

دليل الأسر

لحماية الأطفال من مخاطر الإنترنت

10 أسئلة!



تقديم

في ظل تدابير الطوارئ الصحية التي اتخذتها بلادنا لمواجهة انتشار وباء كورونا، يقضي ما يقارب 80% من أطفال المغرب معظم أوقاتهم أمام شاشات الأجهزة الإلكترونية، من حواسيب وهواتف ذكية وأجهزة التلفاز الذكية والعادية الموصولة بالإنترنت والأقمار الاصطناعية.

ومع اعتماد نظام جديد في حضور الأطفال للمدارس واعتماد التقنيات والحلول الرقمية لمواصلة التعلم عن بعد، تزايد إقبال الأطفال، من جميع الفئات الاجتماعية، على استعمال شبكة الأنترنت، التي توفر فرصاً مثيرة ومبتكرة لمواصلة التعلم ومصدراً جيداً للمعلومات التي يمكن أن تساعد في حل واجباتهم المدرسية أو تمنحهم إمكانيات للترفيه اعتماداً على الألعاب الإلكترونية أو استعمال وسائل التواصل الاجتماعي.

كما أن تطبيقات التواصل الاجتماعية و المنصات الافتراضية تساعد الأطفال على البقاء على اتصال مع الأصدقاء وأفراد العائلة.

وعلى الرغم من المتطلبات المتزايدة اليوم، في جميع المهن والقطاعات في المغرب، من أجل مهارات تكنولوجيا المعلومات والاتصالات والإلمام بالإنترنت. فإنه من المهم أن نكون على بينة من المخاطر التي تواجه مستخدمي الإنترنت من الأطفال و انعكاساتها السلبية على صحتهم الجسدية والعقلية والنفسية.

أمام هذا الوضع تزايد أسئلة الأسر والأطفال حول كيفية الاستفادة من الفرص التي يقدمها الأنترنت للأطفال للتعلم والترفيه والحد من مخاطره المحتملة.

من خلال هذا الدليل، تقدم وزارة التضامن والتنمية الاجتماعية والمساواة والأسرة، بالتعاون مع اليونيسيف، الأجابة العملية على بعض تساؤلات الأسر، تساعد على مواكبة أطفالهم حسب سنهم، سواء من خلال الحوار أو عبر وضع قواعد عملية متفق عليها مع الأطفال لتحقيق التوازن والاستفادة المثلى من منافع الأنترنت والوقاية من أضراره.

1. كيف يمكن لي أن أحمي طفلي وليست لي دراية كافية بالإنترنت؟

قد يكون طفلك على دراية بتكنولوجيا الإنترنت بشكل أفضل منك، أو أن تكون معلوماتك غير كافية لفهم ما يتوجب فعله في مواقف معينة لحمايته. ورغم ذلك، فهذا لا يمنع من أن تتصرف مع طفلك بخبرة البالغين وبمهارات حياتهم وحسهم السليم، لمناقشة معايير السلامة الإلكترونية.

إنك في وضع جيد يسمح لك بتقديم المشورة لطفلك وتوجيهه ودعمه للحصول على فوائد تكنولوجيا المعلومات والاتصالات، مع التقليل في الوقت نفسه، إلى أدنى حد، من الأخطار المحتملة التي قد يتعرض لها. فمن خلال التوعية بالمخاطر المرتبطة باستخدام الإنترنت، يمكنك مساعدة طفلك في التحكم بها والتخفيف منها.

كن يقظاً بشأن الوقت الذي يقضيه طفلك على الإنترنت، اجعله يدرك أن حياته الافتراضية لا ينبغي أن تتجاوز حياته الحقيقية: شجعه على ممارسة الرياضة، على سبيل المثال، أو مرافقته إلى السينما أو المسرح والأندية الثقافية، والمشاركة في الأنشطة الاجتماعية.



2. ما هي الأخطار التي يمكن أن تواجه طفلي على الأنترنت؟

تشمل المخاطر المرتبطة باستخدام الأنترنت ما يلي:

الإدمان: يحدث الإدمان عندما يقبل الطفل بشكل يومي ولفترات طويلة على استعمال الأجهزة الالكترونية الموصولة بشبكة الأنترنت، و يحرص بشكل مفرط على وجودها معه في كل مكان، حيث يعبر عن عدم قدرته على التخلص منها أو شعوره بالملل بمجرد مفارقتها.

