

Streszczenie rozprawy doktorskiej mgr Sundus Abu Ghanem

Tytuł: Wpływ programu interwencji rodzicielskiej na wzory zachowań związanych ze snem oraz użytkowaniem mediów przez adolescentów w dobie modernizacji społeczności arabskiej w Izraelu

Sen jest niezbędny dla rozwoju fizycznego i psychicznego, ale nastolatki w świecie zachodnim często doświadczają deficytów snu z powodu czynników związanych ze stylem życia, takich jak zwiększona ekspozycja na media. Niniejsze badanie porównuje wzorce snu i korzystanie z mediów elektronicznych między społecznościami żydowskimi i arabskimi w Izraelu, analizując wpływ modernizacji na te wzorce. Badanie wykazało, że korzystanie z mediów wpływa na opóźniony początek snu i skrócony czas jego trwania wśród nastolatków, przy czym zaobserwowano różnice między kulturami i płciami. Młodzież żydowska ma tendencję do budzenia się wcześniej i doświadcza większej ekspozycji na media elektroniczne niż młodzież arabska. Ponadto w badaniu wprowadzono program interwencyjny dla arabskich rodziców, mający na celu poprawę wzorców snu nastolatków i zmniejszenie ekspozycji na media poprzez zwiększenie świadomości i wiedzy rodziców. Podczas gdy program wykazał pewien sukces, szczególnie w zwiększaniu wiedzy i modyfikowaniu wzorów użytkowania mediów i czasu snu, miał on ograniczony wpływ na jakość życia. Należy podkreślić złożony związek między ekspozycją na media i ich wpływem, wzorcami snu i wpływami kulturowymi. Niezbędne są dalsze badania w tym zakresie.