

النشرة الإخبارية

SAFE

جمعية الإمارات للإنترنت الآمن
EMIRATES SAFER INTERNET SOCIETY

أكتوبر 2022 الإصدار 3 / العدد 3

editorial@esafety.news | www.esafe.ae

مؤتمر
السلامة
الالكترونية

رفاه الأطفال
في العالم الرقمي

السادس من
فبراير 2023



معالي الشيخ نهيان بن مبارك آل نهيان ، وزير التسامح والتعايش
بدولة الإمارات العربية المتحدة رئيساً فخرياً لجمعية الإمارات للإنترنت الآمن



TACHYON
360°
MARKETPLACE FOR EDUCATION

دعهم يرمزوا لمستقبلهم

**FLEXY
LEARN**
Premium Learning Programme



مثالي للأطفال
بعمر
+5 سنوات



جلسات
برمجة
الألعاب تطوير



بايثون
لغة البرمجة
المتقدمة



جلسات
الذكاء
الاصطناعي



دروس تطوير
المواقع
الإلكترونية



منصة
ألعاب
لسهولة التعلم



مدرسين
من ذوي الخبرة
على مستوى عالمي



برنامج شهادة
كندا / المملكة
المتحدة



شريك التعلم الشخصي الموثوق به عبر الإنترنت
Your trusted personalised online learning partner!

ليرنرز
نوت Learners
Note.com





جمعية الإمارات للإنترنت الآمن
EMIRATES SAFER INTERNET SOCIETY

أكتوبر 2022 الإصدار 3 / العدد 3

01 مجلس الإدارة & المجلس
الاستشاري

02 العدد الخاص بالافتتاحية

05 الرفاه الرقمي

07 معالج التكنولوجيا : الشبكة الرقمية
المفترسون أو الوسطاء أو المحسنون

11 مقالة:
احترس أثناء اتصالك بالانترنت!

14 رأي الخبراء: الأبوة والأمومة ، ووقت
النظر إلى الشاشة-المحافظة على التوازن

18 رأي الخبراء: الاستخدام الأفضل
لتكنولوجيا المعلومات والاتصالات
من خلال الاستخدام الآمن والمسؤول

فريق التحرير

سيبي ماثيوز
محرر المحتوى

سانجانا بهاردواج
محرر المحتوى

جايش سيباستيان
محرر فرعي

المهندس / عادل الكاف الهاشمي
رئيس التحرير



مجلس الإدارة



المهندس / عادل الكاف الهاشمي
نائب رئيس مجلس الإدارة



الدكتور / عبدالله محمد المحياسي
رئيس مجلس الإدارة



الدكتور / حامد محمد النيادي
عضو مجلس الإدارة



مريم عبدالله المحياسي
عضو مجلس الإدارة



الدكتور / سعيد خلفان الظاهري
عضو مجلس الإدارة



محمد جمعة الجببي
أمين الصندوق - عضو مجلس الإدارة



ناصر مطر النيادي
عضو مجلس الإدارة



ياسر سعيد الفليتي
أمين السر - عضو مجلس الإدارة



إبراهيم سعد الهدار
عضو مجلس الإدارة

المجلس الاستشاري



سانجانا بهاردواج
خبير حماية الطفل عبر الإنترنت



د. عادل عمر العامري
نائب الرئيس، التخطيط والامتياز
الكليات العليا للتكنولوجيا



الدكتورة نجلاء محمد النقبلي
خبير التعلم الإلكتروني والتعليمي



تي بي شرف الدين
الرئيس التنفيذي، ICT Bluezone



توفيك فالياكات
المدير العام، Interdev Group



جايش سيابستيان
العضو المنتدب والرئيس التنفيذي
، تكييفون



المهندس / عادل الكاف الهاشمي

رئيس مؤتمر eSafe
نائب رئيس مجلس إدارة جمعية الإمارات للإنترنت الآمن



افتتاحية العدد الخاص

والزيادة في وقت الشاشة التي قد تفتشت بين الأطفال من جميع الأعمار. إنه لأمر رائع جداً أن نجد أن البلدان المتقدمة في جميع أنحاء العالم قد بدأت في التفكير في سلامة الأطفال على الإنترنت وبالغ الاهتمام. بدأ بعضهم بالفعل في تبادل الأفكار حول إنشاء أطرٍ سياسية لمعالجة هذا القلق المتزايد. إنه لمن دواعي الفخر حقاً أن تكون دولة الإمارات العربية المتحدة من الدول السبّاقة لتحديد ومعالجة سلامة الأطفال على الإنترنت باعتبارها مصدر قلق. الأمر الذي ما لم يتمّ التعامل معه بجدارة فمن المحتمل أن يشكل تهديداً خطيراً للجيل باستمرار (eSafe) المستقبليّ لأمتنا العظيمة. تتعاون إيسيف مع القطاعين العام والخاص في الفضاء الرقمي، وتعمل بشكل استراتيجي لتعزيز الأمان عبر الإنترنت بينما يستمرّ الأطفال في الاستمتاع بالتعليم والتفاعل الاجتماعي والإبداع ومبادرات (Metaverse) وال فوائد الصحية. تقدّم ميتافيرس أخرى من هذا القبيل فرصاً وتحديات على حدّ سواء. تراقب عن كثب هذه التغييرات التكنولوجية الحديثة (eSafe) إيسيف في جميع أنحاء العالم وتعمل بلا كلل على ضمان إفادتها للمجتمع.

المهندس / عادل الكاف الهاشمي

رئيس مؤتمر eSafe
نائب رئيس مجلس إدارة جمعية الإمارات للإنترنت الآمن

adel.alkaff@gmail.com

يحتفل هذا الإصدار الخاص من مجلّة إيسيف بمعلم رئيسي ومرحلة فارقة في جهودنا لنشر الوعي حول سلامة الأطفال على الإنترنت. يشرفنا ويسعدنا أن نشارك قراءنا الأعزاء أن معاليّ الشيخ نهيان بن مبارك آل نهيان- (وزير التسامح والتعايش، الإمارات العربية المتحدة) قد تكرّم بالقبول بلطف رعايته كرئيس فخريّ (eSafe) لجمعية الإمارات للإنترنت الآمن - إيسيف. وبالغ الغبطة والسرور ينتهز مجلس إدارة إيسيف هذه الفرصة للتعبير عن امتنانه الخالص (eSafe) وللامحدود لهذه الرعاية الكريمة، ويتطلع إلى الوفاء بجدّ بمهمة الحفاظ على سلامة الأطفال عبر الإنترنت في دولة الإمارات العربية المتحدة وخارجها. إن الرفاهية الرقمية هي خطوة افتتاحية للوصول إلى "أمان الأطفال عبر الإنترنت على مستوى العالم، وتتخطى في هذه الخطوة العالمية من خلال (eSafe) إيسيف مؤتمر حول "فهم رفاهية الأطفال في عالم رقمي" هذا المؤتمر هو حدث هام، وسيكون خطوة محورية لجمعية (eSafe) إيسيف.

