

الابتزاز العاطفي وعلاقته باضطرابات النوم لدى طالبات جامعة العلوم الإسلامية العالمية

د. عدي محمد المصاروة*

د. رندة عودة بركات**

تاريخ وصول البحث: 2023/5/2م

تاريخ قبول البحث: 2023/7/17م

الملخص

هدفت الدراسة التعرف إلى مستوى الابتزاز العاطفي، واضطرابات النوم لدى طالبات جامعة العلوم الإسلامية العالمية، والتعرف إلى طبيعة العلاقة بين الابتزاز العاطفي واضطرابات النوم، والكشف عن الفروق في مستويات الابتزاز العاطفي، واضطرابات النوم استناداً إلى متغيرات (التخصص، والمستوى الدراسي، والحالة الاجتماعية)، ولتحقيق أهداف الدراسة تم اختيار عينة قصدية مكونة من (272) طالبة من طالبات كلية العلوم التربوية في جامعة العلوم الإسلامية العالمية، وتم تطوير أدوات تتمتع بخصائص سيكومترية مقبولة. وقد أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى كلاً من الابتزاز العاطفي، واضطرابات النوم جاء منخفضاً، ووجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين الابتزاز العاطفي، واضطرابات النوم؛ حيث بلغت قيمة الارتباط (0.378)، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تُعزى لأثر التخصص، والمستوى الدراسي، والحالة الاجتماعية في كل من الابتزاز العاطفي، واضطرابات النوم. وتوصي الدراسة بضرورة إعداد برامج تدريبية في الجامعات كإجراء وقائي توعوي للحفاظ على نسب متدنية من التعرض للابتزاز العاطفي.

الكلمات المفتاحية: الابتزاز العاطفي؛ اضطرابات النوم؛ جامعة العلوم الإسلامية العالمية.

* أستاذ مساعد، كلية العلوم التربوية، جامعة العلوم الإسلامية العالمية.

** أستاذ مساعد، كلية العلوم التربوية، جامعة العلوم الإسلامية العالمية.

Emotional Blackmail and its Relationship to sleep disorders among Female Students of The World Islamic Sciences & Education University.

ABSTRACT

The study aimed to identify the level of emotional blackmail and sleep disorders among female students of the World Islamic Sciences & Education University, and to identify the nature of the relationship between emotional blackmail and sleep disorders, and to detect differences in the levels of emotional blackmail and sleep disorders based on variables (specialization, academic level, and social status), To achieve the objectives of the study, a purposive sample of (272) female students from the Faculty of Educational Sciences at the World Islamic Sciences & Education University was selected, and tools with acceptable psychometric characteristics were developed. The results of the study showed that the level of both emotional blackmail and sleep disorders was low, and there was a statistically significant direct relationship between emotional blackmail and sleep disorders. The correlation value was (378.0), and the results showed that there were no statistically significant differences because of specialization, academic level, and marital status in each of emotional blackmail and sleep disorders. The study recommends the need to prepare training programs in universities as a preventive and educational measure to maintain low rates of exposure to emotional blackmail.

Keywords: Emotional Blackmail, Sleep Disorders, the World Islamic Sciences & Education University.

مقدمة:

شهد المجتمع في الوقت الراهن تقدماً كبيراً بمختلف مجالات ومناحي الحياة وأصبح أفرادهم يعيشون ظروف حياتية صعبة ومتنوعة وأصبح يحيط بهم العديد من المشكلات والأزمات والصعوبات الحياتية وقد امتد ذلك إلى الجامعات كونها جزء لا يتجزأ من المجتمع بحيث يواجهه طلبة الجامعات وخاصة الاناث مشكلات عديدة تحول دون تحقيق التوافق والصحة النفسية ومن هذه المشكلات: الابتزاز العاطفي، واضطرابات النوم.

ويرى القاسم (2020) أن الفرد يعيش في مجتمع محكوم بمعايير اجتماعية وثقافية، إلا أن رغباته ومصالحه الشخصية قد تأخذه إلى أنماط سلوكية سلبية أثناء تواصله مع الآخرين، ومن هذه الأنماط الاستغلال والتلاعب العاطفي في الطرف الآخر لتحقيق ما يريد، وهو ما يدعى بالابتزاز العاطفي.

والابتزاز العاطفي يعتبر نوعاً من أنواع العنف يستخدمه المبتز لجعل الضحية طوعاً أمراً، ولكي يضعفها؛ مستخدماً في سبيل ذلك، الإهانات، والتلميحات العدوانية، وأساليب الكذب، وغالباً تكون الضحية غير مدركة لما يحدث حولها (الطائي، 2019). فقد يستخدم المبتز عاطفياً طرقاً مباشرة مثل، التهديد بالعقاب، وطرق غير مباشرة مثل، التجاهل والصمت، وذلك بهدف الضغط على الضحية من أجل الوصول إلى غايته وتحقيق ما يريده منها (علي، 2019).

ويعرف الابتزاز العاطفي بأنه نمط تعامل سلبى يكون بين طرفين يلجأ أحدهم إلى استغلال الطرف الآخر (محمد، 2016). وتعرفه فورورد (2015) بأنه "أحد أشكال التلاعب الفعالة والذي يهددنا فيه الأشخاص المقربون منا سواء بطريقة مباشرة أو غير مباشرة ليعاقبونا إذا لم نفعل ما يريدونه". كما يعرفه دحبور (2018) بأنه: أحد أنواع ممارسة الضغط والاستغلال بواسطة شخص يملك تأثيراً وسيطرة قوية ضد شخص آخر من خلال اتباعه لأساليب التهديد أو العقاب أو الحرمان. وينظر الباحثان إلى الابتزاز العاطفي على أنه عبارة عن استغلال وتلاعب نفسي وعاطفي بشخص آخر باستخدام أساليب مباشرة وغير مباشرة بهدف الضغط عليه وإجباره على تنفيذ طلباته والانصياع لأوامره.

ومن الأسباب التي تؤدي إلى الابتزاز العاطفي، انخفاض مستوى الالتزام الديني، وغياب دور الوالدين في دعم واحتواء الاولاد (الحصني، 2016). والفراغ العاطفي لدى الطالبات، والعنوسة، والتفكك والعنف الأسري (ميسر، 2021).

وتشير قاسم (2019) إلى مكونات وعناصر الابتزاز العاطفي على النحو الآتي:

-الخوف: يعمل المبتز طول فترة علاقته مع الطرف الآخر على جمع معلومات عنه ومن خلالها يستطيع أن يبني استراتيجيات واعية وغير واعية تهدف إلى الترويع من خلال التهديد بتعريضه للإيذاء الجسدي أو النفسي، أو بشأن الأشياء التي يهرب منها، وفي الابتزاز يحدث الخوف تحولاً داخل المبتز أيضاً، فخوف المبتز من عدم حصوله على ما يريد يجعله شديد التركيز ولديه القدرة على رؤية النتيجة التي يردها بأدق التفاصيل، وحينها تصبح هذه المعلومات ذخيرة دفاعية يمكن بواسطتها الوصول إلى اتفاق بقضية خوف كلا الطرفين.

-الإلزام: يعمل المبتز هنا إلى إخضاع إحساس الطرف الآخر بالالتزام من خلال مجموعة من الأقوال والأفعال التي تحمل بعداً تعنيفياً؛ بحيث يحمله مسؤولية الالتزام بما هو ليس مسؤولاً عنه، بغرض تحقيق مستوى عالٍ من السيطرة عليه.

-الشعور بالذنب: هو شعور بالخزي وتأنيب الضمير ناتج عن عدم الانصياع لأوامر المبتز الذي قد يكون أباً، أخاً، زوجاً، صديقاً وغيرهم.

والابتزاز العاطفي يسير وفق خطوات متسلسلة منظمة تتمثل فيما يلي: أولاً، الطلب؛ حيث يطلب المبتز ما يريده من الضحية بشكل مباشر أو غير مباشر. ثانياً، المقاومة: وتحدث عندما تظهر على الضحية علامات القلق والخوف والرفض بشأن ما طُلب منه. ثالثاً: الضغط، ويكون عن طريق ضغط المبتز على الضحية وجعله في زاوية ضيقة؛ فيصفه بصفات مثل الأنانية، وعدم الاهتمام. رابعاً: التهديد، ويتمثل بقيام المبتز بتهديد الضحية إذا لم تفعل له ما يريد. خامساً: الإذعان، ويتمثل بخضوع الضحية، والقبول بالأمر الواقع، والموافقة على طلب المبتز؛ لأنها لا ترغب في خسارة الشخص أو العلاقة معه. سادساً: التكرار، ويكون عندما تعاد جميع الخطوات السابقة من جديد مرة أخرى (فورورد، 2015).

