وزارة التّربية
مديريّة التّربية
قسم كبار المسؤولين-الخدمات النّفسيّة الاستشاريّة

هل يقضي الأولاد والشّباب أوقاتًا أطول ممّا مضى أمام الشّاشات؟ ماذا يفعلون هناك؟

نحن نخوض حاليًا حالة طوارئ، وقد ينكشف الأبناء خلال هذه الفترة على محتويات غير مناسبة، وإيذاء عَبْر الشّبكة، وطلبات من جهات غريبة.

إليكم رسائل من المهمّ أن نوصلها لأبنائنا:

1 نوازن استخدام الشّاشات

نشجّعهم على أخذ فترات راحة من الشّاشة، ونقترح عليهم أنشطة بدنيّة وعائليّة واجتماعيّة وفق إرشادات قيادة الجبهة الدّاخليّة.

2 الخصوصيّة قوّة

لا نشارك تفاصيل شخصيّة مع أشخاص لا نعرفهم شخصيًّا (الموقع الجغرافيّ، كلمات المرور، رقم الهاتف، البريد الإلكترونيّ). نشرح كيفيّة ضبط إعدادات الخصوصيّة في التّطبيقات المختلفة عَبْر الشّبكة:

- **التّحقّق بخطوتين** (الإعدادات > الحساب > التّحقّق بخطوتين)
- **إسكات المكالمات من أرقام غير معروفة** (الإعدادات > الخصوصيّة > المكالمات)
- **تحديد البروفيل كـ "بروفيل خاصّ" في الشّبكة** – هكذا سيتمّ استقبال الرّسائل بعد موافقتنا فقط.

3 ننضمّ بحكمة

قد يكون هناك تواصل مع غرباء في الألعاب والدّردشات والمجموعات الكبيرة. لا ننضمّ عبر روابط! نحدّد تنزيل التّطبيقات بموافقة الوالدين، ونفكّر في تفعيل أدوات الرّقابة الخاصّة بالأهل.

4 نصغي لحدسنا

إذا شعر الأبناء بالارتباك أو الحيرة أو الانزعاج بعد تلقّيهم طلبًا عَبْر الشّبكة، فمن المهمّ أن يتذكّروا أن بإمكانهم دائمًا **التّوقّف، وقطْع الاتّصال، ومشاركة الأمر معنا.**

5 لا نستجيب للإغراءات

نشرح أن **المجاملات** أو عروض **الحصول على المال** أو **الهدايا** مقابل المعلومات تُعدّ علامات تحذيريّة، وعليهم **رفض التّواصل مع هذه الجهة** وإبلاغنا فورًا، بالإضافة إلى الإبلاغ عن ذلك لمركز 105. بهذه الطّريقة، نحافظ على القانون والأمن والأمان.

6 لا نستجيب حين يُطلب منّا إبقاء أمر ما سرًّا

عندما يُطلَب منهم إبقاء أمر ما سرًا، أو يتمّ الضّغط عليهم لتنفيذ خطوة فوريّة، أو يوجّه إليهم تهديد، فهذه علامات تحذيريّة. نؤكّد أن **عليهم مشاركتنا** في أيّ حالة من هذا القبيل، وسنقف إلى جانبهم ونساعدهم.

7 عندما نودّ مشاركة أمر شخصيّ نتوجّه لشخص معروف وقريب

نشرح أن العلاقة مع "الذّكاء الاصطناعيّ" ليست بديلاً عن التّواصل الإنسانيّ مع البشر، خاصةً عند مواجهة الصّعوبات. نشجّعهم على اللجوء إلينا، أو إلى الأصدقاء، أو إلى مختصّ.

8 نشارك ولا نبقى وحدنا

نشجّعهم على **مشاركتنا** أو إبلاغ الطّاقم التّربويّ بأيّ حالة تعرّضوا فيها أو تعرّض الآخرون للإيذاء. عند الحاجة، يمكن الاتصال بمركز 105.

يُعدّ الحضور الوالديّ ركيزة ترسّخ الثّقة والأمان والحصانة، سواء خلال الحياة المعتادة أو أوقات الطّوارئ، هذا صحيح لكلّ جيل وفي أيّ زمان ومكان.