



مرآتي مرآتي، أخبريني، لمن توجد أجمل صورة بروفييل في البلدة؟

من منا لم يسأل نفسه هذا السؤال؟ من المحتمل أن أبناءكم منشغلون بهذا السؤال أيضًا.

يقوم الأطفال والمراهقون بنشاطات في الشبكات الاجتماعية كجزء من مجرى حياتهم المعتاد، حيث يخوضون التجارب، ويتعرفون على مستخدمين آخرين بعضهم يُعدّ قدوة يتماهون معها ("اليوتيوبرز" ونجوم الشبكة)، وينضمّون إلى مجموعات تهتمهم، ويعبرون عن أنفسهم، ويتلقّون ردودًا سريعة على المنشورات. تُعدّ الشبكات الاجتماعية حيزًا إضافيًا لبلورة الهوية الذاتية، حيث يلبي استخدامها احتياجات تطورية كالحاجة إلى الانتماء والحضور. تتجلى هذه الحاجة بعدة طرق، كالتقاط الصُور ومقاطع الفيديو ونشر المضامين من أجل الحصول على "اللايكات"، وزيادة عدد المتابعين، والقبول الاجتماعي.

إنّ المبادرة لإجراء حديث مستمر مع أبناءكم حول سلوكهم في الشبكات الاجتماعية تبعًا لأعمارهم سيتيح لكم التواصل مع عالمهم. من خلال حديثكم ومشاركتكم الشخصية، سيكون بإمكانكم أن توجّهوهم وأن تكونوا قدوة لهم، وأن تؤثرُوا على كيفية استخدامهم للشبكة وأن تحمّوهم.

اقتراحات لأقوال يمكن قولها أثناء الحديث مع الأبناء:

نحكّم العقل عند التقاط الصُور ومقاطع الفيديو ونشرها

نحن جميعًا نلتقط الصُور ونستمتع بالمشاركة. عندما نلتقط الصُور - حاول التفكير:

- ماذا تعكس الصورة التي نلتقطها وننشرها عنك لمن حولك؟
- ماذا سيحدث إذا فقدت هاتفك أو تمّ اختراقه واطّلع أحدهم على الصُور التي التقطتها؟
- تذكّر أن ما يتمّ نشره في الشبكة، يبقى في الشبكة!
- هل فكرت في ردّ فعلنا كأباء على الصورة / الفيديو؟

المحافظة على الخصوصية في الحيز الافتراضي

- أنا أفهم رغبتك في تجميع "اللايكات" وزيادة عدد المتابعين، رغم ذلك، من الأفضل تحديد الحساب كحساب خاص.
- من المهم أن تحكّم العقل بشأن الأشخاص الذين تتابعهم، والشخص الذي توافق عليه كصديق / تابع، وإذا كان هناك متابعون من المحبّذ إزالتهم (مع صغار السنّ، يوصى بالقيام بذلك سويًا)
- عندما تشارك المضامين، توقّف وفكّر - من يمكنه الاطلاع على ما تنشر؟



نحن هنا من أجلك

حافظ على نفسك وعلى أصدقائك في الشبكة. إذا تعرّضت أنت أو تعرّض صديقك للإيذاء، شاركنا، سنواجه ذلك معاً وسنكون دائماً إلى جانبك.



"الحقيقي مقابل المرمّم" - (الهوية الأصلية مقابل الهوية المنقّحة)

- ليس كل ما يتم نشره في الشبكة حقيقي، حيث يُظهر الأشخاص نواحي يختارونها من حياتهم، وذلك كي يكونوا لأنفسهم صورة مثيرة للانطباع.
- تمنع بالمضامين المنشورة بنظرة واعية. أيّ مشاعر تنتابك عند الاطلاع على منشورات الآخرين؟
- عند تحميل المضامين والصور ومقاطع الفيديو - اسأل نفسك: هل تعكس المضامين من تكون أو من تريد أن تكون؟ ما هو الحد الذي لن تتجاوزه؟
- تذكر - أنت فريد ومميّز ويرجع الفضل في ذلك إليك، بغض النظر عن الطريقة التي تُعرّض بها في الشبكة.

تذكروا - عند حصول حالات إيذاء في الشبكة يمكنكم التوجّه إلى طاقم المدرسة، وإذا اقتضى الأمر يمكنكم التوجّه أيضاً للهيئة الوطنية لحماية الأولاد في الشبكة- مركز 105. يشغل هذا المركز رجال شرطة ومختصّون من وزارة الأمن الداخلي، ووزارة التربية والتعليم، ووزارة الرفاه والخدمات الاجتماعية ووزارة الصحة، وذلك على مدار 24 ساعة، 7 أيام في الأسبوع.



مع تمنياتنا بسنة ممتعة وآمنة في الشبكة أيضاً

ما هي الهوية المنقّحة Polished Identity?

إنها الهوية التي نكونها لأنفسنا في الحيز الرقمي، حيث نُظهر نواحي معيّنة فينا، وتشمل صفات يتم تقديرها من الناحية الاجتماعية. يمكن أن يثير اللقاء مع "الهوية المنقّحة" للآخرين في الشبكة الغيرة والإحباط والخيبة والحزن، فيؤثّر هذا على الاختيارات والتصرّفات في الشبكة. قد يشعر المراهقون والأطفال الذين يطلعون على منشورات أصدقائهم المنقّحة بأن أصدقاءهم يقضون أوقاتاً ممتعة أكثر، يخوضون تجارب أكثر إثارة، وبأنهم أكثر سعادة بشكل عام. تُسمّى هذه الظاهرة "المقارنة الاجتماعية من خلال الشبكة".

يمكن أن يؤثر التنافس (العنفي والخفي) الذي يجري في الشبكة على التقدير الذاتي والتصور الذاتي لدى الأطفال والمراهقين.