وعن علاقة الابتزاز العاطفي بالاضطرابات النفسية ومنها اضطرابات النوم. يشير القراله وآخرون (2021) إلى الآثار النفسية الناجمة عن الابتزاز العاطفي والمتمثلة بانتشار الجرائم في المجتمع، وتفكك الجانب الاجتماعي، والتعرض للصدمات والضغوطات النفسية، وأيضاً التعرض للعديد من الاضطرابات النفسية مثل: القلق والاكتئاب، واضطرابات الشخصية، واضطرابات النوم، والسلوكيات المضادة للمجتمع.

وتعد اضطرابات النوم واحدة من الاضطرابات النفسية الأكثر انتشارًا بين الناس، حيث يؤدي عدم إشباع حاجة النوم إلى التأثير السلبي على صحة الفرد الجسمية، والنفسية، والمعرفية؛ فمن ناحية جسمية تؤثر اضطرابات النوم على صحة القلب والأوعية الدموية، والغدد الصماء ووظائف المناعة، ومن ناحية نفسية تسبب اضطرابات النوم الشعور بالتوتر والعصبية وتقلب المزاج ونوبات الغضب، في حين يؤدي الحرمان من النوم على المستوى المعرفي إلى العجز الوظيفي المعرفي كاضطراب الإدراك، وضعف الانتباه والتركيز (حافظ، 2015).

ويرى بافلوف (Pavlova, 2019) أن اضطرابات النوم تتمثل بحدوث صعوبات في موعد أو طبيعة النوم، أو المدة الزمنية المستغرقة فيه؛ مما يعيق الفرد من ممارسة مهام حياته وأعماله اليومية الموكلة اليه في النهار.

ومفهوم اضطرابات النوم يشير إلى "تلك الصعوبات التي تحول دون حصول الفرد على النوم الجيد سواء كمًا أو كميًا أو كليهما، وقد يكون سببها آلام نفسية أو بدنية أو عدم توفر ظروف بيئية جيدة هادئة تساعد على النوم، وهي تؤثر على الفرد نفسيًا واجتماعيًا وبدنيًا، ومنها: اضطراب الأرق، اضطراب فرط النوم، اضطراب مواعيد النوم- اليقظة، اضطراب الكوابيس، مع ملاحظة أن تكون الأعراض مستمرة أربعة أسابيع على الأقل" (محمد وآخرون، 2019، 144). كما تعرفه طلفاح (2021) بأنه: مصطلح يشمل أي حالة ليست طبيعية تتصف بها دورة النوم واليقظة بسبب عوامل فسيولوجية أو عصبية أو نفسية المنشأ.

كما يعرف الدليل التشخيصي الخامس للاضطرابات النفسية (DSM-5) اضطرابات النوم على أنها مشكلات تتعلق بجودة النوم وتوقيته وكميته، مما يؤدي إلى ضائقة في أثناء النهار وضعف في الأداء الوظيفي، وغالبًا ما تحدث اضطرابات النوم والاستيقاظ بالتزامن مع الحالات الطبية أو غيرها من الحالات الصحية العقلية، مثل الاكتئاب، أو القلق أو الاضطرابات المعرفية (APA, 2013).

واعتمادًا على التعريفات السابقة يعرف من قبل الباحثين بأنه: مفهوم نفسي يشير إلى حالة غير اعتيادية لدورة النوم واليقظة تواجه الفرد خلال اليوم وتسبب له مشكلات حياتيه ونفسية تمنعه من ممارسة الأعمال اليومية بشكل ملائم.

ويدشير الطيار (2021) إلى الأنواع الشائعة من اضطرابات النوم على النحو الآتي:

- الأرق: ويتمثل في الصعوبة في الخلود إلى النوم، أو الاستمرار في النوم، ومن أعراض الأرق: الاستيقاظ بشكل مبكر وخلال الليل، ومواجهة صعوبة في العودة إلى النوم من جديد، والاحساس بالتعب والارهاق عندما يستيقظ من النوم.
- فرط النعاس: وهو الاستغراق في النوم لفترة زمنية طويلة، أو الإفراط في النوم خلال النهار بحيث يعاني الفرد من مشكلات في التركيز والتفكير، ومن صعوبة في البقاء مستيقظاً خلال العمل أو قيادة السيارة مع الإحساس بنقص في طاقة الجسم.
- اضطراب الجدول اليومي للنوم: ويتمثل في حصول توتر وارتباك في مواعيد وأوقات النوم ويتفرع عنه اضطراب طور النوم المتقدم والمتأخر، واضطراب نظام النوم والاستيقاظ، واضطراب العمل بنظام الدوريات، واضطراب الرحلات الجوية الطويلة.
- اضطراب الحركة أثناء النوم: ويشمل هذا النوع اضطراب الأطراف المتكررة، وتلملم الساقين، وتشنج الساق أثناء النوم، وصرير الأسنان.
- اضطراب التنفس المرتبط بالنوم: ويتمثل بوجود ضيق أو انسداد في الجزء العلوي من الجهاز التنفسي، وفي مواقع أخرى يظهر على شكل انقطاع في النفس يصاحبه نقص الأكسجين؛ مما يسبب الشعور بالنعاس خلال أوقات النهار.
- ولغايات هذه الدراسة تم التطرق إلى اضطرابات النوم الثابتة وهما، (الأرق، وفرط النعاس) حسب الدليل التشخيصي الخامس للاضطرابات النفسية (DSM5) على النحو الآتي:
- أولاً: الأرق (Insomnia): "التجربة الذاتية لصعوبة بدء النوم والحفاظ على النوم و/ أو الاستيقاظ في الصباح الباكر، التي تحدث على الأقل ثلاث ليالٍ في الأسبوع لمدة لا تقل عن 3 أشهر" (APA, 2013). والمحكات التشخيصية تتمثل بما يلي:
- الشكوى المسيطرة هي عدم الرضا عن كمية أو نوعية النوم، ومترافقة مع واحد (أو أكثر) من الأعراض التالية:
 - صعوبة البدء في النوم. (عند الأطفال، قد يظهر كصعوبة بدء النوم دون تدخل مقدم الرعاية.
 - صعوبة الحفاظ على النوم، ويتميز بالاستيقاظ المتكرر أو بمشاكل العودة إلى النوم بعد الاستيقاظ. (عند الأطفال، قد يظهر كصعوبة العودة للنوم دون تدخل مقدم الرعاية).
 - الاستيقاظ في الصباح الباكر مع عدم القدرة على العودة إلى النوم.

- يسبب اضطراب النوم تدنياً أو إحباطاً ملحوظين في مجالات الأداء الاجتماعية والمهنية أو مجالات الأداء المهمة الأخرى.
- صعوبة النوم تحدث بما لا يقل عن 3 ليال في الاسبوع.
- صعوبة النوم موجودة لمدة 3 أشهر على الأقل.
- صعوبة النوم تحدث رغم الفرصة الكافية للنوم.
- الأرق لا يُفسر بشكلٍ أفضل ولا يحدث حصراً خلال مسار اضطراب آخر من اضطرابات النوم واليقظة (على سبيل المثال، حالات النوم الانتيابي، اضطراب نوم متعلق بالتنفس، اضطراب إيقاع الساعة البيولوجية للنوم واليقظة، وحالات النوم المضطرب).
- لا يُعزى الأرق إلى التأثيرات الفيسيولوجية لمادة (مثل، إساءة استعمال مادة، دواء).
- التواجد المشترك للاضطرابات العقلية والحالات الطبية لا يُفسر على نحو كاف الشكوى المسيطرة من الأرق.
- ثانياً: فرط النعاس: "التقرير الذاتي بالنعاس المفرط على الرغم من أن فترة النوم الرئيسية تدوم ما لا يقل عن سبع ساعات، مع واحد على الأقل من الأعراض مثل: فترات متكررة من النوم أو الغفوات خلال نفس اليوم، وفترة النوم الرئيسية المطولة لأكثر من تسع ساعات في اليوم الواحد، وصعوبة الاستيقاظ التام بعد الاستيقاظ المفاجئ" (APA, 2013). والمحكات التشخيصية تتمثل بما يلي:
- التقرير الذاتي بالنعاس المفرط على الرغم من أن فترة النوم الرئيسية تدوم ما لا يقل عن 7 ساعات، مع واحد على الأقل من الأعراض التالية:
- فترات متكررة من النوم أو الغفوات خلال نفس اليوم.
- فترة النوم الرئيسية المطولة لأكثر من 9 ساعات في اليوم الواحد لا تجدد النشاط (أي غير منعشة).
- صعوبة الاستيقاظ التام بعد الاستيقاظ المفاجئ.
- فرط النعاس يحدث على الأقل ثلاث مرات في الاسبوع، لمدة 3 أشهر على الأقل.
- يسبب فرط النعاس تدنياً أو إحباطاً ملحوظين في مجالات الأداء الاجتماعية والمهنية أو مجالات الأداء المهمة الأخرى.

