



جمعية رعاية الطفولة
CHILD CARE ASSOCIATION



حماية وتمكين الأطفال في الفضاء السيبراني

Protecting and Empowering
Children In Cybersecurity

دليل الأسرة ومقدمي الرعاية من اجل بيئة أمنة للطفل في الفضاء السيبراني

الشريك الإستراتيجي
مؤسسة الأمير طلال الخيرية

إعداد

أولاً مقدمة :

تلعب التكنولوجيا الحديثة دوراً محورياً في حياة الأطفال في العصر الحالي حيث تعتبر شبكة الأنترنت الأكثر استخداماً من قبل **175,000** ألف طفل للمرة الأولى في كل يوم يمر، أي بمعدل طفل جديد كل نصف ثانية حسب إحصائيات منظمة اليونيسف، وبالرغم من سهولة وصول الأطفال إلى مصادر متعددة للمعرفة والتعليم، مما يساعدهم على توسيع معرفتهم وتطوير مهاراتهم في مجالات مختلفة

إلا أن لها مخاطر وأضرار تهدد سلامة الطفل مما ينعكس على صحته ونموه الجسدي وتوازنه العقلي، لسهولة الوصول إلى بياناته الشخصية مثل الاسم، والعنوان، وأرقام الهواتف، وصورهم، إضافة إلى سلوكه عبر الأنترنت وغيرها. وحماية معلوماتهم المالية، مثل أرقام بطاقات الائتمان، وحسابات البنوك، وغيرها

ومن المخاطر التي يمكن أن تواجه الطفل أيضاً التنمر الإلكتروني، تعامل الطفل مع الغرباء، والتعرض لصور ورسائل مسيئة،....الخ

وتعد المملكة العربية السعودية من الرواد عالمياً في مجال انتشار الأنترنت، حيث يستخدم **98%** من سكانها الأنترنت وأكثر من **24%** من المستخدمين هم من فئة الأطفال دون سن **9** سنوات

ولذلك أخذت جمعية رعاية الطفولة على عاتقها إعداد حملة توعوية للتعريف بأخطار شبكة الأنترنت لحماية وتمكين الأطفال في الفضاء السيبراني والتوعية لرفع وعي الأطفال وذويهم ضد تلك المخاطر واستخدام الأساليب التربوية الفعالة في حماية الطفل وتطوير مهاراته لمواجهة تلك المخاطر

ثانيًا الهدف من الدليل :

يهدف الدليل الى توعية الأهالي ومقدمي الرعاية في تنظيم ومراقبة الأنشطة الرقمية للأطفال على الأنترنت من خلال طرح عدد من الأدوات الرقابية والأساليب التربوية لخلق بيئة آمنة للأطفال في الفضاء السيبراني

ثالثًا تعريف الامن السيبراني

الأمن السيبراني يعني ببساطة حماية الأنظمة والشبكات والبيانات من المخاطر من الممكن حدوثها على الإنترنت. اي تأمين المعلومات من السرقة أو التلاعب، ومنع أي شخص غير مخول من الوصول إليها

يشمل حماية الأجهزة والبرمجيات من الفيروسات والبرامج الضارة، وايضا من الهجمات التي من الممكن ان تعطل الأنظمة أو تخترق البيانات. الفكرة الرئيسية هي الحفاظ على أمان المعلومات وحمايتها من أي خطر قد يهددها. باختصار، الأمن السيبراني هو التأكد من أن كل شيء يعمل بأمان على الإنترنت، سواء في الأجهزة أو البيانات أو الشبكات. حيث حققت المملكة الأولى عالميا على معايير الامن السيبراني 2024 م ان الأمن السيبراني للأطفال هو قضية حساسة تتطلب التعاون بين الجهات الحكومية، المؤسسات التعليمية، والأسرة حيث انه في المملكة العربية السعودية، يتم اتخاذ العديد من الخطوات لتوفير بيئة رقمية آمنة للأطفال، بما في ذلك سن التشريعات الخاصة بحماية بيانات الأطفال، وتقديم أدوات الرقابة الأبوية، بالإضافة إلى حملات التوعية المستمرة



ومع تزايد استخدام الإنترنت من قبل الأطفال، تزداد الحاجة لتعزيز هذه الأنظمة وتطويرها لمواكبة التهديدات الجديدة

ان الأمن السيبراني للأطفال هو قضية حساسة تتطلب التعاون بين الجهات الحكومية، المؤسسات التعليمية، والأسرة حيث انه في المملكة العربية السعودية، يتم اتخاذ العديد من الخطوات لتوفير بيئة رقمية آمنة للأطفال، بما في ذلك سن التشريعات الخاصة بحماية بيانات الأطفال، وتقديم أدوات الرقابة الأبوية، بالإضافة إلى حملات التوعية المستمرة

