

Final Project 1

Code: MGM 496-PMG496

Project Template

Faculty of Management
Midocean University

تأثير الهاتف المحمول على الصحة النفسية والجسدية للأمهات

أسم الطالب

براءة محمد حسن الخطيب

2506504279

مشروع تخرج- 1

كلية إدارة المشاريع- جامعة ميدأوشن

إشراف

د. عبد الرحيم نادر

عضو هيئة التدريس- كلية إدارة المشاريع- جامعة ميدأوشن

2025- الفصل الدراسي

تحية شكر وتقدير

أتقدم بخالص الشكر والتقدير لجامعة ميد أوشن على الجهود المبذولة وعلى ما قدمته لنا من فرص تعليمية قيمة ودعم من أجل التطوير والنمو والأبداع.
وأشكر الدكتور نادر عبد الرحيم على ما قدمه من علم وتوجيه وخبرة.

قائمة المحتويات

أ. العنوان.....	1
ب. تحية الشكر.....	2
ت. قائمة المحتويات.....	3
1. الفصل الأول: الإطار العام للدراسة.....	4
1.1. المقدمة.....	5
2.1. مشكلة الدراسة.....	6
1.2.1. فجوات على المستوى النظري.....	6
2.2.1. فجوات على المستوى التطبيقي.....	6
3.1. أهمية الدراسة.....	7
4.1. أسئلة الدراسة.....	7
5.1. أهداف الدراسة.....	8
6.1. فرضيات الدراسة.....	8
7.1. نموذج الدراسة.....	9
8.1. منهجية الدراسة.....	10
9.1. الدراسة الميدانية.....	10
10.1. مخطط المشروع المقترح.....	11
2. الفصل الثاني: الدراسات السابقة.....	12
1.2. المقدمة.....	13
2.2. المتغير المستقل.....	13
3.2. المتغير التابع.....	13
4.2. العلاقة بين المتغير المستقل والمتغير التابع.....	13
5.2. الخاتمة.....	14
4. المراجع.....	14

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

المقدمة:

في هذا الوقت المعاصر أصبح للهاتف المحمول الجزء الأكبر من حياتنا اليومية في الاتصال والتواصل والترفيه والتسلية والتعليم كذلك العمل عن بعد وإنجاز المهام اليومية والوصول إلى المعلومات. على الرغم من أننا أصبحنا لا نستطيع الاستغناء عن الهاتف إلا أننا لا نستطيع التأثير السلبي الكبير الذي يتركه الهاتف في حياتنا تواجه الكثير من الأمهات صعوبات في عملية التربية والتعليم وتطوير الذات. كشف دراسة أن الأمهات يكرسن ٢٥ من تركيزهن مع أطفالهن وأشارت هذه الدراسة إلى أن تشتيت انتباه الأم وعدم التفاعل (نزي، 2021) الكافي بين الأم والطفل سيكون له عواقب وخيمة على المدى البعيد.

مشكلة الدراسة

العلاقة بين الهاتف المحمول وإنتاج الأمهات على الصعيد النفسي والتربوي.

هناك ما لا يقل عن 80% يستخدمون هواتفهم حتى عندما يقضون وقتاً مع أطفالهم و75% يعترفون بأنهم قد تشتت انتباههم بسبب هواتفهم الذكية ولا يهتمون بالأطفال حتى أثناء وجودهم معهم، في حين أن 5% من الآباء يشعرون أن أطفالهم يجدون صعوبة في الاختلاط مع الأطفال الآخرين في بيئة اجتماعية وأن التجربة الخارجية الشاملة مخيفة، قال 90% من الآباء إن أطفالهم يفتقرون في بعض الأحيان إلى الأخلاق المقبولة والسلوك الاجتماعي.

وكشف التقرير أيضاً أن 69% على الأقل من الآباء يعتقدون أنهم يفقدون علاقتهم بأطفالهم، ومحيطهم عندما يكونون منغمسين في هواتفهم الذكية، ويعترف 74% بالغضب عندما يسألهم أطفالهم عن شيء (شحاته، 2021) ما"

فجوات على المستوى النظري

للهاتف فوائد كثيرة إلا أنه يوجد سلبات كثيرة في الحياة العملية تحدث عنها العديد من الدراسات لاسيما في حياة الأمهات .

