

عنوان البحث

إدمان الإنترنت وتأثيره على كفاءة اتخاذ القرار لدى مديري المشاريع في بيئة العمل الرقمية
- دراسة ميدانية على منطقة الرياض

إعداد الطالبة/

بسمه محمد سعد الدوسري

الرقم الجامعي: ٢٥١٠٠٢٢٨٠

إشراف/

د. الفصيل عبدالحمد محمد

د. فايز علي جراد

العام الدراسي:

٢٠٢٥

البسملة



الآية الكريمة

قال تعالى

"وَقُلْ رَبِّ زِدْنِي عِلْمًا"

صدق الله العظيم

الفصل الأول

الإطار العام

الفصل الأول

الإطار العام

مقدمة:

بسم الله والحمد لله والصلاة والسلام على سيدنا محمد خير خلق الله وعلى آله وصحبه تسليماً كثيراً...

في ظل التحول السريع نحو الرقمنة والاعتماد المتزايد على الإنترنت في بيئات العمل، أضحت الإنترنت أداة أساسية في إدارة المشاريع والاتصال واتخاذ القرار. لكن مع هذا الاعتماد المفرط، ظهرت ظاهرة "إدمان الإنترنت"، والتي قد تؤثر سلباً على الأداء المهني والقرارات الإدارية، وخاصة لدى مديري المشاريع الذين يتحملون مسؤوليات عالية وتتطلب منهم تركيزاً وسرعة في اتخاذ القرار.

شهد العالم خلال العقدین الأخيرین تحولاً جذرياً في بيئة العمل بفعل الثورة الرقمية وانتشار تقنيات المعلومات والاتصالات، مما أسهم في تغيير أنماط الإدارة وأساليب اتخاذ القرار. وقد أصبحت أدوات الإنترنت والاتصال الرقمي حجر الأساس في تنفيذ الأعمال، وتنسيق الفرق، وإدارة الوقت، واتخاذ القرارات الفعّالة، خصوصاً في بيئات الأعمال التنافسية والسريعة النمو.

إلا أن هذا التحول الرقمي، على الرغم من مزاياه المتعددة، قد أفرز تحديات جديدة، من أبرزها ظاهرة "إدمان الإنترنت"، وهي حالة من الاستخدام المفرط أو غير المتوازن للإنترنت

بشكل يؤثر سلباً على الجوانب النفسية والاجتماعية والمهنية للفرد. وتزداد خطورة هذه الظاهرة عندما تصيب الفئات القيادية، مثل مديري المشاريع، الذين تقع على عاتقهم مسؤوليات حاسمة تتطلب صفاءً ذهنيًا، واتزانًا سلوكيًا، وقدرة عالية على التركيز واتخاذ قرارات استراتيجية في أوقات حرجية.

وفي ظل الانتشار المتسارع للتحويل الرقمي في المملكة العربية السعودية، وخاصة في منطقة الرياض التي تُعد من أبرز المراكز الاقتصادية والإدارية في البلاد، بات من الضروري تسليط الضوء على الآثار السلبية المحتملة للإفراط في استخدام الإنترنت داخل بيئة العمل. فمع اعتماد المديرين على المنصات الرقمية، ووسائل التواصل، والبريد الإلكتروني، والتطبيقات الذكية، ظهر نوع جديد من الضغوط المهنية المرتبطة باستخدام الإنترنت، مما قد يؤدي إلى انخفاض في كفاءة اتخاذ القرار وتراجع الأداء المهني.

وتماشياً مع رؤية المملكة ٢٠٣٠ التي تسعى إلى تمكين الكفاءات الوطنية، وتطوير بيئات العمل، وتعزيز التحويل الرقمي في مختلف القطاعات، تبرز الحاجة إلى فهم أعمق للعوامل التي قد تعيق هذا التحويل أو تؤثر سلباً على جودة القرارات الإدارية، لا سيما تلك المرتبطة بالاستخدام غير المنضبط للتقنيات الرقمية. ومن هذا المنطلق، تأتي هذه الدراسة كمحاولة علمية لفهم العلاقة بين إدمان الإنترنت وكفاءة اتخاذ القرار لدى مديري المشاريع، وتقديم توصيات تساهم في تحسين الأداء المؤسسي وتحقيق مستهدفات الرؤية الطموحة، وتوفير

الرؤية إطاراً شاملاً وفعالاً لهذا التحول من خلال برنامج التحول الوطني، الذي يُعد أحد البرامج التنفيذية الرئيسية للرؤية. يهدف هذا البرنامج إلى تعزيز الأداء الحكومي، ورفع كفاءة الخدمات، وتمكين القطاعات الحيوية من تبني الحلول الرقمية، وتحسين بيئة العمل، وضمان استدامة التطوير المؤسسي.

