



وزارة التربية والتعليم

الإدارة التربوية

القسم أ، الخدمات النفسية الاستشارية

مجال التربية في الهيئة الوطنية لحماية الأولاد في الشبكة 105

## ورشة عمل لطلاب المدارس الاعدادية والثانوية للتعرف على الهيئة الوطنية لحماية الأولاد في الشبكة

مركز 105

### المقدمة:

يعيش الأولاد والشباب في هذا العصر التكنولوجي ويدبرون حياتهم فيه، فيطلعون على شئون المضامين ويتمكنون من التواصل مع الأصدقاء كما يطورو مهاراتهم التكنولوجية أيضًا. يستطيع الأولاد والشباب أن ينشئوا العلاقات الاجتماعية وأن يتحدونا مع الآخرين من خلال العالم الرقمي، حيث يطلعون الآخرين على معلومات متنوعة كمجالات اهتمامهم والفنانين المفضلين لديهم وإنجازاتهم، كما يقومون بإدارة "يوميات شخصية" مباشرة في الشبكة حيث يشاركون الأصدقاء بكل ما هو جديد في حياتهم.

على الرغم من التجارب والفرص المتنوعة التي توفرها شبكات التواصل الاجتماعي، إلا أن أولادنا قد يواجهون فيها مواقف معقدة أيضًا، ابتداءً من حالات الإيذاء الاجتماعي وانتهاءً بحالات الإيذاء ذات الطابع الجنائي.

لذلك، من المهم أن يدرك أولادنا أن استخدام الشبكة يتطلب منا اليقظة والوعي والتصرف بشكل إيجابي ومسؤول ومراعٍ تجاه الذات والآخرين.

تهدف هذه الفعالية إلى إكساب الطلاب أدوات لمواجهة حالات الإيذاء المختلفة، مع التشديد على تطوير قدرتهم على المواجهة. يعتبر التوجّه لطلب المساعدة من الآخرين (من الوالدين والمعلمين والأصدقاء) من أهم المهارات لتطوير القدرة على المواجهة. سنقترح على الطلاب في هذا اللقاء عنواناً إضافياً للتوجّه لطلب المساعدة – مركز 105، وسننترّك إلى الحالات التي يمكن للمركز أن يقدم المساعدة فيها.

### الأهداف:

- التعرّف على مركز 105، حيث سيعرف الطلاب الحالات التي يمكن فيها الاتصال بالمركز وأنواع المساعدة التي يمكنهم الحصول عليها
- فهم أهمية السلوك الأمثل والأمن في الشبكة
- رفع وعي الطلاب حول النتائج المترتبة على النشاطات التي تتم عبر الشبكة كتصوير الصور ونشر الأفلام وكتابة التعليقات وما شابه.
- رفع وعي الطلاب حول القوة الإيجابية التي يملكونها وضرورة الامتناع عن إيذاء الذات والآخرين، وعدم الوقوف جانباً.



وزارة التربية والتعليم

الإدارة التربوية

القسم أ، الخدمات النفسية الاستشارية

مجال التربية في الهيئة الوطنية لحماية الأولاد في الشبكة 105

- تعزيز القدرة على المواجهة في حالات الإيذاء
- تشجيع الطلاب على التوجّه لطلب المساعدة (من الأهل، المعلمين، الأصدقاء ومركز (105

الفئة العمرية: طلاب المدارس الإعدادية والثانوية

مدة الفعالية: 90 دقيقة

### سير الدرس

#### القسم الأول

المقدمة: (5 دقائق)

سيتمحور اللقاء حول التعرّف على مركز 105، وهو مركز اتصالات جديد مُعدّ لتوجّهات الجمهور بغاية حماية الأولاد وأبناء الشبيبة في الشبكة.

سنشاهد معًا مقطعاً قصيراً يستعرض ما يحصل في الشبكة خلال دقيقة واحدة.

#### ONE MINUTE ON INTERNET

#### نقاش في المجموعة الكاملة:

تجري أحداث كثيرة في الشبكة، ونحن نتوارد في الشبكة أيضًا.