يقترن الإدمان عادة بابتعاد الطفل عن جو الأسرة واحتمال ظهور بعض أعراض الانطوائية والعزلة والكتئاب عليه، وكذا تكرار حالة الشرود وقلة الانتباه، والميل إلى الكسل ورفض القيام بأنشطة يومية أخرى.

التعرض لمحتويات غير ملائمة أو غير مشروعة: ويشمل ذلك المواد الإباحية و الجنسية والعيفة أو المحرصة على الكراهية أو غيرها من المحتويات الخطيرة.

المبالغة في نشر وتقااس المعلومات والصور الشخصية: يمكن لهذه المعلومات أن تقع بين أيدي أشخاص يستغلونها لاستمالة الطفل عبر الانترنت، وربط اتصال عاطفي معه لكسب ثقته لأغراض جنسية واستغلاله والسيطرة عليه. وقد يختبئ البالغ وراء بروفايل وهمي لمعرفة معلومات كاملة عن عائلة الطفل وعلاقاته الاجتماعية .

تبادل الرسائل الجنسية: وهو المجال الذي يعرض فيه الأطفال والمراهقون أنفسهم للخطر، من خلال نشر صور استغرافية جنسيًا لأنفسهم عبر الإنترنت أو إرسالها إلى الأصدقاء باستخدام تقنيات الهاتف المحمول.

التنمر عبر الإنترنت: هو نوع من التسلط باستخدام التقنيات الرقمية. ويمكن أن يحدث على وسائل التواصل الاجتماعي، ومنصات التراسل، ومنصات الألعاب الإلكترونية، والهواتف الخلوية. وهو سلوك متكرر يهدف إلى تخويف الأشخاص المستهدفين أو إغضابهم أو التشهير بهم.

ومن بين الأمثلة على التنمر: نشر الأكاذيب أو نشر صور محرجة لشخص ما على وسائل التواصل الاجتماعي؛ إرسال رسائل مؤذية أو تهديدات عبر منصات التراسل؛ انتحال شخصية أحد ما وتوجيه رسائل دنيئة للآخرين باسمه.

التلاعب عبر الإنترنت : يحدث عندما يتعرض الأطفال الذين يترددون على الشبكات الاجتماعية لمحتويات منتقات بقصد استمالتهم والتلاعب بهم من خلال ترويج أفكار وتوجهات إيديولوجية أو أخبار زائفة أو إعلانات لعلامات تجارية. يؤثر هذا الاستهداف على التطور الصحي للأطفال وعلى آرائهم وتفضيلاتهم وقيمهم وعاداتهم.

إدمان الألعاب الإلكترونية «الألعاب الرقمية» أو «ألعاب الفيديو» أو اضطراب اللعب: يصنف حاليا كنمط سلوكي مرضي يعرض الطفل لضعف في التحكم في الألعاب على الرغم من حدوث عواقب سلبية.

3. كيف يمكن لي تحديد قواعد لاستعمال الإنترنت؟

العمل مع الأطفال لوضع قواعد حول كيفية ومواعيد وأماكن استخدام الأجهزة الإلكترونية والإنترنت وعواقب الاستخدام غير اللائق أمر ضروري للغاية.

لهذا كن واضحًا حول قواعد وتوقعات عائلتك بخصوص تكنولوجيا الإنترنت. بمجرد أن يبدأ طفلك في استخدام الهاتف المحمول أو الأجهزة اللوحية ، ناقش معه احتياجات السلامة ، وحدد معه قائمة بالقواعد المتفق عليها. وينبغي أن تشمل هذه القواعد المدة المسموح بها للاتصال بالإنترنت، وكيف يمكن استخدامها، والمواقع المحبب الدخول إليها، ونوعية المواد التي يمكن تحميلها وكيفية التعامل مع المحتويات غير اللائقة.

هناك قاعدتان بسيطتان يجب تثبيتهما: الإنترنت أداة للعائلة بأكملها لذا يستحسن تجنب استخدام طفلك للإنترنت بمفرده في غرفته على سبيل المثال. استعمل كلمة مرور للوصول إلى حاسوب العائلة عندما يكون أطفالك بمفردهم في المنزل. ولا تنس أنه يمكن لطفلك استخدام الإنترنت في أي مكان: على الكمبيوتر، على الهاتف المحمول و الأجهزة اللوحية

يمكن تدوين هذه القواعد و مراجعتها مع طفلك كلما اقتضى الأمر.