ومن هذا المنطلق، تسعى هذه الدراسة إلى استكشاف العلاقة بين إدمان الإنترنت وكفاءة اتخاذ القرار لدى مديري المشاريع في بيئة العمل الرقمية بمنطقة الرياض، من خلال دراسة ميدانية تجمع بين الجانب النظري والتطبيقي، وذلك بهدف تقديم رؤى واضحة تساعد في وضع توصيات ومقترحات لتحسين بيئة العمل، وتعزيز وعي المديرين بأهمية الاستخدام المتوازن للتكنولوجيا بما يخدم أهداف العمل دون التأثير السلبي على الأداء أو الصحة النفسية.

لقد شهدت إدارة المشاريع، التي كانت تقتصر في السابق على الأنظمة الورقية التقليدية وجداول البيانات اليدوية، تحولاً عميقاً نحو الرقمية، مستفيدة من منصات ذكية وأدوات تقنية متقدمة تتيح التخطيط والتنفيذ والمراقبة في الوقت الحقيقي. وقد أسهم هذا التحول في تحسين كفاءة العمليات وتسريع الإنجاز، إلا أنه أفرز في المقابل تحديات معاصرة، من أبرزها ظاهرة "إدمان الإنترنت"، الناتجة عن الاعتماد الزائد على الاتصال الدائم والمنصات الرقمية.

بالتالي، يُعد إدمان الإنترنت وكفاءة اتخاذ القرار من العوامل المؤثرة بشكل مباشر على إدارة المشاريع وأداء مديريها. ونظراً لطبيعة الدور الحيوي الذي يلعبه مدير المشروع في نجاح

أو فشل المشروع، فإن أي خلل في سلوكه المهني أو قدرته على اتخاذ القرار قد يؤدي إلى نتائج سلبية على مستوى الأداء العام. من هذا المنطلق، يسعى الباحث إلى معرفة حجم ومدى تأثير إدمان الإنترنت على كفاءة اتخاذ القرار لدى مديري المشاريع، وتحليل الانعكاسات المحتملة لذلك على جودة الأداء الإداري والتنفيذي في بيئة العمل الرقمية.

مشكلة الدراسة:

شهد بيئة العمل الرقمية الحديثة تزايدًا مطردًا في الاعتماد على الإنترنت كأداة أساسية في إنجاز الأعمال واتخاذ القرارات، إلا أن هذا الاستخدام المكثف قد يتحول في كثير من الأحيان إلى إدمان سلوكي يؤثر بشكل مباشر أو غير مباشر على كفاءة الفرد في أداء مهامه القيادية والإدارية، ولا سيما لدى مديري المشاريع الذين يُعتمد عليهم في اتخاذ قرارات سريعة وحاسمة في بيئة ديناميكية تتسم بالتغير والتحديات المتسارعة.

وقد أدى تطور التقنية الرقمية وتكاملها في منصات العمل إلى تضاؤل الفاصل بين الاستخدام الشخصي والمهني للإنترنت، مما ساهم في تداخل الأدوار، وأدى إلى زيادة معدلات التشتت الرقمي، وارتفاع مستويات الإرهاق الذهني، وهو ما قد ينعكس سلبيًا على قدرة متخذي القرار على التحليل المنطقي، تقييم البدائل، والحسم في الوقت المناسب. وتزداد هذه الإشكالية تعقيدًا في بيئات المشاريع التي تعتمد على فرق العمل المتعددة، والتقنيات التشاركية، والقرارات التفاعلية.