- فرط النوم لا يُفسر بشكلٍ أفضل ولا يحدث حصراً خلال مسار اضطراب آخر من اضطرابات النوم واليقظة (على سبيل المثال، حالات النوم الانتيابي، اضطراب نوم متعلق بالتنفس، اضطراب إيقاع الساعة البيولوجية للنوم واليقظة، وحالات النوم المضطرب).
 - لا يُعزى فرط النعاس إلى التأثيرات الفيزيولوجية لمادة (مثل، إساءة استعمال مادة، دواء).
 - التواجد المشترك للاضطرابات العقلية والحالات الطبية لا يُفسر على نحو كاف للشكوى المسيطرة من فرط النعاس.
- مشكلة الدراسة:

يعد الابتزاز العاطفي من الموضوعات التي حازت على اهتمام كبير في الوقت الحاضر وخاصة نتيجة انتشار وتنوع وسائل التواصل الاجتماعي واستخدامها بشكل كبير في التعارف والتفاعل مع الآخرين من مختلف انحاء العالم، الذي يبدأ من خلال بناء الثقة في عالم افتراضي محرر من القيود الاجتماعية والأخلاقية ليجري بعدها إرسال صور أو فيديوهات أو رسائل مما يؤدي إلى وقوع الكثير من الطالبات ضحايا للعديد من الجرائم الإلكترونية وعلى رأسها الابتزاز العاطفي؛ حيث أشارت وحدة الجرائم الإلكترونية في الأردن إلى أن معظم الجرائم الإلكترونية المرتكبة متصلة بجرائم التشهير، والقدح، والذم، والتحقير، وخطاب الكراهية، وممارسة أعمال الابتزاز، كما أن أكثر ضحايا الجرائم الإلكترونية هم من الإناث وبنسبة بلغت 75% مقارنة مع الذكور (وحدة مكافحة الجرائم الإلكترونية).

كما جاءت هذه الدراسة نتيجة ملاحظة الباحثان اثناء اعطاء المحاضرات في الجامعة واستفسار العديد من الطالبات حول هذه الظاهرة وآثارها؛ مما حثهما على دراسة هذه الظاهرة والتعرف إلى مستوى انتشارها، ومتى تأثيرها على الطالبات. ومن هنا جاءت هذه الدراسة للإجابة عن الاسئلة التالية:

أسئلة الدراسة:

- السؤال الأول: ما مستوى الابتزاز العاطفي لدى طالبات جامعة العلوم الإسلامية العالمية؟
- السؤال الثاني: ما مستوى اضطرابات النوم لدى طالبات جامعة العلوم الإسلامية العالمية؟

• **السؤال الثالث:** هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين مستوى الابتزاز العاطفي، واضطرابات النوم لدى طالبات جامعة العلوم الإسلامية العالمية؟

• **السؤال الرابع:** هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الابتزاز العاطفي، واضطرابات النوم تعزى لمتغيرات التخصص، والمستوى الدراسي، والحالة الاجتماعية؟
أهداف الدراسة:

1. التعرف إلى مستوى الابتزاز العاطفي، واضطرابات النوم لدى طالبات جامعة العلوم الإسلامية.
 2. الكشف عن طبيعة العلاقة بين مستوى الابتزاز العاطفي، واضطرابات النوم لدى طالبات جامعة العلوم الإسلامية العالمية.
 3. الكشف عن دلالة الفروق في مستويات الابتزاز العاطفي، واضطرابات النوم استنادًا إلى متغيرات (التخصص، والمستوى الدراسي، والحالة الاجتماعية).
- أهمية الدراسة:

يمكن حصر أهميتها في عدّة مبررات نظرية وعملية، وهي كما يلي:

الأهمية النظرية:

- تستمد الدراسة أهميتها النظرية في تناولها لفئة باعتبارها من الفئات الأكثر عرضة للابتزاز العاطفي في العصر الحالي، وهي بحاجة إلى الرعاية والمتابعة والاهتمام.
- ستسهم هذه الدراسة من خلال ما توصلت إليه من نتائج بإضافة معرفية للأدب النظري في مجال الابتزاز العاطفي واضطرابات النوم؛ حيث جاءت لتكمل الجوانب البحثية ذات الصلة بالموضوع.

الأهمية التطبيقية:

- توفير مقاييس للابتزاز العاطفي واضطرابات النوم مطورين من قبل الباحثين على فئة طلبة الجامعة يمكن للباحثين والدارسين استخدامهما في دراساتهم وأعمالهم المستقبلية.
- تشجيع الباحثين والدارسين على إجراء دراسات لاحقة حول هذا الموضوع على عينات مختلفة ومتباينة.

-تمهد هذه الدراسة لتطوير وبناء برامج وقائية تهدف إلى التوعية والتثقيف حول الابتزاز العاطفي والتدريب على طرق وأساليب لتجنب الإصابة باضطرابات النوم.

-تسليط الضوء على أهمية التوعية التثقيفية والوقائية حول الابتزاز العاطفي في المقررات الجامعية المشتركة.

المصطلحات والتعريفات الإجرائية:

-الابتزاز العاطفي: وتعرفه فورورد (2015) بأنه: "أحد أشكال التلاعب الفعالة الذي يهددنا فيه الأشخاص المقربون منا سواء بطريقة مباشرة أو غير مباشرة ليعاقبونا إذا لم نفعل ما يريدونه". ويعرف إجرائيًا بمجموع الدرجات التي تحصل عليها الطالبة على مقياس الابتزاز العاطفي المستخدم ضمن هذه الدراسة.

-اضطرابات النوم: مشكلات تتعلق بجودة النوم وتوقيته وكميته، مما يؤدي إلى ضائقة في أثناء النهار وضعف في الأداء الوظيفي، وغالبًا ما تحدث اضطرابات النوم والاستيقاظ بالتزامن مع الحالات الطبية أو غيرها من الحالات الصحية العقلية، مثل الاكتئاب، أو القلق أو الاضطرابات المعرفية (APA, 2013). ويعرف إجرائيًا بمجموع الدرجات التي تحصل عليها الطالبة على مقياس اضطرابات النوم المستخدم ضمن هذه الدراسة.

-طالبات جامعة العلوم الإسلامية العالمية: هم طالبات مرحلة البكالوريوس من السنة الأولى وحتى السنة الرابعة في أقسام كلية العلوم التربوية في تخصصات (الإرشاد، ومعلم الصف، والتربية الخاصة).

حدود الدراسة ومحدداتها:

-حدود زمنية: تم تطبيق أدوات الدراسة خلال الفصل الأول للعام الدراسي (2022/2021).
-حدود مكانية: تم تطبيق أدوات الدراسة من خلال رابط الكتروني تم توزيعه على طلبة جامعة العلوم الإسلامية المسجلين في الفصل الأول للعام الدراسي (2022/2021).
-حدود بشرية: اقتصرَت الدراسة على طالبات جامعة العلوم الإسلامية من كلية العلوم التربوية.
-المحددات الإجرائية: تتحدد نتائج الدراسة الحالية بالأدوات التي استخدمت فيها لجمع البيانات، من حيث صدقها ومؤشرات ثباتها، وكل ما وفرته من شروط تتعلق باختيار أفراد العينة، وبطبيعة المنهج المستخدم فيها، وبطبيعة التحليل الإحصائي.

الدراسات السابقة:

دراسات بحثت في الابتزاز العاطفي:

أجرت ميسر (2021) دراسة وصفية ارتباطية هدفت إلى التعرف على مستوى الابتزاز العاطفي ومراقبه الذات لدى طالبات كلية التربية في جامعة القادسية في العراق، والكشف عن طبيعة العلاقة بينهما، وأيضًا الكشف عن وجود فروق تعزى لمتغير المستوى الدراسي لكلا المتغيرين، ولأجل تحقق أهداف الدراسة تم تطوير مقياس الابتزاز العاطفي، واستخدام مقياس مراقبة الذات. تكونت عينة الدراسة من (252) طالبة. وأظهرت نتائج الدراسة أن طالبات الجامعة لا يتعرضن للابتزاز العاطفي، ولكن توجد لديهن مراقبة الذات، وكشفت عن وجود علاقة عكسية بين الابتزاز العاطفي ومراقبة الذات. كما بينت النتائج عدم وجود فروق بمستوى الابتزاز العاطفي تعزى لمتغير المستوى الدراسي، بينما توجد فروق بمستوى مراقبة الذات لصالح طلبة السنة الرابعة.

وأجرت المولى (2020) دراسة وصفية ارتباطية في بغداد على عينة مكونة من (184) طالبة جامعية متزوجة، هدفت التعرف إلى الابتزاز العاطفي وعلاقته برأس المال النفسي عند الطالبات الجامعيات المتزوجات. لتنفيذ الدراسة وتحقيق أغراضها استخدم مقياسي الابتزاز العاطفي، ورأس المال النفسي. أظهرت نتائج هذه الدراسة عدم وجود ابتزاز عاطفي لدى أفراد عينة الدراسة، في حين بينت أن أفراد العينة يتمتعون برأس مال نفسي، كما وأظهرت النتائج وجود علاقة عكسية دالة بين الابتزاز العاطفي ورأس المال النفسي، ووجود فروق دالة في العلاقة بين المتغيرين ولصالح التخصيص الإنساني.