4. كيف أراقب استخدام طفلي للإنترنت؟

من الأهمية بمكان تحديد ما يفعله طفلك عبر الإنترنت: تحدث إليه حول أنشطته اليومية، عن الأشخاص الذين يتواصل معهم، وذلك باعتماد الحوار المفتوح والحفاظ عليه باستمرار. تعرف على المنتجات والخدمات التي يستخدمها طفلك، وحاول فهم استخدامه للشبكات الاجتماعية من منظوره. إذا كنت أيضا من متابعي الشبكات الاجتماعية أطلب صداقة طفلك، وانظم الي قائمة أصدقائه برضا منه. بعد ذلك حاول التعرف على أصدقاء طفلك، سواء كانوا متصلين أو غير متصلين بالإنترنت.

ساعد طفلك في تطبيق إعدادات الخصوصية وضوابط المشاركة التي تحافظ على سرية معطياته الشخصية. وإذا كنت غير ملم بها فاتحه في الأمر، واطرح عليه أسئلة وحفزه للبحث عن الأجوبة.

اعلم أن العديد من المواقع والتطبيقات الخاصة بمشاركة الأفكار والصور ومقاطع الفيديو، توفر خدمات لحماية المعطيات الشخصية تساعدك في تحديد من يمكنه رؤية المحتوى قبل نشره.

تقاسم مع طفلك ثقته في المواقع التي يتردد عليها، أعباه المفضلة. فكلما شعر بالثقة معك كلما تحدث إليك عن محتوى صادم يزعجه أو عن تعرضه للمضايقة. واطلاعه على هذه المعلومات يساعدك على حماية طفلك بشكل أفضل.

العديد من المواقع لها قيود عمرية حسب نوعية المحتوى الذي توفره لمستخدمي الإنترنت، علم طفلك استعمال هذه القواعد أو تحدث معه حولها، واستخدم الإعدادات التي توفرها لضمان الخصوصية والتبليغ عن المشاكل والمحتويات الضارة.

5. ألاحظ تغيراً في سلوك طفلي منذ بداية استخدامه للإنترنت، كيف أتصرف؟

كن متنبهاً لأي تغييرات في سلوك طفلك بعد شروعه في استعمال الإنترنت.

اعلم بأن طفلك قد يتصرف على الإنترنت بشكل مختلف تماماً عن تصرفه خارج الإنترنت، أو عن تصرفاته معك ومع بقية أفراد أسرتك. فعادة ما يتصرف الناس بعدوانية عبر الإنترنت، لأنهم يعتقدون أنهم محميون من المحاسبة أو أن لا أحد يمكن أن يتعرف عليهم.

استثمر أية معلومة أو ملاحظة حول سلوك غير لائق لطفلك، فهي تعطيك فرصة للنقاش معه حول الأسلوب المناسب للتواصل في الإنترنت، ناقشه بثقة وامنحه الفرصة لتعديل سلوكه.

الاهتمام بسلوك طفلك، من شأنه أن ينبهك إلى تغييرات ناتجة عن مشاكل التمر أو التحرش التي قد يتعرض لها.

شجع طفلك على إخبارك إذا كان هناك شيء يجعله يشعر بعدم الارتياح أو التهديد. ذكّره بالتوقف فوراً عن السلوك الذي يجعله يشعر بعدم الارتياح أو الريبة. حافظ على الهدوء بغض النظر عما يقوله لك، واحصل على كل الحقائق، ثم اتخذ الإجراء المناسب بما فيه التبليغ عن الخطر. امدح طفلك على ثقته بك.



6. كيف أحمي طفلي من الأشخاص الغرباء الذين يتعرف عليهم عبر الإنترنت؟

العديد من الأطفال لا يدركون خطورة الانخراط في المحادثات عبر الإنترنت أو مشاركة المعطيات الشخصية والصور مع الغرباء.

لتفادي هذا الخطر، يجب أن تشجع طفلك على استخدام مواقع الإنترنت فقط للتواصل مع أصدقائه الذين يعرفهم في الواقع.

