

جامعة ميدأوشن

كلية الإدارة

قسم/تخصص: إدارة المشاريع

تأثير إدارة الوقت على نجاح المشاريع المنزلية والمشاريع الأونلاين
(دراسة تطبيقية على الأمهات العاملات عبر الإنترنت في المملكة العربية السعودية)

إعداد الطالبة: بيان علي العصار

الرقم الجامعي: ٢٣٢٠٠٠١٤١

مشروع نهائي 2

إشراف: د. عبد الرحيم نادر عضو هيئة التدريس - كلية الإدارة - جامعة ميدأوشن

الفصل الدراسي الثاني

مستخلص الدراسة (Abstract)

في ظل التحولات الاقتصادية المتسارعة ونمو اقتصاد العمل الحر (Gig Economy)، هدفت هذه الدراسة بشكل رئيسي إلى استكشاف، تحليل، وقياس تأثير ممارسات إدارة الوقت بأبعادها المختلفة (التخطيط المسبق، تحديد الأولويات، الاستخدام الفعال للتقنية، وتفويض المهام) على أبعاد نجاح المشاريع المنزلية والرقمية (الإنجاز في الوقت المحدد، جودة المخرجات، الرضا الشخصي وتوازن الحياة، وتحقيق الدخل المالي). وقد تم تسليط الضوء حصرياً على فئة "الأمهات العاملات عبر الإنترنت" في المملكة العربية السعودية، نظراً لما يواجهنه من تحديات استثنائية تتمثل في تداخل أدوار الرعاية الأسرية مع متطلبات ريادة الأعمال.

لتحقيق أهداف الدراسة والإجابة عن تساؤلاتها، تم الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي (الكمي) الذي يتيح قياس الظواهر رقمياً. وتم تصميم استبيان إلكتروني محكم كأداة رئيسية لجمع البيانات، وتوزيعه باستخدام مزيج من العينة العشوائية الميسرة وأسلوب "كرة الثلج" للوصول إلى مجتمع الدراسة المنتشر عبر المنصات الرقمية. بلغت عينة الدراسة الصالحة للتحليل الإحصائي (100) أم عاملة عبر الإنترنت. وعقب جمع البيانات، تمت معالجتها إحصائياً باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، حيث شملت الاختبارات: مقاييس الإحصاء الوصفي (المتوسطات والانحرافات)، اختبارات الصدق والثبات (ألفا كرونباخ)، معاملات ارتباط بيرسون، وتحليل الانحدار الخطي البسيط والمتعدد لاختبار الفرضيات.

أظهرت النتائج الميدانية وجود مستوى "مرتفع" في تطبيق ممارسات إدارة الوقت بشكل عام لدى عينة الدراسة (بمتوسط 3.82)، مع تفوق ملحوظ في بُعد "التخطيط"، وتراجع في بُعد "التفويض". كما أظهرت النتائج مستوى "مرتفع" في نجاح المشاريع (بمتوسط 3.85). وعلى مستوى اختبار الفرضيات، أثبتت الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة قوية جداً ($r = 0.78$) وذات دلالة إحصائية قاطعة بين كفاءة إدارة الوقت ونجاح المشروع. كما حددت الدراسة بدقة أبرز المعوقات التي تستنزف وقت الأمهات، والمتمثلة في (مقاطعة الأطفال المستمرة بنسبة 82%، والاضطرار المدمر لتعدد المهام بنسبة 75%). ومن أهم ما توصلت إليه الدراسة، أن مفهوم "النجاح" لدى الأم السعودية رائدة الأعمال يركز بشكل أساسي وعميق على "الرضا الشخصي وتوازن عجلة الحياة" متفوقاً على مجرد "تحقيق الدخل المالي البحت".

بناءً على الاستنتاجات، أوصت الدراسة بضرورة تبني الأمهات لتقنيات الجدولة الرقمية وتحديد ما يُعرف بـ

"الكتل الزمنية للعمل العميق" (Time Blocking)، والتخلي التدريجي عن وهم "تعدد المهام". بالإضافة إلى ذلك، وجهت الدراسة توصيات للجهات الحكومية الداعمة لريادة الأعمال (مثل منشآت وبنك التنمية الاجتماعية) بضرورة توفير برامج تدريبية، حاضنات أطفال مرنة، وجلسات توجيهية متخصصة في إدارة الوقت والضغط، تكون مصممة خصيصاً لتتاسب التحديات المزدوجة للمرأة العاملة من المنزل.

الكلمات المفتاحية: إدارة الوقت، نجاح المشروع المتناهي الصغر، المشاريع المنزلية، المشاريع الأونلاين، الأمهات العاملات، اقتصاد العمل الحر، صراع الأدوار، المملكة العربية السعودية.

جدول المحتويات

6	الفصل الأول: الإطار العام للدراسة
6	1.1 مقدمة البحث
8	1.2 مشكلة البحث
10	1.3 أهمية البحث
11	1.4 أسئلة البحث
12	1.5 أهداف البحث
13	1.6 فرضيات البحث
14	1.7 نموذج البحث
15	1.8 نطاق الدراسة (حدود البحث)
16	1.9 مخطط المشروع
17	الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة
17	2.1 المقدمة
18	2.2 المتغير المستقل: إدارة الوقت
23	2.3 المتغير التابع: نجاح المشروع
26	2.4 العلاقة بين المتغيرين في ضوء الدراسات السابقة
28	2.5 خاتمة الفصل
29	الفصل الثالث: منهجية البحث (Research Methodology)
29	3.1 المقدمة
30	3.2 التعريفات الإجرائية لمتغيرات البحث
32	3.3 تصميم البحث (بصلة البحث - Research Onion)
35	3.4 مجتمع البحث وطرق وتقنيات أخذ العينات
37	3.5 طريقة جمع البيانات (Data Collection Method)
39	3.6 أنواع البيانات
40	3.7 إجراءات التحليل الإحصائي (Statistical Analysis Procedures)
43	3.8 الخاتمة

44	الفصل الرابع: التحليل الإحصائي ومناقشة النتائج
44	4.1 المقدمة
45	4.2 توصيف عينة الدراسة (الإحصائيات الوصفية لعينة البحث)
47	4.3 اختبارات الصدق والثبات للاستبيانات (Reliability and Validity)
48	4.4 الإحصاء الوصفي لمتغيرات البحث (الإجابة على أسئلة البحث)
52	4.5 اختبار الفرضيات (Testing Hypotheses)
54	4.6 ربط النتائج ومناقشتها في ضوء الدراسات السابقة والإطار النظري
55	4.7 الخاتمة
56	قائمة المراجع
63	أولاً: المراجع العربية
63	ثانياً: المراجع الأجنبية
64	الملاحق
64	الملحق (أ): جدول أدوات البحث (بناء المقاييس)
65	الملحق (ب): استبيان الدراسة

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

1.1 مقدمة البحث

شهد العصر الحالي تحولات ديموغرافية، واقتصادية، وتكنولوجية جذرية أعادت تشكيل طبيعة وبيئة العمل التقليدية من جذورها. حيث برزت أنماط جديدة من الأعمال تعتمد بشكل أساسي على التكنولوجيا الرقمية والإنترنت، متجاوزة قيود الزمان والمكان التي فرضتها الثورة الصناعية قديماً. وفي ظل هذا التسارع المعرفي والرقمي، أصبحت المشاريع المنزلية والعمل عبر خياراً استراتيجياً جذاباً للكثير من الأفراد حول العالم. ويأتي هذا التحول تماشياً مع التغيرات الاقتصادية الحديثة التي تهدف إلى تنويع مصادر الدخل، تعزيز ثقافة العمل الحر، والتوجه نحو "اقتصاد العمل الحر" الذي يمنح الأفراد مرونة غير مسبوقة.

وفي المملكة العربية السعودية تحديداً، ومع انطلاق رؤية 2030 الطموحة التي وضعت تمكين المرأة ضمن أهم ركائزها الاستراتيجية مستهدفة رفع نسبة مشاركتها في سوق العمل ودعم المنشآت الصغيرة والمتوسطة ومتناهية الصغر لتكون محركاً أساسياً للنمو الاقتصادي؛ تزايد إقبال النساء بشكل لافت على هذه الأنماط المرنة من الأعمال. فقد أتاحت هذه المشاريع للمرأة السعودية فرصة ذهبية لاختراق سوق العمل والاستقلال المالي دون الحاجة إلى التخلي عن أدوارها الاجتماعية.

ومن بين الفئات الأكثر إقبالاً على هذا النوع من الأعمال تبرز شريحة "الأمهات"، اللواتي يقمن بتأسيس وإدارة مشاريع صغيرة ومتناهية الصغر من المنزل أو عبر منصات الإنترنت الرقمية. وتُعد هذه الفئة قوة اقتصادية حيوية كامنة، إلا أنها تحتاج إلى اهتمام بحثي وأكاديمي خاص واستثنائي. فهذه الفئة تواجه تحديات يومية ومركبة تتمثل في محاولة التوفيق المستمر والمجهد بين المسؤوليات الأسرية العميقة مثل رعاية الأطفال جسدياً ونفسياً، متابعة التحصيل الدراسي، وإدارة شؤون المنزل وبين متطلبات العمل المستقل الذي يتطلب التزاماً صارماً، وسرعة في الإنجاز، وقدرة على حل المشكلات، وتواصلًا احترافياً ومستمرًا مع

العملاء. هذا التداخل المستمر بين المساحة الشخصية والمساحة المهنية يخلق ما يُعرف أكاديمياً ونفسياً بـ "صراع الأدوار" (Role Conflict) وتآكل "حدود العمل والحياة" (Work-Life Boundary Blurring).

في هذا السياق المتشابك، تُجمع العديد من الدراسات الإدارية والتنظيمية على أن "إدارة الوقت" تعد من المهارات الإدارية الأساسية والمفصلية التي تفصل بين نجاح هذه المشاريع ونموها، وبين فشلها وتعثرها السريع (Covey, 2015; Allen, 2004). فإدارة الوقت في مفهومها الحديث والمعاصر لا تقتصر فقط على الجدولة الزمنية الروتينية للساعات اليومية أو ملء قوائم المهام بشكل آلي، بل تمتد لتشمل القدرة على التخطيط الاستراتيجي الجيد، وتحديد الأولويات بكفاءة عالية وفق نماذج علمية، والقدرة الصارمة على التعامل مع المشتتات في بيئة غير مهيأة كلياً للعمل كالمنزل، بالإضافة إلى الاستخدام الذكي للأدوات التقنية الحديثة لجدولة وأتمتة المهام. وقد أكدت دراسات سابقة أن الأفراد الذين يمتلكون ويطبّقون مهارات تنظيم وقت متطورة يكونون أكثر قدرة على تحقيق أهدافهم المهنية والشخصية بإنتاجية أعلى، وبأقل قدر من التوتر، والقلق، والاحتراق النفسي (Macan, 1994).

وعلى الرغم من الأهمية البالغة لهذا الموضوع، والاعتراف الواسع النطاق بدور مهارات إدارة الوقت في تحسين الأداء المؤسسي للشركات الكبرى، إلا أن الدراسات العربية والمحلية التي تناولت هذا المتغير من منظور "الأم العاملة من المنزل" بصفتها رائدة أعمال متناهية الصغر لا تزال محدودة جداً وتفنقر إلى العمق التحليلي، خاصة في البيئة والسياق السعودي الذي يمر بمرحلة انتقالية سريعة (القحطاني، 2022). لذلك، تسعى هذه الدراسة بشمولية إلى استكشاف العلاقة التبادلية والتأثيرية بين ممارسات إدارة الوقت ونجاح المشاريع المنزلية والأونلاين من وجهة نظر الأمهات العاملات عبر الإنترنت في المملكة العربية السعودية، بهدف الفهم الدقيق للتحديات التي تواجههن، وتقديم رؤى وحلول عملية قائمة على أسس علمية رصينة تساهم في تحسين أدائهن المهني ورفع مستوى جودة حياتهن الكلية.

1.2 مشكلة البحث

تواجه الأمهات العاملات عبر الإنترنت، واللواتي يديرن مشاريع منزلية صغيرة، تحدياً يومياً بالغ التعقيد في السيطرة على وقتهن اليومي والأسبوعي وسط تجاذبات مستمرة بين متطلبات الأسرة المتجددة والتزامات العمل التي لا ترحم. إن الضغوط اليومية الناتجة عن متطلبات رعاية الأطفال (خاصة في مراحل الطفولة المبكرة التي تتطلب إشرافاً جسدياً وذهنياً مستمراً)، والمسؤوليات المنزلية المتعددة من جهة؛ يقابلها مواعيد تسليم حرجة للمشاريع، وتلبية متطلبات عملاء قد يكونون غير متفهمين للظروف الشخصية، وإدارة الحسابات البنكية، والتسويق الرقمي للمشروع، وإدارة الأزمات من جهة أخرى؛ مما يجعل مهمة إدارة الوقت أمراً بالغ الصعوبة وشديد الحساسية، وأشبه بـ "السير على حبل مشدود".

تعاني الكثير من الأمهات في هذه البيئة من العجز عن وضع جداول يومية منظمة والالتزام بها بشكل صارم، ليس نقصاً في الكفاءة، بل بسبب طبيعة البيئة المنزلية التي تتسم بـ "المقاطعات المتكررة" والطوارئ الأسرية غير المتوقعة (مثل مرض طفل، أو احتياجات مدرسية طارئة). هذا الواقع المربك يؤدي بشكل تراكمي إلى تأجيل المهام، تراكم الأعمال، والاضطرار للعمل لساعات متأخرة من الليل (مما يضر بجودة النوم والصحة العامة)، والشعور المستمر بالإرهاق، وضعف الإنتاجية. هذا الخلل في المنظومة الزمنية لا يؤثر فقط على الصحة النفسية والجسدية للأُم مما يؤدي للاحتراق الوظيفي (Burnout) بل ينعكس مباشرة على جودة المخرجات، ويؤدي إلى التأخر في التسليم، وضعف خدمة العملاء، وبالتالي يهدد استمرارية المشروع، وربحيته، وسمعته في السوق التنافسي (Lakein, 1973).

وتتبلور مشكلة البحث بشكل دقيق ومفصل من خلال ملاحظة وجود فجوات علمية وتطبيقية عميقة تتمثل في النحو التالي:

- **فجوات على المستوى النظري:** يُلاحظ من خلال المراجعة النقدية للأدبيات أن معظم الدراسات الإدارية

والتنظيمية السابقة قد تناولت موضوع "إدارة الوقت" في سياق المؤسسات والشركات الكبيرة المهيكلية، وركزت دراساتها على الموظفين التقليديين في بيئات العمل المكتبية التي توفر فصلاً مادياً ونفسياً واضحاً عن بيئة المنزل (Drucker, 1954). معظم هذه النظريات صُممت بعدسة ذكورية تقليدية أو مؤسسية لا تأخذ بعين الاعتبار أعباء "العمل الرعائي" غير المدفوع الذي تضطلع به الأم. وهناك ندرة واضحة ومقلقة في الأبحاث التي تختبر نظريات إدارة الوقت وتكيفها في بيئة "المشاريع المتناهية الصغر" والمشاريع المنزلية التي تديرها النساء. ففي المنزل، تختلف طبيعة المشتتات والضغوط اختلافاً جذرياً عن المكتب، مما يخلق فجوة معرفية صريحة تتطلب دراسة متخصصة لتطوير نظريات إدارة وقت ذات "حساسية جندرية وأسرية" (الشمري، 2021).

- **فجوات على المستوى التطبيقي:** تفقر الأمهات العاملات عبر الإنترنت إلى نماذج، أطر، وأدوات عملية مصممة خصيصاً ومدرسة سيكولوجياً لتساعدن على تنظيم وقتهن بما يتناسب مع ظروفهن الاستثنائية وبيئتهن المكانية المتداخلة. فالتحديات العملية المعقدة مثل (التعامل مع مقاطعة الأطفال المتكررة بفعالية، الآثار المدمرة للاضطرار إلى تعدد المهام Multi-tasking على التركيز العميق، وتداخل الأولويات الطاحن بين ما هو عاجل للمنزل وما هو مهم للمشروع) لم تُدرس بشكل كافٍ لتقديم حلول ناجعة تتناسب مع هذا الواقع. علاوة على ذلك، فإن غياب البرامج التدريبية والتأهيلية المخصصة والموجهة لدعم وتمكين هذه الفئة المحددة يعمق من حدة المشكلة، ويحد من فرص نمو مشاريعهن وتحولها من مشاريع صغيرة إلى شركات ناشئة واعدة (أحمد، 2020).

السؤال الرئيسي للبحث:

وبناءً على المعطيات السابقة والتداخل المعقد بين المتغيرات، يمكن صياغة المشكلة البحثية في التساؤل الرئيسي الشامل الآتي:

ما تأثير ممارسات إدارة الوقت بأبعادها المختلفة (التخطيط، تحديد الأولويات، التقنية، التفويض) على أبعاد نجاح المشاريع المنزلية والمشاريع الأونلاين التي تديرها الأمهات العاملات عبر الإنترنت في المملكة العربية السعودية؟

1.3 أهمية البحث

تكتسب هذه الدراسة أهمية استثنائية، وتستمد مبررات إجرائها من القيمة المضافة التي ستقدمها ومساهماتها المتوقعة على المستويين النظري والتطبيقي، فضلاً عن تقاطعها مع الأهداف المجتمعية والاقتصادية الكلية:

- **على المستوى النظري الأكاديمي:** 1. تساهم هذه الدراسة بشكل مباشر في سد الفجوة المعرفية الواضحة في الأدبيات الإدارية العربية المتعلقة بتطبيق نظريات إدارة الوقت خارج بيئة العمل الكلاسيكية (الشركات والمكاتب) ونقلها ومواءمتها مع سياق العمل الحر والمشاريع المنزلية المرنة.
- 2. تقدم الدراسة تأطيراً مفاهيمياً يثري المكتبة العربية بموضوع تفاعلي وحيوي يتقاطع فيه علم الإدارة التنظيمية مع علم الاجتماع الأسري، والاقتصاد الرقمي، وعلم النفس المهني.
- 3. تشكل الأداة المنهجية (الاستبيان والمقاييس) التي سيتم تطويرها واختبارها في هذه الدراسة مرجعاً موثقاً للباحثين المستقبليين الراغبين في قياس مهارات إدارة الوقت لدى الفئات العاملة عن بعد أو المستقلين (Freelancers) في البيئة العربية (خالد، 2018).