وفي الوقت الحالي، لا يقضي الأطفال وقتاً أطول على الإنترنت فحسب ولكنهم أيضاً يتمكنون من الوصول إليه بعمر أصغر، وفي سنّ مبكرة جداً. بالتوازي فهناك تكمن المخاطر الجسيمة، بما في ذلك التنمّر الإلكتروني والمخاطر على الخصوصية وما إلى ذلك، والتي قد أصبحت شديدة وبشكل خاصّ وسط أزمة كوفيد-19،



برعاية معالي الشيخ / نهيان بن مبارك آل نهيان
وزير التسامح والتعايش بدولة الامارات العربية المتحدة

مؤتمر دولي في

“رفاه الأطفال في العالم الرقمي”

الإثنين، 6 فبراير 2023

فندق انانترا ايسترن مانغروفز - أبو ظبي، الإمارات العربية المتحدة



موضوعات الفعالية ومجالات النقاش

- « سلامة الأطفال في العالم الرقمي
- « رفاهية الأطفال و الأسر في العالم الرقمي
- « دور المشاركة والشراكات المدنية في تعزيز الرفاهية الرقمية



الدكتور / حامد محمد النيادي

عضو المجلس الاستشاري للسلامة في تيك توك
عضو مجلس إدارة جمعية الإمارات للإنترنت الآمن



الرفاه الرقمي

- ← شجع العمال على إيقاف تشغيل الأجهزة
- ← الحد من الاتصالات غير الحرجة
- ← تقليل الاجتماعات عبر الإنترنت
- ← إجهاد أقل للعين عند مستخدمي الجهاز بشكل متكرر
- ← كن على دراية بالتأثيرات غير المتوقعة على الصحة العقلية



قلل عدد الاجتماعات عبر الإنترنت في حين أن مؤتمرات الفيديو ضرورية فقد تكون مرهقة جداً لأنها تتطلب مشاركة نشطة مستمرة لفترات طويلة حيث يمكن للشركات تخصيص يوم واحد خال من الاجتماعات على الأقل في الأسبوع لتقليل التوتر.

قلل إجهاد العين لدى مستخدمي الجهاز. لقد تم تطوير منتجات عدّة مثل الألواح الداكنة التي تغطي الشاشات أو العدسات الخاصة التي تمرّ فوق النظارات لتقليل الوهج للمساعدة في تقليل إجهاد العين. وتوجد أيضاً توصيات بشأن الحجم التي يجب أن تكون عليه المعلومات على الشاشة، والإعدادات والدقة التي يجب تنفيذها، وعدد المرات التي تحتاج فيها العيون إلى الراحة، والمسافة المثلى بين العينين والشاشة.

كن على دراية بالتأثيرات غير المتوقعة على الصحة العقلية. أحد الأمثلة للآثار السلبية على الصحة العقلية هو ميزة التمرير اللانهائية على منصات وسائل التواصل الاجتماعي مثل فيس بوك وإنستغرام. يُعزى ذلك إلى إدمان الإنترنت ممّا أدى إلى مستويات عالية من القلق واضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه والاكئاب وسوء إدارة الوقت والاندفاع.

الدكتور / حامد محمد النيادي

عضو المجلس الاستشاري للسلامة في تيك توك
عضو مجلس إدارة جمعية الإمارات للإنترنت الآمن

✉ dr_alneyadi@hotmail.com

من الضروريّ جداً أن نقدّم أدوات للتحكم في وقتنا الذي نقضيه في تطبيق تيك توك. وهذا يساعد المستخدم على قضاء الوقت بشكل مثمر مع تحسين صحته الجسدية والعقلية. إن الإفراط في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي خلال يوم العمل سيؤثر على قدرة الشخص وطاقته تأثيراً سلبياً. ونتيجة لذلك فإنّ منح الآباء القدرة على إدارة الوقت الذي يقضيه أطفالهم أمام الشاشة على تيك توك والتحكّم فيه سيُشجّع الاستخدام الصحيّ ويساعد المستخدم بصورة استباقية في الحفاظ على نمط حياة صحيّ.

ومن المهمّ جداً أن نفهم أنّ الابتعاد عن الأجهزة ليس هو الحلّ الوحيد؛ ولكن بدلاً من ذلك يُفترض أن يتفاعلوا جسدياً مع الأصدقاء والعائلة من أجل حياة أفضل في المستقبل. إنّ الأطفال الذين تزيد أعمارهم عن 13 عاماً وصغار السنّ سيكون لديهم ضغط أقلّ ومستويات قلق أقلّ إذا قضوا ساعات أقلّ على الإنترنت. وعلاوة على ذلك نقترح أن نطور ميزات أقلّ إزعاجاً أو أن نضيف ميزة لإيقاف تشغيل الإشعارات التي تصرف انتباه الأطفال. بالإضافة إلى ذلك نحتاج إلى تنفيذ تتبّع وقت الشاشة لمساعدة المستخدمين على تقليل وقت الشاشة

كيف نشجّع الصحة الرقمية بين الأطفال والموظفين؟

شجّع العقال على التوقف عن استخدام هواتفهم ، فالمدراء يمكنهم أن يحدّدوا أوقات محدّدة للموظّفين ليكونوا متاحين للمناقشات والمكالمات الهاتفية، كما يمكنهم أن يحثوا زملاء العمل على عدم الاتصال ببعضهم البعض في القضايا المتعلقة بالعمل ما لم يكن لديهم مسائل عاجلة للمناقشة ، ويمكن لأصحاب العمل أيضاً إيقاف تشغيل الإشعارات على جميع أجهزتهم.