ومع ذلك ، إذا تطورت صداقة قوية عبر الإنترنت ورجب طفلك في ترتيب لقاء مع صديق ما ، نبهه إلى عدم المخاطرة بنفسه و احرص على مرافقته، وعلى أن يكون اللقاء في مكان عام و آمن.

يجب الانتباه إلى أن عدم استخدام الطفل لشبكات التواصل الاجتماعي لا يعني أنه في مأمن. فمن المعلوم أن منتهكي خصوصية الأطفال على الإنترنت يستخدمون الألعاب التي يفضلها الأطفال الصغار، مثل «فورت نايت» التي تحتوي على خاصية الصوت وال دردشة عبر الإنترنت، أو «روبوكس» التي تحتوي على وظيفة الدردشة عبر الإنترنت فقط.

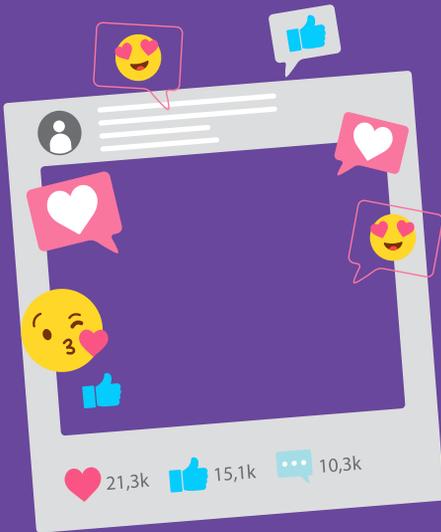
تعرف على آليات التبليغ الشرطة القضائية والنيابة العامة عن أي إساءة أو تحرش أو عنف أو استغلال يتعرض له الأطفال على الإنترنت .



7. كيف أمنع طفلي من نشر ومشاركة معلوماته الشخصية عبر الإنترنت؟

ساعد طفلك على فهم المعلومات التي يجب أن تبقى سرية، وذكّره بأنه بمجرد نشر المعلومات عبر الإنترنت، لا يمكنه إسترجاعها، وأنه من الممكن أن يستعملها البعض لأغراض تضره.

علم طفلك أن يكون حذرا من خلال إعطائه بعض النصائح البسيطة: حماية خصوصيته من خلال عدم إعطاء المعلومات الشخصية (الاسم، العنوان، الهاتف، الصور...).



8. كيف أحمي طفلي خلال مختلف مراحل العمرية ؟

أ. قبل 3 سنوات

- عدم استعمال الهاتف أو اللوحة الإلكترونية لتهدئة أو إلهاء الطفل؛
- تفادي مشاهدة أي شاشة في غرفة مظلمة؛
- عدم ترك هاتف مشغل في غرفة نوم الطفل أو تفعيل نظام الطيران؛
- اللعب مع الطفل بدل جعله يلعب بالأجهزة الإلكترونية.

ب. من 3 إلى 6 سنوات

- تحديد قواعد واضحة لأوقات استعمال التكنولوجيات الحديثة؛
- تحديد البرامج المناسبة لسن الطفل؛
- وضع اللوحات الإلكترونية وشاشة التلفاز والحاسوب في الصالونات وليس في غرف النوم؛
- تفضيل اللعب الجماعية على اللعب الإلكترونية الفردية؛
- منع الأطفال من استعمال الوسائل الرقمية أثناء الوجبات وقبل النوم.

ج. من 6 إلى 9 سنوات

- الحرص على الاستعمال المتوازن للوسائل الرقمية بين الدراسة والترفيه؛
- تحديد قواعد الولوج إلى الإنترنت ومدة الاستعمال مع الطفل، والحديث معه باستمرار عن أنشطته الرقمية ؛
- التحدث مع الطفل حول الحق في الخصوصية والحق في الصورة وعن مبادئ الإنترنت؛
- مراقبة لائحة ألعاب الطفل المفضلة وتطبيقاته على الجهاز.