ورغم وجود دراسات سابقة تناولت موضوع إدمان الإنترنت من جوانب نفسية واجتماعية، إلا أن هناك ندرة في الأبحاث التطبيقية التي تربط بين إدمان الإنترنت وكفاءة اتخاذ القرار داخل البيئات الرقمية المهنية، وبخاصة في سياق إدارة المشاريع في المملكة العربية السعودية. كما لم تُؤلّ العوامل الوسيطة مثل التحول الرقمي والبيئة التنظيمية الحديثة الاهتمام الكافي في تفسير هذه العلاقة وتأطيرها نظريًا وتطبيقيًا.

ومن هنا تتبع مشكلة الدراسة الحالية في محاولة تحليل العلاقة بين إدمان الإنترنت وكفاءة اتخاذ القرار لدى مديري المشاريع، مع استكشاف ما إذا كان التحول الرقمي يمكن أن يُسهّم في التخفيف من حدة هذا الأثر السلبي، ضمن واقع العمل الرقمي في منطقة الرياض.، وبالتالي يحاول الباحث الإجابة على السؤال الرئيس التالي:

ما دور وتأثير إدمان الأنترنت في تعزيز أداء مديري المشاريع؟

أهمية الدراسة:

في ظل التحول السريع نحو الرقمنة والاعتماد المتزايد على الإنترنت في بيئات العمل، أضحت الإنترنت أداة أساسية في إدارة المشاريع والاتصال واتخاذ القرار. لكن مع هذا الاعتماد المفرط، ظهرت ظاهرة "إدمان الإنترنت"، والتي قد تؤثر سلباً على الأداء المهني والقرارات الإدارية، وخاصة لدى مديري المشاريع الذين يتحملون مسؤوليات عالية وتتطلب منهم تركيزاً وسرعة في اتخاذ القرار.

تسعى هذه الدراسة إلى تحليل العلاقة بين إدمان الإنترنت وكفاءة اتخاذ القرار لدى مديري المشاريع، وخاصة في بيئة العمل الرقمية المتطورة التي تنتشر بشكل متزايد في منطقة الرياض، معتمدين على دراسة ميدانية تجمع بين الجانب النظري والتطبيقي وفقاً للآتي:

الأهمية النظرية:

تكمن الأهمية النظرية لهذا البحث في إثراء الأدبيات العلمية المتعلقة بإدمان الإنترنت، باعتباره ظاهرة سلوكية حديثة ومعقدة متعددة الأبعاد. فبالرغم من تزايد الاهتمام البحثي بهذه الظاهرة خلال العقدین الماضیین، إلا أن الفهم العمیق للآليات النفسية والاجتماعية والمعرفية التي تقف خلفها لا يزال قيد التطوير.

يسعى هذا البحث إلى توسيع الإطار النظري لفهم إدمان الإنترنت من خلال ربطه بمفاهيم معاصرة في مجالات علم النفس، وإدارة الوقت، والقيادة، وضغوط العمل، مما يسهم في بناء نموذج تفسيري أشمل لهذه الظاهرة، يتجاوز التناول التقليدي الذي يربط الإدمان فقط بالألعاب الإلكترونية أو استخدام مواقع التواصل الاجتماعي.

علاوة على ذلك، فإن دراسة إدمان الإنترنت في سياق الأدوار المهنية (مثل إدارة المشاريع) يُعد إضافة نوعية للمجال النظري، حيث يفتح المجال أمام إعادة النظر في الفروقات بين "الاستخدام القهري للإنترنت" و"الاستخدام المهني المكثف"، وهو تمييز لم يُتناول بعد بالقدر الكافي في الأدبيات الأكاديمية.

وبالتالي، يطمح هذا البحث إلى تقديم مساهمة نظرية تتجلى في:

- ❖ تحديد محددات وأنماط الإدمان لدى فئة مهنية محددة.
- ❖ بناء تصوّر نظري عن العلاقة بين إدمان الإنترنت والأداء الوظيفي.
- ❖ إثراء النقاش العلمي حول التوازن بين التكنولوجيا وصحة الفرد النفسية والمهنية.

الأهمية التطبيقية:

تتمثل الأهمية التطبيقية لهذا البحث في تقديم رؤى عملية وحلول واقعية تساعد الأفراد والمؤسسات على فهم ومعالجة ظاهرة إدمان الإنترنت، خصوصًا في الأوساط المهنية والإدارية. ومن خلال

التركيز على فئة مديري المشاريع، يُمكن للبحث أن يساهم في تطوير أدوات واستراتيجيات فعّالة توازن بين الاستخدام المهني الإيجابي للإنترنت وتقادي مخاطرة السلوكية والإنتاجية.