#### يُطرح السؤال التالي على الطالب:

ما هي التطبيقات والألعاب التي تستخدمونها بالشبكة؟ ما العمليات التي تقومون بها عبر الشبكة؟

: **الموجة/ة<sup>1</sup>**

نَقْدُمُ لِنَا الشبكة أنشطة متنوّعة في مجالات مختلفة، بَيْدَ أَنَّا يَجُبُ أَنْ نَعْيِ حَالَاتُ الْخَطَرِ الْمُوْجَدَةُ فِي هَذَا الْحِيْزِ أَيْضًا.

<sup>1</sup> تشير كلمة "موجة/ة" في هذا الدرس إلى المربي/ة أو المستشار/ة أو المعلم/ة.



وزارة التربية والتعليم

الإدارة التربوية

القسم أ، الخدمات النفسية الاستشارية

مجال التربية في الهيئة الوطنية لحماية الأولاد في الشبكة 105

**يُطرح السؤال التالي على الطالب:** ما هي أنواع الإيذاء التي يمكن أن تحدث بالشبكة؟

**للموجة/ة:**

التنمر، نشر الشائعات، التهديد، المقاطعة، التحرير، اقتحام ملف المستخدم، فتح ملف شخصي نيابة عن شخص آخر، نشر مقاطع فيديو وصور مُحرجة.

**فعالية:**

على كل طالب/ة الإجابة عن السؤال التالي (بدون مشاركة الأصدقاء): لأي درجة أشعر بالأمان في الشبكة؟

على الطالب/ة اختيار رقم بين 1 و 10 (10 - الأعلى، 1 - الأدنى)

● هل الشعور الذي أشرت إليه يتناسب مع شعورك في هذه اللحظة؟

● هل يمكن أن يتغير هذا الشعور غداً؟

يمكن أن تتغير مشاعرنا في الشبكة من لحظة إلى أخرى، وهي مرتبطة بعدها عوامل: عدد اللياليات التي حصلت عليها عندما قمت بنشر صورة أو "بوست"، محتوى التعليقات (داعمة أم مسيئة)، عدد الأصدقاء/المتابعين، والإنجازات التي حققتها في ألعاب الشبكة. قد تؤثر الأحداث التي نواجهها في المدرسة أو خلال الأنشطة التي نقوم بها بعد الظهر على ما نخوضه في الشبكة أيضاً، ومن المهم أن نعرف كيفية مواجهة المواقف التي نشعر فيها بأننا قد تعرّضنا للإيذاء بالشبكة.



وزارة التربية والتعليم

الإدارة التربوية

القسم أ، الخدمات النفسية الاستشارية

مجال التربية في الهيئة الوطنية لحماية الأولاد في الشبكة 105

## القسم الثاني- تحليل حدث

تختار/يختار الموجّه/ة إحدى القصص التالية والتي تصف حالة إيذاء في الشبكة. يتم إجراء نقاش وفق الأسئلة الموجّهة بعد قراءة القصة.

- من المُحتمل أن تنتَ ملامِعَةَ القصّة والأفلام لجمهور الهدف، ومرااعة الجيل والحضارة العَيْنِيَّة.

### الحدث الأول:

فيَّيل حفلة نهاية العام، ذهبت "عدن" لشراء فستان للحفل، واحتارت لباس سباحة أيضًا. أرادت عدن أن تحصل على "OK" من صديقتها المقربة "لينا" على مقتنياتها، فأرسلت صورًا لها وهي مرتدية فستانها وأرسلت صورة أخرى وهي مرتدية لباس السباحة في رسالة خاصة على الـ Instagram.

منحت لينا لعدن موافقتها على الفستان، وكانت متحمسة جدًا من لباس السباحة الذي اشتريته، فأطرت عليها وهنأتها على مشترياتها الرائعة. أرسلت لينا صورة عدن وهي مرتدية لباس السباحة لصديقتها مريم وكتبت لها "هذا ما أريده" ... رأى شقيق مريم صورة عدن، فأرسلها إلى اثنين من أصدقائه. في غضون ساعات قليلة، انتشرت الصورة بين العديد من طلاب مدرسة عدن، ووصلت إلى عدن أيضًا.