ومع تزايد استخدام الإنترنت من قبل الأطفال، تزداد الحاجة لتعزيز هذه الأنظمة وتطويرها لمواكبة التهديدات الجديدة

رابعًا

المبادرات التي وضعتها السعودية لدعم الرقابة الرقمية للطفل

بعض من جهود المملكة لتعزيز أمان المعلومات وحمايتها، اصدار اللائحة التنفيذية لحماية البيانات الشخصية حيث تركز اللائحة على حماية بيانات الأفراد، بما في ذلك بيانات الأطفال أو استخدام بيانات الأطفال دون موافقة من الوالدين أو الوصي، حسب نظام حماية البيانات الشخصية والصادر بمرسوم ملكي رقم (م/19) وتاريخ 1443/2/9هـ. المعدل بالمرسوم الملكي رقم (م/148) وتاريخ 1444/9/5هـ، المادة الخامسة -فقرة (1) والتي تنص " فيما عدا الأحوال المنصوص عليها في النظام لا تجوز معالجة البيانات الشخصية أو تغيير الغرض من معالجتها إلا بعد موافقة صاحبها. وتبين اللوائح شروط الموافقة، والأحوال التي يجب فيها ان تكون الموافقة صريحة والشروط والأحكام المتعلقة بالحصول على الموافقة من الولي الشرعي إذا كان صاحب البيانات الشخصية ناقص أو عديم الأهلية

○ الهيئة الوطنية للأمن السيبراني (NCA)

أنشئت الهيئة الوطنية للأمن السيبراني في المملكة العربية السعودية بتاريخ **31 أكتوبر 2017** م ، حيث تركز على تعزيز أمن المعلومات وحماية الأطفال من المخاطر الرقمية من خلال برامج توعية للأسر والطلاب. تقوم الهيئة أيضًا بإطلاق حملات توعية مستمرة حول أهمية الأمان على الإنترنت وكيفية حماية الأطفال من المخاطر الرقمية

○ التحكم الأبوي في الإنترنت (Parental Controls)

توفر المملكة العديد من الأدوات التي تسمح للآباء والأمهات بالتحكم في استخدام أطفالهم للأجهزة الإلكترونية ومتصفحات الإنترنت. مثل تطبيقات الرقابة الأبوية التي تمكن الآباء من تحديد المواقع والمحتويات المسموح للأطفال بالوصول إليها

- في حال التعرض الى أي رسائل مشبوهة او تهديدات أو روابط مشبوهة تستطيع الإبلاغ من خلال تطبيق كلنا أمن أو من خلال إرسال رسالة نصية الى رقم **330330**
- سن النظام السعودي القوانين الرادعة سعياً لتوعية الناس لمستحدثات هذه الجرائم وفي عام **1436 هـ**، أقر مجلس الوزراء نظام مكافحة الجرائم المعلوماتية في المملكة العربية السعودية، الذي يهدف بالطبع إلى الحد من انتشار الجرائم المعلوماتية عبر الانترنت، زيادة على ذلك معاقبة المجرمين من أجل حماية الأفراد والمؤسسات

○ مبادرات التوعية الإلكترونية

تنظيم ورش عمل وحملات توعية للأطفال وأولياء الأمور في المدارس والمجتمعات حول كيفية استخدام الإنترنت بأمان، مع التركيز على مخاطر الإنترنت مثل التحرش الإلكتروني، والتعرض للمحتوى الضار، والتفاعل مع الغرباء

خامسًا:

اضرار محتوى الفضاء السيبراني على الأطفال

1. التنمر الإلكتروني:

يؤثر التنمر الإلكتروني على الصحة النفسية للطفل مثل الاكتئاب والقلق، وانخفاض الثقة بالنفس وقد يصل الى التفكير في الانتحار (UNICEF). وتشير الدراسة من Cyberbullying Research Center إلى أن 37٪ من الأطفال تعرضوا للتنمر الإلكتروني.