فجوات على المستوى التطبيقي

1. على الرغم من وجود الكثير من الدراسات على أهمية الحد من استخدام الهاتف المحمول لدى الأمهات إلا أنه يوجد فجوة كبيرة تعاني منها أغلب الأمهات اليوم تحتاج إلى معالجة.

أن الأمهات يكرسن 25% فقط من انتباههن لأطفالهن الصغار عند تشتيت انتباههم عن طريق الهاتف (شحاته، 2021) الذكي.

ماهي العلاقة بين استخدام الهاتف المحمول والحالة النفسية والإبداعية للأمهات وتأثيرها على الطفل.

أهمية الدراسة

1.1.1. على المستوى النظري: إن إجراء هذه الدراسة أمر ضروري لفهم التحديات والصعاب التي

تواجهها الأم في هذا العصر الرقمي وماله من عواقب وخيمة على صحة الأطفال النفسية وكذلك على الأم وعلاقتها بأطفالها.

يهدف هذا المقترح العلمي إلى دراسة تأثير الهاتف المحمول على الأمهات وما تواجهه من صعوبات نفسية وجسدية من خلال مناقشة هذه العوامل تسعى هذه الدراسة إلى مساعدة الأمهات للحد من الأثر السلبي والسموم الرقمية للهاتف المحمول

1.1.1. على المستوى التطبيقي: إن دراسة تأثير الهاتف الذكي على الأمهات أمر بالغ الأهمية لأنه

يؤثر بشكل كبير على حياة المهن وأدائهن للمهام والواجبات اليومية، وتهدف هذه الدراسة إلى تقديم توصيات ومقترحات وأفكار لتحسين استخدام هذه الأجهزة وتقليل الآثار الضارة.

أسئلة الدراسة

كيف يؤثر استخدام الهاتف المفرط للأمهات على مسؤولياتهم تجاه أطفالهم؟

ما العلاقة بين الاستخدام المفرط للهاتف والصحة النفسية للأمهات؟

كيف يؤثر الهاتف المحمول على التواصل بين الأمهات وأطفالهن؟

كيف يمكن تنفيذ استراتيجيات إدارة الوقت للأمهات للحد من استخدام الهاتف الضار؟

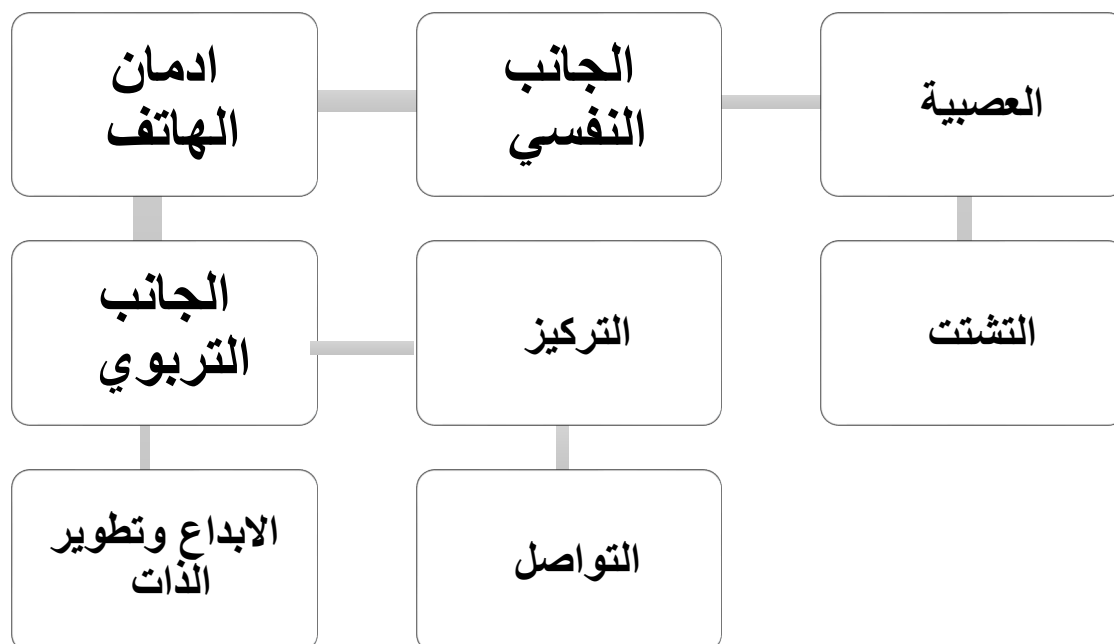
أهداف الدراسة

- تقييم تأثير الهاتف المفرط على الأمهات والأطفال
- التعرف على التحديات والصعوبات التي تواجهها الأمهات في العصر الرقمي
- دراسة تأثير الهاتف على علاقة الأم بالطفل
- تحديد العوامل الرئيسية التي تسبب إدمان الهاتف لدى الأمهات
- تقديم توصيات لتحسين استخدام الهاتف لدى الامهات