- **على المستوى التطبيقي والعملي:** 1. تقدم الدراسة مخرجات وتوصيات عملية، مدروسة، وقابلة للتنفيذ الفوري، يمكن للأمهات العاملات عبر الإنترنت تبنيها والاستفادة منها مباشرة لرفع كفاءة إدارة الوقت، التغلب على المشتتات، زيادة الإنتاجية الفردية، وتقليل مستويات التوتر والقلق.
- 2. تُعد مخرجات هذه الدراسة، وما ستسفر عنه من تحديد دقيق للمعوقات، أداة مساعدة وتشخيصية قيمة للجهات الحكومية والخاصة الداعمة لريادة الأعمال والمشاريع الصغيرة (مثل بنك التنمية

الاجتماعية، الهيئة العامة للمنشآت الصغيرة والمتوسطة "منشآت"، وبرامج تمكين المرأة). حيث يمكن لهذه الجهات الاستناد إلى نتائج الدراسة لتصميم حقائب تدريبية، ورش عمل، وبرامج توجيهية (Mentorship) مخصصة للأمهات لمعالجة التحديات الزمنية والإدارية الفعلية التي تواجههن (الغامدي، 2019).

- **الأهمية الاقتصادية والاجتماعية: 1.** من الناحية الاقتصادية، يساهم تعزيز معدلات نجاح المشاريع المنزلية في تنمية الناتج المحلي الإجمالي بطريقة لامركزية، ويخلق رافداً اقتصادياً مهماً ومستداماً للأسر، مما يدعم توجهات الدولة في تنويع الاقتصاد وتقليل الاعتماد على الوظائف التقليدية.
- 2. من الناحية الاجتماعية والتربوية، فإن قدرة الأم على إدارة وقتها بنجاح وبأدوات علمية يضمن لها تحقيق توازن نفسي وصحي يقي الأسرة من التفكك أو إهمال الرعاية التربوية للأبناء، ويحافظ على نسيج مجتمعي مترابط ومستقر يسوده الإنجاز والرضا.

1.4 أسئلة البحث

لتحقيق غايات هذه الدراسة والإجابة عن السؤال الرئيسي بأسلوب علمي ومنهجي مفصل، تم تقريع المشكلة الكلية إلى مجموعة من الأسئلة الفرعية الدقيقة الآتية:

1. ما مستوى ممارسة وتطبيق الأبعاد المختلفة لمهارات إدارة الوقت (التخطيط الاستراتيجي واليومي، تحديد الأولويات، الاستخدام الذكي للتقنية، ومهارة تفويض المهام) لدى الأمهات العاملات عبر الإنترنت في المملكة العربية السعودية؟
2. ما هي أبرز المعوقات، والمشتتات، والصعوبات الجذرية التي تواجه الأمهات أثناء العمل من بيئة المنزل (مثل مقاطعة الأطفال المتكررة، الاضطرار لتعدد المهام، كثافة الضغوط الأسرية) والتي تؤثر بشكل مباشر وسلبى على كفاءة استغلال الوقت؟

3. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القدرة على تنظيم الوقت وتحقيق نجاح المشروع تُعزى إلى المتغيرات الديموغرافية والشخصية للأم (مثل عدد الأطفال في المنزل، الفئات العمرية للأطفال، وسنوات الخبرة المتراكمة في إدارة المشروع)؟
4. ما هي المؤشرات والمعايير الفعلية الأكثر استخداماً وأهمية من قبل الأمهات أنفسهن لقياس وتحديد مستوى نجاح مشاريعهن الخاصة (سواء كانت معايير تشغيلية كالإنجاز في الوقت، نوعية جودة المخرجات، نفسية كالرضا الشخصي، أو مالية كالنمو في الدخل)؟

1.5 أهداف البحث

يسعى هذا البحث من خلال تصميمه المنهجي إلى تحقيق مجموعة متكاملة من الأهداف الأكاديمية والتطبيقية، التي يمكن تلخيصها في النقاط الآتية:

1. التعرف الدقيق والتقييم الكمي لمستوى وممارسات إدارة الوقت التي تتبناها الأمهات بصورة يومية لإدارة مشاريعهن المنزلية والأونلاين، وتحديد نقاط القوة والضعف في هذه الممارسات.
2. حصر، تحليل، وتصنيف الصعوبات والمعوقات الحقيقية (البيئية، النفسية، والأسرية) التي تؤدي إلى ظاهرة الهدر الزمني، التسويف، وتأخر إنجاز المهام لدى الأمهات العاملات من المنزل.
3. قياس أبعاد ومستويات نجاح المشاريع المنزلية والأونلاين من وجهة نظر الأمهات المشاركات أنفسهن، في محاولة لتجاوز النظرة التقليدية الضيقة للنجاح (المحصورة في الربح المالي فقط) والوصول إلى فهم "النجاح الشامل" الذي يتضمن الاستقرار النفسي وجودة الحياة.
4. اختبار وتحديد نوع وقوة العلاقة التأثيرية والارتباطية إحصائياً بين ممارسات إدارة الوقت كمتغير مستقل مؤثر، ومؤشرات وأبعاد نجاح المشروع كمتغير تابع متأثر.
5. استخلاص وتقديم حزمة من التوصيات الإدارية، والإرشادية، والتقنية القابلة للتطبيق، والتي تساهم

في مساعدة الأم العاملة على بناء روتين عمل فعال، تحسين كفاءة إدارة الوقت، الوقاية من متلازمة "الاحتراق الوظيفي" (Burnout)، ومواجهة الضغوط اليومية بمرونة وفاعلية أكبر .

1.6 فرضيات البحث

بناءً على مشكلة البحث، واستناداً إلى أهدافه المسطرة، وعقب إجراء مراجعة مكثفة للأدبيات السابقة، والنظريات الإدارية ذات الصلة بسلوكيات العمل وإدارة الوقت، تمت صياغة الفرضية الرئيسية التالية لاختبارها إحصائياً:

- **الفرضية الرئيسية:** توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية، وتأثير إيجابي قوي لممارسات إدارة الوقت (بأبعادها الكلية المدمجة) على تحقيق نجاح المشاريع المنزلية والمشاريع الأونلاين لدى الأمهات العاملات عبر الإنترنت في المملكة العربية السعودية.

وينبثق من هذه الفرضية الرئيسية مجموعة من الفرضيات الفرعية الموجهة، وهي مصحوبة بمبرراتها النظرية:

- **الفرضية الفرعية الأولى:** يوجد تأثير إيجابي ذو دلالة إحصائية لعملية "التخطيط والتنظيم المسبق للمهام" على القدرة على إنجاز مشاريع وطلبات العملاء في الوقت المحدد. (مبرر الفرضية: وفقاً لنظرية تحديد الأهداف، فإن التخطيط المسبق يقلل من العشوائية، يخفض من الجهد الذهني اللازم لاتخاذ القرارات اللحظية، ويوجه الجهد بتركيز نحو مسار زمني دقيق).
- **الفرضية الفرعية الثانية:** توجد علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين "استخدام التطبيقات والأدوات التقنية المساعدة" وتقليل معدلات الهدر الزمني في المشاريع المنزلية. (مبرر الفرضية: التقنية والتطبيقات الذكية تسهم في أتمتة المهام الروتينية المتكررة، توفر تنبيهات دقيقة بالمواعيد النهائية، وتقوم بدور "المساعد الافتراضي" الذي يحرر وقت الأم للتركيز على المهام

الاستراتيجية والإبداعية).

- **الفرضية الفرعية الثالثة:** توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى قدرات إدارة الوقت بين الأمهات تُعزى لمتغير (عمر الأطفال)، حيث يُتوقع أن تواجه الأمهات ذوات الأطفال في "مرحلة الطفولة المبكرة" صعوبات ومقاطعات أكبر بكثير من الأمهات لأطفال في سن المدرسة أو المراهقة. (مبرر الفرضية: الأطفال في سن مبكرة يحتاجون إلى إشراف جسدي مستمر وتلبية فورية للاحتياجات، مما يجعل عملية التخطيط لكتل زمنية متصلة للعمل أمراً شبه مستحيل، ويفرض نمط عمل متقطع).
- **الفرضية الفرعية الرابعة:** توجد علاقة ارتباط إيجابية قوية بين "الكفاءة العالية في إدارة الوقت وتحديد الأولويات" وارتفاع مستوى "الرضا الشخصي والمهني" للأمر العاملة. (مبرر الفرضية: بناءً على نظريات علم النفس الإيجابي، فإن الإحساس بالسيطرة والتحكم في الوقت يمنح الفرد شعوراً عميقاً بالكفاءة الذاتية والإنجاز، ويقلل بشكل كبير من مشاعر الذنب والتقصير المتنبذة تجاه الأسرة والعمل).

1.7 نموذج البحث

صُمم نموذج البحث الأكاديمي ليعكس بوضوح العلاقة السببية والارتباطية المقترحة بين المتغير المستقل (وأبعاده الفرعية)، والمتغير التابع (وأبعاده الفرعية). يعمل هذا النموذج كخارطة طريق لتأطير مسار عملية جمع البيانات والتحليل الإحصائي اللاحق:

- **المتغير المستقل (Independent Variable):** ممارسات إدارة الوقت.

○ ويتشكل من الأبعاد العملية الأربعة التالية:

1. **التخطيط الجيد:** الجدولة، ووضع خطط يومية وأسبوعية.
2. **تحديد الأولويات بدقة:** العمل بذكاء والتمييز بين العاجل والمهم (تطبيق مبدأ باريتو

(20/80).

3. استخدام التقنية للتنظيم: استغلال التطبيقات لجدولة المهام والمنشورات وإدارة العملاء.
 4. القدرة على تفويض المهام: توزيع الأعباء المنزلية أو الاستعانة بمصادر خارجية للعمل.
- المتغير التابع (Dependent Variable): نجاح المشاريع المنزلية والأونلاين.
 - ويتشكل من الأبعاد الأربعة التالية التي تمثل مقاييس النجاح الشامل:
 1. الإنجاز في الوقت المحدد والتسليم: الموثوقية والسرعة في الإنجاز.
 2. جودة المخرجات والخدمات: إتقان العمل وتقليل الأخطاء.
 3. الرضا الشخصي والمهني: الصحة النفسية، الشغف، وانخفاض مستويات التوتر.
 4. تحقيق الدخل المالي المجزي: العائد الاقتصادي ونمو الأرباح.

مسار التأثير الافتراضي:

[ممارسات إدارة الوقت (التخطيط، الأولويات، التقنية، التفويض)] — (تأثير إيجابي وارتباطي طردي) —
[نجاح المشاريع (الإنجاز السريع، الجودة العالية، الرضا النفسي، العائد المالي)]

1.8 نطاق الدراسة (حدود البحث)

لضمان أعلى درجات الدقة والموثوقية في النتائج، ولتركيز مسار البحث وتجنب تشتت المنهج، يقتصر نطاق تعميم وتطبيق هذه الدراسة على الحدود المنطقية التالية:

1. الحدود الموضوعية: تقتصر الدراسة موضوعياً وحصرياً على بحث العلاقة بين ممارسات "إدارة الوقت" كعامل تنظيمي إداري، وأثرها المباشر على "نجاح المشاريع الصغيرة والمتناهية الصغر" (المنزلية والأونلاين). وبالتالي، تستبعد الدراسة العوامل الأخرى التي قد تؤثر بقوة على نجاح المشروع مثل (استراتيجيات التسويق الشبكي، قوة التمويل ورأس المال، أو العوامل القانونية والاقتصادية الكلية).

2. **الحدود البشرية:** تقتصر عينة الدراسة بشكل محدد ومقصود على النساء (الأمهات) اللواتي يملكن أطفالاً يعيشون معهن، واللواتي يعملن كعاملات مستقلات عبر منصات الإنترنت أو يدرن مشاريع تجارية متناهية الصغر من المنزل (مثل: التجارة الإلكترونية المصغرة، تقديم الخدمات الاستشارية والتصميم، أو الصناعات اليدوية والغذائية).
3. **الحدود المكانية:** تم تطبيق وتوزيع أداة الدراسة (الاستبيان) جغرافياً في "المملكة العربية السعودية" حصراً، وذلك لضمان تجانس العينة من حيث التأثيرات الثقافية، البيئة التنظيمية، والظروف الاجتماعية والاقتصادية المحلية.
4. **الحدود الزمانية:** تم تنفيذ هذه الدراسة بكافة مراحلها (تصميم الاستبيان، تحكيمه، جمع البيانات الميدانية، وتحليلها إحصائياً) خلال "الفصل الدراسي الأول" من العام الأكاديمي المخصص لمقرر مشروع التخرج النهائي.

1.9 مخطط المشروع

لضمان سلاسة الطرح العلمي، التدفق المنطقي للأفكار، وتحقيق أهداف الدراسة والإجابة على تساؤلاتها بتسلسل منهجي رصين، تم هيكلة وتصميم هذا البحث في خمسة فصول دراسية مترابطة يمهد كل منها للآخر ويكمّله:

- **الفصل الأول: الإطار العام للدراسة:** يُعد حجر الأساس، ويشمل (المقدمة التمهيديّة، بلورة مشكلة البحث، إبراز الأهمية، صياغة الأهداف والأسئلة، الفرضيات، تصميم نموذج الدراسة، وتحديد نطاق وحدود البحث).
- **الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة:** ويقدم مراجعة نقدية وتأصيلية شاملة للأدبيات المتعلقة بمفاهيم إدارة الوقت، وتطور نظرياتها، وتفكيك أبعاد نجاح المشاريع. كما يتضمن استعراضاً

تحليلياً لما تناولته الأبحاث السابقة المحلية والدولية في هذا المجال لبيان موقع هذه الدراسة منها.

- **الفصل الثالث: منهجية البحث وإجراءاته:** ويتناول بالتفصيل المعماري للبحث، من خلال وصف المنهج العلمي المتبع (المنهج الكمي الوصفي التحليلي)، تحديد مجتمع الدراسة الدقيق وطرق سحب العينة وحجمها، وتصميم أدوات جمع البيانات (الاستبيان) وخطوات التأكد من صدقها وثباتها علمياً، وأخيراً تحديد الأساليب والاختبارات الإحصائية المتبعة.
- **الفصل الرابع: التحليل الإحصائي ومناقشة النتائج:** وهو الفصل التطبيقي المحوري الذي يُعنى بعرض نتائج الاستبيان وتحليل بياناته إحصائياً (باستخدام برامج مثل SPSS) للرد على التساؤلات واختبار صحة الفرضيات بدقة، ومقارنة هذه النتائج وتفسيرها في ضوء الدراسات السابقة والإطار النظري.
- **الفصل الخامس: النتائج والتوصيات:** وهو محطة الختام، ويشمل خلاصة الاستنتاجات النهائية التي تم التوصل إليها من البيانات، ومناقشة شفافاً لحدود وعوائق البحث، وتقديم حزمة من التوصيات الإدارية والعملية المقترحة للمستفيدين، واختتام البحث باقتراحات لأجندة دراسات مستقبلية في ذات الحقل.

الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة

2.1 المقدمة

يشكل الإطار النظري وتتبع الدراسات السابقة العمود الفقري والأساس المتين لأي دراسة بحثية أكاديمية رصينة، حيث يتم من خلاله تجذير مشكلة الدراسة وربطها بالمعرفة الإنسانية المتراكمة في التخصص. يهدف هذا الفصل إلى بناء الركيزة العلمية المتعمقة التي تستند إليها الدراسة الحالية من خلال استعراض نقدي وتأسيلي للإطار النظري للمتغيرين الرئيسيين: المتغير المستقل (إدارة الوقت) بأبعاده، وتطوره، والنظريات الإدارية المفسرة له، والمتغير التابع (نجاح المشروع) بمؤثراته ومقاييسه المختلفة، لا سيما في سياق الأعمال المصغرة.

سيتم تناول المفاهيم الأساسية بعمق تحليلي، يتجاوز السطح إلى مناقشة الدوافع والتأثيرات، بالإضافة إلى استعراض وتحليل الدراسات السابقة (المحلية، الإقليمية، والدولية) التي تناولت العلاقة بين هذين المتغيرين. كل ذلك يتم بهدف تحديد الفجوات العلمية بدقة متناهية، وبناء فرضيات صلبة تستند إلى أساس منهجي راسخ، وتقديم مبررات قوية لتوجه هذه الدراسة.

2.2 المتغير المستقل: إدارة الوقت

2.2.1 تعريف إدارة الوقت

لا يوجد في الفكر الإداري والتنظيمي تعريف واحد، صلب، وشامل متفق عليه لمصطلح "إدارة الوقت"، وذلك نظراً لاختلاف المنظور والزاوية التي ينطلق منها كل باحث (سواء كان منظوراً إدارياً هندسياً، أو منظوراً نفسياً سلوكياً). ومع ذلك، تُعرف إدارة الوقت بشكل عام في أدبيات الإدارة الكلاسيكية والحديثة بأنها: عملية منهجية، وعقلانية، ومستمرة لتنظيم واستغلال المورد الزمني المتاح للفرد (وهو مورد نادر، وغير قابل للاسترجاع أو التخزين) وتوزيعه على الأنشطة والمهام المختلفة بهدف تحقيق الأهداف المحددة مسبقاً بأعلى درجات الكفاءة (Doing things right) والفاعلية (Doing the right things).

وقد أشار الباحث ماكان (Macan, 1994) في أطروحته ودراساته الرائدة إلى تصحيح مفاهيمي هام؛ وهو أن إدارة الوقت لا تعني إطلاقاً مجرد تكريس ساعات أطول للعمل أو إطالة الدوام، بل هي منظومة متكاملة تشمل مجموعة من المهارات السلوكية، التنظيمية، والإدراكية التي تساعد الفرد على التحكم في بيئته، تحديد أولوياته بدقة ووعي، وتجنب أو تحييد مسببات هدر الوقت (Time Wasters) الداخلية والخارجية.