وأجرى عبد اللا (2019) دراسة وصفية ارتباطية هدفت التعرف إلى تقدير الذات كمتغير وسيط في العلاقة بين الابتزاز العاطفي وأعراض اضطراب الشخصية النرجسية لدى عينة من الأزواج. تكونت عينة الدراسة من (337) من الأفراد المتزوجين من الذكور والإناث. لغايات الدراسة تم اعتماد مقياس تقدير الذات، والابتزاز العاطفي، وأعراض اضطراب الشخصية النرجسية. أظهرت النتائج وجود فروق دالة في الابتزاز العاطفي وابعاده بين الذكور والإناث لصالح الذكور، في حين كانت هناك فروق دالة في بعد الصمت لصالح الإناث. كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة من ناحية احصائية في الدرجة الكلية لتقدير الذات لصالح الذكور. وعدم وجود فروق دالة من ناحية احصائية في العلاقة الارتباطية بين الابتزاز العاطفي وتقدير الذات، في حين كانت هناك علاقة ارتباطية بين الابتزاز العاطفي وأعراض اضطراب الشخصية النرجسية.

وأجرت بيومي (2014) دراسة تتبع المنهج الوصفي الارتباطي المقارن في مصر على عينة تكونت من (102) متزوجة هدفت التعرف إلى الابتزاز الانفعالي للزوجة من قبل الزوج وعلاقته ببعض متغيرات شخصية الزوجة. لتنفيذ الدراسة وتحقيق اغراضها استخدم مقياسي الابتزاز العاطفي، وايزنك للشخصية. أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة بين الابتزاز الانفعالي للزوجة من قبل الزوج (المكونات، والوسائل، والنتائج) ومتغيرات الشخصية الإيجابية (تقدير الذات، والسعادة، والاستقلالية)، ووجود علاقة ارتباطية موجبة دالة بين الابتزاز الانفعالي من الزوجات في متغيرات الشخصية الإيجابية (تقدير الذات، والسعادة، والاستقلالية) لصالح منخفضات الابتزاز الانفعالي من الزوجات، بينما توجد فروق دالة من ناحية احصائية بين متوسط درجات منخفضات الابتزاز الانفعالي من الزوجات، ومرتفعات الابتزاز الانفعالي من الزوجات في متغيرات الشخصية السلبية (القلق، الوسواسية، وتوهم المرض، والشعور بالذنب) ولصالح مرتفعات الابتزاز الانفعالي من الزوجات.

وأجرت محمد (2016) دراسة وصفية ارتباطية مقارنة في مصر على عينة تكونت من (247) زوج وزوجة. هدفت التعرف إلى الدور الوسيط لسمات الشخصية في العلاقة بين الابتزاز العاطفي وأعراض اضطراب الشخصية الحدية لدى المتزوجين. لتنفيذ الدراسة وتحقيق اغراضها استخدم مقياسي الابتزاز العاطفي، وايزنك للشخصية. أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق دالة بين الأزواج والزوجات في جميع متغيرات الدراسة، ووجود علاقة موجبة ودالة بين الابتزاز العاطفي وأعراض اضطراب الشخصية الحدية، ووجود علاقة موجبة دالة بين درجات سميت الذهانية والعصابية وكل من الابتزاز العاطفي وأعراض اضطراب الشخصية الحدية، وعدم وجود علاقة دالة بين سمة الانبساطية وكل من الابتزاز العاطفي وأعراض اضطراب الشخصية الحدية، كما أظهرت النتائج أن سمات الشخصية تتوسط العلاقة بين الابتزاز العاطفي وأعراض اضطراب الشخصية الحدية.

كما أجرت ليو (Liu, 2010) دراسة وصفية ارتباطية في تايوان هدفت كشف علاقة إدراك الموظفين للابتزاز العاطفي ورفاهيتهم الذاتية. تكونت عينة الدراسة من (299) من الأفراد المتزوجين وغير المتزوجين. لتنفيذ الدراسة ولتحقيق الغرض منها تم استخدام مقياسي الابتزاز العاطفي، والرفاهية الذاتية. أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة سالبة ذات دلالة بين اللوم والتهديد من مكونات الابتزاز العاطفي والرفاهية الذاتية، وعدم وجود علاقة بين الإحساس

بالذنب والرفاهية الذاتية، كما أظهرت النتائج عدم وجود علاقة دالة في متغيري الدراسة تعود إلى الجنس، أو الحالة الاجتماعية، أو المستوى التعليمي.

دراسات بحثت في اضطرابات النوم:

وقام عبيد والطرابلسي (2022) بدراسة وصفية هدفت إلى التعرف على العلاقة بين اضطرابات النوم ومستوى النشاط البدني لدى الطلاب الجامعيين في بعض جامعات منطقة مكة المكرمة. تكونت الدراسة من الطلاب الجامعيين من الجنسين وعددهم (252) طالبًا وطالبة. ولتحقيق ذلك تم بناء مقياس يقيس اضطرابات النوم، واستبانة لقياس مستوى النشاط البدني. وأظهرت النتائج وجود علاقة دالة من ناحية إحصائية بين اضطرابات النوم ومستوى النشاط البدني، وأن نسبة انتشار اضطرابات النوم لدى أفراد عينة البحث الحالي بلغت 46.6% من العينة الكلية، وأن أكثر الاضطرابات شيوعًا بين الطلاب اضطراب الإيقاع اليومي في المرتبة الأولى ونسبة 28.04%، وفي المرتبة الثانية اضطراب الأرق بنسبة 27.85%.

أجرت عطوى (2020) دراسة هدفت التعرف إلى طبيعة العلاقة بين الضغوط النفسية واضطرابات النوم لدى طالبات الجامعة. اعتمد مقياسي الضغوط النفسية، واضطرابات النوم لغايات الدراسة، تكونت العينة من (123) طالبة من طالبات كلية العلوم الإنسانية بالجبل. أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية وإيجابية بين الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية وأبعاده، والدرجة الكلية لمقياس اضطرابات النوم وأبعاده، كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة بين الفرق الدراسية الأربعة على مقياس الضغوط النفسية وأبعاده؛ وعلى مقياس اضطرابات النوم وأبعاد (صعوبة الدخول في النوم، الإرهاق الجسدي والنفسي المصاحب للأرق، الاستيقاظ المبكر من النوم، الآثار السلبية للأرق، اضطراب نوم نتيجة ظروف خارجية، عواقب الأرق).

وأجرى العقوري (2020) دراسة وصفية ارتباطية مقارنة هدفت البحث في إدمان مواقع التواصل الاجتماعي الفيسبوك وعلاقة ذلك بظهور أعراض اضطرابات النوم لدى عينة من طلبة جامعة سلوق. تكونت الدراسة من عينة عددها (264) طالبًا وطالبة. لغايات تنفيذ الدراسة اعتمد مقياسي إدمان مواقع التواصل الاجتماعي، وأعراض اضطرابات النوم. وأظهرت نتائج الدراسة وجود مستوى متوسط في المتغيرين، ووجود علاقة ارتباطية طردية ذات دلالة بين

المتغيرين، كما أظهرت النتائج وجود فروق في كلٍّ من المتغيرين تعزى إلى النوع ولصالح الذكور، ووجود فروق في أعراض اضطرابات النوم تعزى إلى التخصص لصالح طلبة التخصصات الانسانية.

كما قام محمد وسماحة وأبو سيف (2019) بدراسة وصفية ارتباطية هدفت كشف العلاقة بين النزعة إلى الكمال واضطرابات النوم لدى طلبة الجامعة المتفوقين في تخصصاتهم دراسيًا، وقد تكونت عينة الدراسة من (65) طالبًا وطالبة من طلاب جامعة بنها، لغايات تحقيق وتنفيذ أهداف هذه الدراسة طبق على أفراد الدراسة مقياسي النزعة إلى الكمال، واضطرابات النوم، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية طردية بين النزعة إلى الكمال واضطرابات النوم لدى أفراد الدراسة.

وأجرى جالتيني (Gaultney, 2010) دراسة وصفية في الولايات المتحدة الأمريكية هدفت التعرف إلى مدى انتشار مخاطر اضطرابات النوم بين طلبة الجامعة تبعًا لمتغيري الجنس والعمر. تكونت عينة الدراسة من (1845) طالبًا وطالبة. لغاية تحقيق الهدف من الدراسة استخدم مقياس اضطرابات النوم. أظهرت نتائج الدراسة أن 27% من طلبة الجامعة معرضين لخطر اضطرابات النوم، وبين الطلبة عدم كفاية النوم والتفاوت بين أيام الأسبوع وعطلة نهاية الأسبوع، الأمر الذي يؤثر على أدائهم الأكاديمي في الجامعة.