فرضيات الدراسة

- توجد علاقة بين الصحة النفسية للأمهات والأبداع والتطوير
- هناك علاقة سلبية بين استخدام الهاتف المفرط والتركيز لدى الأمهات
- توجد علاقة بين استخدام الهاتف المفرط والصحة النفسية للأمهات
- توجد علاقة سلبية بين إدمان الهاتف والدور التربوي للأم

نموذج الدراسة



منهجية الدراسة

فلسفة البحث: تفسيرية

منهج البحث: استقرائي

إستراتيجية البحث: دراسة حالة

اختيار البحث: مختلطة

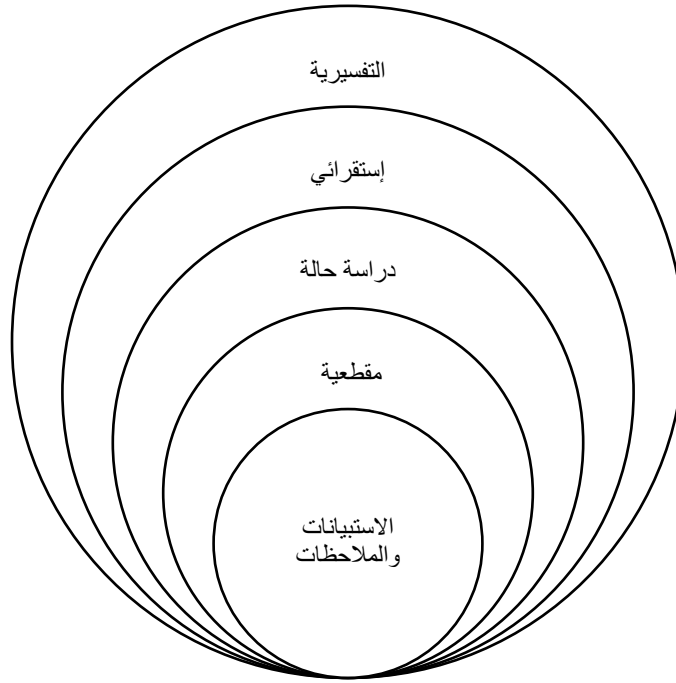
الأفق الزمني: مستعرض

تقنيات تحليل وجمع البيانات: الملاحظات والاستبيانات

الدراسة الميدانية

ركزت هذه الدراسة على دراسة تأثير الهاتف المحمول على مجموعة عشوائية من الأمهات في مدينة الرياض عن طريق الاستبانة.

بصلة البحث



الفصل الثاني: الدراسات السابقة

المقدمة:

المتغير المستقل

ط

المتغير التابع

العلاقة بين المتغير المستقل والمتغير التابع

الخاتمة

قائمة المراجع

شحاته، أ. (2021، 21 ديسمبر) هاتف الذكي يدمر علاقتك بطفلك.. إحصائيات صادمة عن تأثير الهاتف على حياتك الأسرية.. دراسات تكشف طبيعة أضرار استخدامه على نمو الطفل وتحذر الأمهات من النتائج.. و3 تطبيقات ستنظم وقتك أمام الشاشة/ Youm7. [https://www.youm7.com/story/2021/12/21/5588322/](https://www.youm7.com/story/2021/12/21/5588322/5588322) هاتفك-الذكي-يدمر-علاقتك-بطفلك-إحصائيات-صادمة-عن-تأثير-الهاتف/5588322

جمال نازي. (2021، 23 ديسمبر) بسبب الجوال الأم تكرر فقط 25 % من انتباهها للطفل AI . Arabiya. <https://www.alarabiya.net/science/2021/12/23/> بسبب-الجوال-الأم-تكرر-فقط-25-من-انتباهها-للطفل