كما عرفها رائد إدارة الوقت ليكين (Lakein, 1973) في كتاباته المبكرة التي أسست لهذا العلم بأنها "فن وعلم التخطيط والتحكم الذاتي في الوقت للوصول إلى النتائج الاستراتيجية المرجوة، وذلك بعيداً عن

الاستجابة الانفعالية للطوارئ، العشوائية، والتسويق، مما يحقق للفرد أقصى عائد ممكن من استثماره لوقته كمورد استراتيجي".

أما في السياق الخاص جداً للأمر العاملة المستقلة من المنزل، فيمكن صياغة تعريف إجرائي أكثر دقة لإدارة الوقت بأنه: القدرة الذهنية والعملية للأمر على إحداث تكامل ديناميكي وتوازن مرن (*Dynamic Integration*) بين المتطلبات الإلزامية لأسرتها والمهام التشغيلية لمشروعها التجاري خلال دورة اليوم الواحد، وذلك من خلال الجدولة المرنة، القدرة على التبديل السريع بين الأدوار (*Role Switching*)، والتصرف الواعي والمحسوب تجاه الموارد الزمنية المتاحة.

2.2.2 أبعاد إدارة الوقت

لغرض تحويل مفهوم "إدارة الوقت" النظري التجريدي إلى سلوكيات قابلة للملاحظة والقياس في الإطار البحثي، وبناءً على التوجهات الحديثة والكلاسيكية في علم الإدارة وريادة الأعمال (لا سيما أعمال ستيفن كوفي، وبرايان تريسي، وماكان)، تعتمد هذه الدراسة على تحليل الأبعاد الأربعة العملية التالية لإدارة الوقت:

1. التخطيط والتنظيم المسبق: يُعد هذا البعد حجر الزاوية، ويُقصد به الجهد الذهني الاستباقي لوضع

أهداف يومية، أسبوعية، أو شهرية واضحة المعالم، ورسم الخطوات التفصيلية وتخصيص الموارد

اللازمة لتحقيقها قبل البدء بالتنفيذ الفعلي. يشمل ذلك استخدام تقنيات مثل وضع قوائم المهام (To-

Do Lists)، وتوزيعها بدقة على "الكتل الزمنية" (Time Blocking) المتاحة للأمر (على سبيل

المثال: استغلال فترات نوم الأطفال الصغار المبكرة، أو ساعات وجودهم في المدرسة للتركيز على

المهام العميقة التي تتطلب تركيزاً متصلاً). غياب التخطيط يعني ترك اليوم للصدفة والمشتتات.

2. تحديد الأولويات: وهو البعد الإداري الأهم والأكثر تحدياً، ويعني القدرة التحليلية على تصفية وتصنيف

المهام الكثيرة والمتراكمة حسب مصفوفة "الأهمية والإلحاح" (والتي اشتهرت باسم مصفوفة آيزنهاور

وتم تطويرها بواسطة كوفي). يتطلب هذا البعد من الأم الشجاعة الإدارية والقدرة على البدء دائماً بالمهام "المهمة والعاجلة" والمتعلقة بعصب وبقاء المشروع (مثل تسليم طلبية عميل)، وتخصيص وقت للمهام "المهمة وغير العاجلة" (مثل تطوير منتج جديد أو تخطيط تسويقي)، مع القدرة على تأجيل، أو رفض، أو إلغاء المهام "غير المهمة" (مثل تصفح وسائل التواصل دون هدف). وتتجلى هنا أهمية تطبيق مبدأ باريتو (قاعدة 20/80)، حيث يجب على رائدة الأعمال تحديد الـ 20% من المهام التي تدر 80% من الأرباح والنتائج والتركيز عليها بشدة.

3. استخدام التقنية والأدوات المساعدة: في العصر الرقمي المتسارع وثورة التطبيقات، لم يعد التخطيط الورقي التقليدي كافياً وحده لإدارة مشروع تجاري. يشمل هذا البعد قدرة رائدة الأعمال ومرونتها في تبني والاستعانة بالتطبيقات والأدوات الرقمية المتقدمة لتعزيز كفاءتها. يتضمن ذلك استخدام التقييمات الإلكترونية التفاعلية (Google Calendar)، وتطبيقات إدارة المشاريع المصغرة (مثل Trello, Asana, Notion) لتنظيم سير العمل بصرياً، برامج أتمتة وجدولة المنشورات التسويقية، وأدوات الرد الآلي على العملاء (Chatbots). الاستثمار في إتقان هذه التقنيات يقوم بدور "الموظف الإضافي" ويوفر مئات الساعات من العمل اليدوي المتكرر.

4. تفويض المهام: يُعد التفويض مهارة قيادية متقدمة، ويعني التخلي عن المركزية الشديدة ومقاومة الرغبة الداخلية في إنجاز "كل شيء" بشكل شخصي (لضمان الجودة المطلقة). ويتمثل التفويض بفعالية للأم العاملة في مسارين: المسار العائلي عبر تكليف الآخرين (كأفراد الأسرة الأكبر سناً، أو الزوج) ببعض المسؤوليات المنزلية والرعاية لتخفيف العبء؛ والمسار المهني عبر الاستعانة بمصادر خارجية للخدمات المستقلة (Outsourcing) للمهام التي تستهلك الوقت ولا تقع ضمن التخصص الدقيق للأم (مثل تصميم الهوية البصرية، المحاسبة، أو مهام التوصيل والشحن). هذا التفويض يتيح للأم توجيه طاقتها الذهنية نحو الأنشطة الجوهرية والقيادية للمشروع. يواجه هذا البعد غالباً ما يسمى

بـ "عقدة الذنب لدى الأمهات" (Mom Guilt) حيث يشعرون بالتقصير عند التفويض، مما يتطلب إدارة نفسية إلى جانب الإدارة الزمنية.

وتساهم هذه الأبعاد الأربعة، عندما تُمارس مجتمعة وبشكل متكامل ومستمر، في مساعدة الفرد على رفع مستوى الإنتاجية الفردية بشكل دراماتيكي، وخفض معدلات التوتر، والقلق، والاحتراق النفسي (Burnout). فالاحتراق النفسي يُعد العدو الأول والرئيسي للاستمرارية في عالم العمل الحر والمشاريع المنزلية (Macan, 1994).

2.2.3 نظريات وقوانين إدارة الوقت

اعتمدت الدراسات الأكاديمية على مر العقود على مجموعة من النظريات والمدارس والقوانين الحاكمة لتأطير مفهوم، وتطبيقات، وسلوكيات إدارة الوقت، ومن أبرزها في هذا السياق:

- **نظرية الإدارة بالأهداف (Management by Objectives – MBO)** والتي أسس ركانزها عالم الإدارة العظيم بيتر دراكر (Drucker, 1954). تؤكد هذه النظرية الجوهرية على مبدأ بسيط وهو أن: "الوقت المتاح لا يمكن إدارته بنجاح ما لم تكن هناك أهداف واضحة يسعى المرء لتحقيقها". يجب أن تكون هذه الأهداف قابلة للقياس، يمكن تحقيقها، ذات صلة برؤية المشروع، ومحددة بإطار زمني صارم (SMART Goals). فالإدارة الفعالة والمثمرة للوقت تبدأ من وضوح الوجهة والهدف النهائي.

- **مصفوفة إدارة الوقت:** التي وضعها ستيفن كوفي (Covey, 2004) في كتابه دائع الصيت "العادات السبع للناس الأكثر فعالية". حيث قدم نموذجاً يقسم كل الأنشطة البشرية والمهنية إلى أربعة مربعات بناءً على تقاطع معيارين: (مهم / غير مهم) و(عاجل / غير عاجل). وتدعو النظرية رواد الأعمال بقوة إلى التركيز والبقاء أطول فترة ممكنة في المربع الثاني (المهم وغير العاجل)، كونه مربع التخطيط

الاستراتيجي، بناء القدرات، الوقاية من الأزمات، والابتكار، والفرار ما أمكن من مربعات الخداع (المستعجل غير المهم) والضياح (غير المستعجل وغير المهم).

• **قانون باركنسون (Parkinson's Law)** وهو مفهوم إداري أساسي ينص على أن "العمل يتمدد لكي يملأ الوقت المتاح لإنجازه". في سياق الأمهات اللواتي يعملن من المنزل، إذا لم يتم تحديد موعد نهائي صارم (Deadline) ومصطنع لإنجاز طلبية معينة أو إنهاء مهمة تسويقية، فإن المهمة قد تستغرق اليوم بأكمله وتتداخل مع وقت العائلة، مما يؤكد على أهمية التحديد الصارم للكتل الزمنية كأحد أبعاد الإدارة الناجحة للوقت.

• **نظرية نموذج إدارة الوقت التتابعي:** للعالم ليكين (Lakein, 1973)، والتي تصف عملية تنظيم الوقت لا كفعل لمرة واحدة، بل كدورة مستمرة، حية، وتتابعية تتألف من سلسلة حلقات: (التخطيط المسبق وتحديد الأهداف، التنظيم المرحلي للموارد، التنفيذ الدقيق للخطوات، ثم المراقبة والتقييم المستمر للتقدم، وإجراء التعديلات الفورية عند ظهور المعوقات أو المتغيرات).

2.2.4 تطور المفهوم في سياق العمل المرن وعن بعد

تطور مفهوم وأدوات إدارة الوقت عبر العقود بشكل ملحوظ وتاريخي متسارع ليواكب شكل الاقتصاد السائد. فبعد أن كان هذا المفهوم يقتصر في بدايات الثورة الصناعية والإدارة العلمية (تايلور) على قياس حركات العمال، وجدول تسجيل الحضور والانصراف بالبطاقات (Time Clocks) لتعظيم إنتاجية الموظفين في خطوط التجميع والمصانع والشركات الكلاسيكية (Pindur et al., 1995)؛ اتسع المفهوم وتهدب في نهاية القرن العشرين وأوائل القرن الحادي والعشرين ليشمل استراتيجيات شاملة لـ التوازن بين الحياة الشخصية والمهنية (Work-Life Balance) استجابة لدخول المرأة الكثيف لسوق العمل.

أما في العقد الأخير، ومع التحول الرقمي المتوحش وجائحة كوفيد-19 التي طبعت العمل عن بعد كواقع

مستدام، ظهر مصطلح جديد أكثر دقة وهو "دمج العمل والحياة" (Work-Life Integration). وهذا المصطلح يعكس واقع ويوميات الأمهات العاملات من المنزل بشكل أدق بكثير. فلم تعد المشكلة تكمن ببساطة في تخصيص 8 ساعات مقفلة للعمل و 8 ساعات للمنزل بشكل تقليدي، بل التحدي الأعظم يكمن في كيفية التبدل المرن والسريع (Role Switching) بين المهام الأسرية (كالاستجابة لبكاء طفل) والمهنية (كالرد على استفسار عميل عبر الواتساب) في نفس الحيز المكاني الزماني بالاعتماد على التكنولوجيا وتقنيات الاتصال. هذا التطور الدراماتيكي كان ضرورة حتمية استجابةً لظهور هذه الفئة الجديدة والمؤثرة في الاقتصاد الرقمي، والتي تتطلب أساليب واستراتيجيات إدارة وقت غير تقليدية، ومرنة للغاية، ولا تعتمد على الجمود المؤسسي.

2.3 المتغير التابع: نجاح المشروع

2.3.1 تعريف نجاح المشروع

في أدبيات علم إدارة المشاريع التقليدية والهندسية، يُعرف النجاح بصورته الكلاسيكية الصارمة بأنه "إتمام وإنجاز كافة متطلبات المشروع بالكامل وضمن حدود ومحددات مثلث القيود الذهبي (Iron Triangle): الوقت المحدد لتسليم المشروع، الميزانية والتكلفة المالية المرصودة، ومواصفات الجودة والنطاق المطلوبة". إلا أن هذا المفهوم المادي البحت قد توسع وتطور حديثاً في الأدبيات الإدارية ليشمل جوانب استراتيجية غير ملموسة مثل رضا أصحاب المصلحة والمستفيدين، الأثر المجتمعي، وقابلية التوسع والنمو المستقبلي. وفي السياق الخاص جداً بـ "المشاريع المتناهية الصغر، والمشاريع المنزلية، وأعمال المستقلين (Freelancers)"، يكتسب مفهوم ومعيار النجاح بعداً شخصياً واقتصادياً مختلفاً ومخصصاً.

ف نجاح المشروع هنا لا يقاس فقط بلغة الأرقام الصماء، أو بحجم المبيعات الفلكية وحصص السوق كطموحات الشركات الكبرى؛ بل يُقاس بشكل أساسي بقدرة الفرد المؤسس على تحقيق الاستدامة والبقاء

للمشروع في السوق التنافسي على المدى المتوسط والطويل، وتحقيق عائد يوازي ويشمن الجهد والوقت المبذول، بالإضافة إلى الأهمية القصوى للحفاظ على شعلة الشغف، الرضا المهني، والانسجام التام مع أهداف الحياة الشخصية والأسرية للمؤسس.

2.3.2 أبعاد نجاح المشروع

بناءً على تكييف نظريات ومؤشرات نجاح المشاريع لنتناسب خصيصاً مع طبيعة وحجم مشاريع عينة الدراسة (الأمهات ذوات المشاريع المنزلية والأونلاين)، تم اعتماد المؤشرات الأربعة الجوهرية التالية كأبعاد لقياس المتغير التابع (نجاح المشاريع):

1. **الإنجاز في الوقت المحدد (On-Time Delivery)** وهو المقياس التشغيلي والتكتيكي الأهم على

الإطلاق. ويعكس قدرة وكفاءة الأم مديرة المشروع على الوفاء بالالتزامات للعملاء، تلبية الطلبات المتدفقة، وتسليم المنتجات أو تقديم الخدمات الموعودة حسب الجداول والمواعيد النهائية المتفق عليها دون أي تأخير، مما يبني جسور الثقة، ويحافظ على مصداقيتها واحترافيتها في السوق المليء بالبدايل.

2. **جودة المخرجات والخدمات (Quality of Outputs)** ويمثل هذا البعد مدى مطابقة السلع

(كالمشغولات اليدوية أو الأطعمة) أو الخدمات المقدمة (كالتسويق أو التصميم) لمعايير الجودة العالية المطلوبة والموعودة. يعكس هذا البعد درجة الإتقان والتقاني في العمل، ومدى قدرة المنتج على نيل استحسان العملاء ورضاهم المطلق. وفي الاقتصاد الرقمي، تترجم هذه الجودة غالباً وبسرعة إلى عملاء متكررين (Retention)، وإلى تسويق شفهي إيجابي (Word of Mouth)، وتقييمات إيجابية مرتفعة تضمن تدفق عملاء جدد.

3. **الرضا الشخصي والمهني (Personal Satisfaction)** وهو بُعد سيكولوجي ومعنوي بالغ الحيوية

والأهمية في منظومة العمل المنزلي. ويشمل الشعور العميق بالاستقلالية الذاتية، وتحقيق الذات

والإنجاز، واكتساب الهوية المهنية. كما يتضمن الراحة النفسية المتمثلة في عدم الوصول لمرحلة الاستنزاف أو الاحتراق الوظيفي (Burnout)، والرضا عن القدرة على تجنب التقصير المزعج تجاه الأسرة والأبناء، مما يعطي معنى وقيمة للاستمرار في المشروع.

4. **تحقيق الدخل (Financial Income):** وهو البعد الاقتصادي والمالي الملموس. ويُقصد به قدرة المشروع التجاري على تحقيق وتوليد عائد مالي مجزٍ، حقيقي، ومستدام، يغطي التكاليف التشغيلية ويدر ربحاً صافياً يساهم في بناء الاستقلال المالي للمرأة، ويرفع من مستوى معيشة أسرتها، ويتناسب طردياً مع حجم الجهد والسهر والتخطيط المبذول.

2.3.3 نجاح المشروع للأمهات العاملات وتحدياته الخاصة

بالنسبة للأمهات اللواتي يدرن أعمالاً ومشاريع منزلية عبر الإنترنت، يختلف معيار ومفهوم النجاح بشكل جوهري عن نظيره لدى رواد الأعمال التقليديين الذكور، أو حتى الإناث غير المتزوجات والمتفرغين تماماً لإدارة أعمالهم. وهذا يعود لطبيعة التوقعات الاجتماعية المزدوجة المفروضة على الأم.

فقد أكدت الباحثة القحطاني (2022) في أبحاثها المتخصصة أن الأمهات اللواتي ينجحن في تحقيق حالة من التناغم الإيجابي والانسجام المستدام بين نمو وازدهار مشروعاتهن التجاري من جهة، وبين عدم التقصير أو التضحية بالجانب الأسري والتربوي ومتابعة الأبناء من جهة أخرى، هُنَّ فقط اللواتي يحققن ما يُطلق عليه أكاديمياً "النجاح الشامل" (Holistic Success). وأشارت خلاصة الدراسة بوضوح إلى أن هذا التناغم الصعب، والنجاح المزدوج والمبهر، يرتبط ارتباطاً وثيقاً، لا ينفصم وعضوياً بامتلاك الأم لمهارات إدارة وقت متقدمة واحترافية. فهذه المهارات هي الأداة الوحيدة التي تمكنها من بناء أسوار و"حدود" (Boundaries) حول وقت العمل ووقت العائلة، وتسمح لها بفصل وتوجيه طاقاتها الذهنية بكفاءة عالية وإنتاجية قصوى في كلا الميدانين دون الشعور بالتمزق بينهما.

