



العلاقة بين الصحة النفسية و(التدخين، ومشروبات الطاقة) لدى الطلاب في المرحلة الثانوية في محافظة نابلس

مأمون صادق شواهنة

قسم علم النفس، كلية لينكولن الجامعية، ماليزيا
البريد الإلكتروني: mamnsadeq@gmail.com

أحمد عادل حنني

قسم الصحة العامة، كلية الطب وعلوم الصحة، جامعة النجاح الوطنية، فلسطين
البريد الإلكتروني: a.hanani@najah.edu
ORCID: 0000-0003-3713-5016

المخلص

هدفت الدراسة التعرف إلى العلاقة بين الصحة النفسية وبعض المتغيرات المتمثلة في (التدخين، ومشروبات الطاقة) لدى الطلاب في المرحلة الثانوية في محافظة نابلس. ولتحقيق الهدف من الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي، وتم استخدام مقياس الصحة النفسية لليونارد، ر. ديروجيتس (Leonard, R. Derogatis, Ronald) والمغرب للبيئة الفلسطينية من قبل (ثابت، 2012)، وقد أجريت الدراسة على عينة مكونة من (300) طالبا وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية. النتائج: وأظهرت النتائج وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية، بين التدخين والأعراض الجسدية، أي انه كلما زادت عملية التدخين، زاد ذلك من ظهور الأعراض الجسدية، كما وجدت علاقة طردية ذات دلالة إحصائية، بين التدخين والاكتئاب، أي انه كلما زادت عملية التدخين، زاد ذلك من ظهور اعراض الاكتئاب، ووجدت علاقة طردية بين التدخين والقلق، وهذا يعني انه كلما زادت عملية التدخين، زاد ذلك من ظهور اعراض القلق، كما أظهرت النتائج وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين مشروبات الطاقة والأعراض الجسدية، أي انه كلما زادت مشروبات الطاقة، زاد ذلك من ظهور الأعراض الجسدية، كما وجدت علاقة طردية ذات دلالة إحصائية، بين مشروبات الطاقة والاكتئاب، أي انه كلما زادت مشروبات الطاقة، زاد ذلك من ظهور اعراض الاكتئاب، ووجدت علاقة طردية بين مشروبات الطاقة والقلق، وهذا يعني انه كلما زادت مشروبات الطاقة، زاد ذلك من ظهور اعراض القلق. وفي ضوء نتائج الدراسة أوصى الباحث بضرورة نشر الوعي حول كيفية تأثير التدخين ومشروبات الطاقة على الصحة النفسية للطلبة في مرحلة المراهقة، وكذلك التركيز على تطوير برامج وقائية لرفع مستوى الصحة النفسية لدى الطلبة في كافة المراحل العمرية وخاصة المرحلة الثانوية.

الكلمات المفتاحية: الصحة النفسية، طلاب المرحلة الثانوية.



The Relationship between Mental Health and (Smoking, Energy Drinks) among High School Students in Nablus Governorate

Mamoun S. Shawahna

Department of Psychology, Lincoln University College, Malaysia

Email: mamnsadeq@gmail.com

Ahmad A. Hanani

Department of Public Health, Faculty of Medicine and Health Sciences, An-Najah National University, Palestine

Email: a.hanani@najah.edu

ORCID: 0000-0003-3713-5016

ABSTRACT

The study aimed to investigate the relationship between mental health and certain variables, specifically smoking and energy drinks, among high school students in Nablus Governorate. To achieve the study's objective, a descriptive research method was employed. The study used the Mental Health Inventory developed by Leonard R. Derogatis, and it was adapted for the Palestinian context by Thabet (2012). The study was conducted on a sample of 300 students, selected randomly. The results showed a statistically significant positive relationship between smoking and somatic symptoms. This means that as smoking increased, so did the appearance of somatic symptoms. Additionally, a statistically significant positive relationship was found between smoking and depression, indicating that as smoking increased, the symptoms of depression also increased. A positive relationship was also observed between smoking and anxiety, meaning that as smoking increased, symptoms of anxiety also increased. The results further indicated a statistically significant positive relationship between energy drinks and somatic symptoms, with an increase in energy drink consumption associated with more somatic symptoms. A statistically significant positive relationship was also found between energy drinks and depression, suggesting that higher consumption of energy drinks was related to increased symptoms of depression. Lastly, a positive relationship was found between energy drinks and anxiety, meaning that as the consumption of energy drinks increased, so did the symptoms of anxiety. In light of the study's results, the researcher recommended raising awareness about the impact of smoking and energy drinks on the mental health of adolescents. Additionally, it is important to focus on developing preventive programs to enhance mental health among students at all educational levels, especially in high school.

