارهم وكذلك صعوبة في اتخاذ قرارات مصيرية في حياتهم والخوف من عدم الحصول على فرصة تعليمية او تجارب معينة او احداث يشارك فيها.

الهدف الثاني:

الفروق ذات الدلالة الاحصائية للخوف من فوات الشيء عند طلبة المرحلة الإعدادية بحسب متغير الجنس (ذكور - إناث)

حتى تحقيق الباحثة هذا الهدف. إستعملت الإختبار التائي لعينتين مستقلتين. والتي تمثلت الأولى بطلبة الذكور البالغ عددهم (279). والطالبات الإناث اللواتي بلغ عددهنَّ (286). حيث كانت القيمة التائية المحسوبة (9.833) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (563)، إذ بلغ المتوسط الحسابي للطلبة (79.609) درجة وهو أكبر من متوسط الحسابي للطالبات والبالغ (63.533). وهو دال لصالح الطالبة. كما هو موضح في جدول (19)، بمعنى أن الطالبة لديهم خوف من فوات الشئ. وقد يكون السبب بحسب وجهة نظر الباحثة مرتبط بالاختلافات البيئية أو السلوكية التي تؤثر على حالات الخوف لديهم.

جدول (19)
دلالة الفروق في الخوف من فوات الشيء تبعاً لمتغير جنس الطلبة (طالب، طالبة)

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
طلبة الذكور	279	79.609	5.521	563	9.833	1.96	(0.05)
طالبات الاناث	286	63.533	7.987				

المصادر:

أولاً : المراجع العربية

-هالة أحمد عبد الحليم - (٢٠٢١) الخوف من فوات الاحداث قومو" كمتغير وسيط في العلاقة بين تقدير الذات المنخفض وادمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي الفيسبوك" لدى طلاب الجامعة مجلة كلية التربية (٣٤) ٤٩٢ - ٥٢٥

-فاطمة سعود عبد العزيز (٢٠٢٢) فومو" استخدام مواقع التواصل الاجتماعي دراسة على عينة من الشباب الكويتي المجلة العربية للعلوم الانسانية، ٤٠ (١٥٩)، ١١-٥٦

-رحاب يحي أحمد & صفاء أحمد عجاجة، (٢٠٢٢) الخوف من قوات الشيء (الفومو) وعلاقته بكل من اضطرابات النوم وإدمان استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلبه الجامعة. مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، ١٦ (٢)، ١- ٦٤.

-أحمد عادل عبد الفتاح (٢٠٢٢) اضطراب الخوف من فقدان مواقع الشبكات الاجتماعية (الفومو) لدى المكفوفين وآليات مواجهته في إطار التنور التقني: دراسة إثنوجرافية، المجلة المصرية لبحوث الرأي العام، ١ (٢١)، ٦٧-١٣٠ .

- صبري، محمد، عبد العزيز، مفتاح، (2001)، مناهج البحث العلمي في العلوم التربوية والنفسية اساليبها وتقنياتها، دار النهضة العربية: لبنان.

-عبد العزيز، مفتاح محمد (2010). مناهج البحث العلمي في العلوم التربوية والنفسية، دار النهضة العربية: لبنان.

-الجلبي، سوسن شاكر (2005). أساسيات بناء الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية، مؤسسة علاء الدين للنشر والتوزيع: دمشق

- داوود، عزيز حنا وعبد الرحمن، انور حسين (١٩٩٠) : مناهج البحث التربوي ،دار الحكمة للطباعة والنشر.

- الكبيسي، وهيب مجيد (٢٠١٠): القياس النفسي بين التنظير والتطبيق، ط١ ، العالمية المتحدة ، بيروت.

- فرج، صفوت (١٩٩٧) : القياس النفسي ،دار الفكر العربي ،القاهرة ،مصر .

_ ملحم، سامي محمد (٢٠٠٠). مناهج البحث في التربية وعلم النفس، دار المسيرة، عمان، الأردن.

المصادر الاجنبية:

-Al-Furaih, S. A., & Al-Awidi, H. M. (2021). Fear of missing out (FoMO) among undergraduate students in relation to attention distraction and learning disengagement in lectures. Education and Information Technologies, 26(2), 2355-2373

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

-Abel, J. Buff, C. & Burr, S. (2016). Social Media and the Fear of Missing out: Scal Development and Assessment. Journal of Business & Economics Research 14 (1), 33-43.

-Adams S., Murdock, K. Daly - Cano, M. & Rose, M. (2020). Sleep in the social World of College Students: Bridging inter Personal stress and Fear of Missing out with Mental health. Behavior Sciences, 10, (54), Doi: 10.3390/ bs 10020054.

-Gioia, F., Fioravanti, G., Casale, S. & Boursier, V. (2021). The affects of the Fear of Missing out on People's Social Networking Sites Use During the Covid-19 Pandemic: the Mediating Role of online Relational Closeness and Individuals online Communication Atitude. Frontiers in Psychiatry, 12, Doi: 10.3389/fpsyt. 2021. 620442.

-Can, G. & Satici, S. (2019). Adaptation of Fear of Missing out Scale (FOMOS): Turkish Version Validity and Reliability study.

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

Allen.W.J.and Yen,W.M. (1979). Introduction to measurement theory . Califorina: Book Cole.

Anastasia,(E,D).(1989): Creativity and Cultration,New York, Harper and Row

Cronbach,L.J.(1964)."Essentiials of psycholotically", Newyork: Harpe Brothers.