حدّد الاتصالات غير الحرجة. رغم أنّه من الضروريّ للموظّفين والزملاء والمدراء التفاعل مع بعضهم البعض، فإنّ الصحة الرقمية للعقّال تتأثر سلباً عندما تغمرهم الاتصالات، وخاصة رسائل البريد الإلكتروني. هذا يسبّب ضغوطاً غير ضرورية حيث يتعيّن عليهم الردّ على رسائل البريد الإلكتروني وغيرها من أشكال الاتصال ، وحيث أنّ جميع هذه الاتصالات ليست مهمّة، يجب على أصحاب العمل تشجيع العقّال على الحدّ من رسائل البريد الإلكتروني غير الهامّة.



ارون غوبينات

المدير التنفيذي
الأكاديمية الملكية والأكاديمية بلومينجتون



الشبكة الرقمية :
المفترسون أو الوسطاء أو المحسنون
من أجل السلامة ؛ (شارك بأمان في
خضع المكاسب التكنولوجية المتطورة

هؤلاء هم أطفال ولدوا في عالم الإنترنت! يبدو ذلك رائعاً وخيالياً! أليس كذلك؟ كل شيء على ما يرام، ولكن نحن كبالغين، علينا أن ننتبه ونتدخّل بالطريقة الصحيحة للتأكد من ضمان الالتزام بأداب الإنترنت وقوانينه.

إنّ الأطفال الذين هم مستقبلنا والذين نمهد لهم الطريق، يجب أن يظلوا آمنين إلكترونياً، وهي حاجة الساعة! كلّ طفل هو شخص مميز للغاية ينتظره المستقبل المجهول بأذرع مفتوحة لاحتضانه. نحبّ أن نراهم سعداء وآمنين وآلا يضلّوا.

إنهم يتمتعون بالذكاء التكنولوجي، وهم دائماً في الاتجاه الصحيح! نحن نقرب شيئاً فشيئاً من أن نكون رواد الإنترنت في المستقبل.

عند سماع كلمة 'سايبير' نحسّ بالقلق الشديد. نحن شهود على وقوع هؤلاء الأطفال فريسة للإنترنت والتصاقهم بـفيسبوك وإنستغرام وتويتر. على الرغم من أنّ عالم الإنترنت يبدو براقاً بالوعود والتخيلات من جميع الأنواع، يمكن أن يكون معدياً وشرساً

إنّ الإنسان هو الكائن الأكثر تفوفاً على هذا الكوكب- أجهد دماغه واخترع العقل الميكانيكي، ولكن من هو السيد؟ ومن هو العبد؟ هل نحن، الذين يفترض أنهم يتحكّمون في الآلة، أم من تتحكم فيهم الآلة؟ سؤال جيّد، أليس كذلك؟ إلا أن الجواب يكمن فينا أيضاً ستلبي التقنية حتماً احتياجات الجميع، بمجرد دمجها أساسياً في جميع جوانب هذه الثقافة الديناميكية الجديدة.

ولكن ما مدى استعدادنا لمواجهة هذه الحقيقة المجرّدة التي لا تزال تحتكر المستقبل تدريجياً هل نجهز أنفسنا وأطفالنا لهذا الاستحواذ التكنولوجي أم لا؟

الدماغ البشري مقابل الدماغ الميكانيكي إنّ خلق العقول العبقريّة سيأخذ العالم إلى ما وراء المجهول.

مهما قيل وفعل، يجب أن نقبله مع بقائنا ضمن الحدود حتى لا نبالغ فيه لكلّ جوانب إيجابياتها وسلبياتها، وأوامرها ونواهيها، ونعم ولا. هذا هو المكان الذي يظهر فيه دور البالغين غير المسؤولين.



لأنّ جميع الطلاب قد رجعوا جالسين داخل الصف مع المعلم الذي يلقي الدروس أمامهم. لا؛ لأنّ الفصول قد تمّت ترقيتها بأحدث الجوانب التكنولوجية لتقديم الدروس مهما كانت تقنية المعلومات، ومهما قيل وفُعل، ستكون النتيجة مذهلة باهرة عند استخدام تقنية المعلومات بحذر وبالطريقة السوية وبالنسبة الصحيحة.

دعّ تكنولوجيا المعلومات لا تتحكم فينا؛ وعلى العكس، فلندعّ "تكنولوجيا المعلومات" تكون تحت سيطرتنا. ما هي تكنولوجيا المعلومات؟ هذا سؤال جيد. لكن الجواب واضح: تكنولوجيا المعلومات! المعلومات في متناول كلّ فرد.

ولذا، تشجعوا- فهي حاجة الساعة- للتأكد من أننا نزرع بذرة الحذر في جيلنا الحالي الذي هو فريسة المستقبل الضعيفة.

أما الآن فيعود لنا الأمر في أن نقرّر ما إذا كانت الشبكة الإلكترونية تعتبر مُفترسة أو وسيطة أو مُحسنة.

ارون غوبينات

المدير التنفيذي
الأكاديمية الملكية والأكاديمية بلومينجتون

a.gopinath@thelazargroup.ae

ومستوحذاً، فإذا لم تكن حذراً ومسيطرّاً عليه فعليك أنهل نحن-من عصر ما قبل غوغل- قادرون على تقديم المشورة للجيل الحالي في عصر ما بعد غوغل؟