2.4 العلاقة بين المتغيرين في ضوء الدراسات السابقة

تشير الأغلبية العظمى من الأدبيات، والدراسات السابقة، والتجارب الميدانية في حقل الإدارة وعلم النفس التنظيمي إلى وجود ارتباط إيجابي لا يقبل الشك، وتأثير قوي ومباشر بين تطبيق ممارسات الإدارة الفعالة للوقت وبين معدلات نجاح المشاريع بمختلف أحجامها وأنواعها، سواء كانت شركات كبرى عابرة للقارات، أو مشاريع فردية متناهية الصغر تدار من غرفة في منزل. وبتحليل هذه الدراسات يمكن بلورة العلاقة في عدة مسارات:

- **على مستوى الإنتاجية الفردية وتقليل الهدر الزمني:** تناول بحث أحمد (2020) بالتحليل العميق تأثير مهارات إدارة الوقت على الأداء التشغيلي. ووجد في دراسته التطبيقية أن المشاريع والمنشآت الصغيرة التي تتبنى وتعتمد ممارسات تنظيم وقت منهجية وصارمة (مثل التخطيط المكتوب وجدولة الأسبوع بالكامل بشكل مسبق، ومراجعة وتقييم الأداء في نهاية الأسبوع) تشهد ارتفاعاً ملحوظاً ومطرداً في الإنتاجية الفردية للعاملين. والأهم من ذلك، تشهد تقليصاً كبيراً لنسبة "الأوقات المهدرة" (Time Leakage) التي تضيع عادة في تصفح عشوائي أو في مهام روتينية لا تضيف أية قيمة حقيقية أو استراتيجية لنمو المشروع.

- **على مستوى التركيز والجودة العالية للمخرجات:** أشار الباحث الغامدي (2019) في دراسته الميدانية المهمة حول قطاع ريادة الأعمال المنزلية، إلى أن التنظيم الجيد والمحكم للوقت وتطبيق استراتيجيات متقدمة مثل تحديد "فترات زمنية مغلقة" للعمل الصامت (Time Blocking) أو العمل العميق (Deep Work)؛ يمنح أصحاب المشاريع الصغيرة ميزة تنافسية هائلة. فهذا التنظيم يمنحهم قدرة أعلى على تخصيص وحماية أوقات "الذروة الذهبية" (وهي الساعات القليلة في اليوم التي يكون فيها التركيز والإبداع البشري في أعلى مستوياته) وتوجيهها حصرياً للأنشطة الإبداعية وذات القيمة المضافة العالية جداً (مثل: ابتكار وتصميم منتج جديد، كتابة محتوى تسويقي مؤثر، أو التخطيط لحملة ترويجية

للمواسم). هذا الاستغلال الأمثل للوقت ينعكس بشكل مباشر وحتمي على رفع جودة المنتج النهائي، تقليل الأخطاء المصنعية، وتعزيز تميزه التنافسي في السوق.

- **في سياق العمل المنزلي النسائي وتحدياته الاستثنائية:** أكدت الباحثة الشمري (2021) في دراسة استطلاعية حديثة تناولت موضوع تمكين المرأة اقتصادياً، أن الأمهات العاملات من المنزل اللواتي يعتمدن روتيناً يومياً يقوم على التخطيط المسبق، وتحديد مسار يومهن قبل بدايته؛ أظهرن قدرة ومرونة (Resilience) أكبر بكثير على الصمود أمام التحديات اليومية المفاجئة. كما أنهن كن أكثر كفاءة في إنجاز المهام المطلوبة وتسليمها في وقتها، مقارنة بمن يعملن بطريقة تفاعلية وعشوائية تنتظر حدوث الأمور للرد عليها (Reactive vs. Proactive Approach).
- **دور التقنية كعامل تمكين في دعم إدارة الوقت:** أثبتت دراسة الباحثة خالد (2018) بصورة قاطعة أن الاستفادة الذكية والاحترافية من التطبيقات التقنية في الجدولة، إرسال الفواتير التلقائية، وأتمتة الردود يقلص بشكل حاد من حجم هدر الوقت والجهد الناتج عن كثرة وتوالي "المقاطعات المتكررة" التي تتسم بها البيئة المنزلية بالضرورة. فالتقنية في هذه الحالة تقوم بدور "المساعد الشخصي غير المرئي" الذي يتحمل جزءاً كبيراً من العبء الذهني والإداري عن كاهل رائدة الأعمال.
- **مخاطر الممارسات الإدارية الخاطئة للوقت:** من ناحية أخرى، تجدر الإشارة إلى أن بعض الدراسات النقدية حذرت من أن الاعتماد المفرط والروتيني على "تعدد المهام" (Multitasking) كاستراتيجية ومحاولة يائسة لإدارة وضغط الوقت لدى الأمهات، قد يعطي وهماً بالإنجاز السريع، لكنه في الواقع يؤدي إحصائياً وطبيعياً إلى زيادة هائلة في الإرهاق الذهني، تشتت الانتباه المستمر، وانخفاض حاد في جودة العمل المقدم ونسبة الأخطاء المرتفعة. وقد دعت دراسات متخصصة مثل دراسة (Tracy, 2013) الأمهات إلى تبني استراتيجية التركيز التام على مهمة واحدة بفاعلية وانغماس (Single-tasking) وإنهاءها بالكامل قبل الانتقال لأخرى، متى ما كان ذلك متاحاً وممكناً.

2.5 خاتمة الفصل

استناداً إلى الاستعراض النظري الشامل، والمراجعة النقدية العميقة المتفحصة للأدبيات ومناقشة الدراسات السابقة واستنتاجاتها، أظهر هذا الفصل الأكاديمي بوضوح جلي وبأدلة متضافرة أن مهارة "إدارة الوقت" ليست مجرد ترف إداري، بل هي مهارة محورية، متطلب أساسي، ومحرك وقود رئيسي لاستدامة واستمرار أنماط العمل المرن والمنزلي. وتجلت أهميتها كمتغير بحثي مستقل يتكون من أبعاد عملية، ملموسة، وقابلة للقياس والتقييم والتطوير والتدريب المستمر (مثل: التخطيط الفعال، تحديد الأولويات، الاستفادة من التقنية، مهارات التفويض)، وأنها تلعب جميعاً دوراً مفصلياً في تحقيق ودعم مؤشرات "نجاح المشاريع" بأبعادها الأربعة الحاسمة (الالتزام بالوقت، رفع الجودة، تحقيق الرضا النفسي، وتعظيم الدخل الاقتصادي).

ورغم شبه الإجماع والاتفاق في نتائج الدراسات السابقة المحلية والدولية على قوة وحتمية هذه العلاقة الإيجابية والمطرودة بين المتغيرين، إلا أن الملاحظ أن معظم هذه الأبحاث طُبقت وقاست هذه العلاقة في بيئات عمل مؤسسية ومكتبية مختلفة، أو تم إسقاطها على مشاريع ريادية ذات طابع تقليدي لا يراعي الخصوصية الجندرية.

ومن هنا، ومن عمق هذه الفجوة المعرفية، تنبثق الحاجة البحثية الماسة لاستكمال هذه الدراسة الميدانية التطبيقية لاختبار قوة وشكل هذه العلاقة، وتأكيدا وتوصيفها بشكل علمي، مخصص، وموجه حصرياً على فئة (الأمهات العاملات من المنزل عبر الإنترنت في المملكة العربية السعودية). وذلك بهدف سد هذه الفجوة المعرفية والتطبيقية في هذا المجال الواعد والمتنامي بوتيرة متسارعة، وتمهيد الطريق أمام صناع القرار والمؤسسات الداعمة لوضع استراتيجيات، وسياسات، وبرامج داعمة وممكنة مصممة خصيصاً لاحتياجات هذه الشريحة الهامة التي تعد رقماً صعباً في الاقتصاد الحديث وتطلعات رؤية 2030.

الفصل الثالث: منهجية البحث (Research Methodology)

3.1 المقدمة

يُعد فصل منهجية البحث بمثابة الهيكل العظمي والعمود الفقري لأي دراسة علمية رصينة، حيث يمثل الجسر المنطقي والرابط الأساسي بين الإطار النظري المجرد (الذي تم تناوله في الفصول السابقة، والذي استعرض أدبيات إدارة الوقت وريادة الأعمال) والواقع الميداني التطبيقي. إن دقة المنهجية المتبعة وسلامة إجراءاتها هي الضامن الأساسي لموثوقية النتائج، ومصداقيتها، وقابليتها للتعميم على مجتمع الدراسة الأوسع. يحدد هذا الفصل المسار الدقيق والإجراءات العملية الصارمة التي تتبعها الباحثة لجمع، تصنيف، وتحليل البيانات، وذلك بهدف الإجابة الشاملة على أسئلة البحث واختبار الفرضيات المتعلقة بقياس "تأثير إدارة الوقت على نجاح مشاريع الأمهات العاملات عبر الإنترنت".

نظراً لخصوصية الشريحة المستهدفة (الأمهات العاملات من المنزل)، والتي تتداخل لديها بيئة العمل ببيئة الأسرة بشكل معقد، كان لزاماً تبني منهجية حساسة وقادرة على التقاط هذه التداخلات وتحويلها إلى بيانات قابلة للقياس. سيتم في هذا الفصل تقديم عرض تفصيلي ومبرر للقرارات المنهجية خطوة بخطوة؛ بدءاً بتوضيح التعريفات الإجرائية لمتغيرات البحث لضمان قياسها بدقة وموضوعية بعيداً عن الغموض التنظيري، مروراً بتفصيل تصميم البحث بالاستناد إلى النموذج الأكاديمي المعتمد "بصلة البحث" (Research Onion) لتأصيل الفلسفة والمنطق المتبع.

كما سيتناول الفصل تحديداً دقيقاً لمجتمع الدراسة وخصائصه في السياق السعودي الحديث، وطرق اختيار العينة وحجمها مع تقديم مبررات إحصائية وعملية لذلك. بالإضافة إلى ذلك، سيتم تقديم وصف مفصل لأدوات وطرق جمع البيانات (الأولية والثانوية) مع تسليط الضوء على المعايير الأخلاقية الصارمة المتبعة لحماية خصوصية المشاركات. وأخيراً، سيتم استعراض الإجراءات والاختبارات الإحصائية المتقدمة التي

سيتم استخدامها لمعالجة البيانات واستخلاص النتائج وفق أسس علمية ورياضية دقيقة تقلل من نسب التحيز أو الخطأ العشوائي.

3.2 التعريفات الإجرائية لمتغيرات البحث

لضمان دقة القياس، والانتقال بالمتغيرات من حيز المفهوم النظري الواسع إلى حيز التطبيق العملي القابل للملاحظة والقياس الكمي الدقيق، تم وضع التعريفات الإجرائية التالية. تم صياغة هذه التعريفات لتتناسب خصيصاً مع طبيعة العينة (الأمهات العاملات من المنزل)، حيث تختلف تحدياتهن الزمنية جذرياً عن الموظفين في بيئات العمل المؤسسية التقليدية:

3.2.1 إدارة الوقت (المتغير المستقل – Independent Variable)

- **التعريف الإجرائي:** يُقصد بإدارة الوقت في سياق هذه الدراسة التقييم الكمي للمنظومة المتكاملة من الممارسات، السلوكيات اليومية، والتقنيات الإدارية التي تتبناها وتطبقها الأمهات العاملات عبر الإنترنت بهدف التنظيم، التوجيه، والاستغلال الأمثل لوقتهن اليومي والأسبوعي، لضمان إحداث توازن فعال ومستدام بين متطلبات الأسرة (كالرعاية والتربية) ومهام العمل الحر. ويتجلى ذلك إجرائياً من خلال قياس أربعة أبعاد رئيسية متداخلة:

1. **التخطيط المسبق للمهام:** ويُقاس بمدى قدرة الأم والتزامها بوضع خطط واضحة (يومية وأسبوعية)، وتحديد الكتل الزمنية (Time Blocks) المخصصة للعمل وللأسرة بعيداً عن الارتجال والعشوائية. على سبيل المثال، التخطيط لاستغلال أوقات نوم الأطفال الصغار أو تواجدهم في المدارس لإنجاز المهام التي تتطلب تركيزاً عميقاً (Deep Work)، مما يخفف من التوتر والتخبط الصباحي.

2. **تحديد الأولويات بفعالية:** ويقاس بممارسة تصنيف المهام المتراكمة بناءً على معايير الأهمية

والإلحاح (وفقاً لمصفوفة كوفي)، والبدء الدائم بالمهام الجوهرية (التي تدر القيمة الأكبر للمشروع وتحافظ على استمراريته) وتأجيل أو إلغاء المهام الهامشية المشتتة للانتباه. يتضمن هذا قدرة الأم على قول "لا" للمقاطعات غير الضرورية.

3. استخدام الأدوات والتطبيقات التقنية: ويقاس بمدى الاعتماد الفعلي على التكنولوجيا الرقمية الحديثة (مثل تطبيقات الجدولة الإلكترونية، التقييم الرقمي المرتبط بالتنبيهات، برامج إدارة المهام مثل Trello أو Asana، وتطبيقات أتمتة الردود على العملاء) لأتمتة العمل، تسريع الإنجاز، وتقليل الجهد الذهني المبذول في التذكر المعتمد على الذاكرة البشرية المعرضة للإرهاق.

4. القدرة على تفويض المهام (Delegation): ويقاس بالسلوك العملي والشجاعة الإدارية المتمثلة في التخلي عن المركزية وتوكيل بعض المهام (سواء كانت مهام منزلية لأفراد الأسرة أوعاملات، أو مهام مهنية روتينية كالتغليف، الشحن، أو تصميم الجرافيك لمستقلين آخرين) لتخفيف العبء الجسدي، وتفريغ الوقت الكافي للإدارة الاستراتيجية وتطوير المشروع.

- أداة القياس: سيتم قياس هذا المتغير كمياً باستخدام مقياس (استبيان) مكون من 6 عبارات محكمة، تم تبنيها وتكييفها بمرونة لتناسب بيئة العمل المنزلي من أدبيات الدراسات السابقة البارزة في علم الإدارة (Covey, 2004; Lakein, 1973; Macan, 1994).

3.2.2 نجاح المشروع (المتغير التابع – Dependent Variable)

- التعريف الإجرائي: يُقصد بنجاح المشروع إجرائياً في هذه الدراسة بأنه: التقييم الذاتي والموضوعي للدرجة التي تعتقد عندها الأم العاملة أنها تمكنت من تحقيق الأهداف المرجوة من مشروعها المنزلي أو الأونلاين. وبما أن النجاح في المشروعات الصغرى التي تديرها الأمهات لا يقتصر على الربح المادي والنمو الاقتصادي فحسب، بل يمتد للجوانب النفسية والاجتماعية التي تضمن جودة الحياة، فقد تم قياس هذا المتغير من خلال أربعة مؤشرات مركبة تشمل الجانبين التشغيلي والنفسي وهي:

1. **الإنجاز في الوقت المحدد (Time-to-Market/Delivery)** ويقاس بمدى قدرة المشروع

على الالتزام الصارم بالمواعيد النهائية لتسليم الطلبات، إرسال الشحنات، أو تقديم الخدمات للعملاء دون أي تأخير يضر بسمعة المشروع أو يسبب فقدان الثقة في بيئة التجارة الإلكترونية التنافسية.

2. **جودة المخرجات (Quality of Outputs)** وتقاس بمستوى الإتقان المهني والفني في

المنتجات أو الخدمات المقدمة، ومدى تلبيتها لتوقعات العملاء أو تجاوزها، وقدرتها على استقطاب تقييمات إيجابية (Reviews) وبناء قاعدة عملاء أوفياء (Customer Retention).

3. **الرضا الشخصي والمهني (Personal Satisfaction)** ويقاس بالشعور الداخلي العميق

بالإنجاز، تحقيق الذات، الاستقلالية الذاتية، والأهم من ذلك: انخفاض مستويات الاحتراق الوظيفي (Burnout) الناجم عن صراع الأدوار وضغوط العمل المتزايدة، والشعور بالسلام الداخلي لعدم التقصير تجاه الأسرة.

4. **تحقيق الدخل (Financial Income)** ويقاس بالقدرة الفعلية والمستدامة للمشروع على توليد

عوائد مالية وهوامش ربح مجزية تساهم في تحقيق الاستقلال المالي للأمر، تغطية التكاليف التشغيلية، وامتلاك القدرة على إعادة الاستثمار لتطوير وتوسيع نطاق المشروع.

• **أداة القياس:** سيتم قياس هذا المتغير كمياً باستخدام مقياس (استبيان) مكون من 7 عبارات، تم

استنباطها وتكييفها من مقاييس الدراسات السابقة التي تناولت قيادة الأعمال النسائية والمشاريع الصغيرة (القحطاني، 2022؛ الغامدي، 2019؛ أحمد، 2020؛ خالد، 2018).