Keywords: Mental health, high school students.



مقدمة

تعتبر الصحة النفسية أحد أهم العوامل التي تساعد الإنسان على مواجهة تحديات الحياة وتحقيق أهدافه، مما يساهم في الوصول إلى حياة سعيدة وهانئة. نظراً لأهميتها، تبذل الدول المتقدمة جهوداً كبيرة وتستثمر الموارد لتحقيق أفضل مستويات الصحة النفسية لمواطنيها، لما لها من دور حاسم في تحقيق التقدم والإنجازات. وقد شهدت السنوات الأخيرة اهتماماً متزايداً من هذه الدول بدعم مشاريع الصحة النفسية وتقديم الدعم النفسي للدول النامية التي تعاني من الحروب والاضطرابات، مع التركيز بشكل خاص على الأطفال والنساء والشباب (العرعير، 2010).

وهناك مجموعة من العوامل والعادات والسلوكيات التي تؤثر على الصحة النفسية ومن أبرز هذه العوامل التدخين ومشروبات الطاقة.

فقد كشفت دراسة (joel L. Young -2014) أنّ ما يعادل نصف عدد الأشخاص الذين يعانون من المشكلات النفسية هم من المدخنين، فالمشاكل الصحية التي يسببها التدخين كمشاكل القلب والرتنين ونزلات البرد قد تؤدي إلى مشكلات في المزاج وتغيرات في الصحة النفسية، لذلك فإنّ التوقف عن التدخين يُعد من أفضل الخطوات لتحسين الصحة النفسية (joel L. Young -2014).

وأظهرت دراسة (Andrea H. et al.2016) أن الأشخاص المدخنين أكثر عرضة للأكتئاب والقلق، وأظهرت نتائج دراسة جديدة نشرها موقع "بلوس وان" الطبي، أن التدخين يثير مشاعر وانفعالات سلبية، كما أنه يرفع مستوى الأوكسدة في الدم ويزيد السموم في الجسم والدماغ، وهو ما يشكل بيئة خصبة لأعراض الاكتئاب، وتبين أن 14 بالمائة من طلبة جامعة بريستينا المدخنين لديهم اكتئاب و4 بالمائة فقط من غير المدخنين، بينما بلغت نسبة الاكتئاب بين الطلبة المدخنين من جامعة بلغراد 19 بالمائة، أما النسبة بين غير المدخنين فكانت 11 بالمائة.

وأوضح الدراسة التي اجراها (غضية وآخرون 2020) ان نسبة المدخنين بين طلبة جامعة النجاح ذكورا وإناثا بلغت 32.55%، كما بينت الدراسة التي قامت بها جامعة بير زيت أن (25%) من طلبة المدارس والذين تتراوح أعمارهم ما بين (12-17) سنة يمارسون عادة التدخين (معهد الصحة العامة والمجتمعية، 2010).

واظهرت دراسة يوسف (2008) وجود علاقة بين التدخين والقلق وبعض السمات الشخصية مثل الاعتمادية وعدم الثبات الانفعالي و النظرة السلبية من الحياة مع عدم التجاوب الانفعالي.

وبينت الدراسة التي أجرتها (الصباح، 2015) والتي أجريت على 279 طالباً من طلبة جامعة النجاح حيث ضمت العينة ثلاث كليات: الطب، التربية البدنية، والهندسة، أن (35.6%) يتناولون مشروبات الطاقة، كما أظهرت دراسة (Ishak & Zaky, 2012)، أن الأشخاص الذين يتناول مشروبات الطاقة كانوا أكثر ميلاً للانخراط في سلوكيات محفوفة بالمخاطر. كما لاحظت الدراسة وجود نوم مفرط خلال النهار في اليوم التالي لاستهلاك مشروبات الطاقة.