وبالنظر إلى الدراسات والمقالات السابقة وتتبعها يلاحظ اهتمام بعض الباحثين في مجال الإرشاد محليًا وعالميًا بموضوعي الابتزاز العاطفي، واضطرابات النوم لدى طلبة الجامعة كمتغيرات منفصلة عن بعضها دون الاهتمام بكشف العلاقة الارتباطية، والقدرة التنبؤية بينهما؛ لذا تتشابه الدراسة الحالية مع بعض الدراسات السابقة في المنهج المستخدم، والعينة المستخدمة. في حين تختلف عن غيرها من الدراسات السابقة في الموضوع والفكرة، والأداة المستخدمة، وطريقة التطبيق والتنفيذ، والنتائج وتفسيرها، وكذلك التوصيات. وتتميز بتناولها لمستوى الابتزاز العاطفي واضطرابات النوم لدى طالبات جامعة العلوم الإسلامية، والكشف عن طبيعة العلاقة بين الابتزاز العاطفي واضطرابات النوم، فضلًا عن كشف الفروق في مستويات الابتزاز العاطفي واضطرابات النوم استناداً إلى متغيرات (التخصص، والمستوى الدراسي، والحالة الاجتماعية).

الطريقة والإجراءات:

تضمن هذا الجزء الطريقة والإجراءات التي اتبعها الباحثان لتحقيق أهداف الدراسة، حيث تضمن وصفاً لمنهج الدراسة، ولمجتمعها، ولعينتها، وأدواتها، وطرق التحقق من صدق الأدوات وثباتها، وإجراءاتها، ومتغيراتها، والمعالجة الإحصائية التي تم استخدامها للإجابة عن أسئلة الدراسة.

منهج الدراسة:

تم اعتماد المنهج الوصفي الارتباطي باعتباره المنهج المناسب والقائم على وصف السمة المراد قياسها ومعرفة العلاقات الارتباطية بين متغيرات الدراسة، ومن خلال جمع البيانات اللازمة باستخدام أدوات الابتزاز العاطفي، واضطرابات النوم.

مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع طالبات البكالوريوس من السنة الأولى وحتى السنة الرابعة في أقسام الإرشاد والصحة النفسية، والتربية الخاصة، ومعلم الصف الذين هم على مقاعد الدراسة في كلية العلوم التربوية في جامعة العلوم الإسلامية العالمية في الفصل الدراسي الأول من العام الجامعي (2021/2022).

عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من (272) طالبة من طالبات البكالوريوس في أقسام كلية العلوم التربوية في جامعة العلوم الإسلامية العالمية، حيث تم أخذ الموافقات الرسمية من الجهات المختصة لجمع البيانات. وقام الباحثان باختيار الطريقة القصدية المتيسرة لجمع عينة الدراسة، وتم توضيح أهداف الدراسة والغرض منها، فضلاً عن طلب الموافقة في تعبئة الاستبانة، وذلك في الفصل الدراسي الأول من العام الجامعي (2021/2022). والجدول رقم (1) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغيرات التخصص والمستوى الدراسي والحالة الاجتماعية.

الجدول رقم (1) توزيع أفراد عينة الدراسة وفقاً لمتغيرات التخصص، والمستوى الدراسي، والحالة الاجتماعية			
المتغيرات	التكرار	النسبة المئوية %	
التخصص	125	46.0	إرشاد وصحة نفسية
	42	15.4	تربية خاصة
	105	38.6	معلم صف
المستوى الدراسي	45	16.5	سنة أولى
	56	18.7	سنة ثانية
	72	26.5	سنة ثالثة
	104	38.3	سنة رابعة

الحالة الاجتماعية	أعزب	233	85.7
	متزوج	39	14.3
المجموع		272	%100

أدوات الدراسة:

أولاً: مقياس الابتزاز العاطفي:

قام الباحثان بتطوير مقياس الابتزاز العاطفي لدى طالبات جامعة العلوم الاسلامية العالمية، وذلك بعد الرجوع إلى الجانب النظري، والدراسات والابحاث السابقة ذات العلاقة؛ كدراسة طلفاح (2021)؛ ودراسة الزهيري والذهبي (2019)؛ ودراسة عبد الله (2019)، وقد تكون مقياس الابتزاز العاطفي بصورته الأولية من (20) فقرة، وكانت جميع الفقرات بالاتجاه الايجابي، وللتحقق من خصائص الدراسة السيكمترية (الصدق، والثبات) تم إجراء ما يلي:

الصدق:

للتحقق من صدق المقياس قام الباحثان باستخدام ما يلي:

-الصدق الظاهري:

تم عرض المقياس على (10) محكمين وخبراء من أساتذة الجامعات، في بعض الجامعات الأردنية من المتخصصين في الإرشاد وعلم النفس والمقياس، وطُلب منهم إبداء الرأي بوضوح وسلامة صياغة الفقرات وصلاحيها لقياس ما صممت لقياسه، وتقديم أية اقتراحات يرونها مناسبة لتطوير المقياس، وتم اعتماد موافقة (80%) فأكثر مؤشراً على إبقاء الفقرة، وبناءً على آراء المحكمين تم تعديل صياغة بعض الفقرات، وتم حذف بعض الفقرات أيضاً، حيث تكون مقياس الابتزاز العاطفي بصورته النهائية من (18) فقرة؛ والجدول (2) يبين الفقرات المحذوفة.

جدول (2): الفقرات المحذوفة من المقياس
الفقرات المحذوفة من المقياس
أعتقد أن صداقة الآخرين مرتبطة بتنفيذ طلباتهم
أعتقد أن دعم الآخرين لي مرتبط بتنفيذ طلباتهم

-صدق البناء:

للتأكد من صدق بناء مقياس الابتزاز العاطفي تم استخراج دلالات ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية للمقياس. كما هو مبين في الجدول (3).

جدول (3) معامل الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية لمقياس الابتزاز العاطفي					
الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
1	0.64**	8	0.46**	15	0.74**
2	0.33**	9	0.51**	16	0.60**
3	0.57**	10	0.64**	17	0.76**
4	0.70**	11	0.69**	18	0.57**
5	0.69**	12	0.72**		
6	0.33**	13	0.81**		
7	0.30**	14	0.69**		

0.01**

يتضح من الجدول (3) أن قيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية تراوحت بين (0.30-0.81)، وهي جميعها لم تقل عن معيار (0.20)؛ مما يُشير إلى أن الأداة تتمتع بدرجة صدق عالية (الكيلاني والشريفين، 2011).

ثبات الاتساق الداخلي لمقياس الابتزاز العاطفي:

للتأكد من ثبات مقياس الابتزاز العاطفي تم حساب دلالات الاتساق الداخلي للمقياس باستخدام معادلة كرونباخ ألفا، وبلغ معامل الثبات (0.87).

تصحيح مقياس الابتزاز العاطفي:

اعتمد المقياس التدرج الخماسي؛ فقد أعطي للبديل أوافق بدرجة كبيرة جداً (5) درجات، وللبديل أوافق بدرجة كبيرة (4) درجات، وللبديل متردد (3) درجات، وللبديل أوافق بدرجة قليلة (2) درجتان، وللبديل أعارض تماماً (1) درجة واحدة. أما بالنسبة للفقرات السلبية تُعكس الدرجات. وقد استخدمت المعادلة التالية للحكم على مستوى المتوسطات الحسابية:

$$\bullet \quad 2.33 = 1.33 + 1, (2.33 - 1) \text{ درجة منخفضة.}$$

$$\bullet \quad 3.67 = 1.33 + 2.34, (3.67 - 2.34) \text{ درجة متوسطة.}$$

$$\bullet \quad 5 = 1.33 + 3.68, (5 - 3.68) \text{ درجة مرتفعة.}$$

ثانيًا: مقياس اضطرابات النوم:

قام الباحثان بتطوير مقياس لاضطرابات النوم لدى طالبات جامعة العلوم الإسلامية العالمية، وذلك بعد الرجوع إلى الأدب النظري، والدراسات السابقة ذات الصلة؛ كدراسة عطوى

(2020)؛ ودراسة العقوري (2020)؛ ودراسة عيد والطرابلسي (2022)، وقد تكوّن مقياس اضطرابات النوم بصورته الأولى من (22) فقرة، وكانت جميع فقرات المقياس بالاتجاه الايجابي، وللتحقق من الخصائص السيكومترية (الصدق، والثبات) لمقياس اضطرابات النوم تم إجراء ما يلي:

الصدق:

للتحقق من صدق المقياس قام الباحثان بما يلي:

-الصدق الظاهري:

تم عرض المقياس على (10) خبراء ومحكمين من الأساتذة، في بعض الجامعات الأردنية من المتخصصين في الإرشاد وعلم النفس والقياس، وطلب منهم إبداء الرأي بوضوح وسلامة صياغة الفقرات وصلاحياتها لقياس ما صممت لقياسه، وتقديم أية اقتراحات يرونها مناسبة لتطوير المقياس، وتم اعتماد موافقة (80%) فأكثر مؤشراً على إبقاء الفقرة، وبناءً على آراء المحكمين تم تعديل صياغة بعض الفقرات، وتم حذف بعض الفقرات أيضاً، حيث تكون مقياس اضطرابات النوم من (19) فقرة؛ والجدول (4) يبين الفقرات المحذوفة.

