رقم البحث :(5)

عنوان البحث باللغة العربية :

تأثير الإرشادات التعليمية على معرفة الأمهات وممارساتهن فيما يتعلق باستخدام وقت مشاهدة الشاشة على الصحة التنمويه لأطفالهن .

ملخص البحث باللغة العربية:

مع التقدم التكنولوجي، أصبحت الأوقات المفرطة أمام الشاشات بين الأطفال الصغار مشكلة واسعة النطاق كما أن لها تأثير سلبي على الصحة. لذلك، من المهم رفع مستوى معرفة الأمهات فيما يتعلق بالوقت الآمن أمام الشاشات . **الهدف من البحث:** هدفت هذه الدراسة إلى تقييم تأثير الإرشادات التعليمية على معرفة الأمهات وممارساتهن فيما يتعلق باستخدام وقت مشاهدة الشاشة على صحة الأطفال التنموية . **طرق ومنـهج ومكان البحث:** تم إجراء بحث شبه تجريبي (مجموعة واحدة قبلي/بعدي ومتابعة) لإجراء الدراسة. نفذت في حضانات محافظة الفيوم. تم استخدام أسلوب أخذ العينات الهادف غير الاحتمالي، والذي تم اختياره على وجه التحديد 120 أمًا وأطفالهن دون سن السادسة **نتائج البحث:** كشفت نتائج الدراسة عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية فيما يتعلق بمعارف الأمهات والممارسات المبلغ عنها ومعالم الصحة التنموية للأطفال بين التقييم القبلى والتنفيذ اللاحق للمبادئ التوجيهية التعليمية وكذلك في تقييم المتابعة مع $P = 0.000$. **خلاصة وتوصيات البحث:** كان تنفيذ الإرشادات التعليمية فعالاً في تعزيز معرفة الأمهات وممارساتهن المتعلقة بوقت مشاهدة الشاشة وفي التخفيف من الآثار السلبية لمشاهدة الشاشة على صحة أطفالهن التنموية لذلك، أوصت هذه الدراسة . أن هناك حاجة إلى برنامج تثقيف صحي مستمر للأمهات حول سلامة التعرض لمشاهدة الشاشة

اسم مقدم البحث **امضاء مقدم البحث**

أ.م.د/ مرفت أمين سيد

المقدمـــــــة:

. يشير وقت مشاهدة الشاشة إلى المدة الإجمالية التي يقضيها الطفل في التفاعل السلبي مع أي جهاز شاشة، على النحو المحدد من قبل منظمة الصحة العالمية (WHO، 2019). وصنفت منظمة الصحة العالمية الاستخدام المفرط لوسائل الشاشات للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 2-7 سنوات على أنه تعرض للشاشات لمدة ساعة إضافية يوميًا. في الواقع، يبدأ الأطفال في استخدام الوسائط في سن مبكرة، وكثيرًا ما تتجاوز مدة استخدام الشاشة الحدود الموصى بها. على الصعيد العالمي، يفشل ما بين 70% و90% من الأطفال دون سن السادسه في الالتزام بالإرشادات الموصى بها بشأن وقت الشاشة

الهدف من الدراسه:

هدفت الدراسة الحالية إلى تقييم إلى تقييم تأثير الإرشادات التعليمية على معرفة الأمهات وممارساتهن فيما يتعلق باستخدام وقت مشاهدة الشاشة على صحة الأطفال التنموية

تصميم البحث: تم إجراء بحث شبه تجريبي (مجموعة واحدة قبلي/بعدي ومتابعة) لإجراء الدراسة.

مكان إجراء البحث: نفذت في حضانات محافظة الفيوم. تم استخدام أسلوب أخذ العينات الهادف غير الاحتمالي، والذي تم اختياره على وجه التحديد 120 أمًا وأطفالهن دون سن السادسه

طرق ومنــهج البحث:

أدوات البحث: تم جمع البيانات ثلاث ادوات **أولا:** إستبيان المقابلة الشخصية لتقييم معرفة الأمهات.