وأشارت نتائج الدراسة التي قام بها (الترا وآخرون، 2018) (Utter, Denny, Teevale, & Sheridan, 2018) على عينة مكونة من (8500) من طلاب المرحلة الثانوية في نيوزلاندا أن هناك علاقة بين استهلاك مشروبات الطاقة وزيادة أعراض الاكتئاب، وصعوبات عاطفية أكبر، كما ارتبط استهلاك مشروبات الطاقة بشكل متكرر بالإفراط في شرب الكحول، والتدخين، والمشاركة في سلوكيات جنسية غير آمنة، والسلوكيات العنيفة، واستخدام المركبات بشكل متهور، وسلوكيات تناول الطعام غير المنظمة.



كما أوضحت الدراسة التي قام بها (تراب وآخرون، 2013، Trapp, Allen, O'Sullivan, Robinson, (2013) K Jacoby, Oddy, & Oddy, 2013)، أن هناك علاقة طردية بين كمية استهلاك مشروبات الطاقة والقلق لدى الذكور البالغين.

وبنظرة متفحصة على ما سبق نلاحظ ان هناك علاقة طردية بين التدخين وتناول مشروبات الطاقة والصحة النفسية لدى المراهقين من جاءت فكرة الدراسة لدى الباحث.

مشكلة الدراسة

تُعد الصحة النفسية من العوامل الأساسية التي تؤثر في جودة حياة الأفراد، خاصة في مرحلة المراهقة. في هذا السياق، تتعدد المتغيرات التي قد تؤثر على الصحة النفسية للطلاب، مثل التدخين، ومشروبات الطاقة، من هنا ظهرت مشكلة الدراسة لدى الباحث في دراسة الصحة النفسية لطلاب المرحلة الثانوية وتحليل تأثير هذه المتغيرات على صحتهم النفسية.

حيث تتمثل مشكلة الدراسة في فحص العلاقة بين التدخين، ومشروبات الطاقة، والصحة النفسية لدى الطلاب في المرحلة الثانوية.

أهمية الدراسة

تعتبر دراسة الصحة النفسية ذات أهمية بالغة في فهم جودة حياة الأفراد، خاصة في مرحلة المراهقة التي تشهد تغييرات متعددة تؤثر على الحالة النفسية. تتضمن هذه الدراسة تحليل العلاقة بين الصحة النفسية ومتغيرات مثل التدخين، ومشروبات الطاقة، حيث يلعب كل من هذه المتغيرات دوراً مهماً في تحديد الصحة النفسية.

تكمن أهمية هذه الدراسة في فهم العلاقة بين هذه المتغيرات والصحة النفسية مما يساعد في تطوير استراتيجيات فعالة لتعزيز الرفاهية النفسية، ويُمكن أن يساهم في تحسين سياسات الصحة العامة والتدخلات التربوية والنفسية للطلاب. لذا، فإن هذه الدراسة تُعد ضرورية لتقديم رؤى متعمقة حول كيفية تأثير العوامل البيئية والتمثلة في التدخين ومشروبات الطاقة على الصحة النفسية، مما يمكن أن يوجه الجهود نحو تحسين جودة الحياة والمساعدة في بناء بيئات دعم صحية للطلاب.

مصطلحات الدراسة

الصحة النفسية: عرفتها منظمة الصحة العالمية: على أنها ليست مجرد غياب الاضطرابات النفسية، بل هي حالة من العافية يستطيع فيها كل فرد إدراك إمكاناته الخاصة والتكيف مع حالات التوتر العادية والعمل بشكل منتج ومفيد والإسهام في مجتمعه المحلي (منظمة الصحة العالمية، 2012).

وتعرف إجرائياً: الدرجة التي يحصل عليها طالب المرحلة الثانوية على مقياس الصحة النفسية.

طلبة المرحلة الثانوية:

هم الطلبة الذين انهموا المرحلة الأساسية (الإلزامية) لغاية الصف العاشر، حيث تشمل الصف الحادي عشر والثاني عشر، أي الطلبة الذين مضى على عامهم الدراسي (11 سنة فأكثر) ويشمل التعليم الأكاديمي بفرعيه (العلمي والأدبي) والتعليم المهني بفرعيه (صناعي، وتجاري، وزراعي).



حدود الدراسة

سوف تقتصر الدراسة على المحددات التالية:

المحدد المكاني: ستجرى هذه الدراسة في محافظة نابلس .

المحدد الزمني: ستجرى هذه الدراسة في الفصل الأول من العام الدراسي (2023-2024). في الفترة الواقعة ما بين (2024/2/1-2023/12/20)

المحدد البشري: تقتصر هذه الدراسة على عينة من طلبة المرحلة الثانوية في محافظة نابلس.