2. التعرض للمحتوى الضار

ان التعرض للمحتوى الضار مثل العنف والمحتوى الجنسي، يؤدي تأثيرات سلوكية ونفسية ضارة. وبحسب أكاديمية طب الأطفال الأمريكية ان المحتوى الضار يؤثر على سلوكيات الأطفال النفسية مثل القلق واضطرابات الصورة الذاتية كما اشارت دراسة من المرصد الوطني للإنترنت الآمن والذي يعمل تحت إشراف الهيئة الوطنية للأمن السيبراني، ويهدف إلى تعزيز الأمان السيبراني في المملكة وحماية المستخدمين من المخاطر المتعلقة بالتكنولوجيا والإنترنت، بما في ذلك حماية الأطفال من المحتوى الضار، حيث تظهر أن الأطفال المعرضين لمحتوى عنيف يظهرون سلوكيات عدوانية .

3. الإعلانات التجارية المضللة

ان تأثير الإعلانات التجارية المضللة على عادات الاستهلاك واهتمامات الأطفال، كبير وبشكل سلبي وبحسب منظمة الصحة العالمية فإنها تشجع الأطفال على شراء منتجات غير صحية مما يؤدي الى السمنة والعديد من الامراض المترتبة عليها، كما اشارت دراسة من Consumer Reports ان الأطفال لا يستطيعون التمييز بين الإعلانات التجارية والمحتوى العادي.

4. الإدمان الرقمي:

ان للإدمان الرقمي اضرار عديدة على الطفل ويسبب مشاكل صحية مثل السمنة ومشكلات في النظر، بالإضافة إلى القلق والاكتئاب (حسب American Academy of Pediatrics) كما يقلل الإدمان الرقمي النشاط البدني للطفل ويزيد من العزلة الاجتماعية (Child Development)

5. الاحتيال والتهديدات الإلكترونية:

يتعرض الأطفال للاحتيال والتهديدات الإلكترونية مثل سرقة الهوية أو الاستدراج من أشخاص مجهولين. وحسب ما ورد في: Internet Crime Complaint Center أن الأطفال من بين الفئات المستهدفة في الاحتيال الإلكتروني.

6. التفاعل مع الغرباء (الأصدقاء المجهولين):

ان التفاعل مع الغرباء قد يعرض الطفل للاستدراج والتحرش أن 1 من كل 7 أطفال تعرضوا لاستدراج من غرباء (NetSmartz).

7. تأثيرات على النوم والصحة العقلية

ان الاستخدام المفرط للأجهزة يؤدي الى اضطرابات النوم التي تؤثر على الأداء العقلي والقلق والاكتئاب. وان الضوء الأزرق من الشاشات يؤثر على إنتاج الميلاتونين ويعطل النوم (Sleep Medicine Reviews)

8. فقدان الخصوصية:

مشاركة المعلومات الشخصية قد تعرض الطفل لمخاطر مثل سرقة الهوية أو الاعتداءات، تشير إلى أن الأطفال يشاركون معلومات شخصية على الإنترنت دون وعي بعواقب ذلك ENISA مما يعرضهم لخطر سرقة الهوية أو الاعتداءات الشخصية (وفقًا لدراسات مراكز حماية البيانات)

تثبت الدراسات و الأبحاث أن محتوى الفضاء السيبراني يشكل تهديدا كبيرا على الأطفال من الناحية النفسية و الصحية ، مما يتطلب إشراقاً مستمراً من الأهل ومقدمي الرعاية .

سادسًا:

أدوات رقابة الاهل ومقدمي الرعاية لحماية الطفل في الفضاء السيبراني

1. برامج الرقابة الأبوية: Norton Family و Qustodio:

مراقبة النشاطات وحظر المحتوى غير المناسب.

• Net Nanny و Kaspersky Safe Kids: تقارير تفصيلية عن الأنشطة وحظر التطبيقات الضارة.

2. تحكم في الوقت على الإنترنت:

• Our Pact و FamilyTime: تحديد وقت الاستخدام وحظر التطبيقات.

3. فلتر المحتوى:

• Google Safe Search و OpenDNS Family Shield: حظر المواقع غير الآمنة بشكل تلقائي.

4. مراقبة التطبيقات ووسائل التواصل الاجتماعي:

• Circle Home Plus و mSpy: مراقبة الرسائل، المكالمات، وتطبيقات التواصل الاجتماعي.

5. إعدادات الأمان على الأجهزة:

• Google Family Link و Apple Screen Time: تقييد وقت استخدام الأجهزة والتطبيقات.

6. خدمات الإنترنت:

• مزودو الإنترنت مثل Xfinity و Verizon Safe Family يوفر أدوات لحماية الأطفال من المحتوى الضار.

7. التوعية والتعليم:

• توعية الأطفال بالمخاطر على الإنترنت وتعليمهم كيفية حماية خصوصياتهم.

استخدام هذه الأدوات مع التوجيه المستمر يمكن أن يوفر حماية فعالة للأطفال في الفضاء السيبراني.