### أسئلة للنقاش:

1. ما هو شعور الفتاة التي تم نشر صورتها في الشبكات الاجتماعية حسب رأيك؟

للموجّه/ة: لقد حصل الجميع على صورة الفتاة، الأولاد والبنات على حد سواء، كما فقدت الفتاة القدرة على تحديد الأشخاص الذين يمكنهم مشاهدة الصورة.

مشاعر الفتاة: الخجل، العار والشعور بالذنب (لقد كانت هي من أرسل الصورة لصديقتها، ومع ذلك، من المهم أن نؤكد أنها لم تقصد أن يراها شخص آخر سوى صديقتها المقربة)، الغضب من نفسها وصديقاتها، الإحراج، والعجز، والشعور بالوحدة والعزلة.

2. هل تعتقدوا أن هناك أهمية لكونها قد التقطت الصورة وأرسلتها لصديقتها بنفسها؟

للموجّه/ة: إن قيامها بالتقاط الصورة وإرسالها لصديقتها بنفسها لا يعني أنها قد وافقت على نشرها في الشبكات الاجتماعية، لا سيما وأن الحديث يدور هنا حول صورة فاضحة.

3. ماذا يجب أن تفعل الفتاة؟ (سيقترح الطلاب أفكارًا متنوعة. من المهم التطرق لإمكانية المشاركة والتوجه لطلب المساعدة أيضًا).

4. حسب رأيك، ماذا يمكن أن يساعدها ويشجعها؟



وزارة التربية والتعليم

الإدارة التربوية

القسم أ، الخدمات النفسية الاستشارية

مجال التربية في الهيئة الوطنية لحماية الأولاد في الشبكة 105

الحدث الثاني:

عرض/تعرض الموجهة [الفيلم التالي](#) حتى الثانية الـ 0:50 :

أسئلة للنقاش:

1. ما هو شعور الفتاة في الفيلم حسب رأيكم؟

للموجهة: مشاعر ممكنة: الغضب، الإحراج، العجز، والشعور بالوحدة والعزلة.

2. ماذا يجب أن تفعل الفتاة؟(سيقترح الطلاب أفكاراً متنوعة. من المهم التطرق لإمكانية المشاركة والتوجيه لطلب المساعدة أيضاً).

3. ماذا يمكن ان يساعدها ويشجعها حسب رأيكم؟

## للموجهة: تطوير القدرة على مواجهة حالات الإيذاء

بعد إجراء النقاش من المهم التحدث مع الطلاب حول تطوير القدرة على مواجهة حالات الإيذاء. يعتبر التوجيه لطلب المساعدة جزءاً من تطوير هذه القدرة، حيث يتاح ذلك على النحو التالي:

**الحديث الذاتي وإدارة المشاعر.** أن أقوم بتقسيم المشكلات لنفسي (Self-Understanding) القدرة على أن أتحدث مع نفسي وأن أهدئ نفسي وأقول: " ستكون الأمور على ما يرام، باستطاعتي المواجهة، أنا لست مذنبة، يمكن أن يحدث هذا لأي شخص"

**صد العبارات الجارحة.** أن لا أتفقّل الصورة السلبية الذي يحاول الآخرون تكوينها عني من خلال كلماتهم وألقابهم الجارحة، وأن أتذكر أن ما يقولون عني، لا يعكس من أكون بالفعل.



وزارة التربية والتعليم

الإدارة التربوية

القسم أ، الخدمات النفسية الاستشارية

مجال التربية في الهيئة الوطنية لحماية الأولاد في الشبكة 105

**تعزيز بواسطة عبارات إيجابية.** عندما نتعرّض للتنمر بالشبكة نستصعب أحياناً ملاحظة العبارات الإيجابية الداعمة. من المهم أن نمنح الأهمية للعبارات الداعمة والمشجعة .