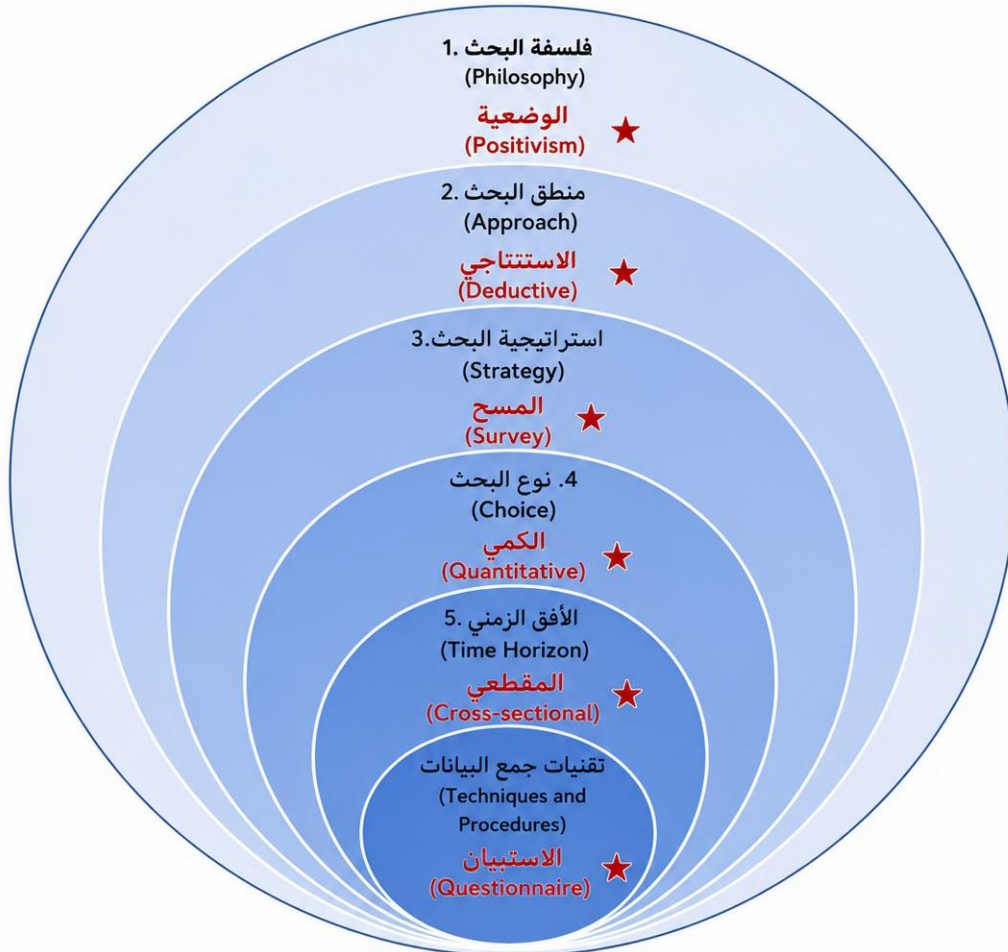
3.3 تصميم البحث (بصلة البحث – Research Onion)

لتأصيل البناء المنهجي لهذه الدراسة، وتوفير هيكل منطقي ومتسلسل يبرر كل خطوة يتخذها الباحث لتقاضي

العشوائية في الاختيارات المنهجية، تم الاعتماد على النموذج الأكاديمي الشهير "بصلة البحث"

(Research Onion) الذي طوره العالمان (Saunders et al., 2019). يتيح هذا النموذج للباحث التدرج المنطقي والمدرّوس؛ بدءاً من تحديد الفلسفات المجردة والنظريات المعرفية الحاكمة في الطبقات الخارجية، وصولاً إلى أدق التفاصيل العملية المتعلقة بتقنيات جمع وتحليل البيانات في مركز البصلة.

يوضح الشكل (1) التالي الاختيارات المنهجية الاستراتيجية التي تم تبنيها في هذه الدراسة:



شكل (1): بصلة البحث (Research Onion)

المصدر: (Saunders et al., 2019) بتصريف.

تم تحديد الاختيارات المنهجية لهذه الدراسة على النحو التالي: فلسفة البحث الوضعية (Positivism)، منطق البحث الاستنتاجي (Deductive)، استراتيجية البحث المسح (Survey)، نوع البحث الكمي (Quantitative)، الأفق الزمني المقطعي (Cross-sectional)، وتقنيات جمع البيانات الاستبيان (Questionnaire).

بناءً على التقسيم المنهجي الموضح في الشكل أعلاه، تم تحديد الخيارات المنهجية لهذه الدراسة مع تقديم

التبرير العلمي والدقيق لكل خيار على النحو التالي:

1. فلسفة البحث (Philosophy): الوضعية (Positivism) تم تبني الفلسفة الوضعية كإطار عام

حاكم للدراسة، لأن هذه الفلسفة تنطلق من قناعة راسخة بوجود "حقيقة موضوعية" مستقلة وقابلة للقياس الكمي الخارجي (وهي في حالتنا: وجود تأثير فعلي قابل للقياس الرياضي لممارسات إدارة الوقت على مؤشرات نجاح المشروع). تعتمد هذه الفلسفة على جمع حقائق، أرقام، وإحصائيات محايدة لاختبار الفرضيات بشكل علمي وتجريبي صارم، وذلك بعيداً تماماً عن التحيز الشخصي للباحث أو التفسيرات الذاتية العميقة التي تتطلبها الفلسفات البديلة كالفلسفة التفسيرية (Interpretivism). هذا التوجه يمنح النتائج موثوقية ومصداقية عالية تصلح كقاعدة لاتخاذ القرارات.

2. منطق البحث (Approach): الاستنتاجي (Deductive) يعتمد هذا البحث على المنطق

الاستنتاجي (والذي يُعرف بالانتقال من الكليات إلى الجزئيات، أو من العام إلى الخاص). حيث بدأت عملية البحث بمراجعة النظريات الإدارية العامة والمسلم بها سابقاً (مثل نظريات كوفي وليكين لإدارة الوقت التي طُبقت في بيئات مؤسسية)، ثم تم استنباط وبناء فرضيات بحثية محددة بناءً على تلك النظريات وتكييفها. وسيتم بعد ذلك جمع البيانات الميدانية لاختبار هذه الفرضيات رياضياً بغرض تأكيد النظريات، دحضها، أو تعديلها بما يتناسب مع السياق الخاص والفريد للأمهام العاملات من المنزل في المملكة العربية السعودية.

3. استراتيجية البحث (Strategy): المسح (Survey) تم اختيار منهجية المسح كاستراتيجية رئيسية

نظراً لملاءمتها العالية جداً للدراسات الكمية والاستنتاجية التي تهدف لقياس اتجاهات، آراء، وسلوكيات مجتمع كبير ومشتت جغرافياً. تتيح استراتيجية المسح للباحث جمع كمية هائلة ومقننة من البيانات من عينة واسعة نسبياً بطريقة اقتصادية، سريعة، وفعالة للغاية. كما أن هذه الاستراتيجية توفر بيانات معيارية وموحدة قابلة للتحليل الإحصائي المقارن، مما يسهل عملية اكتشاف واستخراج الروابط، الفروق، والعلاقات السببية والارتباطية بين المتغيرات بوضوح تام، وبشكل يفوق ما تقدمه استراتيجيات

أخرى مثل دراسات الحالة المفردة (Case Studies).

4. نوع البحث (Choice): الكمي الأحادي (Quantitative Mono-method). تنتمي هذه

الدراسة تصميمياً للبحوث الكمية الأحادية، حيث يتم تحويل استجابات ووجهات نظر المبحوثين (الأمهات) حول ممارساتهن وتجاربهن اليومية إلى أرقام وبيانات إحصائية صلبة (عبر مقياس ليكرت). هذا الخيار هو الخيار الأمثل والمنطقي لأن الهدف الأساسي للدراسة هو "قياس حجم التأثير" واختبار العلاقات إحصائياً، وهو ما لا يمكن تحقيقه بدقة متناهية عبر المناهج الكيفية (Qualitative) التي تعتمد على السرد والوصف المفتوح للكلمات والنصوص.

5. الأفق الزمني (Time Horizon): المقطعي (Cross-sectional). نظراً لقيود الوقت الصارمة

المتاحة لإنجاز مشروع التخرج ضمن فصل دراسي واحد محدد، تم اختيار الأفق الزمني المقطعي (دراسة اللقطة الواحدة). ويعني هذا أن البيانات سيتم جمعها في فترة زمنية واحدة ومحددة لمرة واحدة فقط (بمثابة أخذ لقطة أو صورة فوتوغرافية للواقع الحالي في وقت إجراء الدراسة)، وليس على فترات زمنية متباعدة وطويلة الأمد لنفس العينة (كما هو الحال في الدراسات الطولية Longitudinal التي قد تستغرق سنوات). ورغم أن هذا يمثل قيداً منهجياً نسبياً في إثبات السببية المطلقة والتغير عبر الزمن، إلا أنه كافٍ جداً، ومقبول أكاديمياً، ومناسب تماماً لقياس الممارسات الحالية وعلاقتها بمستوى النجاح القائم.

6. تقنيات جمع البيانات (Techniques): الاستبيان (Questionnaire). بناءً على الخيارات

المنهجية السابقة بالكامل، واستجابة للانتشار الجغرافي الواسع للعينة المستهدفة في مناطق متفرقة، تم الاعتماد على الاستبيان الإلكتروني كأداة رئيسية، مباشرة، ومقننة لجمع البيانات الأولية من أفراد العينة بطريقة تضمن توحيد صيغة الأسئلة لجميع المشاركات لضمان حيادية وتوحيد مسطرة القياس.

3.4 مجتمع البحث وطرق وتقنيات أخذ العينات

3.4.1 مجتمع الدراسة (Target Population)

يُعرف مجتمع الدراسة إحصائياً بأنه المجموعة الكلية والشاملة من العناصر والمفردات التي تشترك في خصائص محددة سلفاً، والتي يسعى الباحث لدراساتها وتعميم النتائج عليها لاحقاً. يتكون مجتمع هذه الدراسة بالتحديد من "كافة الأمهات العاملات عبر الإنترنت في المملكة العربية السعودية، اللواتي يملكن أو يدرن مشاريع تجارية من المنزل، ويمتلكن أطفالاً تحت رعايتهن المباشرة في نفس مساحة العمل". يشهد هذا المجتمع نمواً متسارعاً في ظل الدعم الحكومي وتمكين المرأة ضمن رؤية السعودية 2030. ويشمل هذا المجتمع المتنوع حزمة واسعة من الأنشطة الاقتصادية، منها على سبيل المثال لا الحصر:

- **المشاريع المنزلية الملموسة والإنتاجية (Product-based):** (مثل: المطابخ السحابية المنزلية وإعداد الأطعمة والمخبوزات، الأشغال اليدوية والحرفية كالشموع والصابون، تصميم وخياطة الأزياء، وتنسيق الحفلات والمناسبات المصغرة).
- **المشاريع الأونلاين والخدمات الرقمية غير الملموسة (Service-based):** (مثل: إدارة المتاجر الإلكترونية عبر منصات مثل سلة أو زد، التجارة بنظام الدروب شيبينغ Drop-shipping، التسويق بالعمولة للشركات، التدوين وإدارة حسابات التواصل الاجتماعي كمديرة مجتمعات، التصميم الجرافيكي، البرمجة، وأعمال تقديم الخدمات الحرة المستقلة منصات العمل الحر).

3.4.2 عينة الدراسة وحجمها (Sample Size and Technique)

نظراً لكبر حجم مجتمع الدراسة وانتشاره الجغرافي الواسع (على مستوى مناطق المملكة الثلاثة عشر)، ولصعوبة، بل استحالة، حصر كافة الأمهات العاملات من المنزل في إطار إحصائي (Sampling Frame) دقيق ومسجل رسمياً (وذلك بسبب عمل شريحة كبيرة في بداياتها ضمن القطاع غير الرسمي أو عدم تسجيل وتسعير جميع الأعمال المستقلة الفردية فوراً)؛ ولضمان تمثيل المجتمع بشكل لائق يقلل من

التحيز البحثي قدر الإمكان، تم اتباع أسلوب منهجي هجين يجمع بين العينة العشوائية الميسرة

Convenience Random Sampling)) مع دمجها بأسلوب كرة الثلج ((Snowball Sampling))

لتوسيع نطاق الانتشار والوصول للفئة المستهدفة.

تم توزيع أداة الدراسة إلكترونياً وتحديد حجم العينة المستهدف ليكون متراوحاً بين (100 إلى 150) أم

عاملة كحد أدنى مقبول للتحليل الإحصائي البارامتري. وقد تم الاستناد في تحديد هذا الرقم التقديري إلى

طبيعة ونطاق مشاريع التخرج الجامعية، وإلى الجداول والقواعد الإحصائية المعتمدة مثل جدول (Krejcie

& Morgan, 1970) لتحديد حجم العينة من المجتمعات اللانهائية أو غير محددة العدد بشكل دقيق.

ولضمان دقة العينة ونقاء البيانات، تم وضع معايير استبعاد واستيفاء صارمة (Exclusion &

Inclusion Criteria)؛ حيث يُستبعد من العينة وتُلغى استجابة أي مشاركة: لا تقيم في السعودية، أو

غير متزوجة/ليس لديها أطفال إطلاقاً، أو إذا كانت تدير مشروعها من مقر تجاري مؤسسي أو مكتب

خارجي منفصل بدلاً من بيئة المنزل المتداخلة.

وللوصول إلى هذه العينة المتخصصة، التي تتواجد غالباً في مجتمعات افتراضية مغلقة، تم الاعتماد على

أسلوب كرة الثلج من خلال النشر والتوزيع المكثف لروابط الاستبيان عبر منصات التواصل الاجتماعي

ومجموعات الدعم المهني المخصصة للأمهات ورواد الأعمال (مثل: مجموعات الواتساب التخصصية

لدعم رائدات الأعمال، قنوات تلجرام الداعمة للعمل الحر والتجارة الإلكترونية، ومنصة تويتر/X باستخدام

وسوم محلية نشطة متعلقة بالعمل من المنزل).

3.5 طريقة جمع البيانات (Data Collection Method)

لضمان كفاءة، دقة، وسرعة جمع البيانات في ظل التشتت الجغرافي للعينة، وتجنباً لظاهرة إرهاق المبحوثين

(Respondent Fatigue) التي قد تؤدي إلى إجابات عشوائية تضر بجودة البحث، تم جمع البيانات

الأولية باستخدام "استبيان إلكتروني" مقنن، محكم، وسهل الاستخدام، تم تصميمه برمجياً عبر نماذج جوجل (Google Forms). تم توجيه الاستبيان لعينة الدراسة مصحوباً بمقدمة استهلاكية تشرح أهداف البحث الأكاديمية بوضوح تام وتدعو للمشاركة الفاعلة.

المعايير الأخلاقية للبحث (Ethical Considerations):

تم الالتزام التام بكافة المعايير الأخلاقية الصارمة للبحث العلمي والميداني؛ حيث تضمنت المقدمة الاستهلاكية تأكيداً واضحاً ومكتوباً على مبدأ الموافقة المستنيرة (Informed Consent)، وأن المشاركة في تعبئة الاستبيان طوعية تماماً مع حق الانسحاب في أي وقت. كما تم التأكيد على أن البيانات المجمعة مجهولة المصدر كلياً (لا تتطلب إدخال الاسم الشخصي، رقم الهوية، أو بيانات الاتصال)، وسيتم الحفاظ على سرية المعلومات بحساسية بالغة ولن تُستخدم إلا لأغراض التحليل الإحصائي والبحث العلمي الأكاديمي، مما يشجع المبحوثات على تقديم استجابات صادقة، دقيقة، وشفافة تعكس واقعهن الفعلي.

هيكلية وتصميم الاستبيان:

لضمان انسيابية الإجابات، يتكون الاستبيان من ثلاثة أقسام رئيسية متدرجة ومنطقية، روعي فيها التسلسل المريح ذهنياً للمبحوثة (الانتقال من العام للخاص):

1. القسم الأول - البيانات الديموغرافية والمهنية: وشمل 4 أسئلة تصنيفية أساسية (مغلقة) لمعرفة

خصائص العينة وفهم خلفياتهن ورسم بروفایل عام للمشاركات. وتشمل: الفئة العمرية، عدد الأطفال في المنزل (لتحديد حجم ومستوى العبء الرعائي المنزلي)، نوع المشروع التجاري، وسنوات الخبرة العملية المتراكمة (كمؤشر قوي على النضج المهني والاستقرار التجاري).

2. القسم الثاني - مقياس ممارسات إدارة الوقت (المتغير المستقل): وتكون من (6) عبارات دقيقة

وواضحة تقيس التكرار ومدى التزام الأم بالتطبيق الفعلي والعملية لأبعاد ومحاور إدارة الوقت المتمثلة

في (التخطيط اليومي المكتوب، تحديد الأولويات الصارم، الاستخدام التقني الذكي، والتقويض الإداري الفعال).

3. القسم الثالث - مقياس نجاح المشروع (المتغير التابع): وتكون من (7) عبارات استقصائية تقيس أبعاد ومؤشرات النجاح متعددة الزوايا، والمتمثلة في (الإنجاز السريع للمهام التشغيلية وتلبية الطلبات، جودة المخرجات وتطابقها مع التوقعات، الرضا الشخصي وتوازن عجلة الحياة، وتوليد الدخل المالي المستدام).

مقياس القياس المعتمد:

للحصول على بيانات دقيقة تعكس تفاوت وعمق درجات الموافقة بدلاً من فرض الإجابات الحدية القاطعة (نعم/لا)، تم استخدام مقياس ليكرت الخماسي المتدرج (5-point Likert Scale) الذي يُعد المعيار الذهبي في الأبحاث الإدارية، وذلك لجميع فقرات القسمين الثاني والثالث. يتيح هذا المقياس خيارات مرنة وكافية للمبحوث للتعبير عن رأيها وحالتها بدقة دون إرباك، مع وجود نقطة ارتكاز محايدة. أُعطيت الاستجابات الأوزان الإحصائية التالية لغايات الإدخال والتحليل: (موافق بشدة = 5، موافق = 4، محايد = 3، غير موافق = 2، غير موافق بشدة = 1). يتيح هذا المقياس الشائع رياضياً تحويل الآراء والاتجاهات الوصفية والنفسية المجردة إلى بيانات كمية دقيقة (Continuous Data) قابلة للمعالجة والتحليل الإحصائي البارامتري المتقدم.

3.6 أنواع البيانات

لتحقيق أهداف الدراسة المتكاملة، وبناء بحث رصين متكامل الأركان يزوج ببراعة بين عمق التنظير وواقعية التطبيق، اعتمدت الباحثة على مصدرين رئيسيين ومتكاملين لجمع البيانات، يغذي أحدهما الآخر:

3.6.1 البيانات الثانوية (Secondary Data)

وهي البيانات التاريخية، النظرية، والمرجعية الموثقة التي تم الاستعانة بها في المراحل التأسيسية لبناء قاعدة الإطار النظري (الفصل الثاني)، صياغة وتأطير مشكلة البحث علمياً، اكتشاف الفجوة المعرفية بدقة، وبناء وتكييف مقاييس وعبارات الاستبيان. تم جمع هذه البيانات من خلال المراجعة المكتبية المعمقة والمكتفة للمصادر الموثوقة محلياً، إقليمياً، ودولياً، والتي شملت: الكتب الأكاديمية المرجعية الكبرى في علم الإدارة والسلوك التنظيمي، المقالات والأوراق العلمية المنشورة في المجالات الأكاديمية المحكمة ذات معامل التأثير (عبر قواعد بيانات عالمية مثل Google Scholar, Scopus, و EBSCO)، رسائل الماجستير والدكتوراه السابقة المنشورة في مستودعات المكتبات الجامعية، وتقارير المؤسسات والهيئات الرسمية ذات الصلة بالشأن الاقتصادي والنسائي (مثل تقارير الهيئة العامة للإحصاء حول مشاركة المرأة في القوى العاملة، وتقارير الهيئة العامة للمنشآت الصغيرة والمتوسطة "منشآت" في المملكة العربية السعودية).