تُسهّم النتائج التطبيقية المتوقعة فيما يلي:

١. تشخيص مبكر لحالات الإدمان الوظيفي على الإنترنت:

عبر بناء أدوات تقييم أو مؤشرات تساعد مسؤولي الموارد البشرية والإدارات على رصد أنماط الاستخدام القهري لدى الموظفين.

٢. تصميم برامج تدريب وتوعية مهنية:

يُمكن استثمار نتائج البحث في إعداد دورات أو حملات توعية لتعزيز "الاستخدام الصحي والفعال للتكنولوجيا" داخل بيئات العمل.

٣. تحسين بيئة العمل وإدارة الوقت:

مساعدة مديري المشاريع والمؤسسات على تنظيم استخدام الإنترنت بطريقة تدعم الأداء دون التسبب في الإرهاق الرقمي أو التشتت.

٤. وضع سياسات داخلية متوازنة لاستخدام الإنترنت:

يمكن للنتائج أن تدعم وضع لوائح تنظيمية تشجّع الاستخدام المسؤول للإنترنت في العمل، دون اللجوء إلى المنع أو القيود المفرطة.

٥. الحد من الآثار السلبية على الإنتاجية:

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الى التعرف على:-

❖ التعرف على مستوى انتشار إدمان الإنترنت بين مديري المشاريع في بيئة العمل الرقمية،

خاصة في منطقة الرياض.

❖ تحليل العلاقة بين إدمان الإنترنت وكفاءة اتخاذ القرار لدى مديري المشاريع، وبيان مدى

التأثير المباشر وغير المباشر لذلك.

❖ استكشاف الأبعاد النفسية والسلوكية لإدمان الإنترنت وانعكاساتها على القدرات الذهنية

والإدارية لمديري المشاريع.

❖ تحديد أبرز العوامل المهنية والتنظيمية التي تسهم في زيادة أو تقليل درجة إدمان

الإنترنت في بيئة العمل الحديثة.

❖ تقديم توصيات عملية تساهم في تحسين كفاءة اتخاذ القرار لدى مديري المشاريع، من

خلال تحقيق توازن صحي بين الاستخدام التقني والقدرة البشرية.

❖ دعم جهود التحول الرقمي المستدام بما يتماشى مع مستهدفات رؤية المملكة ٢٠٣٠،

من خلال معالجة الآثار السلبية للتكنولوجيا على العنصر البشري.

تساؤلات الدراسة:

يجيب البحث على التساؤلات الفرعية التالية:-

- ❖ ما مستوى إدمان الإنترنت لدى مديري المشاريع في منطقة الرياض؟
- ❖ إلى أي مدى تتأثر كفاءة اتخاذ القرار بالاستخدام الزائد للإنترنت؟
- ❖ هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين إدمان الإنترنت وكفاءة اتخاذ القرار
- ❖ ما العوامل الوسيطة أو المعدلة في هذه العلاقة؟

حدود الدراسة:

الحدود الموضوعية: تناول البحث موضوع إدمان الإنترنت في أداء مديري المشاريع.

الحدود المكانية: مركز مشاريع البنية التحتية، الرياض، المملكة العربية السعودية.

الحدود الزمانية: اكمال البحث خلال العام الدراسي ٢٠٢٥م.

متغيرات الدراسة:

المتغير المستقل: إدمان الإنترنت.

المتغير التابع: التأثير على أداء مديري المشاريع.

المتغيرات الوسيطة: عوامل قد تفسر أو تتوسط العلاقة بين إدمان الإنترنت وكفاءة

اتخاذ القرار.

المتغيرات المعدلة: عوامل تؤثر في قوة أو اتجاه العلاقة بين المتغير المستقل والمتغير التابع

فروض الدراسة:

❖ يوجد مستوى مرتفع من إدمان الإنترنت بين مديري المشاريع في منطقة الرياض.

❖ يؤثر درجات إدمان الإنترنت سلبًا على كفاءة اتخاذ القرار من حيث (السرعة، الدقة، تحليل البدائل، وتقييم النتائج) ..