**الإيذاء مؤقت.** حالة الإيذاء مؤقتة وسوف تتوقف.

**اختيار النسبة الملائمة للتواجد بالشبكة.** نستطيع التوقف عن الإصغاء للعبارات الجارحة، والابتعاد عن الشبكة بشكل مؤقتريثما تهدأ الأمور.

**يوجد حل دائمـ تفاول.**

**من المهم ان أذكر أن هناك اشخاصاً يقفون إلى جنبي وبأنهم يدعوننيـ عائلتي، أصدقائي وأخرين.**

**لا يدل التوجّه لطلب المساعدة والقدرة على تلقي المساعدة على الضعف بل على القوة النفسية والشجاعة!** - من المهم أن أتوّجه لشخص يستطيع أن يكون إلى جنبي ويساعدني (العائلة، المعلمين، المستشار/ة، الأصدقاء، مركز 105)

### **القسم الثالث- مركز 105 (5 دقائق)**

لقد تم مؤخراً إنشاء هيئة وطنية فريدة تختص بحماية الأولاد والشباب في الشبكة، حيث تشمل مركزاً لاستقبال الاتصالات الهاتفية. يجب الاتصال بالرقم 105 من أجل التواصل مع المركز. يشغل هذا المركز رجال شرطة ومحترفون من مجالات التربية والصحة والخدمات الاجتماعية.

يقدم المركز مساعدة أولية في حالات الإيذاء التي يتعرّض إليها الفاقرون عبر الشبكة، وذلك على مدار 24 ساعة، 7 أيام في الأسبوع.

أمثلة الحالات التي يقدم المركز فيها المساعدة:

- تقديم المساعدة والإرشاد في حذف أفلام وصور مسيئة من الشبكة.
- تقديم المساعدة في الحالات التي تكون فيها هوية المعتدي أو المُعتدى عليه غير معروفة
- تقديم الاستشارة من أجل مواجهة حالات الإيذاء بالشبكة
- توفير المعلومات والتوجيه إلى عناوين للحصول على الدعم في المدرسة والمجتمع

تعمل في المركز مندوبات من قسم الخدمات النفسية الاستشارية في وزارة التربية والتعليم (""). المندوبات مختصات بتقديم المساعدة في حالات الإيذاء التي يتعرّض لها الأولاد



وزارة التربية والتعليم

الإدارة التربوية

القسم أ، الخدمات النفسية الاستشارية

مجال التربية في الهيئة الوطنية لحماية الأولاد في الشبكة 105

والشباب في الشبكة. تقدم المندوبات الاستشارية للمتوجّهين ويرافقهم في مواجهة الإيذاء، كما ويقمن ببلورة حلٍّ ملائم بالتعاون مع ممثلي الوزارات الأخرى، ويقمن أيضًا بالتوجيه إلى الجهات المختصة ذات الصلة في وزارة التربية والتعليم لمواصلة العلاج إذا اقتضت الحاجة.

**تسأل/يسأل الموجّه/ة: كيف يمكن أن يقدم مركز 105 المساعدة في الحالة المذكورة أعلاه؟**

للموجّه/ة: إزالة المضامين المسيئة قدر الإمكان، وتقديم الإرشاد حول كيفية التبليغ عن المضمون المسيء، وتقديم الاستشارة والتوجيه إلى عناوين للحصول على المساعدة والدعم.

ملاحظة: انظر المنشور المرفق المعد للطلاب، حيث يمكن توزيعه على الطلاب في نهاية اللقاء.

#### **القسم الرابع: الاتصال بمركز 105**

يتطرق هذا الجزء إلى أمثلة تتمحور حول حالاتٍ يمكن معالجتها بواسطة مركز 105.

سيقوم/ستقوم الموجّه/ة بعرض مقاطع فيديو في الصف ثم يتم إجراء محادثة بعد مشاهدتها (يمكن تقسيم الطلاب إلى مجموعات، وعلى كلّ مجموعة أن تتطرق إلى حدث آخر).