منهجية الدراسة

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي، وهو منهج قائم على مجموعة من الإجراءات البحثية التي تعتمد على جمع الحقائق والبيانات، وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلاً كافياً ودقيقاً لاستخلاص دلالاتها، والوصول إلى نتائج أو تعميمات عن الظاهرة محل الدراسة، وذلك لأن هذا المنهج هو الأنسب لأجراء هذه الدراسة.

عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من (300) طالب وطالبة من طلبة المرحلة الثانوية في فلسطين، حيث تم اختيارهم بطريقة العينة العشوائية والجدول (1)، يبين توزيع عينة الدراسة تبعاً لمتغيراتها المستقلة.

جدول (1): توزيع أفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغيراتها

| المتغير | الفئة | العدد | النسبة المئوية |
|----------------|-------------------------|-------|----------------|
| مشروبات الطاقة | لا اتناولها نهائياً | 153 | 51.0 |
| | علبة واحدة يومياً | 116 | 38.7 |
| | علبتين يومياً | 18 | 6.0 |
| | أكثر من ثلاث علب يومياً | 13 | 4.3 |
| | المجموع | 300 | 100.0 |
| التدخين | لا أدخن | 219 | 73.0 |
| | أدخن سجائر عادية | 36 | 12.0 |
| | أدخن نرجيلة | 34 | 11.3 |
| | أدخن سجائر إلكترونية | 11 | 3.7 |
| | المجموع | 300 | 100.0 |



أداة الدراسة

وتم استخدام مقياس الصحة النفسية لليونارد ، ر. ديروجيس (Leonard, R. Derogatis, Ronald) والمعرب للبيئة الفلسطينية من قبل (ثابت، 2012)، ويتكون المقياس من (18) عبارة تدرج تحت ثلاثة أبعاد وهي موزعة كالآتي:

الأعراض الجسمانية

يقصد بها الأحوال المختلفة التي يكون عليها الجسم الإنساني، وخاصة تأثير أعضاء الجسد بالجهاز العصبي اللاإرادي، حيث تظهر هذه التأثيرات في بعض تعطيل أو المعاناة في الأداء الوظيفي للعضو وتشمل البنود التالية (1,4,7,10,13,16).

الاكتئاب

يقصد به زملة الأعراض الإكلينيكية المصاحبة للاكتئاب سواء على المستوى العضوي أو النفسي وتشتمل الهبوط في الأداء الوظيفي للإنسان وتتفرع منها حالات الهبوط المزاجي واليأس والسوداوية والانسحاب من الواقع وعدم الاهتمام بالأنشطة ونقص الهمة والدافعية، والإحساس بفقدان الطاقة الحيوية إضافة لمشاعر الدونية وتبخيس الذات وتشمل البنود التالية (2,5,8,11,14,17).

القلق

يقصد به التوتر والعصبية والأعراض السلوكية التي تكون تظهر كتعبير عن حالات القلق من ارتجاف الأطراف إلى العوارض الجسمية الأخرى وتشمل البنود التالية (3,6,9,12,15,18).

والجدول التالي يمثل مستويات ابعاد الصحة النفسية

| الرقم | الوسط الحسابي | المستوى |
|-------|---------------|---------|
| 1 | 1.33-0 | منخفضة |
| 2 | 2.67-1.34 | متوسطة |
| 3 | 4-2.68 | عالية |

ثبات المقياس

للتحقق من ثبات الأداة استخدمت معادلة كرونباخ ألفا لاستخراج الثبات فبلغت نسبته الكلية على فقرات الاستبانة (0.894). وهي نسبة ثبات تؤكد إمكانية استخدام الأداة.

إجراءات الدراسة

- أعدت أداة الدراسة بالصورة النهائية بعد تعديلها بناءً على ملاحظات المحكمين.
- تم اخذ موافقة من وزارة التربية والتعليم لتوزيع أداة الدراسة على العينة بتاريخ (20/11/2023).
- اخذت موافقة الطلبة عينة الدراسة على مشاركتهم في الإجابة على مقياس الدراسة.
- عولجت الاستبانات المستلمة بواسطة برنامج (SPSS).