❖ تختلف كفاءة اتخاذ القرار لدى مديري المشاريع باختلاف مستوى إدمان الإنترنت (منخفض - متوسط - مرتفع).

❖ تتوسط بعض العوامل النفسية (مثل التنظيم الذاتي أو الضغوط الوظيفية) العلاقة بين إدمان الإنترنت وكفاءة اتخاذ القرار.

❖ تتأثر العلاقة بين إدمان الإنترنت وكفاءة اتخاذ القرار بمتغيرات ديموغرافية مثل (العمر، الجنس، عدد سنوات الخبرة، نوع المؤسسة).

❖ يوجد تأثير تفاعلي بين بيئة العمل الرقمية وإدمان الإنترنت في التأثير على كفاءة اتخاذ القرار.

الدراسات السابقة:

دراسة الزهراني (٢٠٢٣). إدمان الإنترنت وعلاقته بفعالية اتخاذ القرار الإداري لدى موظفي القطاع العام في منطقة الرياض. المنهج: وصفي - ارتباطي. العينة: ٢٢٠ موظفًا من خمس جهات حكومية. النتائج: وجود علاقة سلبية دالة إحصائيًا بين درجة الإدمان الرقمي وجودة اتخاذ القرار. الاستخدام غير المنضبط للإنترنت يؤدي إلى ضعف الانتباه والتسرع في إصدار الأحكام.

دراسة مستشفى الأمير سلطان العسكري بالرياض (٢٠٢٣). العلاقة بين إدمان الإنترنت والقلق الاجتماعي لدى العاملين في الرعاية الأولية. المنهج: ميداني باستخدام مقياسي IAT و SPIN. النتائج: تبين أن الإدمان الرقمي يزيد من القلق الاجتماعي ويؤثر على التركيز والدقة في القرارات اليومية. الملاءمة: الدراسة ميدانية ومن مدينة الرياض، وتعكس التأثيرات النفسية المترتبة على الاستخدام الرقمي، وهو ما يعزز فرضية البحث الحالي حول التأثير الإدراكي للإدمان.

دراسة المطيري (٢٠٢٢). أثر التحول الرقمي على جودة أداء مديري المشاريع في مؤسسات خاصة بالرياض. النتائج: رغم أن التحول الرقمي أسهم في تحسين سرعة الإنجاز، إلا أنه أدى إلى ضغط رقمي وضعف قدرة بعض المديرين على ترتيب الأولويات واتخاذ قرارات رشيدة.

أهمية البحث الحالي: البحث الحالي يتعمق في تفسير سبب هذا الضعف من خلال تحليل علاقة الإدمان الرقمي بالوظائف التنفيذية، باستخدام أدوات معتمدة.

المراجع:

- ❖ نورة، الدوسري . (2023). الإدمان الرقمي وتأثيره على جودة الحياة والعمل لدى موظفي القطاع الخاص في الرياض .مجلة الخليج العربي للبحوث التربوية.
- ❖ فهد بن ناصر، الحارثي. (٢٠٢٢). إدمان الإنترنت وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب الجامعات السعودية. مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة الملك سعود.
- ❖ محمد بن عبد الله، الشهري . (2021). أثر بيئة العمل الرقمية على اتخاذ القرار الإداري: دراسة تطبيقية في القطاع الحكومي بالرياض .مجلة الإدارة العامة، معهد الإدارة العامة، السعودية.
- ❖ أحمد، سامي . (2020). إدمان الإنترنت في بيئة العمل وأثره على كفاءة الموظف .المجلة العربية للعلوم الإدارية.

المراجع الأجنبية:

- ❖ Abdulsalim et al. (2025) – First Saudi study on social media addiction linking it with heightened anxiety and lower academic performance,
- ❖ Almulla et al. (2025) – Cross-cultural SEM study (Saudi–Ghanaian student sample) indicates both low and high resilience levels are linked to higher addictive behaviors
- ❖ Digital Addiction in Organizations (2024) – Proposes organizational protocols for identifying and managing Internet addiction in the workplace, focusing on engagement, monitoring, and remediation
- ❖ Mansy et al. (2024) – Study of Malaysian students found a significant negative correlation between Internet addiction and time management abilities
- ❖ Effects of Internet Addiction Interventions (2023) – Review involving 57 RCT s revealed combined therapies (e.g., r TMS + CBT) are most effective
- ❖ Noroozi et al. (2021) – Meta-analysis showing heavy Internet use lowers psychological, physical, and overall quality of life

جامعة ميدأوشن

كلية الإدارة

قسم / تخصص.....