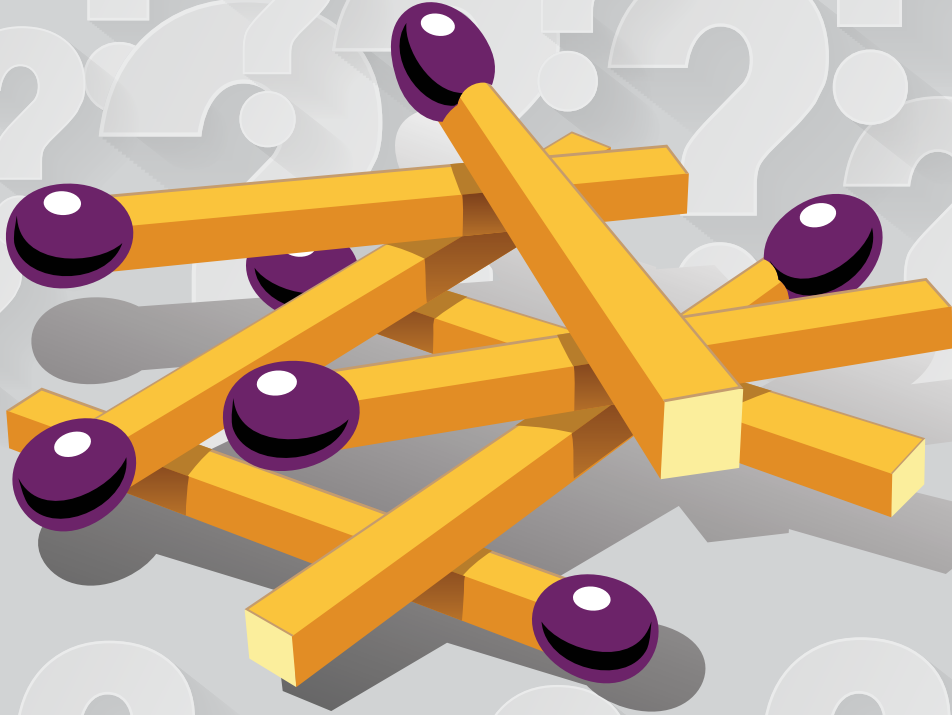
تعلم، إذا كان واجباً، لأنّ هؤلاء هم أطفالنا على المسار السريع!

تخطو على الشبكة بعناية بالغة وإلا ستكون العواقب وخيمة ورهيبة. نقرة هنا ونقرة هناك حيث يكمن الخطر. تدقيق هنا وتدقيق هناك حيث تتمّ تقوية الحزام.

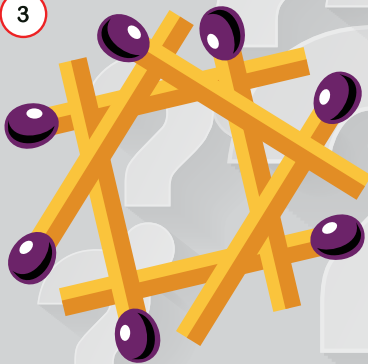
ظهر التعلم الإلكتروني مع انتشار جائحة كورونا كالنار في الهشيم في جميع أنحاء العالم في نهاية عام 2020م. أدّى ذلك إلى إلزام الأطفال على اكتساب فنّ التكنولوجيا بشكل إجباري، بدءاً من الأطفال في سنّ 3 سنوات إلى أكبر الدارسين. لقد كانت فترةً زمنية صعبة بالفعل! لقد تمّ استئناف الدراسة في الحرم الجامعي مع السيطرة على الوباء. هذا يطرح سؤالاً أمام العالم كلّهُ: هل نأخذ منعطفاً في المجال التعليمي حيث يتعلق الأمر بالتقدم التكنولوجي؟ فيمكن أن تكون الإجابة "نعم" و "لا". نعم؛



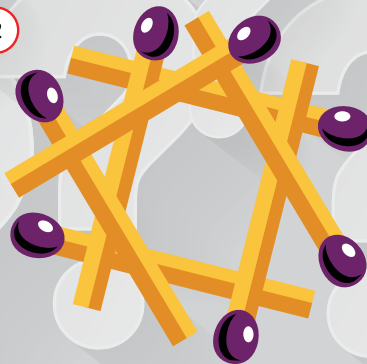
الانخراط بأمان في خضم
المكاسب التكنولوجية سريعة التطور



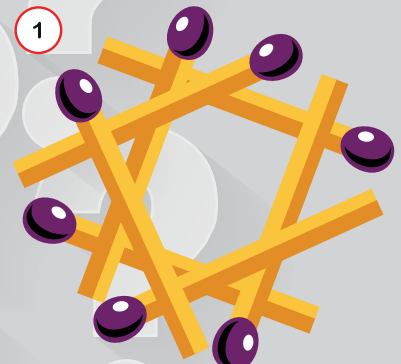
3



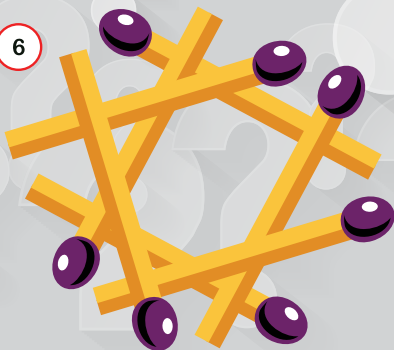
2



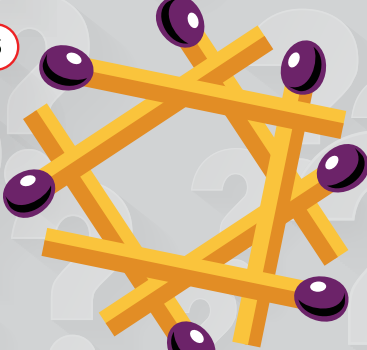
1



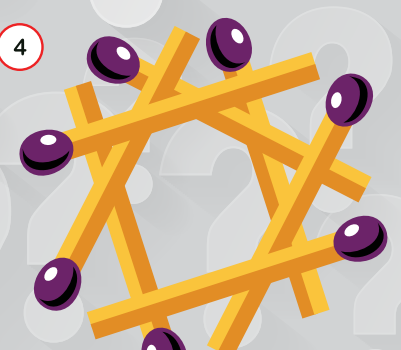
6



5



4



امسح رمز الاستجابة السريعة
لإرسال إجاباتك





جائش سيياستيان

العضو المنتدب والرئيس التنفيذي
، تاكبون



احذرا! عندما تتصل بالإنترنت

إذا كنت تريد إنقاذ أطفالك من التصيد الاحتيالي فعليك أن تعلمهم لئلا ينقروا فوق رسائل البريد الإلكتروني والنصوص غير المعروفة من الغرباء. ويجب أن يكونوا حذرين بشأن الرسائل التي تبدو كأنها من أصدقائهم ولكنها تبدو "مغلقة" أو لا تحتوي على رسالة شخصية حقيقية مرفقة.

3 نشر المعلومات الخاصة:

الأطفال لا يعتبرون الحدود الاجتماعية حاسمة. إنهم ينشرون أمورهم اليومية ومعلوماتهم الشخصية التي يجب ألا تكون متاحة للعامة.

