

تكليف تطبيقي : علم النفس الإعلامي

الجزء الأول: التحليل الاستراتيجي

الشائعه الافتراضيه:

المشروبات الغازية الخالية من السكر (الدايت) تسبب زيادة وزن والإصابه بمرض السكري بشكل اكبر من المشروبات العادية، بسبب تأثير المحليات الاصطناعيه على مستويات الأنسولين وتخزين الدهون في الجسم.

الجمهور المستهدف:

الأفراد المتبعون للحميات الغذائية (الرجيم)، المهتمون بالرشاقة والصحة العامة، بالإضافة إلى مرضى السكري الذين يبحثون عن بدائل آمنة للسكر. تم استهداف هذه الفئة لأنهم الأكثر تأثراً وقلقاً من الشائعات الصحية التي تمس عاداتهم ونظامهم الغذائي اليومي.

المنصة الرقمية المختارة:

منصة إنستقرام (Instagram)

سبب اختيار المنصة:

تم اختيارها لكونها منصة تعتمد بشكل رئيسي على المحتوى البصري الجاذب؛ مما يتيح استخدام "الإنفوجرافيك" والرسوم البيانية لعرض المقارنات العلمية والحقائق بشكل مبسط وسريع الفهم للجمهور، وهو الأسلوب الأنجح في دحض الشائعات الطبية والصحية مقارنة بالنصوص الطويلة.

الجزء الثاني : المنتج الإعلامي (منشور إعلامي

تنفيذي)

هذا هو النص المخصص للنشر على منصة إنستقرام لدحض الشائعه بأدلة العلمية

عنوان المنشور:

الحقيقة وراء مشروبات "الدايت" هل تسبب السكري وزيادة الوزن؟

محتوى المنشور:

تنتشر شائعة قوية تزعم أن المحليات الاصطناعية في مشروبات الدايت تخدع الجسم وتسبب السمنة والسكري أكثر من المشروبات العادية، ولكن ماذا يقول العلم والطب؟

الحقيقة الأولى (السعرات الحرارية):

زيادة الوزن تحدث عند استهلاك سعرات حرارية أعلى من حاجة الجسم. مشروبات الدايت تحتوي على صفر سعرات حرارية، وبالتالي لا يمكن علمياً أن المحليات الاصطناعية المتعمدة مثل (الأسبارتام) لا ترفع مستويات السكر في الدم ولا تحفز إفراز الأنسولين كالسكر العادي، مما يضعها كخيار آمن (ضمن الحد المعقول) لمرضى السكري.

الخلاصة: مشروبات الدايت أداة مساعدة لتقليل السعرات، والشائعات حولها تفتقر للأدلة العلمية الحقيقية.

الهاشتاقات المقترحة للمنشور:

#علم_النفس_الإعلامي #صحة #وعي_صحي #حقائق_علمية #مشروبات_الدايت

اسم ورمز المساق: DGM 325

مدرس المساق: Dr.Muna Al Mas

عنوان التكليف: إنتشار الشائعات

اسم الطالب: إبتهاى عوض القرني

الرقم الجامعي: 232002654

رقم التكليف /الأسبوع: الأول/ الثالث

الفصل الدراسي والعام الدراسي: المستوى الثامن 2026

نموذج إقرار وتصريح باستخدام أدوات الذكاء الاصطناعي التوليدي (GenAI)
(مخصص لطلبة مساقات د. منى المصري)
أولاً: معلومات عامة وبيانات التكليف

- اسم الطالب الثلاثي:إبتهاال عوض القرني
- الرقم الجامعي: 232002654
- اسم المساق / النشاط: DGM.325
- عنوان التكليف / الواجب: ..إنتشار..المشائعات
- تاريخ التسليم: 4... / 7... / 2026 م
- رقم المحاضرة :...الثالثة

ثانياً: مصفوفة تتبع مراحل العمل ونطاق استخدام الأدوات

يرجى تعبئة الجدول التالي بدقة لتوضيح كيفية توزيع الجهد بين تفكيرك الشخصي والأدوات المساعدة في كل مرحلة من مراحل إنجاز النشاط:

م	مراحل العمل الأكاديمي والنشاط	الموقع / الأداة المستخدمة (ChatGPT, Canva, Claude)	درجة الاعتماد والمساعدة (منخفضة / متوسطة / عالية)	عدد مرات التكرار (عدد المحاولات / Prompts)	طبيعة المساعدة المقدمة وشرح دور الأداة بدقة (تنظيم أفكار، تحسين صياغة، تدقيق، تصميم)
1	مرحلة التخطيط والعصف الذهني توليد أفكار، اقتراح عناوين، هيكلية مبدئية)	ذكاء اصطناعي	متوسطة	محاولتان	المساعدة في اقتراح 3 أفكار شائعة في المجتمع
2	مرحلة البحث وتجميع المادة العلمية (تلخيص نصوص طويلة، فهم مفاهيم معقدة)	جهد شخصي ومصادر خارجيه	منخفضة	0	الاعتماد على الجهد الشخصي والمراجعة الطبية الذاتية لإثبات عدم تأثير المحليات الاصطناعية على الأسولين والسعرات
3	مرحلة الصياغة والتحرير (إعادة صياغة جمل، تنقيح لغوي، ترجمة)	ذكاء اصطناعي	عالية	3 محاولات	المساعدة في صياغة "التحليل الاستراتيجي" وضمن شرط 200 كلمة، وصياغة نص منشور إنستغرام وتدقيقه لغوياً
4	مرحلة الإنتاج البصري أو الإخراج الرقمي (تصميم شعار، إنتاج صور، تنسيق عرض)	جهد شخصي	منخفضة	0	الاعتماد الكامل على الجهد الشخصي في تنسيق الملف وإخراجه، واستخدام خيارات الهاتف الذكي لتحويل المستند إلى صيغة PDF

ثالثاً: التقييم والتحليل النقدي (الزامي)

يرجى الإجابة عن الأسئلة التالية بوضوح لإظهار مهارات التفكير النقدي لديك والمقارنة بين مخرجات الآلة وجهدك الشخصي:

س1: ما هو الأمر أو التوجيه الرئيسي (Prompt) أو السؤال الأهم الذي وجهته للأداة للحصول على أفضل نتيجة؟

- الإجابة: طلب المساعدة في صياغة خطة تحليل استراتيجي وإعداد محتوى إعلامي تنفيذي.....
لدحض شائعة صحيحة (مشروبات الدايت وعلاقتها بالسكري وزيادة الوزن) في مقرر.....
- علم النفس الإعلامي، مع الالتزام بالشرط الأكاديمي ألا تتجاوز الخطة 200 كلمة.....

س2: اذكر خطأ واحداً أو معلومة غير دقيقة أو فكرة قاصرة (Hallucination) قدمتها الأداة وقمت أنت بتعديلها أو تصحيحها بناءً على جهدك ومصادر؟

- الإجابة: قدمت لي الأداة في البداية مسودة مطولة وشاملة للتحليل الاستراتيجي تجاوزت الحد المسموح به من الكلمات (200 كلمة)، وقمت بتعديلها واختصارها يدوياً لتكثيف الأفكار وحذف الحشو، كما راجعت.....
- المصطلحات الظنية للتأكد من دقتها وفلاحتها للمحتوى الأكاديمي المطلوب.....

س3: كيف تظهر بصمتك ورأيك الشخصي المستقل في هذا العمل بعد الاستعانة بالأداة؟ أين تكمن الإضافة الفكرية الخاصة بك؟

- الإجابة: تكمن بصمتي الفكرية في اختيار موضوع الشائعة الصحية الأكثر انتشاراً وتأثيراً في المجتمع، وتجديد منصة (انسيترا) كقناة مستهدفة بناءً على قراءتي لخصائص الجمهور البصري، بالإضافة إلى مراجعة وتعديل الصياغة النهائية للمنشور بأسلوب خاص لضمان تحقيق الهدف النفسي والإعلامي في دحض الشائعة بكفاءة.....

رابعاً: تعهد النزاهة الأكاديمية والمسؤولية الفكرية

"أقر أنا الطالب المذكور أعلاه بأنني المسؤول الأول والأخير عن صحة ومحتوى هذا العمل، وأن دور أدوات الذكاء الاصطناعي لم يتجاوز الدعم المذكور في هذا النموذج. كما أتعهد بأن العمل يعبر عن فهمي الشخصي وصياغتي الفكرية المستقلة، ولم يتم نسخ المخرجات الجاهزة دون فحص أو تدقيق نقدي."

- الطالب إيتيهاال عوض القرني.....
- تاريخ: ...4... / ...7... / 2026 م