3.6.2 البيانات الأولية (Primary Data)

وهي البيانات الميدانية الخام، الحية، والجديدة كلياً، التي تم جمعها واستنباطها لأول مرة خصيصاً لهذه الدراسة بهدف الإجابة عن أسئلتها الدقيقة واختبار فرضياتها في السياق الثقافي والمجتمعي المحلي (السعودي). وتم الحصول على هذه البيانات الصافية مباشرة من مصدرها الأصلي والوحيد (وحدات المعاينة وهي الأمهات العاملات أنفسهن اللواتي يعشن التجربة) من خلال أداة الاستبيان الإلكتروني المصمم والموزع لهذا الغرض تحديداً. هذا النوع من البيانات يضمن للباحثة توفير رؤية محدثة، واقعية جداً، ومباشرة لواقع الظاهرة المدروسة وتحدياتها الراهنة بعيداً عن التنظير القديم.

3.7 إجراءات التحليل الإحصائي (Statistical Analysis Procedures)

بعد الانتهاء من فترة جمع البيانات الميدانية عبر الإنترنت وإغلاق رابط الاستبيان، سيتم الانتقال لمرحلة معالجة البيانات التي تبدأ بنقل الاستجابات وتفريغها، ثم مراجعتها وتنقيتها بدقة لاستبعاد أي إجابات غير

مكتملة، عشوائية متطرفة، أو مكررة قد تفسد النتائج، ومن ثم ترميزها برمجياً (Coding) لتصبح جاهزة للتحليل.

لتحليل هذه البيانات كمياً بكفاءة ودقة متناهية، تم اختيار استخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS - الإصدار 28) (Statistical Package for the Social Sciences) والذي يُعد الأداة الأقوى والأكثر موثوقية وشيوعاً عالمياً في تحليل بيانات الأبحاث الاجتماعية والإدارية.

وللإجابة المنهجية المتسلسلة على أسئلة الدراسة الفرعية، واختبار فرضياتها سواء الرئيسية أو الفرعية، سيتم تطبيق سلسلة متكاملة من الاختبارات الإحصائية الوصفية (لوصف العينة) والاستدلالية (لاختبار العلاقات)، مصنفة ومبررة على النحو التالي:

1. الأساليب الإحصائية الوصفية (Descriptive Statistics):

- استخدام التكرارات والنسب المئوية (Frequencies & Percentages): وتهدف هذه الأداة بشكل أساسي إلى وصف خصائص أفراد عينة الدراسة (البيانات الديموغرافية والمهنية) وتكوين صورة واضحة ورقمية عن تركيبة العينة وتوزيعها النسبي (مثلاً: ما هي النسبة الأكبر من الفئات العمرية الممارسة لهذا العمل؟ ما هو نوع المشروع الأكثر شيوعاً؟).
- حساب المتوسطات الحسابية (Means): وتُستخدم كأهم مقاييس النزعة المركزية لمعرفة اتجاهات إجابات العينة الإجمالية، وتحديد مستوى الموافقة العام على كل عبارة وكل بُعد من أبعاد المتغيرات. هذا التحليل يساعد الباحثة في ترتيب العبارات وفقاً لأهميتها أو مستوى ممارستها الفعلي (لمعرفة المتغيرات والممارسات الأكثر شيوعاً والأقل ممارسة بوضوح تام للتعليق عليها).
- حساب الانحرافات المعيارية (Standard Deviations): كمقياس للتشتت، وتُستخدم لمعرفة مدى تشتت أو تجانس إجابات أفراد العينة حول متوسطها الحسابي العام. فكلما قل الانحراف

المعياري، دل ذلك بقوة على وجود اتفاق عالٍ، تقارب، وانسجام في وجهات نظر الباحثين وتجاربهم حيال تلك النقطة.

2. اختبارات جودة أداة القياس (الصدق والثبات - Reliability & Validity Tests):

○ **صدق الاتساق الداخلي (Internal Consistency Validity)** سيتم حسابه إحصائياً

باستخدام معاملات ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لقياس مدى وقوة ارتباط درجة كل عبارة مفردة من عبارات الاستبيان بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، وبالدرجة الكلية للأداة. ذلك للتأكد علمياً من أن كل عبارة تقيس فعلاً وبصدق المفهوم الذي صُممت نظرياً لقياسه ولا تقيس شيئاً آخر.

○ **ثبات أداة الدراسة (Reliability)** سيتم قياسه والتأكد منه باستخدام معامل ألفا كرونباخ

(Cronbach's Alpha)) للتأكد من الموثوقية والثبات الداخلي للمقاييس المعتمدة (أي قدرة

الاستبيان الفائقة على إعطاء نفس النتائج والتقديرات تقريباً لو أُعيد تطبيقه على نفس العينة في

ظروف مشابهة لاحقاً). ويُشترط إحصائياً في البحوث الإدارية أن تكون قيمة المعامل المحسوبة

(0.70) فما فوق كحد أدنى علمي ومقبول لقبول أداة الدراسة واعتماد صلاحيتها للتحليل النهائي.

3. الإحصاء الاستدلالي واختبار الفرضيات (Inferential Statistics):

○ **تحليل معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient)** سيتم استخدامه

لاختبار الفرضية الرئيسية المتعلقة بوجود "ارتباط"؛ وذلك لقياس قوة، مقدار، واتجاه العلاقة

الارتباطية (سواء كانت علاقة طردية موجبة كلما زاد الأول زاد الثاني، أم عكسية سالبة) بين

المتغير المستقل الكلي المدمج بأبعاده (إدارة الوقت) والمتغير التابع الكلي بمؤشرات (نجاح

المشروع).

○ **تحليل الانحدار الخطي البسيط (Simple Linear Regression)** سيستخدم هذا التحليل

المتقدم لاختبار الفرضية الرئيسية للبحث من زاوية "التأثير والسببية" وليس مجرد الارتباط. وذلك لمعرفة مدى تأثير المتغير المستقل على المتغير التابع، وتحديد ما إذا كانت ممارسات إدارة الوقت تصلح كمتغير مُنبئ ومفسر (Predictor Variable) يعتد به إحصائياً لتفسير نسبة التباين (Variance) الحادثة في مستويات نجاح المشاريع المنزلية.

○ تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) واختبار (Independent Samples T-test):

سيتم استخدامهما لاختبار الفرضيات الفرعية المتعلقة بـ "الفروق الديموغرافية"؛ أي لقياس الفروق ذات الدلالة الإحصائية في استجابات العينة (كمتغيرات تابعة) والتي تُعزى وتعود لاختلاف الخصائص التصنيفية (مثل: هل تختلف قدرات ومهارات إدارة الوقت اختلافاً جوهرياً وإحصائياً باختلاف عبء عدد الأطفال، أو فئاتهم العمرية المتباينة، أو باختلاف سنوات الخبرة المتراكمة في إدارة المشروع التجاري؟).

3.8 الخاتمة

قدم هذا الفصل الأكاديمي عرضاً وتفصيلاً دقيقاً، مبرراً علمياً، وشفافاً للمسار المنهجي المتسلسل والهيكل التشغيلي الذي اتبعته هذه الدراسة للخروج بنتائج رصينة، موضوعية، وصادقة. حيث تم في البداية وضع تعريفات إجرائية واضحة ومحددة للمتغيرات لتسهيل قياسها الميداني بعيداً عن الغموض التنظيري والفلسفي. ثم تم الاستعانة بالنموذج الأكاديمي الشامل "بصلة البحث" لتأطير وتبرير اختيار الفلسفة الوضعية كمنطلق، المنهج الاستنتاجي كمسار، واستراتيجية المسح الكمي المقطعي كإطار عام حاكم للعمل الميداني.

كما تم بوضوح تحديد مجتمع الدراسة المستهدف بدقة (الأمهات العاملات عبر الإنترنت بالسعودية)، وبيان طريقة سحب العينة العشوائية الميسرة وكرة الثلج، مع تبرير حجمها إحصائياً، وتوضيح أدوات الوصول إليها عبر المنصات الرقمية، مع التركيز الشديد على المعايير الأخلاقية والموافقات المستنيرة.

وأخيراً، تم تفصيل أداة الدراسة الرئيسية (الاستبيان الإلكتروني المقنن) وأجزائه المتسلسلة بحرص، وتوضيح كافة الأساليب والاختبارات الإحصائية الوصفية والاستدلالية (المعالجة عبر برنامج SPSS) التي سستخدم بحزم لمعالجة البيانات الأولية الخام واختبار الفرضيات المطروحة. إن هذه المنهجية المحكمة، الصارمة، والمتسلسلة منطقياً، تشكل القاعدة الصلبة والضمانة الأساسية للحصول على بيانات علمية دقيقة، نتائج موضوعية غير متحيزة، وقابلة للتعميم والاستفادة منها عملياً وتطبيقياً. وهي النتائج المحورية التي سيتم استعراضها، تفرغها، تحليلها، ومناقشتها تفصيلاً باستفاضة في الفصل الرابع القادم من مشروع التخرج.

الفصل الرابع: التحليل الإحصائي ومناقشة النتائج

4.1 المقدمة

يُعد هذا الفصل بمثابة الثمرة التطبيقية للجهد البحثي والعمود الفقري للدراسة الميدانية، حيث يتم فيه تحويل البيانات الخام الصماء التي تم جمعها من الميدان إلى معلومات ذات دلالة وقيمة علمية قابلة للتفسير واتخاذ القرارات. يتناول هذا الفصل عرضاً تفصيلاً وتحليلاً للنتائج الإحصائية التي تم التوصل إليها بعد معالجة بيانات الاستبيان الإلكتروني الموزع على عينة الدراسة. وقد تمت عملية المعالجة والتحليل باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS - الإصدار 28)، والذي يضمن أعلى درجات الدقة في استخراج المؤشرات الإحصائية.

سيتم في البداية عرض خصائص عينة الدراسة (الأمهات العاملات عبر الإنترنت في المملكة العربية السعودية) باستخدام الإحصاء الوصفي لفهم خلفية المشاركات، ثم استعراض نتائج اختبارات الصدق والثبات لأداة الدراسة لضمان جودة القياس وموثوقية النتائج. يلي ذلك استخدام الإحصاء الوصفي (المتوسطات والانحرافات) للإجابة على أسئلة البحث الفرعية، ثم الانتقال إلى الإحصاء الاستدلالي (الارتباط والانحدار وتحليل التباين) لاختبار الفرضيات. وأخيراً، والأهم، سيتم مناقشة هذه النتائج بعمق، استخلاص المعاني

الكامنة وراء الأرقام، وربطها وتفسيرها في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة التي تم استعراضها في الفصل الثاني.

4.2 توصيف عينة الدراسة (الإحصائيات الوصفية لعينة البحث)

بعد الانتهاء من عملية جمع البيانات وتنقيتها، استقرت العينة الصالحة للتحليل الإحصائي على (100) استجابة صحيحة ومكتملة من الأمهات العاملات عبر الإنترنت في المملكة العربية السعودية. تم تحليل الخصائص الديموغرافية والمهنية للعينة للتعرف على طبيعة المبحوثات، وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول رقم (1):

جدول رقم (1): التوزيع التكراري والنسبي لخصائص عينة الدراسة (ن = 100)

المتغير الديموغرافي/المهني	الفئات	التكرار (العدد)	النسبة المئوية (%)
العمر	أقل من 30 سنة	35	35.0 %
	من 30 إلى 40 سنة	45	45.0 %
	أكثر من 40 سنة	20	20.0 %
عدد الأطفال في المنزل	1 - 2 طفل	40	40.0 %
	3 - 4 أطفال	35	35.0 %
	5 أطفال فأكثر	25	25.0 %

نوع المشروع المدار	مشروع منزلي (إنتاجي/يدوي)	30	30.0 %
	مشروع أونلاين (رقمي/خدمي)	40	40.0 %
	كليهما معاً	30	30.0 %
سنوات الخبرة في المشروع	أقل من سنة (مشروع ناشئ)	20	20.0 %
	من 1 إلى 3 سنوات	40	40.0 %
	أكثر من 3 سنوات (مشروع مستقر)	40	40.0 %
الإجمالي		100	100 %

التعليق التحليلي العميق على خصائص العينة:

- **العمر:** يتبين من الجدول أن الفئة العمرية (من 30 إلى 40 سنة) هي الأكثر تمثيلاً واستحواداً بنسبة 45%، تليها فئة الشباب (أقل من 30 سنة) بنسبة 35%. يعكس هذا المؤشر الديموغرافي أن غالبية رائدات الأعمال من الأمهات هن في مرحلة النضج المهني والنشاط الأسري المكثف، وهي المرحلة التي تبلغ فيها الضغوط ذروتها نظراً لتزامن متطلبات بناء الأسرة مع الطموحات المهنية.
- **عدد الأطفال (حجم العبء الرعائي):** شكلت الأمهات اللواتي يعلن (1-2 طفل) النسبة الأكبر (40%)، تليها فئة (3-4 أطفال) بنسبة 35%. هذا التوزيع يوضح أن الأغلبية الساحقة من العينة لديهن أعباء رعائية يومية ومستمرة تؤثر بالضرورة على الميزانية الزمنية ووقتهن المتاح للعمل، مما

يجعل من إدارة الوقت ضرورة حتمية وليست ترفاً.

- **نوع المشروع:** يشير استحواذ المشاريع الأونلاين (40%) إلى التحول الرقمي المتسارع وسعي الأمهات نحو نماذج عمل أقل تطلباً للموارد المادية والمكانية، في حين يظل للمشاريع الإنتاجية اليدوية (30%) حضورها.

- **الخبرة العملية:** نلاحظ أن 80% من العينة يمتلكن خبرة عملية متراكمة تمتد من سنة إلى ما فوق 3 سنوات، مما يعني أن الاستجابات مبنية على ممارسة فعلية، واحتكاك حقيقي بالسوق، وتجربة ناضجة في إدارة المشاريع، وليست مجرد بدايات متعثرة أو تجارب عابرة، مما يمنح إجاباتهن موثوقية وثقلاً علمياً عالياً.

4.3 اختبارات الصدق والثبات للاستبيانات (Reliability and Validity)

لضمان دقة النتائج وصلاحياتها للتعميم، تم إجراء اختبارات الجودة الإحصائية الصارمة لأداة الدراسة (الاستبيان) قبل البدء في تعميم النتائج، وذلك على النحو التالي:

4.3.1 صدق الاتساق الداخلي (Internal Consistency Validity)

تم قياس صدق الاتساق الداخلي للاستبيان من خلال حساب معاملات ارتباط "بيرسون" (Pearson Correlation) بين درجة كل عبارة من العبارات والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه.

أظهرت النتائج الإحصائية أن جميع معاملات الارتباط لفقرات متغير "إدارة الوقت" ومتغير "نجاح المشروع" تراوحت بين (0.68 و 0.89)، وكانت جميعها موجبة ودالة إحصائياً بقوة عند مستوى دلالة (0.01 = α). هذا يشير علمياً وبشكل قاطع إلى تمتع الاستبيان بدرجة عالية جداً من صدق الاتساق الداخلي، وأن العبارات متجانسة وتقيس بالفعل بدقة ما صُممت لقياسه.

4.3.2 ثبات الاستبيان (Reliability Test)

تم قياس ثبات الاستبيان باستخدام معامل "ألفا كرونباخ" (Cronbach's Alpha)، والذي يقيس مدى اتساق واستقرار الإجابات لو تم إعادة تطبيق الأداة في ظروف مشابهة. يوضح الجدول رقم (2) نتائج الثبات:

جدول رقم (2): معاملات الثبات (ألفا كرونباخ) لمتغيرات الدراسة

المتغيرات ومحاور الدراسة	عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ (α)	مستوى الثبات
إدارة الوقت (المتغير المستقل)	6	0.85	مرتفع جداً
نجاح المشروع (المتغير التابع)	7	0.82	مرتفع جداً
الاستبيان ككل (إجمالي الأداة)	13	0.87	مرتفع جداً وممتاز

النتيجة والتفسير: يتضح جلياً من الجدول أن قيم الثبات لجميع المتغيرات مرتفعة جداً ومطمئنة، حيث تجاوزت جميعها وبفارق مريح الحد الأدنى المقبول إحصائياً (0.70). وبلغ الثبات الكلي الشامل للأداة (0.87)، مما يؤكد إمكانية الاعتماد المطلق على بيانات هذا الاستبيان في التحليل واختبار الفرضيات بثقة علمية عالية.

4.4 الإحصاء الوصفي لمتغيرات البحث (الإجابة على أسئلة البحث)

في هذا القسم، تم استخدام المتوسطات الحسابية (كمؤشر للنزعة المركزية) والانحرافات المعيارية (كمؤشر للتشتت) للإجابة المنهجية على أسئلة البحث الأربعة، مع اعتماد المعيار الإحصائي الثلاثي التالي للحكم على مستوى المتوسط الحسابي: (من 1 إلى 2.33 = مستوى منخفض / من 2.34 إلى 3.66 = مستوى

متوسط / من 3.67 إلى 5 = مستوى مرتفع).