لمنع أطفالك من نشر حياتهم على منصات التواصل الاجتماعي، تكلم معهم بحرية عن الحدود العامة وما ينبغي أن تعنيه لهم، لكن تأكد من تجنبك أن تكون فضولياً.

4 المفترسون الجنسيون للذكور:

يطارد المفترسون الجنسيون الأطفال على منصات الألعاب ووسائل التواصل الاجتماعي. يحاولون التواصل مع الأطفال على هذه المنصات ويتظاهرون بأنهم أصبحوا أصدقاء لكن هدفهم هو استغلال براءة الآخرين وانتهاك ثقتهم وغالباً ما يخدع هؤلاء المفترسون الأطفال للالتقاء في مكان ما، وقد أصبحت هذه الحوادث أكثر تكراراً بعد إدخال ألعاب الفيديو عبر الإنترنت.

مرة أخرى، يمكن أن يكون التحدث مع أطفالك بصراحة هو الطريقة الأكثر فعالية لحمايتهم من المفترسين الجنسيين.

5 الاستسلام للخدعة:

يقع الأطفال بسهولة فريسة للأشياء التي تلفت انتباههم مثل الألعاب المجانية عبر الإنترنت أو الميزات الخاصة، لا يمكن الوصول إليها بسهولة. يمكن لمجرمي الإنترنت تحديد الضحايا المحتملين وخدعتهم بمنحهم ما يريدونه مقابل مكافأة. إذا كنت تريد حماية نفسك وأطفالك من عمليات الخدعة، فعليك أن تعلمهم أنه إذا كان يبدو عرضاً جيداً بدرجة يصعب تصديقها، قد لا يكون على ما يبدو. وكذلك إن توهي الحذر من العروض عبر الإنترنت التي تعدُّ بالكثير يمكن أن يحميك من عمليات الاحتيال.

6 تنزيل البرمجيات الضارة:

يمكن غالباً خداع الأطفال لتنزيل برامج ضارة كلعبة. ويمكن لمجرمي الإنترنت استخدام البرمجيات الضارة لسرقة البيانات من الجهاز فيما بعد. وتحدث مثل هذه المشكلات غالباً عند تنزيل الألعاب من مصدر غير معروف.

تخيّل أنك تقود عبر مناطق وعرة بدون أية إشارات مرور، أو عبر الإشارات المضلّة. إنّ لكل بوصة من التقدم الذي تحدّته القدرة على تعريضك للخطر. أنت من خلال تواجده على الشبكة لست مختلفاً عن سائق يسوق سيارته عبر منطقة وعرة غير معروفة. إنّ لكل نقرة تنقرها، وكل صفحة تزورها، وكل شخص غير معروف تلقاه القدرة على إحداث الأضرار. النقطة ليست لإخافتك من إمكانيات عالم الإنترنت بل لتحذيرك لتجنب العثرات الشائعة. إنّ الأطفال أكثر عرضة للوقوع في الخطر، ويتعرضون للتهديدات عبر الإنترنت في سن مبكرة جداً. ويقضون أيضاً وقتاً طويلاً على الإنترنت أكثر من ذي قبل. يتطلب السيناريو تطوير تقنيات أكثر فعالية لحماية الأطفال من التهديدات عبر الإنترنت. إنّ التمر الإلكتروني وغيره من أشكال العنف عبر الإنترنت يمكن أن تؤثر على الصحة النفسية للأطفال.

في هذه المقالة، سنناقش إمكانية التغلب على بعض التهديدات الإلكترونية الأكثر شيوعاً كما اقترحها الخبراء من جميع أنحاء العالم.

1 التمر الإلكتروني:

التمر الإلكتروني أكثر أشكال التهديد شيوعاً ضد الأطفال عبر الشبكة. مما يجعل الأمر أسوأ أن معظم الأطفال لا يبلغون عن حوادث التمر الإلكتروني. وفقاً لدراسة فإن 47% من الأطفال قد أصبحوا ضحايا التمر الإلكتروني في مرحلة ما. في الوقت الحاضر أصبحت ألعاب الشبكة ملعباً افتراضياً للأطفال، وتمكن السخرية منهم للحصول على تفاصيلهم الشخصية. ليبدأ التمر الإلكتروني هناك.

إذا كنت تريد حماية أطفالك من التمر الإلكتروني فكن أكثر راحة في التحدث إليهم بصراحة حول ما يحدث في حياتهم، إذا واجهوا أي نوع من التمر عبر الإنترنت يجب أن تقفوا ضده.

2 التصيد الاحتيالي:

التصيد الاحتيالي هو استخدام الرسائل الإلكترونية لخداع الأطفال للنقر على المرفقات والروابط الماكرة. يخدع المتسللون الأطفال للنقر على تلك الروابط ويسرقون بياناتهم الشخصية باستخدامها.

قد يكون اكتشاف هذه الروابط صعباً جداً بالنسبة للأطفال. يُستخدم أحد أنواع التصيد الاحتيالي المعروف باسم التصيد الاحتيالي عبر الرسائل القصيرة والرسائل النصية أو برامج التواصل الاجتماعي لإرسال مثل هذه الروابط. هذا النوع من التصيد الاحتيالي أكثر شيوعاً في هذه الأيام.

هذه القائمة ليست شاملة. إن لكلّ تهديد مدرج هنا جوانب مختلفة أيضاً. سيستمرّ الأمر ويستمرّ إذا بدأنا مناقشة الواحد تلو الآخر. كما ناقش، لا بد من اكتشاف شكل جديد من أشكال الخطر عبر الإنترنت في بعض أنحاء العالم. هذه محاولة متواضعة لتوعيتك بأكثر التهديدات شيوعاً وخطورة في العالم الرقمي. إذا كان هذا يساعدك على أن تكون متيقظاً وحذراً فيتحقق الغرض.

جايش سياستيان

العضو المنتدب والرئيس التنفيذي ، تاكيون

✉ jayesh@takyonline.com

إنّ تعليم الأطفال ضد البرامج الضارة أحد أفضل وسائل الحماية التي يمكنك توفيرها لهم. وكذلك، يمكنك الحصول على مساعدة من برمجية الأمن السيبراني الشاملة عبر الأجهزة ووسائل الحماية الأمنية ذات الصلة لحماية طفلك من البرمجيات الضارة.