جدول (4): الفقرات المحذوفة من المقياس
الفقرات المحذوفة من المقياس
أعاني من الفزع الليلي
أعاني من الكوابيس والاحلام المزعجة
أشعر بالقلق الشديد عند ذهابي إلى النوم

-صدق البناء:

للتأكد من صدق بناء مقياس اضطرابات النوم تم استخراج دلالات ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية للمقياس، كما هو مبين في الجدول رقم (5).

جدول (5) معامل الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية لمقياس اضطرابات النوم					
الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
1	0.53**	8	0.40**	15	0.44**
2	0.47**	9	0.37**	16	0.60**
3	0.57**	10	0.64**	17	0.62**
4	0.31**	11	0.69**	18	0.66**
5	0.56**	12	0.32**	19	0.64**

6	0.57**	13	0.67**
7	0.33**	14	0.50**

0.01**

يتضح من الجدول (5) أن قيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية لمقياس اضطرابات النوم تراوحت بين (0.31 - 0.69)، وهي جميعها لم تقل عن معيار (0.20)؛ مما يُشير إلى أن الأداة تتمتع بدرجة صدق عالية (الكيلاني والشريفين، 2011).

ثبات الاتساق الداخلي لمقياس اضطرابات النوم:

للتأكد من ثبات مقياس اضطرابات النوم تم حساب دلالات الاتساق الداخلي للمقياس باستخدام معادلة كرونباخ ألفا، وبلغ معامل الثبات (0.82).

تصحيح مقياس اضطرابات النوم:

اعتمد المقياس التدرج الخماسي؛ فقد أعطي للبديل أوافق بدرجة كبيرة جداً (5) درجات، وللبديل أوافق بدرجة كبيرة (4) درجات، وللبديل متردد (3) درجات، وللبديل أوافق بدرجة قليلة (2) درجتان، وللبديل أعارض تماماً (1) درجة واحدة. أما بالنسبة للفقرات السلبية تُعكس الدرجات. وقد استخدمت المعادلة التالية للحكم على مستوى المتوسطات الحسابية:

• $1.33 + 2.33 = 2.33 - 1$ ، درجة منخفضة.

• $1.33 + 2.34 = 3.67$ ، (3.67-2.34) درجة متوسطة.

• $1.33 + 3.68 = 5$ ، (5-3.68) درجة مرتفعة.

إجراءات الدراسة:

تم اعتماد ما يلي من إجراءات؛ تمثلت بـ:

1.مراجعة البحوث والمقالات والدراسات حول مواضيع الابتزاز العاطفي، واضطرابات النوم وأعراضه، محلياً وعالمياً.

2.تطوير أدوات الدراسة والتأكد من خصائص الصدق، والثبات لها ولفقراتها.

3.أخذ الموافقات الرسمية من الجهات المختصة لجمع البيانات في جامعة العلوم الإسلامية العالمية.

4.تطبيق أداة الدراسة على أفراد العينة خلال الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي 2022/2021.

5. جمع البيانات بشكل دقيق وتحليلها باستخدام نظام (SPSS) الإحصائي، واستخراج النتائج، وتفسيرها ومناقشتها، وتقديم المقترحات المناسبة والتوصيات.

متغيرات الدراسة:

- متغير أولي: الابتزاز العاطفي

- متغير ثانوي: اضطرابات النوم

- متغيرات تصنيفية وهي:

أ- التخصص وله ثلاثة مستويات (إرشاد وصحة نفسية، تربية خاصة، معلم صف)

ب- المستوى الدراسي وله أربعة مستويات (سنة أولى، سنة ثانية، سنة ثالثة، سنة رابعة)

ج- الحالة الاجتماعية ولها مستويان (أعزب، متزوج)

التحليل الإحصائي:

تم تحليل البيانات بالاعتماد على برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية Statistical package for social sciences (SPSS V23)، ومن أجل التوصل إلى نتائج الدراسة، تم استخدام التحليل الوصفي المتمثل بالمتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، والنسب المئوية. كما تم إيجاد معامل كرونباخ الفا لإيجاد ثبات المقاييس النفسية المستخدمة. ومن أجل معرفة الارتباط بين المتغيرات، تم استخدام معامل ارتباط بيرسون. ومن أجل معرفة الفروقات بين المتغير التابع والمتغيرات المستقلة فقد تم تطبيق اختبار تحليل التباين المتعدد.

نتائج الدراسة ومناقشتها:

النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: ما مستوى الابتزاز العاطفي لدى طالبات جامعة العلوم الإسلامية العالمية؟

للإجابة عن هذا السؤال، تم استخراج المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية لمقياس الابتزاز العاطفي، ويبين الجدول (6) النتائج.

جدول (6) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات الطالبات على مقياس الابتزاز العاطفي					
الرقم	الفقرة	الرتبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
7	أشعر بالذنب عندما لا أحقق للشخص المهم في حياتي (مثل والدي أو زوجي أو صديق أو حبيب أو) ما يريد	1	3.02	1.317	متوسط
12	يشعرنني الشخص المهم في حياتي (مثل: والدي أو زوجي أو	2	1.98	1.209	منخفض

				صديقة أو حبيب أو بالتقصير في حقوقه وواجباته	
4		3	1.97	1.165	منخفض
		4	1.95	1.215	منخفض
11		5	1.90	1.179	منخفض
14		6	1.60	.989	منخفض
5		7	1.57	.993	منخفض
17		8	1.55	.983	منخفض
1		9	1.55	1.030	منخفض
13		10	1.47	.973	منخفض
15		11	1.43	.917	منخفض
16		12	1.38	1.007	منخفض
10		13	1.23	.695	منخفض
3		14	1.18	.673	منخفض
9		15	1.13	.617	منخفض
8					

6	يلجأ الشخص المهم في حياتي (مثل: والدي أو زوجي أو صديق أو حبيب أو) إلى البكاء لكي أفعل له ما يريد	16	1.12	.447	منخفض
2	يهددني الشخص المهم في حياتي (مثل: والدي أو زوجي أو صديق أو حبيب أو) بإيذاء نفسه إذا لم أستجب لمطالبه	17	1.07	.384	منخفض
18	يهددني الشخص المهم في حياتي (مثل: والدي أو زوجي أو صديق أو حبيب أو) بنشر صوري إذا لم أستجب لطلباته	18	1.00	.061	منخفض
المستوى الكلي			1.57	.555	منخفض

يتضح من الجدول (6) أن المتوسطات الحسابية لمقياس الابتزاز العاطفي تراوحت بين (1.00 – 3.02)، وجاء بالمرتبة الأولى الفقرة (7) التي تنص على: "أشعر بالذنب عندما لا أحقق للشخص المهم في حياتي (مثل والدي أو زوجي أو صديق أو حبيب أو) ما يريد" بمتوسط حسابي (3.02) وبمستوى "متوسط"، وجاءت بالمرتبة الأخيرة الفقرة (18)، التي تنص: "يهددني الشخص المهم في حياتي (مثل والدي أو زوجي أو صديق أو حبيب أو) بنشر صوري إذا لم أستجب لطلباته" بمتوسط حسابي (1.00) وبمستوى "منخفض"، وبلغ المتوسط الحسابي للدرجة الكلية (1.57)، وانحراف معياري (555)، وبمستوى منخفض.

ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى أن طالبات جامعة العلوم الإسلامية العالمية ينحدرن من طبقات اجتماعية تتمتع بالتماسك العائلي، وانتشار المودة والرحمة بين أفراد العائلة، ويحرص الآباء في هذه الطبقات على تقديم الدعم والحب غير المشروط للأبناء وخاصة الإناث منهم. كما أن تمتع الطالبات بمستوى مرتفع من العلم، والثقافة، والالتزام الديني والوعي يمكنهن من عدم الوقوع في شباك الابتزاز العاطفي. بالإضافة إلى حرص الجامعة على الحفاظ على الطابع الإسلامي داخل الحرم الجامعي من حيث وجود مداخل خاصة للطلاب ومداخل خاصة للإناث، وبالتالي انخفاض اختلاط الطالبات بالطلاب؛ مما يقلل من احتمالية التعرض للابتزاز العاطفي، وتقوم أيضاً بعقد العديد من الدورات الوقائية والتوعوية وبشكل مستمر عن طريق التنسيق مع محاضرين من وحدة الجرائم الإلكترونية بهدف التوعية من الوقوع بالجرائم الإلكترونية والتي من أبرزها الابتزاز بمختلف أشكاله. واتفقت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة المولى (2020)، ونتائج دراسة ميسر (2021)؛ التي بينت نتائجها عدم وجود ابتزاز عاطفي لدى أفراد عينة الدراسة.

النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: ما مستوى اضطرابات النوم لدى طالبات جامعة العلوم الإسلامية العالمية؟

للإجابة عن هذا السؤال، تم استخراج المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية لمقياس اضطرابات النوم، وبين الجدول (7) هذه المستويات:

جدول (7) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات الطالبات على مقياس اضطرابات النوم				
الرقم	الفقرة	الرتبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	أحتاج إلى وقت طويل كي أنام، عندما يتغير موعد نومي عن المعتاد بسبب دراسة أو عمل أو ظرف غير متوقع	1	3.45	1.254
5	أشعر أنني بحاجة ماسة إلى النوم	2	3.40	1.242
19	أعاني من نعاس شديد	3	3.21	1.195
3	أحتاج إلى وقت طويل كي أنام وأعاني من صعوبة في النوم، عندما يتغير مكان نومي بسبب زيارة أو سفر أو أي سبب آخر	4	3.20	1.352
13	أشعر بالتعب الشديد والإرهاك عند الاستيقاظ من النوم	5	3.08	1.229
10	أعاني من اضطراب أو عدم انتظام في نومي	6	2.78	1.340
4	أعاني من صعوبة في الاستيقاظ من النوم إلا بواسطة المنبه أو بمساعدة أحد أفراد أسرتي	7	2.69	1.442
17	أعاني من النوم المتقطع بحيث لا أستطيع النوم بشكل مستمر لساعات طويلة	8	2.54	1.346
11	لا أستطيع أن أغفو رغم رغبتي في النوم كأن النوم فارقي تماماً	9	2.45	1.281
12	أميل إلى النوم مبكراً قبل المواعيد المعتادة	10	2.15	1.098
6	أستيقظ من النوم في حالة من الرعب والخوف الشديد بسبب الأحلام المزعجة	11	2.00	1.102
8	أخبرني أحد أفراد أسرتي أنني أتكلم في الليل وأنا نائمة	12	1.77	1.034
16	أستيقظ من النوم من شدة ألم الصداع الذي ينتابني أثناء النوم	13	1.76	1.144
15	أعاني من حالة صك الأسنان (أطحن بقوة شيئاً ما بأسناني) أثناء النوم	14	1.67	1.192
18	أستيقظ من النوم من شدة الخوف لأنني أشعر أثناء النوم أنني أختنق	15	1.59	1.017
14	عندما أنام أفقد القدرة على تحريك أطرافي (اليدين والقدمين) وكأنني مشلول	16	1.56	.940
2	لا أحب النوم خوفاً من الكوابيس	17	1.53	.949
9	أتحرك أثناء نومي حركات عنيفة مثل (ركل أو رفس) بالأرجل أو الأيدي أو كليهما، مما يسبب نفور الآخرين من النوم معي في الغرفة نفسها	18	1.32	.775

7	أخبرني أحد أفراد أسرتي أنني أسير في الليل وأنا نائمة	19	1.14	.548	منخفض
المستوى الكلي					
			2.28	.611	منخفض

يتضح من الجدول (7) أن المتوسطات الحسابية لمقياس اضطرابات النوم تراوحت بين (1.14 – 3.45)، وجاءت بالمرتبة الأولى الفقرة (1) التي تنص على "أحتاج إلى وقت طويل كي أنام، عندما يتغير موعد نومي عن المعتاد بسبب دراسة أو عمل أو ظرف غير متوقع" بمتوسط حسابي (3.45) وبمستوى "متوسط"، وجاءت بالمرتبة الأخيرة الفقرة (7)، التي تنص "أخبرني أحد أفراد أسرتي أنني أسير في الليل وأنا نائم" بمتوسط حسابي (1.14) وبمستوى "منخفض"، وبلغ المتوسط الحسابي للدرجة الكلية (2.28)، وانحراف معياري (611)، وبمستوى منخفض.

ويمكن تفسير ذلك إلى أن الطالبات يتمتعن بصحة جيدة كونهن ما زلن في ريعان الشباب وبالتالي لا يعانين من الكثير من الأمراض التي تسبب أعراض اضطراب النوم مثل النشاط المفرط للغدة الدرقية والسكري والتهاب المفاصل، ومعظم الطالبات يتمتعن بمستوى التزام ديني وأخلاقي عالٍ؛ مما يمنعهن من تعاطي الكحول وحتى التدخين التي تعتبر من العوامل التي تزيد من احتمالية المعاناة من أعراض اضطرابات النوم. وكذلك وجود أسر داعمة وانخفاض مستوى الضغوط كونهن ما زلن طالبات وتنحصر مشاكلهن بالتحصيل الأكاديمي، وضغوطات الامتحانات. ويمكن عزو النتائج أيضاً إلى انتظام مواعيد النوم لوجود نظام (روتين) يومي مرتبط بمواعيد المحاضرات الجامعية. وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة عيد والطرابلسي (2022)؛ التي بينت وجود نسبة منخفضة من اضطرابات النوم لدى أفراد عينة الدراسة. في حين تختلف نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة العقوري (2020)؛ التي بينت وجود مستوى متوسط من أعراض اضطرابات النوم لدى أفراد عينة الدراسة.

النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: هل هناك علاقة ذات دلالة احصائية بين الابتزاز العاطفي،

واضطرابات النوم لدى طالبات جامعة العلوم الإسلامية العالمية؟

للإجابة على هذا السؤال تم استخدام معامل ارتباط بيرسون بين المتغيرات، كما هو موضح في الجدول (8).

جدول (8) قيم معامل ارتباط بيرسون بين الابتزاز العاطفي واضطرابات النوم		
المتغيرات	اضطرابات النوم	
الابتزاز العاطفي	معامل الارتباط	0.378**
	مستوى الدلالة	.000

0.01**

يتضح من الجدول (8) وجود علاقة طردية بين الابتزاز العاطفي واضطرابات النوم؛ حيث بلغت قيمة الارتباط (0.378)، وهي ذات دلالة إحصائية. أي كلما ارتفعت درجة الابتزاز العاطفي، يؤدي ذلك إلى ارتفاع درجة اضطرابات النوم لديهم، ويرى الباحثان أن هذه النتيجة طبيعية، ويمكن تفسيرها من خلال أن التهديد يؤثر على شعور الطالبة بالأمان وهو عنصر أساسي للخلود إلى النوم، كما أن الشعور بالقلق والخوف من الشخص المُبتز وتهديداته يؤثر على الشعور بالاسترخاء؛ مما يعيق عملية الدخول في النوم أو الشعور بالنعاس، ويسبب فرط التفكير، ويؤدي بدوره إلى ظهور أعراض اضطرابات النوم المختلفة.

النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى كلاً من الابتزاز العاطفي، واضطرابات النوم تعزى لمتغيرات (التخصص، والمستوى الدراسي، والحالة الاجتماعية) لدى طالبات جامعة العلوم الإسلامية العالمية؟ للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية لمستوى كلاً من الابتزاز العاطفي، وأعراض اضطرابات النوم تُعزى لمتغيرات (التخصص، والمستوى الدراسي، والحالة الاجتماعية)، والجدول (9) يبين النتائج.

الجدول (9) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى كلاً من الابتزاز العاطفي، وأعراض اضطرابات النوم تُعزى لمتغيرات (التخصص، والمستوى الدراسي، والحالة الاجتماعية)				
المتغيرات		الابتزاز العاطفي	أعراض اضطرابات النوم	اضطرابات النوم
التخصص	إرشاد وصحة نفسية	المتوسط الحسابي	1.53	2.19
		الانحراف المعياري	.529	.591
	تربية خاصة	المتوسط الحسابي	1.53	2.37
		الانحراف المعياري	.489	.475
	معلم صف	المتوسط الحسابي	1.63	2.35
		الانحراف المعياري	.608	.670
المستوى الدراسي	سنة أولى	المتوسط الحسابي	1.76	2.54
		الانحراف المعياري	.688	.704
	سنة ثانية	المتوسط الحسابي	1.59	2.29
		الانحراف المعياري	.599	.603
	سنة ثالثة	المتوسط الحسابي	1.56	2.23
		الانحراف المعياري	.569	.587
	سنة رابعة	المتوسط الحسابي	1.48	2.20

		الانحراف المعياري	.436	.571
الحالة الاجتماعية	أعزب	المتوسط الحسابي	1.56	2.30
		الانحراف المعياري	.558	.630
متزوج		المتوسط الحسابي	1.61	2.17
		الانحراف المعياري	.538	.478

يتضح من الجدول (9) وجود فروق ظاهرية في المتوسطات على مقياسي الابتزاز العاطفي، واضطرابات النوم تعزى لمتغيرات التخصص، والمستوى الدراسي، والحالة الاجتماعية، ولمعرفة فيما إذا كانت هذه الفروق ذات دلالات إحصائية تم استخدام اختبار تحليل التباين المتعدد كما هو مبين في الجدول (10).