د. من 9 إلى 12 سنة

- منح الطفل الحق في وولوج الإنترنت بشروط ورقابة؛
- تحديد الوقت المخصص للدراسة والترفيه والوقت المخصص لاستعمال حاسوب أو لوحة موصولة بشبكة الإنترنت وألعاب الفيديو؛
- تذكير الطفل دائماً بمبادئ الإنترنت؛
- العمل مع الطفل على تحديد السن الذي يمكن أن يحصل فيه على هاتف ذكي خاص به؛
- ترك التلفاز في حالة تشغيل يؤثر على تحصيل الطفل حتى وإن لم يكن يشاهده.

هـ. بعد 12 سنة إلى 18 سنة

- منح الطفل حرية الولوج للإنترنت مع تحديد الأوقات والاتفاق معه حولها ؛
- تقليل الاعتماد على الإنترنت وتحفيز الطفل على هوايات أخرى كالقراءة الورقية والرياضة، مع اكتشاف مواهب الطفل وتنميتها، ومكافأته على الأعمال الإيجابية؛
- التواصل مع الطفل بوضوح حول الجرائم الإلكترونية، وخطاب الكراهية، والدعوة للتطرف، وسرقة المعطيات الشخصية؛
- قبل النوم أعمل على قطع الإنترنت وإغلاق جميع الأجهزة الإلكترونية.

9. ما هي التطبيقات الإلكترونية التي تساعدني على مراقبة أنشطة طفلي على الإنترنت؟

توفر شركات البحث ومزودي الخدمات ومزودي الأنظمة المعلوماتية وشركات صناعة الهواتف الذكية العديد من الأدوات والحلول لتمكين الآباء من المراقبة المستمرة للأطفال على استعمال الإنترنت.

ومن بين أهم هذه الحلول نجد تطبيقات للمراقبة الوالدية: تتيح لك هذه التطبيقات حجب المحتويات غير الملائمة لطفلك، رصد أنشطته على شبكة الانترنت، الاطلاع على محتويات البحث الذي يقوم به وعدد مرات الدخول إلى مواقع التواصل الاجتماعي. كما تمكن بعض التطبيقات من تحديد أوقات الاتصال بالإنترنت، والتأكد من عدم نشر الأطفال معلوماتهم الشخصية، وحظر المواد الإباحية، وحظر ألعاب المقامرة والعنف وغير ذلك من محتويات الويب غير اللائقة.

ومن بين تطبيقات المراقبة الوالدية التي يمكن استعمالها، نذكر ما يلي:

Qustodio Parental Contro -

Kids place contrôle parental -

Norton Family -

Kaspersky Safekids -

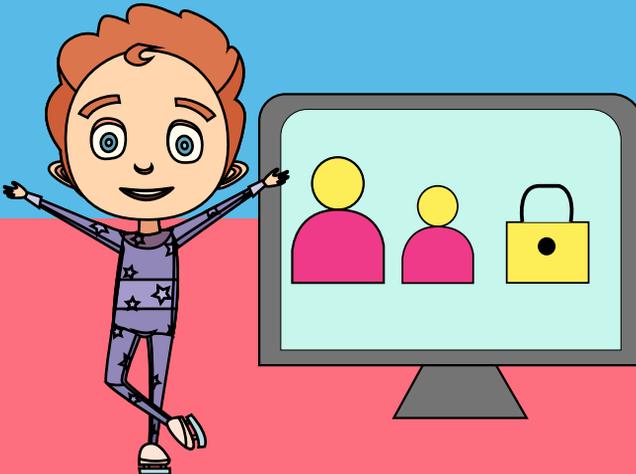
Kids zone -

Kidslox -

Safe Browser -

تطبيق Applock -

Screen Time -



10. ما هي محركات البحث الملائمة للأطفال؟

توجد بعض محركات البحث الخاصة بالأطفال التي تقوم بتصفية المحتويات ونتائج البحث، حيث تسمح فقط بظهور المحتويات المناسبة للأطفال، كما تحجب الاعلانات والمحتويات غير الملائمة للناشئة، نذكر منها:

www.kiddle.co -

www.alarms.org/kidrex -

www.kidtopia.info -

www.duckduckgo.com -

www.kidssearch.com -

qwantjunior.com -

www.youtube.com/yt/kids -



انتبه لوضعية طفلك
أثناء استعماله للأجهزة الرقمية





المملكة المغربية وزارة التضامن والتنمية
الاجتماعية والمساواة والأسرة

شارع ابن سنا، اكدال، الرباط، 47

mdsfs@mdsfs.ma

www.social.gov.ma