سابعًا:

أدوار الاهل والمربين لحماية الأطفال وتمكينهم في الفضاء السيبراني

•توعية الاطفال

توعية الأطفال بالمخاطر المحتملة على الإنترنت مثل التنمر الإلكتروني، الاحتيال، والمحتوى غير المناسب. التحدث عن الخصوصية شرح أهمية حماية المعلومات الشخصية وعدم مشاركتها مع الغرباء أو على الإنترنت. تشجيع الحوار المفتوح: من المهم أن يشعر الأطفال بالأمان للتحدث عن تجاربهم على الإنترنت، سواء كانت إيجابية أو سلبية.

•تنظيم استخدام الطفل للإنترنت:

وضع قواعد واضحة:

مثل تحديد وقت الاستخدام اليومي، والمواقع التي يمكن الوصول إليها، والمحتوى الذي يُسمح بمشاهدته.

•تحديد أوقات الاستخدام:

تحديد أوقات معينة لاستخدام الإنترنت أو الألعاب الإلكترونية للحفاظ على التوازن بين الأنشطة الرقمية والأنشطة الأخرى مثل الدراسة أو الرياضة.

• استخدام أدوات الرقابة الأبوية:

مراقبة الأنشطة:

استخدام أدوات مثل Qustodio أو Norton Family لمراقبة المواقع والتطبيقات التي يستخدمها الطفل.

حظر المحتوى الضار:

Google تفعيل فلاتر المحتوى على محركات البحث وتطبيقات التواصل الاجتماعي مثل YouTube Kids. أو SafeSearch
الاطلاع على دليل التوعية السيبراني للرقابة الأبوية المعتمد بأكتوبر 2024م من
الهيئة الوطنية للأمن السيبراني



دليل التوعية
السيبراني
للمراقبة الأبوية

• الرقابة بدون تدخل مبالغ فيه:

تشجيع الثقة:

بدلاً من مراقبة كل خطوة، يجب أن تشجع الأطفال على احترام القواعد والثقة بهم.

التواصل المستمر:

حافظ على الحوار المنتظم حول ما يقومون به على الإنترنت وتابع معهم الأنشطة التي يقومون بها على الشبكة.

• الرقابة بدون تدخل مبالغ فيه:

تشجيع الثقة:

بدلاً من مراقبة كل خطوة، يجب أن تشجع الأطفال على احترام القواعد والثقة بهم.

التواصل المستمر:

حافظ على الحوار المنتظم حول ما يقومون به على الإنترنت وتابع معهم الأنشطة التي يقومون بها على الشبكة.

• التعاون مع المدارس والمجتمع:

التعاون مع المعلمين:

التأكد من أن المدارس تقدم برامج تعليمية تُعرف الأطفال بالمخاطر الرقمية وتعليمهم كيف يحمون أنفسهم.

المشاركة في مبادرات التوعية الرقمية:

الانضمام إلى المبادرات المحلية أو العالمية التي تهدف إلى توعية الأطفال بالأمان على الإنترنت، مثل أسبوع الأمان الرقمي.

• التحقق من الإعدادات الأمنية على الأجهزة:

إعدادات الخصوصية:

تفعيل إعدادات الخصوصية على جميع الأجهزة والتطبيقات مثل Google Family Link أو Apple Screen Time لحماية المعلومات الشخصية للطفل.

استخدام كلمات مرور قوية:

تعليم الأطفال كيفية اختيار كلمات مرور قوية وتجنب مشاركتها مع الآخرين.

• التعامل مع الأزمات الرقمية:

مواجهة التنمر الإلكتروني:

إذا تعرض الطفل للتنمر، يجب التعامل مع الموقف بجدية، التحدث مع الطفل، والتعاون مع المدرسة أو مقدمي الخدمة للتعامل مع المشكلة.

الاستجابة الفورية:

في حالات الاحتيال أو الاستدراج من الغرباء، يجب الإبلاغ فوراً للجهات المعنية، وحماية بيانات الطفل الشخصية.

”

الحماية الأطفال في الفضاء السيبراني، من المهم دمج الوقاية بالتعليم والتوجيه المستمر من خلال استخدام أدوات الرقابة الأبوية، وضع قواعد واضحة، وتعليم الأطفال المهارات اللازمة للتفاعل الآمن على الإنترنت، يمكن توفير بيئة رقمية آمنة تعزز من قدرة الأطفال على الاستفادة من الفضاء السيبراني دون المخاطرة.