7 المقالات التي يمكن استخدامها ضدها

الإنترنت لا يأتي مع زر الحذف. الأشياء التي حدثت عبر الإنترنت تبقى هناك. وقد يسبب لهم مشكلة بعد 10 سنوات. يمكن أن يسبب الإنترنت ضرراً خطيراً ، ويمكن أن يغير مستقبلك بنقرة واحدة. ولذا دع أطفالك يعرفون أنه لن تتم إزالة أي شيء ينشرونه نهائياً. لذلك يجب أن يكونوا حذرين بشأن كل ما ينشرونه على منصات وسائل التواصل الاجتماعي الخاصة بهم .



هذه القائمة ليست شاملة. كل تهديد مدرج هنا له جوانب مختلفة أيضاً. سيستمر الأمر ويستمر إذا بدأنا مناقشة واحداً تلو الآخر. أثناء مناقشتنا ، لا بد من اكتشاف شكل جديد من أشكال الخطر عبر الإنترنت في جزء ما من العالم. هذه محاولة متواضعة لتوعيتك بأكثر التهديدات شيوعاً وخطورة في العالم الرقمي. إذا كان هذا يساعدك على أن تكون متيقظاً وحذراً ، فسيتم تحقيق الغرض



ساجانا بهاردواج

خبير حماية الطفل عبر الإنترنت

تربية الأطفال ووقت النظر إلى الشاشة

رأي الخبراء

حياة ناجحة، فعليك أن تشكّلها وفقاً لذوقهم وإرادتهم عن طريق منحهم مهاراتهم المفضلة (حسب اهتماماتهم). لتعزيز صفات الطفل: الآباء هم الشخصيات الوحيدة التي تشاهد أطفالها ينمون من أطفال صغار أرباء إلى شباب مكتملين يتمتعون بالكثير من الصفات (سيئة وجيدة)، والأفكار والأساليب والتفضيلات والعواطف. إن الآباء مسؤولية كبيرة في تعزيز تلك الصفات داخل أطفالهم والتي تجعلهم على دراية بأنفسهم، والتي تجربهم من هم؟ وما هو الصواب؟ وما هو الخطأ في العالم الرقمي اليوم؟

● لبناء شخصية الطفل:

يجب أن يشارك الآباء بشكل شامل في شخصية الطفل منذ مرحلة مبكرة جداً. تأكد من أنهم واثقون بما يكفي لشرح أي خوف أو أي مشاعر قد تكون لديهم أمام والديهم بحرية. هذه الثقة تجعل من السهل تجربة أشياء جديدة والتعافي من الفشل دون ندم والسعي للابتكارات واستخدام التكنولوجيا الإيجابية لتحقيق النجاح، وأخيراً تنمية شخصية صحية لدى أطفالك.

● للعمل على قضايا احترام الذات الخاصة بك:

كونك أباً يجب أن تعرف أكثر عن نهج طفلك، والأطفال يقلدون حياة آبائهم وسلوكهم. لذلك إذا لم تكن مستعداً لقبول العيوب والأخطاء المأخوذة منك فلا تتوقعها من طفلك أيضاً. تذكر أن الآباء هم قدوة لأطفالهم لذا فأنت مسؤول فقط عن بناء الخصائص الصحية وأفضل نسخة من طفلك في العصر الرقمي الحديث.

● حافظ على وقت الشاشة:

كوننا آباء فإننا قلقون بشأن ما تفعله التكنولوجيا لأطفالنا في الوقت الحاضر. نظراً لقضاء الكثير من وقتهم في المشاركة على وسائل التواصل الاجتماعي فإنهم يعانون من آثار عاطفية خطيرة، مثل الافتقار إلى المهارات العاطفية وتقليل قدرتهم على التعاطف وسلب إبداعهم. وفيما يلي بعض الاقتراحات لمراقبة وقت الشاشة لتحقيق التوازن بين الانغماس في عالم الإنترنت والعالم الحقيقي.

غالباً ما يكون الالتزام بالتربية المتوازنة عملية طبيعية وُلدت من الحب والعاطفة تقودها مشاعر التبعية المتبادلة بين الأطفال والآباء إلى حد كبير. جميع الحيوانات موصولة بشكل طبيعي لرعاية نسلها حتى تصل إلى حالة القدرة على الاعتناء باحتياجاتها الأساسية. إن للبشر وهم المخلوقات الأذكي منظوراً أوسع وحاجة أكبر إلى تربية الأطفال. تتعدى تربيتنا تنسئة الأطفال إلى إيجاد القدرة فيهم للعثور على الطعام وتناوله للأفراد الذين يتمتعون بالاستقرار العاطفي والعقلي حيث يكون هذا المفهوم للتربية صالح لأجيال بعد أجيال من البشر. لكل جيل فرصته وتحدياته الخاصة في تربية أطفاله، ولجلبنا فرصة للتقدم التكنولوجي. حسناً، لا شيء يأتي بالإيجابيات فقط، فالتكنولوجيا لها جانبها الآخر. زيادة وقت الشاشة وتأثيرها على الصحة البدنية والعقلية والنفسية لأطفالنا هو التحدي الذي يتعين على الآباء المعاصرين مواجهته وتحقيق التوازن فيه.

دعونا نكتشف ما تتطلبه تربية الأطفال بشكل عام وما يمكن للوالدين الاهتمام به لمعالجة قلق الأطفال الذين يقضون وقتاً كثيراً أمام شاشات مختلفة دون المساومة على إعدادهم للعالم الذي ينتظرهم.

هناك حاجة لأن تصبحوا آباء متصلين من خلال معرفة فلسفة التربية المتصلة مع مساعدة أطفالكم على الاستفادة المثلى من التكنولوجيا الحديثة في الوضع الآمن.