- بالاعتماد على البيانات التي جمعت وباستخدام برنامج (SPSS) حُلَّت البيانات وتمت مناقشتها بهدف الإجابة عن أسئلة الدراسة وقياس فرضياتها.
- أخيراً، نوقشت النتائج وفسرت وصولاً إلى التوصيات، واقتراح بعض الدراسات التي يمكن إجراؤها مستقبلاً

الأساليب الإحصائية المستخدمة

تم ترميز الاستبيانات وتخصيص أرقام محددة لها استعداداً لإدخال بياناتها إلى الكمبيوتر من خلال برنامج (SPSS) الإحصائي لمعالجتها وتحليلها إحصائياً وفقاً لأسئلة الدراسة. تم استخدام المتوسطات الحسابية، والنسب المئوية، ومعامل الارتباط بيرسون (Pearson correlation)

النتائج

عرض نتائج السؤال الأول الذي نصه: هل هناك علاقة بين الصحة النفسية بأبعادها ومشروبات الطاقة؟

للإجابة عن السؤال تم حساب معاملات ارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient) بين الصحة النفسية بأبعادها ومشروبات الطاقة، والجدول رقم (3) يبين النتائج:

الجدول (3) نتائج اختبار بيرسون للعلاقة بين أبعاد الصحة النفسية ومشروبات الطاقة

| مشروبات الطاقة | ابعاد الصحة النفسية | معامل الارتباط | مستوى المعنوية | النتيجة |
|-------------------|---------------------|----------------|----------------|---------|
| الأعراض الجسمانية | .169** | .003 | معنوية (Ho) | |
| الاكتئاب | .122* | .034 | معنوية (Ho) | |
| القلق | .222** | .000 | معنوية (Ho) | |
| الدرجة الكلية | .183** | .001 | | |

** دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha > 0.01$).

يتضح من نتائج الجدول (3) أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين مشروبات الطاقة ابعاد الصحة النفسية في محافظة نابلس، حيث بلغ معامل الارتباط على الدرجة الكلية ($r = .183^{**}$)، وهو ذو دلالة احصائية عند



مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) وهذا يشير إلى أنه كلما زاد تناول مشروبات الطاقة كلما ارتفع مظاهر اعتلال الصحة النفسية، والعكس صحيح، وتشير النتائج أن هناك علاقة بين ظهور الأعراض الجسدية، ومشروبات الطاقة حيث بلغ معامل الارتباط ($r = 0.169^{**}$) وهو ذو دلالة إحصائية، كما ان هناك علاقة بين الاكتئاب ومشروبات الطاقة حيث بلغ معامل الارتباط ($r = 0.122^*$) وهو ذو دلالة إحصائية، وأظهرت النتائج وجود علاقة بين القلق ومشروبات الطاقة حيث بلغ معامل الارتباط ($r = 0.222^{**}$) وهو ذو دلالة إحصائية.

عرض نتائج السؤال الثاني الذي نصه: هل هناك علاقة بين الصحة النفسية بأبعادها والتدخين؟

للإجابة عن السؤال تمّ حساب معاملات ارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient) بين الصحة النفسية بأبعادها ومشروبات الطاقة، والجدول رقم (4) يبين النتائج:

الجدول (4): نتائج اختبار بيرسون للعلاقة بين أبعاد الصحة النفسية والتدخين

| التدخين | ابعاد الصحة النفسية | معامل الارتباط | مستوى المنوية | النتيجة |
|---------------|---------------------|----------------|------------------|-------------|
| | الأعراض الجسدية | .174** | .002 | معنوية (Ho) |
| | الاكتئاب | .128* | .027 | معنوية (Ho) |
| | القلق | .249** | .000 | معنوية (Ho) |
| الدرجة الكلية | | .196** | .001 | معنوية (Ho) |

** دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.01 > \alpha$).

يتضح من نتائج الجدول (4) أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين التدخين و ابعاد الصحة النفسية في محافظة نابلس، حيث بلغ معامل الارتباط على الدرجة الكلية ($r = 0.196^*$) وهو ذو دلالة احصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) وهذا يشير إلى أنه كلما زاد التدخين كلما ارتفع مظاهر اعتلال الصحة النفسية، والعكس صحيح. وتشير النتائج أن هناك علاقة بين ظهور الأعراض الجسدية، والتدخين حيث بلغ معامل الارتباط ($r = 0.174^{**}$) وهو ذو دلالة إحصائية، كما ان هناك علاقة بين الاكتئاب ومشروبات الطاقة حيث بلغ معامل الارتباط ($r = 0.128^*$) وهو ذو دلالة إحصائية، وأظهرت النتائج وجود علاقة بين القلق والتدخين حيث بلغ معامل الارتباط ($r = 0.249^{**}$) وهو ذو دلالة إحصائية.