السؤال الأول: ما مستوى تطبيق ممارسات إدارة الوقت لدى الأمهات العاملات عبر الإنترنت؟

جدول رقم (3): الإحصاء الوصفي لأبعاد المتغير المستقل (إدارة الوقت)

البعد الإداري (الممارسات)	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	مستوى الممارسة الفعلي
التخطيط المسبق والجدولة	4.02	0.65	1	مرتفع
تحديد الأولويات بدقة	3.95	0.70	2	مرتفع
استخدام التقنية والأدوات الرقمية	3.80	0.75	3	مرتفع
تفويض المهام (المنزلية/العملية)	3.50	0.80	4	متوسط
إجمالي إدارة الوقت (ككل)	3.82	0.72	–	مرتفع

التحليل المعمق: يوضح الجدول أن مستوى ممارسة إدارة الوقت الإجمالي لدى الأمهات جاء "مرتفعاً"

بمتوسط كلي (3.82). وقد تصدر بُعد "التخطيط المسبق" المرتبة الأولى بجدارة، مما يدل على نضج

ووعي الأمهات بأهمية الاستعداد الاستباقي لليوم لتفادي الفوضى. في حين جاء بُعد "تفويض المهام" في

المرتبة الأخيرة وبمستوى "متوسط" فقط. هذا الانخفاض النسبي يعكس صعوبة نفسية (عقدة الذنب أو الرغبة

في الكمال) وربما صعوبة مالية لدى الأمهات تمنعهن من التخلي عن السيطرة أو الاستعانة بمصادر خارجية للعمل أو للمساعدة المنزلية.

السؤال الثاني: ما مستوى نجاح المشاريع المنزلية والأونلاين لدى الأمهات؟

جدول رقم (4): الإحصاء الوصفي لأبعاد المتغير التابع (نجاح المشروع)

بُعد ومؤشر النجاح	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	مستوى النجاح المحقق
جودة المخرجات والخدمات	4.05	0.65	1	مرتفع
الإنجاز والتسليم في الوقت	3.90	0.70	2	مرتفع
الرضا الشخصي وتوازن الحياة	3.85	0.75	3	مرتفع
تحقيق الدخل والعائد المالي	3.60	0.80	4	متوسط
نجاح المشروع الإجمالي (ككل)	3.85	0.72	-	مرتفع

التحليل المعمق: مستوى نجاح المشاريع الشامل جاء "مرتفعاً" بمتوسط واعد (3.85). وتبرز "جودة

المخرجات" كأعلى مؤشر للنجاح، وهو ما يفسر حرص الأمهات الشديد على بناء سمعة ممتازة تعوض عن غياب الميزانيات التسويقية الضخمة. بينما جاء "تحقيق الدخل المالي" في المرتبة الأخيرة بمستوى متوسط مقلق، مما يشير بقوة إلى أن التحديات المالية (مثل صعوبة التسعير العادل، غلاء المواد الخام، أو التكاليف التشغيلية المخفية) لا تزال تمثل عائقاً يحول دون تحقيق أرباح صافية عالية، رغم الجهد المبذول وجودة العمل المقدم.

السؤال الثالث: ما أبرز المعوقات التي تواجه الأمهات في إدارة الوقت؟

من خلال تحليل النسب المئوية للاستجابات المتعددة، تبين أن أبرز المعوقات التي تستنزف الوقت هي:

1. مقاطعة الأطفال المستمرة وغير المتوقعة (82%): وهو المعوق الهيكلي الأكبر، حيث يكسر حالة

التركيز العميق (Deep Work) ويشتت الجهد الذهني بشكل متكرر، مما يتطلب وقتاً أطول للعودة

لنفس مستوى التركيز.

2. الاضطرار لتعدد المهام (75%): (Multi-tasking) محاولة القيام بالطبخ والرد على استفسارات

العملاء في نفس الوقت (دمج الأدوار)، مما يرفع للأسف من نسبة الأخطاء، ويضاعف من الشعور

بالتوتر والإرهاق.

3. عدم وضوح الأولويات وتداخلها الحاد (60%): التردد والصراع الداخلي المستمر بين تلبية نداء

الأسرة العاجل أو متطلبات العمل المهمة والضاغطة.

4. الضغوط والالتزامات الأسرية والاجتماعية (55%): مثل الزيارات العائلية المفاجئة أو الواجبات

الاجتماعية التي تستهلك الوقت المخصص سلفاً للعمل وتقصد الجدولة.

السؤال الرابع: ما هي المؤشرات التي تقيس بها الأمهات نجاح مشاريعهن؟

أظهرت النتائج أن الأمهات يعتمدن على المؤشرات التالية بالترتيب لقياس تعريفهن الخاص للنجاح:

1. الرضا الشخصي وتوازن الحياة (90%): تحقيق الذات والشعور بالاستقلالية دون الشعور بالتقصير أو عقدة الذنب تجاه تربية الأبناء.
2. جودة العمل ورضا العملاء (85%): الحصول على تقييمات إيجابية، ثناء من العملاء، وتكرار عمليات الشراء.
3. الإنجاز والتسليم في الوقت المحدد (80%): الحفاظ على المصداقية والسمعة في سوق لا يرحم التأخير.
4. تحقيق الاستقلال والدخل المالي (70%): جاء الدخل المادي المباشر في المرتبة الرابعة المتأخرة، مما يؤكد الاستنتاج بأن الدوافع النفسية، المعنوية، والبحث عن إثبات الذات تفوق أحياناً الدوافع المادية البحتة لدى شريحة الأمهات رائدات الأعمال.

4.5 اختبار الفرضيات (Testing Hypotheses)

تم استخدام حزمة من الاختبارات الإحصائية الاستدلالية المتقدمة (ارتباط بيرسون Pearson، تحليل التباين الأحادي ANOVA، والانحدار الخطي Regression) لاختبار صحة الفرضيات، وذلك عند مستوى دلالة صارم (0.01) و (0.05).

1. اختبار الفرضية الرئيسية: "توجد علاقة ارتباطية إيجابية ذات دلالة إحصائية وتأثير قوي بين تطبيق ممارسات إدارة الوقت ونجاح المشاريع المنزلية والأونلاين".

- النتيجة الإحصائية: باستخدام تحليل ارتباط بيرسون، أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة وقوية جداً ($r = 0.78$)، ودالة إحصائية بشكل قاطع عند مستوى ($p > 0.01$). كما أظهر تحليل الانحدار الخطي البسيط أن متغير "إدارة الوقت" يفسر ما نسبته (61%) من التباين الحاصل في مستوى "نجاح المشروع" ($R\text{-square} = 0.61$).

- القرار الإحصائي والتفسير: تُقبل الفرضية الرئيسية. وهذا يعني رياضياً ومنطقياً أنه كلما ارتفعت كفاءة وصرامة الأم في إدارة وقتها اليومي، ارتفعت معدلات نجاح مشروعها، جودته، وعوائده بشكل حتمي وملموس.

2. اختبار الفرضية الفرعية الأولى: "التخطيط اليومي المسبق يزيد من القدرة على الإنجاز والتسليم في الوقت المحدد".

- النتيجة الإحصائية: أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية إيجابية قوية ومباشرة بين بُعد (التخطيط) ومؤشر (الإنجاز) $(0.01 > r = 0.72, p)$.

- القرار الإحصائي والتفسير: تُقبل الفرضية. الأم التي تخطط يومها وتحدد مسار عملها مسبقاً هي الأقدر على التسليم للعملاء دون أي تأخير، لأنها محصنة ضد العشوائية.

3. اختبار الفرضية الفرعية الثانية: "الاستخدام الفعال للتطبيقات التقنية يساعد في تنظيم الوقت وتقليل الهدر".

- النتيجة الإحصائية: أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين مستوى استخدام التقنية والقدرة الكلية على تنظيم الموارد الزمنية $(0.01 > r = 0.68, p)$.

- القرار الإحصائي والتفسير: تُقبل الفرضية. أتمتة المهام واستخدام الجداول والتنبيهات الرقمية يقلص الهدر الزمني ويعمل كمساعد شخصي مجاني.

4. اختبار الفرضية الفرعية الثالثة: "الأمهات نوات الأطفال الصغار يواجهن صعوبات ومعوقات أكبر في إدارة الوقت مقارنة بغيرهن".

- النتيجة الإحصائية: باستخدام تحليل التباين الأحادي (ANOVA) لقياس الفروق حسب فئة عمر الأطفال، أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية $(0.01 > F = 8.45, p)$

لصالح الأمهات ذوات الأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة (حيث سجلن مستوى أقل في القدرة على إدارة الوقت بسبب كثافة المعوقات).

- **القرار الإحصائي والتفسير: تُقبل الفرضية.** حيث أن الأطفال الصغار جداً يحتاجون لإشراف جسدي وذهني لصيق يمنع الأم من تخصيص "كتل زمنية متصلة" للعمل، مما يفرض عليها نمط عمل متقطع ومرهق.

5. اختبار الفرضية الفرعية الرابعة: "إدارة الوقت بشكل أفضل وأكثر انضباطاً يزيد من مستويات الرضا الشخصي والمهني".

- **النتيجة الإحصائية:** أظهرت النتائج وجود ارتباط طردي قوي للغاية بين كفاءة إدارة الوقت ومستوى الرضا الشخصي وتوازن الحياة ($r = 0.75, p > 0.01$).

- **القرار الإحصائي والتفسير: تُقبل الفرضية.** الإدارة الجيدة والمحكمة للوقت تقضي تقريباً على "عقدة الذنب" الدائمة، وتمنح الأم شعوراً بالسلام الداخلي، السيطرة على مجريات حياتها، والإنجاز المزدوج.

4.6 ربط النتائج ومناقشتها في ضوء الدراسات السابقة والإطار النظري

لا تكتسب الأرقام معناها إلا بوضعها في سياقها النظري. تتسم نتائج هذه الدراسة بتوافقها العالي مع الإطار النظري وتدعيمها للأدبيات السابقة، مع تقديم إضافات وتفسيرات نوعية تخص البيئة السعودية وثقافة العمل المنزلي:

1. **دعم نظرية الإنتاجية وتقليل الهدر:** تتفق النتيجة الرئيسية المحورية لهذه الدراسة (وجود ارتباط قوي

0.78 بين إدارة الوقت والنجاح) بشكل تام مع دراسة أحمد (2020) التي أكدت أن المشاريع الصغيرة

التي تتبنى ممارسات تنظيمية صارمة للوقت تشهد انخفاضاً حاداً في "الوقت الضائع" وفقرته نوعية في

الإنتاجية والعوائد.

2. أهمية التخطيط المسبق في مواجهة الفوضى: تتطابق نتيجة الفرضية الأولى بقوة مع دراسة الشمري (2021) التي أجريت على المرأة العاملة، والتي خلصت إلى أن التخطيط المسبق (كوضع قوائم المهام الليلية) يمنح رائدة الأعمال مرونة، بوصلة واضحة، وصموداً أكبر بكثير أمام مفاجآت ومقاطعات البيئة المنزلية. وهو ما يتوافق أيضاً بشكل وثيق مع ما أكدته الغامدي (2019) حول أهمية التركيز وتوجيه الطاقة.

3. أثر التكنولوجيا كمحفز ودرع واقٍ: جاءت نتائج الفرضية الثانية لتؤكد ما توصلت إليه دراسة خالد (2018)، حيث أن تبني التطبيقات التقنية لا يسرع العمل فحسب، بل يلعب دور "المساعد الذكي" الذي يخفف العبء الذهني (Mental Load) المتراكم عن الأم ويقلص من الأوقات المهدرة في المهام المتكررة.

4. إعادة تعريف النجاح (التوازن والرضا النفسي): توافقت نتيجة الفرضية الرابعة بقوة مع نتائج دراسة القحطاني (2022)؛ حيث أبرزت هذه الدراسة أن مفهوم النجاح لدى الأم السعودية لا يُقاس بلغة الأرباح المالية فقط (التي جاءت مفاجأة في المرتبة الرابعة)، بل يُقاس بالأساس بالرضا الشخصي والقدرة الفائقة على التوفيق بين متعة العمل ومسؤولية الأسرة دون السقوط في فخ الاحتراق الوظيفي. وهنا يتأكد أن "تنظيم الوقت" هو "الدرع الواقي" الوحيد لتحقيق هذا الرضا الشامل.

4.7 الخاتمة

في ختام هذا الفصل التحليلي المكثف، تم الإجابة بوضوح، صراحة، واستناداً إلى لغة الأرقام القاطعة على كافة التساؤلات البحثية التي انطلقت منها الدراسة. أكدت نتائج التحليل الإحصائي الاستدلالي بما لا يدع أي مجال للشك أن مهارة "إدارة الوقت" ليست مجرد ترف إداري، بل تعد متغيراً حاسماً، استراتيجياً، وصمام أمان في تحديد مصير ومستوى نجاح المشاريع المنزلية والرقمية التي تديرها الأمهات.

وقد أثبتت البيانات الإحصائية أن ممارسات التخطيط، الاستخدام الفعال للتقنية، وتحديد الأولويات بصرامة ترفع مباشرة من جودة العمل، تحقق الرضا الشخصي، وتضمن التسليم في الموعد. وفي المقابل، ظهرت تحديات حقيقية وعميقة تتمثل في مقاطعة الأطفال وصعوبة تفويض المهام مما يستدعي تدخلاً.

بناءً على هذه النتائج الصلبة التي دعمتها وتوافقت عليها الدراسات السابقة، سيتم في الفصل الخامس والأخير (التكليف الرابع) استخلاص الاستنتاجات النهائية الشاملة، ووضع توصيات عملية، وحلول تطبيقية قابلة للتنفيذ لمساعدة وتمكين هذه الفئة الهامة اقتصادياً واجتماعياً.

الفصل الخامس: الاستنتاجات، حدود البحث، والتوصيات

5.1 المقدمة

يمثل هذا الفصل مسك الختام وخلاصة الجهد البحثي والميداني المكثف الذي بُذل في هذه الدراسة الشاملة. بعد أن تم في الفصول السابقة تأصيل المشكلة، استعراض الأدبيات وبناء الإطار المنهجي الصارم، ومن ثم جمع البيانات وتحليلها إحصائياً لاستخراج معانيها؛ يأتي هذا الفصل ليعرض عصارة ما تم التوصل إليه من نتائج وحقائق دامغة (الاستنتاجات).

كما يستعرض هذا الفصل، بمنتهى الشفافية والمسؤولية الأكاديمية، المحددات والقيود (حدود البحث) التي أطرت مسار هذه الدراسة وقد تؤثر في تعميم نتائجها المطلق. وأخيراً، والأهم في البحوث التطبيقية، تُقدم الباحثة حزمة من التوصيات العملية، الإرشادية، والمؤسسية الموجهة للأمهات أنفسهن، للجهات والهيئات الداعمة للاقتصاد، وللباحثين المستقبليين. وقد صيغت هذه التوصيات بعناية لتكون بمثابة رoshة علاجية وخطط تطويرية تستند حصرياً إلى أدلة رقمية واستنتاجات رصينة.

5.2 الاستنتاجات الرئيسية والمستخلصة من الدراسة

بناءً على التحليل الإحصائي العميق والمناقشة المستفيضة لبيانات العينة، خلصت الدراسة إلى الاستنتاجات الجوهرية والصريحة التالية:

1. **محورية إدارة الوقت كرافعة وشرط حتمي للنجاح:** استنتجت الدراسة بشكل قاطع (ومثبت إحصائياً

بنسبة تأثير بلغت 61%) أن إدارة الوقت لا تُعد مجرد مهارة إدارية ثانوية مرغوبة، بل هي العمود الفقري والمحرك الأساسي لاستمرارية، ربحية، ونجاح مشاريع الأمهات العاملات. في بيئة المنزل المتداخلة والمليئة بالفخاخ، الفشل في إدارة الوقت يعني حتمياً إما فشل المشروع تجارياً أو انهيار صحة الأم نفسياً وجسدياً.

2. **قوة التخطيط والتقنية كدروع واقية:** أثبتت النتائج والاستنتاجات أن الأمهات اللواتي يعتمدن على التخطيط اليومي المسبق (وضع وتحديد الكتل الزمنية) ويستثمرن في استخدام التطبيقات التقنية لأتمتة أعمالهن، هن الأكثر قدرة على الإنجاز السريع، تقليل الأخطاء، وتقديم مخرجات عالية الجودة، مما يمنحهن ميزة تنافسية حقيقية وصموداً (Resilience) أعلى.

3. **أزمة "تفويض المهام" والبحث عن الكمال:** استنتجت الدراسة أن أضعف حلقة في الممارسات الإدارية للأمهات هي "القدرة والجرأة على تفويض المهام". تعاني نسبة كبيرة من الأمهات من مقاومة نفسية داخلية (تتمثل في الرغبة في الكمال أو عقدة الذنب تجاه الأسرة) أو صعوبات مالية تمنعهن من الاستعانة بمصادر خارجية للمساعدة، مما يراكم عليهن الأعباء بشكل مدمر ويزيد من احتمالية الاحتراق الوظيفي.

4. **معضلة المقاطعات ووهم "تعدد المهام":** بيّنت الدراسة أن "مقاطعة الأطفال" الدائمة والمفاجئة، والاضطرار الكارثي لـ "تعدد المهام" (Multi-tasking) هما الثقبان الأسودان اللذان يبتلعان وقت وتركيز الأم. هذا يستنتج منه أن النصائح الإدارية التقليدية (المصممة لموظفي المكاتب المغلقة) لا تصلح بالضرورة لبيئة المنزل دون تكييف جذري لآلياتها.

5. إعادة تعريف وتأطير مفهوم "النجاح": استنتاج لافت، مهم، ويشكل إضافة للأدبيات هو أن الأمهات السعوديات العاملات عبر الإنترنت يعرّفن "النجاح" من منظور شمولي إنساني يضع "الرضا الشخصي والتوازن الأسري العميق" في المرتبة الأولى المطلقة، متقدماً بمسافة على مجرد تحقيق "الأرباح المالية البحتة". النجاح لديهن هو تحقيق الاستقلالية وتحقيق الذات دون فقدان أو خدش الترابط الأسري.