ستكون تربية الأطفال كما هي دائماً وسيلة ناجحة لتشجيع تفرد الطفل. يجب أن تجد طرقاً شتى لتشجيع القدرات الخفية داخل طفلك وإظهار تفردها بطريقة إبداعية مناسبة. هذا ممكن فقط إذا كنت تقضي وقتاً ممتعاً مع أطفالك. جميع الأطفال فريديون بالولادة ولديهم صفات محددة ولكنها مختلفة تماماً إلا أنها تتطلب الإرشاد والتلميح فقط ليعيشوا



رأي الخبراء



● ضع الحدود :

يمكن للوالدين تحديد قواعد معيّنة في المنزل. يجب أن تظلّ الأجهزة الرقمية غير متصلة في أوقات الوجبات ووقت النوم ووقت الدراسة وأثناء اللعب. يمكنك أيضاً تحديد غرف تسمّى مناطق خالية من الشاشات مثل غرفة القراءة من خلال تخصيص بعض الأوقات من اليوم الخالية من الشاشات.

● كن متعمّداً :

كونك أحد الوالدين، فأنت قويّ بما يكفي لتقرير ما هو صواب أو خطأ لك ولعائلتك. لذا خطط وفقاً لأهدافك فيما يتعلّق بما تريد إنتاجه في عائلتك. انتبه إلى جميع تصرّفات الأسرة تجاه استخدام الشاشة. إذا وجدت شيئاً ليس جيداً للأطفال فغيّره وفقاً لخطتك، لكن ابدأ بسلوكك أولاً.

● تتبّع استخدام هاتفك المحمول :

يجب على الآباء التفكير في التطبيقات عالية الجودة لتتّبّع التطبيقات التي يستخدمها أطفالهم. تمّ تقديم العديد من التطبيقات لهذا الغرض، وهي متوفّرة على أنظمة (الأندرويد وأي أو أس). يساعد ذلك كثيراً في تحديد استخدام الوقت في تطبيقات مختلفة. يمكنك إنشاء أدوات التصفية أو حظر المواد غير المفيدة أو الضارّة لجهاز طفلك.

● عليك بإيجاد التوازن :

قد يؤدي استخدام الوالدين المكثف للأجهزة إلى تفاعلات سلبية، مما يؤدي إلى نقص فرص التعلم الأسري والتوترات المنزلية الداخلية والصراعات، لذلك من الضروري أيضاً إيجاد توازن في استخدام التكنولوجيا للآباء أيضاً. فيما يلي بعض النصائح المقترحة

● للحفاظ على التوازن :

راقب باستمرار استخدام الشاشات في المنزل وفوائدها إن التأمّل الذاتي من وقت لآخر في استخدام الشاشات المختلفة في المنزل؛ الهواتف المحمولة، وأجهزة سطح المكتب، وأجهزة الكمبيوتر المحمولة، والأجهزة اللوحية، وأجهزة التلفزيون، وما إلى ذلك تجاه الاستفادة من الوقت والطاقة التي يتم إنفاقها على المدى القصير والطويل يساعدنا على إدراك وإجراء تغييرات في الطريقة التي نتعامل بها مع شاشاتنا.

● حدّد الضغوطات :

هذا هو أحد العناصر الرئيسية في تربية الأطفال وهو أمر خطير أيضاً. عندما يكون لدى الوالدين عبء عمل في المنزل باستخدام أجهزتهم، فقد يؤدي عدم قضاء الوقت مع أطفالهم إلى إحداث تأثير سيء على الأطفال. تذكّر شيئاً واحداً: هذا ليس خطأهم إذ لم يكن لديك وقت ممتع لأطفالك. حاول التعديل أو التعامل مع عبء العمل الخاص بك في أي مكان آخر، مثل المكتب لأنك تحتاج إلى مساحة ووقت لمهامك. يجب أن تعلم أن الاستخدام المفرط يضرّ بالعلاقة الأسرية بشكل سيء.

إنّ تربية الأطفال ليست بمجرد غرس القيم والمعتقدات في الأطفال التي نؤمن بها ونمارسها، ولكن إنشاء أفراد لديهم قيم قويّة وإجماع ليقرروا الصواب والخطأ وهم يواجهون عالمهم. ولا شك هناك في أن العالم الذي ينتظرنا هو عالم ماهر تقنياً وتقوده التكنولوجيا. يجب أن يكون أطفالنا مجهزين ليس فقط لاستخدام التكنولوجيا ولكن للإبداع والارتجال لخلق عالم أفضل لهم وللأجيال القادمة. عندما يعتقدون هذه الرحلة التي تسمى الحياة يجب أن يتمتعوا بجسم وعقل سليمين قادرين على حماية البشرية والحفاظ عليها. وبالتالي فإن استخدام التكنولوجيا والانخراط في العالم الحقيقي أمر مهم للغاية. يلعب الوالدان دوراً رئيسياً في ضمان التوازن كبشر، ليس هناك واجب علينا أكثر أهمية من من الحفاظ على جيلنا القادم سليماً وقادراً.

نظرة فاحصة على علامات التحذير من الاستخدام غير الصحي للتكنولوجيا يشكو بعض الأطفال غالباً من الملل أو التعاسة أو النعاس بسبب محدودية الوصول إلى التكنولوجيا. ونتيجة لذلك فإنهم يظهرون سلوكاً قاسياً ويهملون التواصل وجهاً لوجه مع الجميع في المنزل والمدرسة. يجب على الآباء ملاحظة هذه الأنواع من العلامات. لا أحد يعرف كيف سيبدو العالم الرقمي الحالي في السنوات القادمة، ولكن من المؤكد أنه مع تنامي التكنولوجيا سوف تزداد مشاركة الأطفال أيضاً. ونتيجة لذلك، بصفتك أحد الوالدين، يجب عليك تحديث تعريفك للتأثيرات الصحية أو غير الصحية أو استخدام التكنولوجيا تجاه أطفالك؛ إنها مسؤولية صحية جهرّ أطفالك للمستقبل مع إبقائهم بشراً.