المناقشة

مناقشة نتائج السؤال الأول الذي نصه: هل هناك علاقة بين الصحة النفسية بأبعادها ومشروبات الطاقة؟

أظهرت نتائج الدراسة أن هناك علاقة ارتباطية طردية بين مشروبات الطاقة والصحة النفسية في محافظة نابلس، حيث بلغ معامل الارتباط على الدرجة الكلية وهذا يشير إلى أنه كلما زاد تناول مشروبات الطاقة كلما ارتفع مظاهر اعتلال الصحة النفسية (الأعراض الجسدية، الاكتئاب، القلق)، والعكس صحيح. ويعزو الباحث ذلك إلى مجموعة من العوامل في مقدمتها محتويات مشروبات الطاقة والتي تحتوي على الكافيين والتي يسبب في زيادة معدل ضربات القلب، وارتفاع ضغط الدم، مما يسهم في زيادة الأرق والتعب المستمر، كما انها تحتوي على كميات عالية من السكر مما يسهم في زيادة الشعور بالتعب والإرهاق وبالتالي الشعور بالاكتئاب، كما ان مشروبات الطاقة وما تحتويه من مواد محفزة للجهاز العصبي الأمر الذي يساهم في رفع مستوى القلق والتوتر. ومنا ناحية أخرى فإن مشروبات الطاقة تؤدي إلى اضطرابات في النوم وهذا بدوره يرفع مستوى القلق عند الطلبة

المراجع

1. غضية، أحمد، ريدي، أسماء، رداد، كوثر (2020) التدخين لدى طلبة الجامعات الفلسطينية، حالة دراسية: جامعة النجاح الوطنية، جامعة النجاح الوطنية- نابلس- فلسطين
2. معهد الصحة العامة والمجتمعية (2010) التدخين والعوامل المرتبطة به، جامعة بيرزيت، فلسطين
3. فهمي، م. (1987). الصحة النفسية: دراسات في سيكولوجية التكيف (ط. 2). مكتبة الخانجي. القاهرة.
4. الصباح، حليلة، قمحية، نعيم، و يونس، مصطفى. (2015). أنماط استهلاك مشروبات الطاقة وآثارها الجانبية بين طلاب الجامعات في فلسطين: دراسة عرضية. المجلة العربية للصحة العامة، 2(2).
5. عوض، يونس، (2008). التدخين وعلاقته بمستوى القلق وبعض سمات الشخصية للأطباء المدخنين (رسالة ماجستير غير منشورة). الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.
6. Andrea H, Weinberger, A. H., Kashan, R. S., Shpigel, D. M., Esan, H., Taha, F., Lee, C. J., Funk, A. P., & Goodwin, RD. (2016). Depression and cigarette smoking behavior: A critical review of population-based studies. *Current Psychiatry Reports*, 18(7), 416-431. <https://doi.org/10.1007/s11920-016-0707-3> Depression and cigarette smoking behavior: A critical review of population-based studies>
7. Ishak, W. W., Ugochukwu, C., Bagot, K., Khalili, D., & Zaky, C. (2012). Energy drinks: Psychological effects and impact on well-being and quality of life—a literature review. *Innovations in Clinical Neuroscience*, 9(1), 25–34.
8. Utter, J., Denny, S., Teevale, T., & Sheridan, J. (2018). Energy drink consumption among New Zealand adolescents: Associations with mental health,

| | | |
|---|--|---|
|  | <p>مجلة الفنون والآداب وعلوم الإنسانيات والاجتماع</p> <p>Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences www.jalhss.com editor@jalhss.com</p> <p>ISSN Online: 2414-3383 ISSN Print: 2616-3810</p> <p>Volume (113) October 2024 العدد (113) أكتوبر 2024</p> |  |
|---|--|---|

health risk behaviours and body size. Journal of Paediatrics and Child Health, 54(3), 217-336. <https://doi.org/10.1111/jpc.13981>

9. Trapp, G. S. A., Allen, K., O'Sullivan, T. A., Robinson, M., Jacoby, P., & Oddy, W. H. (2013). Energy drink consumption is associated with anxiety in Australian young adult males. Journal Name, Volume(Issue), Page Range