• بناء علاقات فعالة مع الأبناء:

ان بناء علاقات إيجابية مع الطفل مبنية على الاحترام والمودة متطلب أساسي لحماية الطفل من المخاطر

التواصل المفتوح والمستمر:

التواصل الواضح والصريح هو أساس بناء علاقة قوية. عبر تخصيص وقتاً للحديث مع أبنائك يومياً والاستماع إلى أفكارهم ومشاعرهم دون مقاطعة وتجنب النقد اللاذع.

إظهار الحب والدعم العاطفي:

تظهر الدراسات أن الأطفال الذين يشعرون بالحب غير المشروط يتمتعون بصحة نفسية أفضل ويكونون أكثر تعاوناً. حاول التعبير عن محبتك بطرق ملموسة، سواء من خلال الكلمات أو الأفعال..

الاهتمام بجودة الوقت:

بدلاً من التركيز فقط على كمية الوقت، ابحث عن طرق لقضاء وقت ممتع وجيد مع أطفالك. ان الأنشطة المشتركة مع الأطفال مثل اللعب، التنزه، تعزز الترابط الأسري.

تقديم نموذج إيجابي للسلوك:

الأطفال يتعلمون من سلوك والديهم أكثر مما يتعلمون من كلماتهم. من المهم أن تكون قدوة حسنة في التعامل مع الآخرين وإدارة الغضب وحل المشكلات بطريقة بناءة.

الاستجابة لاحتياجات ابنائك الشخصية:

تشير الأبحاث إلى أن تقدير الفروق الفردية بين الأبناء وتلبية احتياجاتهم يعزز العلاقة الإيجابية داخل الأسرة.

تشجيع الاستقلالية والمسؤولية:

دع الأبناء يتحملون مسؤوليات مناسبة لأعمارهم وشجعهم على اتخاذ القرارات فهذا يعزز الثقة بالنفس، ويساهم في بناء علاقة تقوم على الثقة والاحترام المتبادل.

التعاون في حل المشكلات:

حاول إشراك أبنائك في عملية حل المشكلات عند حدوث خلافات لان ذلك يطور مهاراتهم في التفكير ويزيد من شعورهم بالمشاركة.

المرونة والانفتاح على التغيير:

انفتاحك على التغييرات السريعة وتفهمك لاحتياجات الأطفال العصرية يساهم في قدرتك على حماية طفلك.

مراعاة المرحلة العمرية للطفل:

لكل مرحلة عمرية خصائصها واحتياجاتها، مما يتطلب منك التعامل حسب مرحلته العمرية



الاتحاق ببرامج الوالدية الفعالة:

ان الالتحاق ببرامج الوالدية الفعالة، يسهم في اكساب الاهل مهارات الوالدية الذي بدوره يحسن العلاقة بين الطفل والاسرة.

فيما يلي بعض المقترحات:



ه برنامج مهارات الوالدية الفعالة الذي يقدم من جمعية رعاية الطفولة مجاناً.



ه برنامج توعية وثقيف المجتمع المقدم من جمعية رعاية الطفولة مجاناً.



ه برنامج دقيقة من فضلك عبر منصة اليوتيوب.

• توفير الفرص امام الطفل لقضاء أوقات في أنشطة حركية:

ان توفير فرص لقضاء أوقات في أنشطة حركية مهم جداً لكونه يتيح للطفل، قضاء وقت ممتع بعيداً عن الأجهزة.

تشجيع الأطفال على اللعب الخارجي

اللعب في الهواء الطلق له فوائد كبيرة في تعزيز الحركة والنشاط البدني. يمكن للوالدين تخصيص وقت محدد يومياً للعب خارج المنزل في الحدائق أو الملاعب. سواء داخلية او خارجية حسب درجة الحرارة.

تنوع الأنشطة الحركية

تقديم مجموعة متنوعة من الألعاب والنشاطات مثل ركوب الدراجات، اللعب بالكرة، الجري، والقفز، وإتاحة الفرصة امام الطفل لاختيار ما يرغب من نشاط .

قدم لأطفالك خيارات متنوعة

إذا أعطيت الطفل حرية الاختيار بين مجموعة من الأنشطة المختلفة، فإنه يشعر بالاستقلالية ويكون أكثر تحفيزاً للمشاركة. مثلاً، قد يسأل الوالد: "هل تفضل اللعب بالكرة اليوم أو ركوب الدراجة؟".

تقديم نماذج إيجابية:

يمكن للوالدين أن يكونوا قدوة لأطفالهم من خلال المشاركة في الأنشطة البدنية مثل ممارسة الرياضة، التنزه، أو الجري، مما يحفز الأطفال على تقليدهم.