اشتملت على ثلاثة أجزاء رئيسية: **الجزء الأول:** احتوى على الخصائص الاجتماعية والديموغرافية للأمهات وأطفالهن **الجزء الثاني** : تقييم الأثر السلبي لمشاهدة الشاشة على صحة الأطفال.وتتضمن: التأثير الجسدي، ويتمثل في مشاكل في العين، ومشاكل في السمع، والصداع، وآلام الرقبة والظهر، واضطراب النوم، والكوابيس، وانخفاض مستوى النشاط البدني. - التأثير النفسي المتمثل في القلق والخوف وزيادة العدوانية والعصبية والعادات الغذائية غير الصحية والاتجاهات المشوهة والاعتماد المفرط على التكنولوجيا الرقمية وزيادة معدلات إيذاء النفس لدى الأطفال. - التأثير النمائي العصبي المتمثل في اضطراب فرط النشاط ونقص الانتباه واضطراب طيف التوحد. أما **الجزء الثالث:** يتضمن تقييم معارف الأمهات المتعلقة بمشاهدة الشاشة. الأداة .

ثانياً: ممارسات قائمة الأمهات المبلغ عنها من الام، وتكونت من جزأين: الجزء (1): الممارسة فيما يتعلق بمشاهدة الشاشة وتتضمن ثلاثة أجزاء وهي؛ مراقبة وقت مشاهدة الشاشة والمحتوى (نقطتين)، وتنفيذ قواعد مشاهدة الشاشة (9 نقاط)، واستراتيجيات الحد من مشاهدة الشاشة (استراتيجيتان) بما في ذلك (تقديم أنشطة أخرى مثل الرسم أو اللعب خارج المنزل أو اللعب بالألعاب، تعيين مجموعة تخصيص وقت يومي لقضائه مع الأسرة، ووضع برامج لمراقبة أجهزة الطفل الإلكترونية وتوفير مواد تعليمية أخرى بدلاً من الفحص (2) الممارسة فيما يتعلق بالأنشطة التنموية الصحية للأطفال. الممارسات وتشتمل على مجموعة تمارين الحركة (14نقطه)، تقنيات الاسترخاء وتشمل (13 نقطه) لتمرين التنفس العميق (7 نقاط)، واسترخاء العضلات (6 نقاط) كالزهرة وتمرين الشمعة وكرة التوتر)، تمارين العين (12 نقطه) بما في ذلك (تمرين القلم، تمرين دوران العين، تمرين رمش العين، تمرين العين بالكرة) والعناية بالعين (11 فنقطه).

ثالثاً: قوائم الملاحظه التنموية لتقييم معالم الصحة التنموية لدى الأطفال وتضمن ثلاثة أجزاء على النحو التالي: • الجزء الأول: التنمية الاجتماعية والعاطفية (27 نقطه) • الجزء الثاني: تنمية اللغة / التواصل (30نقطه) • الجزء الثالث: التنمية المعرفية (32 نقطة)

نتائج البحث:

. كشفت نتائج الدراسة عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية فيما يتعلق بمعارف الأمهات والممارسات المبلغ عنها ومعالم الصحة التنموية للأطفال بين التقييم القبلى والتنفيذ اللاحق للمبادئ التوجيهية التعليمية وكذلك في تقييم المتابعة مع $P = 0.000$

خلاصة وتوصيات البحث :

كان تنفيذ الإرشادات التعليمية فعالاً في تعزيز معرفة الأمهات وممارساتهن المتعلقة بوقت مشاهدة الشاشة وفي التخفيف من الآثار السلبية لمشاهدة الشاشة على صحة أطفالهن التنموية . لذلك، أوصت هذه الدراسة . أن هناك حاجة إلى برنامج تثقيف صحي مستمر للأمهات حول سلامة التعرض لمشاهدة الشاشة

اسم مقدم البحث **امضاء مقدم البحث**

أ.م.د/ مرفت أمين سيد