الجدول (10) نتائج تحليل التباين المتعدد لمقياسي الابتزاز العاطفي، وأعراض اضطرابات النوم تبعاً لمتغيرات (التخصص، والمستوى الدراسي، والحالة الاجتماعية)					
المصدر	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F)	مستوى الدلالة
التخصص الجامعي	.577	2	.289	.982	.376
	1.062	2	.531	1.457	.235
مستوى الدراسي	1.730	3	.577	1.963	.120
	2.927	3	.976	2.677	.061
الحالة الاجتماعية	.372	1	.372	1.267	.261
	.144	1	.144	.394	.531
الخطأ	76.359	260	.294		
	94.764	260	.364		
الكل	79.143	266			
	99.798	266			

يتضح من الجدول (10) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) في مستوى كل من الابتزاز العاطفي، واضطرابات النوم تعزى لمتغيرات التخصص، والمستوى الدراسي، والحالة الاجتماعية؛ حيث كانت قيم (F) غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05).

ويمكن تفسير ذلك إلى أن طبيعة التخصص هو يتبع كلية العلوم التربوية؛ وبالتالي جميع الطالبات لديهن تأهيل نظري وعملي فيما يتعلق بنظريات الإرشاد وأساليبه، وزيادة في الوعي حول هذه المشكلات ومدى تأثيرها على الجوانب النفسية والأكاديمية. أما فيما يتعلق بالمستوى

الدراسي فجميع الطالبات من السنة الأولى وحتى الرابعة يدرسن في بيئة تعليمية واحدة تراعي الضوابط الشرعية وتلتزم بها وتمنع الاختلاط بين الذكور والإناث، وتطبق القوانين والأنظمة والعقوبات الرادعة فيما يتعلق بالابتزاز العاطفي. وفيما يتعلق بالحالة الاجتماعية فأغلب الطالبات لسن متزوجات حسب احصائيات الجامعة؛ وبالتالي تعتبر هذه النتيجة متوقعة، وهذه النتائج تتفق جزئياً مع نتائج دراسة ليو (Liu, 2010) من حيث الحالة الاجتماعية، وتختلف مع نتائج دراسة عطوى (2020).

التوصيات والمقترحات:

بناء على النتائج التي حققها الدراسة يوصي الباحثان بما يلي:
- القيام بمزيد من الدراسات حول الابتزاز العاطفي واضطرابات النوم على عينات أخرى.
- إجراء المزيد من الدراسات حول تأثير الابتزاز العاطفي واضطرابات النوم على متغيرات نفسية أخرى.
- إعداد برامج تدريبية في الجامعات كإجراء وقائي توعوي للحفاظ على نسب متدنية من التعرض للابتزاز العاطفي.
- ضرورة تركيز المختصين في هذا المجال، والعاملين في مراكز الصحة النفسية من أخصائيين نفسيين، ومرشدين على ضحايا الابتزاز العاطفي، والعمل على مساعدتهم في التخفيف من حدة أعراض اضطرابات النوم.

المصادر والمراجع:

المراجع العربية:

- الزهيري، ألفت، والذهبي، جمال (2019). الابتزاز العاطفي والانحياز المعرفي وعلاقته بالمسؤولية الشخصية لدى المعلمين. مجلة نسق الأكاديمية العلمية، 22(1)، 21-46.
- بيومي، ريهام (2014). الابتزاز الانفعالي للزوجة من قبل الزوج وعلاقته ببعض متغيرات شخصية الزوجة. مجلة دراسات عربية، 13(2)، 267-311.
- حافظ، داليا (2015). اضطرابات النوم وعلاقتها بالتفكير اللاعقلاني. مجلة الإرشاد النفسي، 43(1)، 101-146.
- دحبور، رائد (2018). الابتزاز العاطفي. مقال منشور، صحيفة الحدث: اقتصادية، اجتماعية، ثقافية.
- الطائي، ايمان (2019). الابتزاز العاطفي وعلاقته بقلق المستقبل لدى موظفي الدولة. مجلة نسق الأكاديمية العلمية، 23(6)، 134-165.
- طلفاح، صفاء (2021). القدرة التنبؤية لبعض اضطرابات النوم والصراع الأسري والاستنزاف العاطفي بإدمان العمل لدى أعضاء الهيئة التدريسية في الجامعات الأردنية. أطروحة دكتوراة غير منشورة، جامعة اليرموك، اربد، الأردن.
- الطيار، حمد (2021). اضطرابات النوم وعلاقتها بمستوى القلق لدى رجال الإطفاء بدولة الكويت. مجلة العلوم التربوية والنفسية، 22(3)، 89-116.
- عبد اللا، محمد (2019). تقدير الذات كمتغير وسيط في العلاقة بين الابتزاز العاطفي وأعراض اضطراب الشخصية النرجسية لدى عينة من الأزواج. مجلة الإرشاد النفسي، 60(60)، 1-84.
- عبد الله، محمود (2019). قياس الابتزاز العاطفي لدى طلبة المرحلة الإعدادية: بناء وتطبيق، مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية، 44(2): 159-178.

- عطوى، إيمان (2020). الضغوط النفسية لدى طالبات الجامعة وعلاقتها باضطرابات النوم لديهن: دراسة مطبقة في كلية العلوم والدراسات الإنسانية بالجبيل جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل. *مجلة كلية الآداب لجامعة سوهاج*، 1(54)، 337 – 383.
- العقوري، نجيب (2020). إدمان مواقع التواصل الاجتماعي الفيسبوك وعلاقته بظهور اضطرابات النوم لدى عينة من طلبة كلية الآداب والعلوم سلوك. *مجلة المنارة العلمية لجامعة بنغازي*، 1(1)، 27-44.
- علي، فدوى (2019). الابتزاز العاطفي كمنبئ بالوحدة النفسية لدى طلاب الجامعة. *دراسات تربوية واجتماعية- جامعة حلوان*، 25(11)، 413-472.
- عيد، نسيم والطرابلسي، هالة (2022). العلاقة بين اضطرابات النوم ومستوى النشاط البدني لدى الطلاب الجامعيين الممارسين وغير الممارسين للرياضة. *مجلة القراءة والمعرفة لجامعة عين شمس*، 1(243)، 201-229.
- فورورد، سوزان (2015). الابتزاز العاطفي: حينما يستخدم من حولك الخوف والإلزام والشعور بالذنب للتلاعب بك. ط(1)، الرياض: مكتبة جرير للنشر والتوزيع.
- قاسم، انتصار (2019). الابتزاز الانفعالي لدى المراهقين وعلاقته ببعض المتغيرات. *مجلة كلية التربية للبنات*، 1(1)، 1-28.
- قاسم، نعمات (2020). الابتزاز العاطفي لدى الأبناء من قبل الوالدين وعلاقته بأنماط التعلق الوجداني لدى عينة من طلاب المدارس الثانوية، *مجلة كلية التربية*، 112(31): 541-572.
- القراله، عبد الناصر والختاتنة، سامي والهواري، لمياء (2021). فعالية برنامج إرشادي جشتالي في تخفيض التوجس الانصالي لدى مراجعات وحدة الجرائم الإلكترونية المتعرضات للابتزاز -العاطفي في الأردن. *مؤتمر للبحوث والدراسات - سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية*، 36(1)، 217-254.
- لحصني، أحمد (2016). مشكلة الابتزاز العاطفي وعلاجها في ضوء القرآن الكريم. المؤتمر الدولي القرآني الأول: توظيف الدراسات القرآنية في علاج المشكلات المعاصرة، جامعة الملك خالد- كلية الشريعة وأصول الدين، (7): 4250 – 4197.
- محمد، سامية وسماحة، عبد الرحمن وأبو سيف، الآء (2019). النزعة إلى الكمال وعلاقتها باضطرابات النوم لدى عينة من طلاب الجامعة المتفوقين دراسيًا. *مجلة كلية التربية- جامعة بنها*، 30(120)، 138-166.
- محمد، هبة (2016). سمات الشخصية كمتغيرات وسيطة في العلاقة بين الابتزاز العاطفي وأعراض اضطراب الشخصية الحدية لدى عينة غير إكلينيكية من المتزوجين. *دراسات نفسية*، 26(1)، 27-84.
- المولى، سالي (2020). الابتزاز العاطفي وعلاقته برأس المال النفسي عند الطالبات الجامعيات المتزوجات. *مجلة بحوث الشرق الأوسط*، 58(1)، 316-356.
- ميسر، نهلة عبد الهادي (2021). الابتزاز العاطفي وعلاقته بمراقبة الذات لدى طالبات كلية التربية، *مجلة كلية التربية- جامعة القادسية*، 1(1): 241-275.
- وحدة مكافحة الجرائم الإلكترونية/ مديرية الأمن العام <https://psd.gov.jo/ar-jo>

المراجع الأجنبية

- American Psychiatric Association. (2013). **Diagnostic and Statistical Manual of Mental disorders (5thed.)**. Washington, Dc: Author.
- Gaultney, J. (2010). The prevalence of sleep disorders in college students: impact on academic performance. **J Am Coll Health**, 59(2), 7-91.
- Liu, C. (2010). The relationship between employees, perception of emotional blackmail and their well-being. **Procardia- Social and Behavioral Sciences**, 1(5), 299-303.
- Pavlova, M. Latreille, V. (2019). Sleep Disorders. **The American Journal of Medicine**, 132(3), 292-299.