سانجانا بهاردواج

خبير حماية الطفل عبر الإنترنت

sanjana.bhardwaj@gmail.com





ياسر سعيد الفلتي

أمين السر- عضو مجلس إدارة جمعية الإمارات للإنترنت الآمن

أفكار واقتراحات للآباء والأطفال



بسهولة مع أنه ربما يكون محرّفاً. فالنتيجة تعتمد على كيفية استخدام المرء لوقته على الإنترنت. القول بهذا الأمر أسهل من فعله لأنّ البالغين أنفسهم لا يستطيعون التوقف عن تصفح المنشورات اللانهائية على فيسبوك وإنستغرام حيث أنّهم يمضون وقتهم النفيس بلا فائدة. إذا كان الأمر كذلك مع البالغين فكم سيكون الأمر أكثر صعوبة على الأطفال للتحكّم في أنفسهم وتقليل الوقت الذي يقضونه على الإنترنت؟ إنّ مخاطر عالم الإنترنت متعددة جداً، بدءاً من التقرّر الإلكتروني والاستمالة عبر الإنترنت إلى الإقناع الأيديولوجي حيث تقع على عاتق الوالدين مسؤولية مراقبة استخدام أطفالهم للإنترنت. إنّ يوتيوب وسناب شات وإنستغرام هي أكثر المنصات التي ومن السهل معرفة، (Zجيل) يتردد عليها جيل ما بعد الألفية السبب لهذا الميل المتزايد. يجد العقل الشاب جاذبية كبيرة في مشاهدة عدد لا يحصى من مقاطع الفيديو القصيرة، كما يجد الوصول إلى منتديات متعددة بسهولة. تعمل هذه الأنشطة على تعزيز فترات الاهتمام المنخفضة والرغبة في الإشباع الفوري الذي يُعيق النّمّو الصّحيّ ويؤثر بالرفاه العام للأطفال على المدى الطويل.

تثقيف الأطفال والآباء والمعلمين حول سلامة الأطفال واستخدامهم المسؤول لتقنية المعلومات والاتصالات.

يتعرّض الأطفال لعالم الإنترنت منذ سنّ مبكّرة جداً. هذه الحقيقة وحدها لا تسمح لنا بإصدار أيّ نوع من أحكام القيمة، بَعْضُ النظر عن ميلنا للقيام بذلك. هذه مجرد حقيقة من حقائق حياتنا. هناك أدلّة وافرة تشير إلى أن جيل ما بعد الألفية قد نشأوا وهم ينظرون إلى الهواتف المحمولة على (Zجيل) أنّها أداة من نتائج الحياة على عكس الأجيال السابقة، ممّا جعلهم يستخدمون مثل هذه الأجهزة مع حماسة مطلقة، وأيضاً لقد أصبح من الواضح تماماً أن السبب الرئيسي لاستخدام الأطفال للأجهزة مثل الهواتف وأجهزة الكمبيوتر المحمولة هو الوصول إلى المجتمعات والمنتديات عبر الإنترنت. توجد هناك صداقات ومجموعات في مثل هذه المجموعات، ويكون الأمر أكثر جاذبية عندما تتركز تلك الصداقة على هدفٍ معيّن مثل مناقشة رسوم متحركة أو لعبة. هناك عددٌ متزايد من هذه المنتديات المخصّصة للمجالات المتنوعة كافة، بما فيها الألعاب والصور في العديد من المنتديات الفرعية. بمجرد الوصول إلى مثل هذه المنتديات مرّة سيتعرّضون حتماً لمحتوى غير لائق حتى دون رغبتهم في مشاهدته، ويمكنهم تعلّم شيء مفيد عن طريق الإنترنت



ويمكن للمدرّسين تطبيق العديد من السياسات نفسها في تفاعلاتهم مع الطلاب. ويمكن لهم غرس عاداتٍ جيّدة عبر الإنترنت للأطفال من خلال إظهار الطرق الصحيحة لتصفح الإنترنت والأضرار الناجمة عن الاستخدام المفرط، والإرشادات التي يجب عليهم اتباعها. ويجب أن تقوم المدارس أيضاً بدور نشيط في تعليم الأطفال حول الأمان عبر الإنترنت وكيفية استخدام الإنترنت بطريقة مناسبة. سيكون إجراء الدورات التدريبية طريقة جيدة لمحاولة تقديم ممارسات فعّالة عبر الإنترنت للأطفال.

فالآن، إن أول طريقة لمواجهة الممارسات السيئة هي البدء في الممارسات الحسنة. فعليك أن تظهر الأشياء الرائعة التي يمكنهم التعامل بها عبر الإنترنت وتجربهم بعض الألعاب التعليمية المناسبة للأطفال الصغار. وبالنسبة لكبار السن قليلاً، فعليك أن تشجّعهم على تجربة تعلم البرمجة والفوتوشوب. يظهر الأطفال الصغار مدى مهاراتهم في مثل هذه المهام، لذا دع أطفالك يستكشفون تلك المجالات ويعرفون مواضع اهتماماتهم. وبمجرد النقر على شيء ما، لن يهتموا بالمجتمعات والمنتديات غير الناضجة وسيتم استخدام وقتهم بطريقة أكثر إنتاجية.

ياسر سعيد الفليتي

أمين السر- عضو مجلس إدارة جمعية الإمارات للإنترنت الآمن

✉ alfulaiti79@gmail.com



يشعر الآباء اليوم كما لو أنهم يُحدّون من حرّية أطفالهم إذا فرضوا قواعد معيّنة لكنّ الأمر ليس كذلك. إنّ الطفل الذي يقلّ عمره عن ثمانية عشر عاماً غير قادرٍ على اتخاذ قرارات عقلانية فيما يتعلق بسلوكه على الإنترنت لذلك يجب على الآباء اتباع نهج أكثر انخراطاً عندما يتعلق الأمر بمراقبة نشاطات أطفالهم عبر الإنترنت. وتتمثل الخطوة الأكثر أهمية في الحدّ من مقدار الوقت الذي تستغرقه الشاشة لأن هذا يجبر الطفل على تكوين علاقات فعليّة وإجراء تفاعلات حقيقيّة خارج المجتمع عبر الإنترنت. هناك فرصٌ وافرة لتكوين اتصالات على الإنترنت من خلال غرف الدردشة وتطبيقات المراسلة، مع أنها ليست كلّها سيئة وقد توفر إحساساً بالصدقة الحميمة والقربى العميقة إلا أنها بدائل سيئة لعلاقات العالم الحقيقي. هنالك جانبٌ مهمّ آخر يتمّ تجاهله عادةً، وهو إخبار الطفل بأنه سستم مراقبة نشاطه عبر



جمعية الإمارات للإنترنت الآمن
EMIRATES SAFER INTERNET SOCIETY

info@esafe.ae, www.esafesociety.org

ساهم معنا من خلال
الإشتراك بعضوية الجمعية

للتسجيل الإلكتروني

www.esafe.ae