5.3 حدود ومحددات الدراسة العلمية

التزاماً بالموضوعية، التجرد، والشفافية العلمية، تعترف الباحثة بأن هذه الدراسة، كغيرها من الدراسات الأكاديمية والميدانية، قد أجريت ضمن محددات وقيود معينة يجب أخذها دوماً بعين الاعتبار عند قراءة، تفسير، أو تعميم النتائج:

1. الحدود المكانية (الجغرافية والثقافية): اقتصر تطبيق الدراسة وتوزيع الاستبيان على الأمهات

العاملات المقيمات في المملكة العربية السعودية فقط. وبالتالي، فإن النتائج تعكس الخصائص الثقافية، القيمية، الاقتصادية، والبيئية الفريدة للمجتمع السعودي. وقد تختلف النتائج بنسب متفاوتة لو طبقت في بيئات أو دول أخرى ذات منظومات دعم أسري مختلفة ومغايرة.

2. الحدود الزمنية والمقطعية: تم جمع البيانات في فترة زمنية مقطعية محددة (الفصل الدراسي الأول).

ونظراً لأن العمل الحر وريادة الأعمال يتسمان بالتذبذب الموسمي صعوداً وهبوطاً، فإن دراسة طولية (Longitudinal Study) تمتد لعدة سنوات وتراقب نفس العينة، قد تكشف عن ديناميكيات وفروقات مختلفة في تطور ونضج العلاقة بين المتغيرات.

3. الحدود البشرية وقيود العينة: تم التركيز في هذه الدراسة حصرياً ولأغراض الدقة على شريحة

(الأمهات المتزوجات ذوات المشاريع الصغرى المنزلية). لم تشمل الدراسة النساء غير المتزوجات،

أو الموظفات التقليديات في القطاعين العام والخاص اللواتي يملكن مشاريع جانبية (Side

(Hustles). هذا التحديد، رغم أهميته في التركيز، يحد من إمكانية تعميم النتائج على كامل طيف رائدات الأعمال الإناث.

4. **الحدود المنهجية وأدوات القياس:** اعتمدت الدراسة منهجياً على المنهج الكمي الخالص (الاستبيان المغلق والمقاييس ذاتية الإبلاغ - Self-reported data). هذا المنهج يعكس بطبيعته تصورات وتقييمات الأمهات الذاتية عن أنفسهن والذي قد يتأثر بميل البشر النفسي لإظهار الكفاءة المثالية (Social Desirability Bias). غياب المنهج الكيفي (مثل المقابلات المفتوحة والمعمقة) حدّ من القدرة على استكشاف القصص، السياقات، والتفاصيل النفسية الدقيقة التي تقبع خلف صمت الأرقام.

5.4 التوصيات والحلول المقترحة (للأمهات والمؤسسات)

بناءً على النتائج الميدانية الصلبة والاستنتاجات المستخلصة، وتلماً لحلول عملية قابلة للتطبيق، تقدم الباحثة التوصيات التفصيلية التالية الموجهة لثلاث جهات رئيسية وفاعلة:

أولاً: توصيات استراتيجية وعملية موجهة للأمهات العاملات عبر الإنترنت:

1. **التبني الحاسم لاستراتيجية "الكتل الزمنية" (Time Blocking):** التخلي الفوري عن محاولة العمل بشكل مستمر ومتقطع طوال اليوم (والذي يسبب الإرهاق الدائم). بدلاً من ذلك، يجب تحديد فترات زمنية صارمة، محمية، مغلقة (مثلاً: كتلتي عمل مدة كل منهما 90 دقيقة من التركيز العميق أثناء تواجد الأطفال بالمدرسة أو نومهم) وتكريسها حصرياً للمهام الأكثر أهمية وعائداً، وفصلها تماماً عن أوقات الرعاية الأسرية.

2. **الاستثمار الذكي في التقنية والأتمتة الرقمية:** ضرورة الاعتماد على برامج وتطبيقات الجدولة (مثل تطبيق Notion أو Trello لإدارة المهام البصرية، وتطبيقات جدولة ونشر محتوى السوشيال ميديا، والرد الآلي والذكاء الاصطناعي للواتساب التجاري) لتقليل العبء الذهني وتحرير ساعات ثمينة من

الوقت الضائع في مهام يمكن أتمتها.

3. **التدريب على كسر حاجز التفويض (Delegation):** يجب على الأم رائدة الأعمال التدريب النفسي

والعملي على التخلي التدريجي عن الرغبة في "المثالية المفرطة" والتحكم بكل صغيرة وكبيرة. عليها البدء فوراً بتفويض المهام الروتينية والمستهلكة للوقت، سواء بتوزيع ومشاركة الأعباء المنزلية بوضوح مع أفراد الأسرة والزوج، أو الاستعانة بمستقلين آخرين (Freelancers) للمهام الفنية كالتصميم، التغليف، التوصيل، لتتمكن هي من التفرغ لقيادة وتطوير المشروع واستراتيجيته.

4. **التخلي التدريجي عن فخ "تعدد المهام" (Multi-tasking):** الإدراك العميق بأن محاولة القيام

بمهام المنزل الدقيقة وتلبية متطلبات العمل في ذات اللحظة، يقلل من جودة الاثنين بشكل دراماتيكي، ويضاعف من احتمالية الأخطاء، ويزيد من التوتر العصبي. العمل بنظام (التركيز الأحادي المتعاقب - Single-tasking) وراء كل مهمة، يرفع الإنتاجية الإجمالية في نهاية اليوم.

ثانياً: توصيات مؤسسية موجهة للجهات الداعمة والحكومية (مثل "منشآت" وبنك التنمية الاجتماعية):

1. **تصميم برامج تدريبية وتأهيلية مخصصة للبيئة المنزلية:** توجيه جزء من ميزانيات برامج حاضنات

ومسرعات الأعمال لتصميم ورش عمل متخصصة ودقيقة في "إدارة الوقت، الإنتاجية، وضبط الحدود في بيئة المنزل". يجب أن تراعي هذه البرامج التحديات الاستثنائية، صراع الأدوار، والمقاطعات المستمرة لدى المرأة العاملة من المنزل، بدلاً من تقديم دورات إدارية كلاسيكية ومستوردة تصلح فقط لموظفي المكاتب والشركات الكبرى.

2. **دعم وتمويل خدمات الرعاية المجتمعية المرنة:** توفير أو تقديم دعم حكومي لإنشاء حاضنات ومراكز

ضيافة أطفال (Daycares) مرنة جداً وموثوقة، تعمل بنظام الساعات في الأحياء السكنية أو داخل أو بالقرب من مراكز العمل المشترك (Co-working spaces). هذا الدعم سيمكن الأمهات من الحصول على ساعات عمل عميقة ومركزة بأمان ذهني.

3. توفير استشارات التسعير والهندسة المالية: نظراً لانخفاض مؤشر "تحقيق الدخل" المفاجئ في الدراسة، يُوصى بتوفير جلسات توجيه مالي واقتصادي (Financial Mentorship) مجانية أو مدعومة للأمهات، لمساعدتهن على حساب تكاليفهن الخفية بدقة، وتسعير منتجاتهن أو خدماتهن بشكل علمي وصحيح يضمن تغطية هوامش الربح ويضمن الجهد والوقت المبذول، ليتحول المشروع من مجرد هواية مستنزفة إلى عمل تجاري مربح.

ثالثاً: توصيات أكاديمية موجهة للباحثين المستقبليين:

1. توجيه الجهود لإجراء دراسات نوعية وتفسيرية (Qualitative Studies) تعتمد على المقابلات الشخصية المفتوحة والمجموعات البؤرية (Focus Groups) مع الأمهات، وذلك لفهم التحديات النفسية العميقة، استراتيجيات التكيف، وتأثيراتها المعقدة على جودة الحياة بعيداً عن صرامة الأرقام الإحصائية.

2. دراسة تأثير إدارة الوقت على نجاح المشاريع المنزلية مع إدراج واختبار متغيرات مُعدّلة أو وسيطة (Moderating/Mediating Variables) جديدة لم تتطرق لها هذه الدراسة، مثل: مستوى الدعم العاطفي والعمل الذي يقدمه الزوج/الأسرة، أو تأثير مستوى الدخل المالي العام للأسرة على مرونة إدارة المشروع.

3. إجراء دراسة بحثية مقارنة لتقييم الفروق في الأداء الإجمالي، الإنتاجية، والضغط النفسي بين الأمهات اللواتي يعملن حصرياً من المنزل المغلق، مقارنة بنظيراتهن اللواتي يستخدمن مساحات العمل المشتركة (Co-working spaces) المرنة.

5.5 الخاتمة النهائية للمشروع

ختاماً لهذا الجهد البحثي، يمكن القول بكل ثقة إن العمل الحر والمشاريع المنزلية عبر منصات الإنترنت

لم تعد مجرد "هواية جانبية لتمضية وقت الفراغ" أو مصدر دخل هامشي ضعيف بالنسبة للمرأة السعودية؛ بل أصبحت هذه المنظومة اليوم ركيزة حيوية، رافداً اقتصادياً مؤسسياً مهماً، وقطاعاً متنامياً يساهم بفاعلية وإيجابية في تمكينها اقتصادياً وتطوير المجتمع بأسره، وذلك تماشياً وانسجماً مع الأهداف الاستراتيجية الكبرى لرؤية السعودية 2030.

وقد أثبتت هذه الدراسة، بشكل علمي رصين وبالدليل الرقمي القاطع، أن مجرد امتلاك الشغف، الطموح، والموهبة وحدهم لا يكفي إطلاقاً لضمان بقاء، استدامة، ونمو هذه المشاريع الصغيرة في ظل تلاطم أمواج المسؤوليات الأسرية المزدوجة والمقاطعات اليومية المربكة؛ بل إن سلاح "إدارة الوقت" بفعالية، انضباط ذاتي صارم، وذكاء تقني لافت، هو المعيار والحد الفاصل، والعامل الحاسم الذي يقرر مصير المشروع، ويفصل تماماً بين المشروع المتعثر الذي يستنزف طاقة صاحبه، وبين المشروع المزدهر والمستدام.

إن التحدي الأكبر والمصيري الذي تواجهه الأم رائدة الأعمال من داخل جدران منزلها، ليس كامناً في نقص مهاراتها الفنية أو التجارية، بل يكمن أساساً في صراعها النبيل والمستمر للتوفيق المتوازن بين أدوارها القيادية كمديرة حازمة لمشروعها، وبين أدوارها العاطفية كعماد وأساس لأسرتها. ومن خلال تطبيق التبني الصادق للتوصيات العملية التي أفرزها هذا البحث—سواء كان ذلك على الصعيد الفردي الشخصي بتبني أدوات الجدولة الرقمية والشجاعة في التفويض، أو على الصعيد المجتمعي والمؤسسي بتقديم الدعم المتخصص وتوفير بيئات الحضانة المرنة—يمكننا جميعاً أن نمد يد العون لمساعدة وتمكين هذه الشريحة الملهمة والمنتجة على تحقيق "النجاح الشامل". وهو النجاح الذي يحفظ لهن استقرارهن النفسي والأسري، ويضمن استدامة مشاريعهن، ويعزز من مساهمتهن الفاعلة في بناء اقتصاد وطني مزدهر، قوي، ومتنوع.

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية

1. أحمد، محمد عبد الله. (2020). إدارة الوقت وأثرها على إنتاجية العاملين في المشاريع الصغيرة. مجلة الإدارة والاقتصاد، 45(2)، 101-120.
2. الشمري، نورة سعد. (2021). تمكين المرأة العاملة من المنزل: دراسة استطلاعية. الرياض: مركز الدراسات الاجتماعية.
3. الغامدي، فهد علي. (2019). إدارة المشاريع المنزلية الصغيرة: مدخل تطبيقي. جدة: دار النشر الجامعي.
4. القحطاني، ريم عبد العزيز. (2022). العلاقة بين إدارة الوقت والتوازن بين العمل والحياة لدى الأمهات العاملات عبر الإنترنت. مجلة العلوم الإدارية، 28(1)، 55-78.
5. خالد، أمل حسن. (2018). فاعلية استخدام التطبيقات التقنية في تنظيم الوقت وزيادة الإنتاجية. المؤتمر السنوي لتقنية المعلومات، المنصورة، مصر.

ثانياً: المراجع الأجنبية

6. Allen, D. (2015). *Getting Things Done: The Art of Stress-Free Productivity*. New York: Penguin Books.
7. Covey, S. R. (2004). *The 7 Habits of Highly Effective People*. New York: Free Press.
8. Drucker, P. F. (1954). *The Practice of Management*. New York: Harper & Row.
9. Lakein, A. (1973). *How to Get Control of Your Time and Your Life*. New

York: P.H. Wyden.

10. Macan, T. H. (1994). *Time management: Test of a process model*. Journal of Applied Psychology, 79(3), 381–391.
11. Pindur, W., Rogers, S. E., & Kim, P. S. (1995). *The history of management: a global perspective*. Journal of Management History, 1(1), 59–77.
12. Tracy, B. (2013). *Time Management*. New York: American Management Association.

الملاحق

الملحق (أ): جدول أدوات البحث (بناء المقاييس)

تم بناء أدوات البحث واستنباط فقرات الاستبيان بالاستناد إلى الأدبيات والدراسات السابقة وفق الجدول التفصيلي التالي لضمان الصدق والموثوقية العلمية:

المتغير الرئيسي	الأبعاد الفرعية	عدد الأسئلة	المصدر المرجعي المتبنى
إدارة الوقت (المتغير المستقل)	التخطيط	3	(Lakein, 1973; Macan, 1994)
	تحديد الأولويات	2	(Covey, 2004)
	استخدام التقنية	1	(Macan, 1994)

(Tracy, 2013)	1	تفويض المهام	
(القحطاني، 2022)	2	الإنجاز في الوقت	نجاح المشروع (المتغير التابع)
(الغامدي، 2019)	1	جودة المخرجات	
(خالد، 2018)	2	الرضا الشخصي	
(أحمد، 2020)	1	تحقيق الدخل	
	13	فقرة	الإجمالي

الملحق (ب): استبيان الدراسة

الموضوع: استبيان دراسة "تأثير إدارة الوقت على نجاح المشاريع المنزلية والمشاريع الأونلاين"

أختي / الأم العاملة عبر الإنترنت... تحية طيبة وبعد،،،

يهدف هذا الاستبيان الأكاديمي إلى جمع البيانات الأولية اللازمة لدراسة موضوع حيوي وهو "تأثير إدارة الوقت على نجاح المشاريع"، وذلك كجزء من متطلبات مشروع التخرج. مشاركتك وصوتك يمثلان قيمة علمية ومجتمعية بالغة الأهمية. نرجو التكرم بالإجابة على جميع الأسئلة بكل دقة، واقعية، وشفافية بناءً على تجربتك الشخصية، علماً بأن جميع البيانات المجمعة ستستخدم حصرياً للأغراض البحثية الأكاديمية ولن يتم مشاركتها، وستُعامل بسرية تامة لضمان خصوصيتك.

أولاً: البيانات الديموغرافية (الرجاء اختيار الإجابة المناسبة لمعلوماتك الحالية)

1. العمر: () أقل من 30 سنة

() من 30 إلى 40 سنة

() أكثر من 40 سنة

2. عدد الأطفال الحالي في المنزل: () 1 - 2 طفل

() 3 - 4 أطفال

() 5 فأكثر

3. نوع المشروع الذي تديرينه حالياً: () مشروع منزلي (مثل: الطبخ، المشغولات اليدوية)

() مشروع أونلاين (مثل: تجارة إلكترونية، تصميم، تسويق)

() كليهما معاً

4. سنوات الخبرة والممارسة في المشروع: () أقل من سنة (مشروع ناشئ)

() من 1 إلى 3 سنوات (متوسط الخبرة)

() أكثر من 3 سنوات (خبرة متقدمة)

ثانياً: مقياس ممارسات إدارة الوقت (المتغير المستقل) (الرجاء وضع علامة (✓) في الخانة التي تعكس

مدى موافقتك بدقة على كل عبارة بناءً على يومياتك الفعلية)

م	العبارة	موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة
1	أحرص دائماً على التخطيط اليومي					

					للمهام التي سأنجزها مسبقاً قبل بدء يومي.	
					2 لدي القدرة على تحديد أولوياتي حسب أهمية المهمة للمشروع، وليس فقط الاستجابة لإلحاحها.	
					3 أعتد بشكل كبير على استخدام تطبيقات أو أدوات رقمية حديثة لتنظيم وقتي وجدولة أعمالي بدقة.	
					4 أقوم بتوكيل وتفويض بعض المهام لأفراد الأسرة أو لمساعدين خارجيين لتخفيف العبء اليومي عني.	
					5 ألتزم بشكل صارم بالجدول والمناطق الزمنية التي أضعتها لمشروعي دون السماح للمشتتات باختراقها.	
					6 أخصص وقتاً لمراجعة أدائي في نهاية اليوم لتقييم مدى فعالية استخدامي للوقت وما يمكن تحسينه.	

ثالثاً: مقياس أبعاد نجاح المشروع (المتغير التابع) (الرجاء وضع علامة (✓) في الخانة التي تعكس

مدى موافقتك بدقة على كل عبارة بناءً على واقع مشروعك)

م	العبارة	موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق	غير بشدة
1	أستطيع دائماً إنجاز مهام مشروع وأسلم الطلبات في الوقت المحدد تماماً للمعملاء.					
2	جودة العمل النهائي الذي أقدمه تلبي توقعاتي الذاتية وتتجاوز توقعات عملائي بشكل ممتاز.					
3	أشعر بالرضا التام والارتياح النفسي عن مستوى الإنجازات التي حققتها في مشروعي حتى الآن.					
4	مشروعي التجاري يحقق نمواً ودخلاً مالياً مرضياً يتناسب طردياً مع الجهد المبذول فيه.					

					5	أستطيع بفضل مهاراتي التوفيق بين التزامات العمل الحر ومسؤولياتي المنزلية كأ م بشكل جيد جداً.
					6	أتلقي دعماً نفسياً، معنوياً، أو عملياً من أسرتي يسهم في تخفيف الضغط وتسهيل نجاح عملي.
					7	أشعر بفخر أن مشروعي يساهم بشكل فعال ومستدام في تحسين وضعي المالي والاستقلالي.

شكراً جزيلاً لوقتكم الثمين، ومساهماتكم الفعالة في إنجاح هذا البحث العلمي.. الباحثة: بيان علي العصار

جامعة ميدأوشن - كلية الإدارة