استبيان بعنوان

إدمان الإنترنت وتأثيره على كفاءة اتخاذ القرار لدى مديري المشاريع في بيئة العمل الرقمية

– دراسة ميدانية على منطقة الرياض

عزيزي/تي المشارك/ة

أنا طالبة مرشحة لدرجة الماجستير في الإدارة بجامعة ميدأوشن حالياً أقوم بإعداد دراسة بعنوان إدمان الإنترنت وتأثيره على كفاءة اتخاذ القرار لدى مديري المشاريع في بيئة العمل الرقمية - دراسة ميدانية على منطقة الرياض، ويشرفنا أن نضع بين يديكم هذه الاستبانة والتي تستخدم لغرض البحث العلمي وبسرية تامة للإدلاء بإجاباتكم القيمة على مختلف الأسئلة والمتمثلة في مجموعة من الفقرات وهذا لبلوغ أهداف الدراسة.

شاكرين ومقدرين حسن تعاونكم ولكم خالص التقدير

المشرف:

الطالبة:

العام الدراسي

٢٠٢٥/٢٠٢٦م

أولاً: البيانات الأولية:

يرجى الإجابة على الخصائص الديمغرافية وجميع بنود الاستبانة وذلك لغرض الدراسة:

١- الجنس

أ- ذكر ب- أنثى

٢- العمر

أ- ٢٠-٣٠ سنة ب- ٣١-٣٩ سنة ج- ٤٠-٤٩ سنة د- ٥٠ سنة فأكثر.

٣. سنوات الخبرة

أ. ٥ سنة فأقل. ب- من ٥-١٠ سنة. ج- من ١١-٢٠ سنة. د- أكثر من ٧ سنوات.

ثانياً: محاور الدراسة

المحور الأول: مدى تطبيق إيمان الإنترنت بمركز مشاريع البنية التحتية بمنطقة الرياض

م	الفقرة	موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة
١	يعمل المركز على تطبيق التحول الرقمي للحد من تأثير إيمان الإنترنت على كفاءة اتخاذ القرار.					
٢	توفر المنصات الرقمية أدوات تساعد متخذ القرار على تقليل التشتت.					
٣	يوفر المركز الأجهزة اللازمة للتطبيقات الرقمية.					
٤	قوم المركز بتوظيف تقنيات التحول الرقمي في تقليل تأثير إيمان الإنترنت، بهدف تعزيز كفاءة عمليات اتخاذ القرار.					
٥	يقوم المركز بتقديم دورات تدريبية للموظفين لتعزيز مهارات التطبيقات الرقمية.					
٦	يضع المركز السياسات واللوائح التنظيمية لتتضمن التطبيقات الرقمية.					

المحور الثاني: تأثير إدمان الإنترنت على أداء متخذي القرار في مديري المشاريع بمركز مشاريع البنية التحتية بمنطقة الرياض.

م	الفقرة	موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة
١	يساهم إدمان الإنترنت في تقليل القدرة على اتخاذ قرارات فعالة.					
٢	يؤدي الإدمان الرقمي إلى ضعف تحليل معطيات القرار.					
٣	يشكل إدمان الإنترنت أحد العوامل السلبية التي تعيق كفاءة فرق العمل في المشاريع، مما يؤدي إلى تأخير الإنجاز وتراجع الأداء.					
٤	كثرة الانشغال الرقمي تؤثر على التنسيق بين فرق العمل.					
٥	يساهم إدمان الإنترنت في زيادة التحديات التي تواجه مديري المشاريع، خاصة فيما يتعلق بإدارة الوقت والتركيز والإنتاجية.					
٦	أصبح إدمان الإنترنت من الظواهر المؤثرة سلباً على إدارة المشاريع، نظراً لتسببه في تشتيت انتباه العاملين وانخفاض مستوى الالتزام.					