الاشتراك في الأنشطة الاجتماعية:

إتاحة الفرص امام الأطفال للاشتراك في فرق رياضية أو مجموعات نشاط حركي في المجتمع يعزز من مشاركتهم ويحفزهم على الاستمرار في ممارسة الأنشطة البدنية بانتظام.

تشجيع اللعب الإبداعي:

الألعاب التي تعتمد على التخيل والحركة مثل بناء حصون من الوسائد أو تقمص شخصيات يمكن أن تكون محفزة لحركة الطفل وتساعد على تنمية قدراته البدنية.

”

ان تشجيع طفلك على ممارسة الأنشطة الحركية يتطلب الإبداع التفهم، والمشاركة. الهدف هو جعل الحركة جزءاً ممتعاً وطبيعياً من حياتهم اليومية، بدون الشعور بالضغط أو الإكراه. المفتاح هو أن تكون الأنشطة ممتعة وتفاعلية وتلبي احتياجات الطفل واهتماماته.

• خلق فرص للمشاركة في الأنشطة في المجتمع

ان خلق فرص لمشاركة الأطفال في الأنشطة الاجتماعية يُعد أمرًا مهمًا جدًا لتطوير مهاراتهم الاجتماعية والعاطفية، وأظهرت العديد من الدراسات أهمية هذه الفرص في تعزيز ثقتهم بأنفسهم وقدراتهم على بناء علاقات صحية مع الآخرين. خاصة في هذا العالم الرقمي المفتوح الذي يتعرض فيه الطفل الى الكثير من المخاطر، فيما يلي بعض النقاط المستندة إلى الأبحاث والدراسات حول كيفية تأثير الأنشطة الاجتماعية على الأطفال ولماذا هي مهمة:

تطوير المهارات الاجتماعية

تشير الدراسات إلى أن الأطفال الذين يشاركون بانتظام في الأنشطة الاجتماعية مثل اللعب الجماعي أو الرياضات الجماعية يطورون مهارات اجتماعية أفضل. هؤلاء الأطفال يتعلمون كيفية التعاون، حل النزاعات، التفاوض، وتبادل الأدوار. هذه المهارات أساسية لتطوير شخصيتهم وبناء علاقات صحية في المستقبل.

تعزيز التعاطف والوعي الاجتماعي

ان الأنشطة الاجتماعية تشجع الأطفال على فهم مشاعر واحتياجات الآخرين. وفقًا لأبحاث التطور النفسي، عندما يتفاعل الأطفال مع أقرانهم في بيئة اجتماعية، يتعلمون التعاطف والوعي الاجتماعي. هذه المهارات تجعلهم أكثر استعدادًا للتعامل مع التنوع الثقافي والاختلافات الاجتماع

بناء الثقة بالنفس والقيادة:

تبين الأبحاث أن الأطفال الذين يشاركون في الأنشطة الاجتماعية يشعرون بثقة أكبر في أنفسهم وقدراتهم. ان المشاركة في الأنشطة الجماعية، سواء كانت رياضية أو فنية، تعزز لديهم الشعور بالإنجاز وتزيد من قدرتهم على تحمل المسؤولية. يمكن أن تتضمن هذه الأنشطة لعب أدوار قيادية مثل قائد فريق، مما يعزز لديهم مهارات القيادة.

الحد من العزلة والانطوائية

ان الأطفال الذين يشاركون في الأنشطة الاجتماعية يكونون أقل عرضة للعزلة والانطواء. حيث أظهرت الدراسات أن التواصل المستمر مع الأطفال الآخرين يساعد في الحد من مشاعر الوحدة ويعزز الصحة النفسية. وهذا التأثير يكون قويًا بشكل خاص في المراحل العمرية المبكرة.

تعزيز الصحة النفسية والعاطفية

أثبتت البحوث النفسية أن الأطفال الذين يشاركون في الأنشطة الاجتماعية يميلون إلى أن يكونوا أقل عرضة للتوتر والقلق. التفاعل مع الآخرين، خاصة في الأنشطة الترفيهية، ويعزز لديهم الشعور بالسعادة والرضا العاطفي.

تطوير مهارات حل المشكلات

يتعلم الأطفال في الأنشطة الجماعية، كيفية حل المشكلات بشكل جماعي. تظهر الأبحاث أن الأطفال الذين يشاركون في بيئات تعاونية يتمتعون بقدرات أعلى على التفكير النقدي واتخاذ القرارات. سواء كانت لعبة جماعية أو مشروعًا مدرسيًا، هذه الأنشطة تدفعهم للتفكير في حلول مبتكرة والتعاون مع الآخرين لتحقيق أهداف مشتركة.

تعلم التعاون والعمل الجماعي:

تؤكد الدراسات أن الأنشطة الاجتماعية تساعد الأطفال على تطوير مهارات التعاون والعمل الجماعي. عندما يعمل الأطفال معًا نحو هدف مشترك، يتعلمون كيفية التواصل الفعّال، التحلي بالصبر، والمرونة، وهي مهارات حيوية في حياتهم المستقبلية سواء في المدرسة أو في العمل.

التعرف على القيم والأعراف الاجتماعية

من خلال التفاعل مع أقرانهم في الأنشطة الاجتماعية، يتعلم الأطفال قيمًا وأعرافًا اجتماعية مهمة مثل المشاركة، التنافس العادل، والاحترام المتبادل. هذه القيم تساعد في تشكيل سلوكهم وتفاعلهم مع الآخرين في مختلف المواقف الحياتية.

توسيع دوائر الصداقة والعلاقات

تبين البحوث أن الأطفال الذين يشاركون في الأنشطة الاجتماعية لديهم فرصة أكبر لتكوين صداقات جديدة وبناء علاقات اجتماعية إيجابية. هذا يساعدهم على تعلم مهارات بناء العلاقات والحفاظ عليها، مما يعزز من استقرارهم العاطفي والاجتماعي.

• دعم الطفل في بناء صداقات ذات تأثير إيجابي.

نظرا لتأثير الأصدقاء على الأطفال في اكتساب العديد من السلوكيات والعادات الإيجابية والسلبية منها من المهم ان يلعب الاهل دور كبير في دعم أطفالهم في بناء صداقات ذات تأثير إيجابي.

تشجيع المهارات الاجتماعية الأساسية:

التواصل الفعّال: علّم طفلك كيفية التحدث بلطف مع الآخرين والاستماع إليهم بانتباه. يمكن ذلك من خلال محاكاة المحادثات أو تمثيل أدوار تساعد الطفل على تعلم كيفية التعبير عن نفسه والتفاعل مع مشاعر الآخرين.

احترام الآخرين:

علّم طفلك أهمية احترام مشاعر ووجهات نظر الآخرين، حتى لو اختلفوا معه. الأطفال الذين يظهرون تعاطفًا واحترامًا يميلون إلى بناء صداقات أعمق وأكثر إيجابية. حل النزاعات: قد يواجه الأطفال مشكلات مع أصدقائهم، لذا من المهم أن يتعلموا كيفية حل النزاعات بطريقة فعالة. ساعد طفلك على التعامل مع المشاعر السلبية بطرق هادئة، مثل التحدث بهدوء عن مشكلته أو طلب المساعدة إذا لزم الأمر.



إتاحة الفرص للقاء أصدقاء جدد:

الأنشطة الاجتماعية: قم بتسجيل طفلك في الأنشطة الاجتماعية مثل الرياضات الجماعية، ورش العمل، أو الأنشطة المدرسية. هذه البيئات توفر فرصًا طبيعية للقاء أقرانهم وتطوير صداقات جديدة.

الدعوات إلى اللعب:

قم بدعوة الأطفال للعب مع طفلك في المنزل أو الحديقة. هذا يساعد على كسر الجليد بين الأطفال ويمنحهم فرصة للتعرف على بعضهم البعض في بيئة مريحة وآمنة.

الأنشطة المجتمعية:

شجع طفلك على المشاركة في الأنشطة المجتمعية أو التطوعية. هذه الأنشطة تقدم فرصة لبناء علاقات إيجابية وتطوير حس المسؤولية الاجتماعية.

تشجيع الصفات الإيجابية:

التعاطف: علّم طفلك كيف يكون متعاطفًا مع مشاعر الآخرين. ساعده في فهم كيف يشعر الآخرون عندما يواجهون مشكلة، وعلّمه كيف يكون داعمًا في تلك اللحظات.

مراقبة سلوك الطفل في العلاقات:

الحديث عن العلاقات: اسأل طفلك بانتظام عن أصدقائه وعن علاقاته معهم. هذا يساعدك في معرفة ما إذا كان طفلك يواجه مشكلات في بناء علاقات صحية.

تعزيز السلوكيات الإيجابية:

عندما ترى طفلك يتصرف بطريقة إيجابية مع أصدقائه، أثنِ عليه وأبرز كيف أن تصرفاته تعزز الصداقة. يمكن أن يكون ذلك تعامله باحترام أو مشاركته اللعب مع الآخرين.



التدخل عند الحاجة:

إذا لاحظت أن طفلك يواجه صعوبات في التعامل مع أصدقائه، قد يكون من المفيد تقديم النصائح أو التدخل بهدوء لتوجيهه نحو التعامل بشكل أفضل.

التحدث عن الصداقات الإيجابية والسلبية:

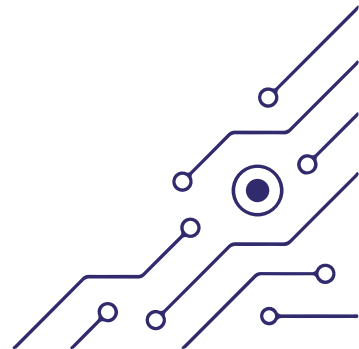
تعليم التمييز بين الصداقات الصحية وغير الصحية: علّم طفلك كيف يميز بين الصداقة الجيدة التي تعزز من شعوره بالسعادة والأمان، وبين الصداقة غير الصحية التي قد تسبب له التوتر أو الانزعاج.

النماذج الإيجابية:

استخدم أمثلة من حياتك الشخصية أو من القصص والأفلام لتوضيح كيف تبدو الصداقات الإيجابية وكيف يتعامل الأصدقاء الجيدون مع بعضهم.

التواصل مع المدرسة:

إذا كنت قلقًا بشأن علاقات طفلك الاجتماعية في المدرسة، يمكنك التحدث مع المعلمين. قد يتمكنون من ملاحظة ديناميكيات العلاقات في الفصل وتقديم توجيه إضافي لك حول كيفية مساعدة طفلك.



أن تكون قدوة حسنة:

تصرفاتك كوالد تؤثر في طفلك. إذا كنت تقدر العلاقات الإيجابية في حياتك وتظهر لطفك كيف تبني وتحافظ على صداقات جيدة، سيكون لديك تأثير كبير في سلوكه الاجتماعي. كن نموذجًا يحتذى به في كيفية التعامل مع الأصدقاء بمودة واحترام.

”

مساعدة طفلك على بناء صداقات إيجابية تتطلب توجيهه نحو تطوير مهارات اجتماعية أساسية مثل التعاطف والاحترام والقدرة على حل النزاعات من خلال توفير بيئة داعمة، وتشجيعه على المشاركة في الأنشطة الاجتماعية، يمكنك تعزيز فرصه لبناء علاقات صحية وممتعة. استمر في تقديم الدعم اللازم له دون التدخل المفرط، وكن دائمًا حاضرًا لمساعدته على التعامل مع تحديات العلاقات الاجتماعية.

• إتاحة الفرصة أمام الطفل لاكتساب هوايات:

ان توفير الفرص لطفلك لاكتساب هوايات جزء مهم من دعمهم في اكتشاف اهتمامات جديد وتنمية مهاراته الشخصية وابداعية وتوفير فرص لقضاء أوقات ممتعة بما يساهم تقليل فترات متابعة الأجهزة.

المراجع

- حول التنمر الإلكتروني وتأثيراته على الأطفال UNICEF
- إحصائية حول التنمر الإلكتروني Cyberbullying Research Center
- أكاديمية طب الأطفال الأمريكية American Academy of Pediatrics تأثير المحتوى الضار على الأطفال
- المرصد الوطني للإنترنت الآمن تعزيز الأمان السيبراني وحماية الأطفال
- منظمة الصحة العالمية WHO تأثير الإعلانات التجارية المضللة
- تأثير الإعلانات التجارية على الأطفال Consumer Reports
- التهديدات والاحتيال الإلكتروني Internet Crime Complaint Center
- فقدان الخصوصية ومخاطر الإنترنت ENISA
- تأثير الإدمان الرقمي على الأطفال Child Development
- جمعية حماية الأسرة حملة ضد التحرش الإلكتروني
- مؤسسة مبادرات الخير ورش توعية حول التعامل مع المحتوى الضار
- جمعية التواصل الرقمي دورات حول الأمان الرقمي للطفل
- سياسة خصوصية البيانات الهيئة الوطنية للأمن السيبراني



جمعية رعاية الطفولة
CHILD CARE ASSOCIATION

حساب جمعية الحوسبة السحابية



حساب جمعية رعاية الطفولة



P.O. Box 54829

Riyadh 11524

Tel: (+ 966) 67 90 494 11

Fax: (+ 966) 54 70 470 11

www.childcare.org.sa

info@childcare.org.sa

[f](#) [t](#) [x](#) [o](#) [g](#) [hildcareksa](#)