**نطلب من الطلاب التفكير في النقاط التالية خلال المشاهدة:**

- ما نوع الإيذاء الذي يظهر في الفيلم؟ (التخيّل، نشر صور / مقاطع فيديو مهينة، نشر صور / مقاطع فيديو جنسية، الانكشاف على مسامين غير لائقة، التحرّش وما شابه)
- ما هي الطرق الممكنة لمواجهة الإيذاء؟ (استخدام مهارات المواجهة، إطلاع الأصدقاء المقربين، التوجّه لطلب المساعدة من الوالدين، التوجّه لطلب المساعدة من الجهات المعالجة في المدرسة: المستشارين، المربين، المديرين، التوجّه لجهات أخرى كمركز 105 مثلًا)
- متى من المحبّذ أن تتوّجه لمركز الاتصال 105؟ (من أجل الحصول على المساعدة والإرشاد في حذف مسامين مسيئة من الشبكة، أو الحصول على المساعدة في الحالات التي تكون فيها هوية المعتدين أو المُعتدى عليهم غير معروفة، أو الحصول على استشارة حول مواجهة حالات الإيذاء، التوجّه إلى جهات داعمة أخرى في المجتمع)



وزارة التربية والتعليم

الإدارة التربوية

القسم أ، الخدمات النفسية الاستشارية

مجال التربية في الهيئة الوطنية لحماية الأولاد في الشبكة 105

### إليكم مقاطع الفيديو:

#### 1. "التخجيل" - Shaming الكلمات تخلق واقع

الإيذاء الذي يحصل في الفيديو هو: تخجيل "shaming" -إيذاء اجتماعي.

يمكن أن يساعد مركز 105 في حالات من هذا القبيل من خلال:

- الإصغاء وتقديم المساعدة الهاتفية و/أو توجيه المتوجه من جديد إلى جهات في المدرسة لمواصلة العلاج
- المساعدة في التبليغ عن الإساءة للشبكة الاجتماعية التي تم بواسطتها الإيذاء
- تقديم الاستشارة لأولياء الأمور حول طرائق المواجهة الممكنة

#### 2. نشر صور / أفلام ذات طابع جنسي في الشبكة أخبار القناة الثانية- هذا الفيلم معد لطلاب الصفوف العاشرة حتى الثانية عشرة (من المهم مشاهدة التقرير قبل عرضه أمام الطلاب وفحص مدى ملائمة لجمهور الهدف)

للوجهة: الإيذاء الذي يحصل في الفيلم هو- نشر مضمون ذي طابع جنسي وهذا يعتبر حدثاً جنائياً.

يمكن أن يساعد مركز 105 في:

- حذف الصور والأفلام المسيئة من الشبكة قدر المستطاع
- تقديم المساعدة في الحالات التي تكون فيها هوية المعتمدي غير معروفة
- الإصغاء والمساعدة الهاتفية و/أو توجيه المتوجه من جديد إلى جهات في المدرسة لمواصلة العلاج
- تقديم الاستشارة للأولياء الأمور حول طرائق المواجهة الممكنة



وزارة التربية والتعليم

الإدارة التربوية

القسم أ، الخدمات النفسية الاستشارية

مجال التربية في الهيئة الوطنية لحماية الأولاد في الشبكة 105

### 3. قصة :

شارك أعضاء حركة الشبيبة خلال العطلة الصيفية في مخيم صيفي، حيث انطلقوا إلى العديد من المسارات في الطبيعة. لقد شمل أحد المسارات السير في الجدول، حيث بدأ الشباب باللعب ورش المياه على بعضهم البعض. صورت إحدى الفتيات صديقتها، وقد كان ثوبها مشبعاً بالماء، ثم نشرت الصورة على Instagram وعلقت على الصورة: تفضلوا، سامية بمنظر مبلول ورطب..."

تسأل/يسأل الموجة/ة: ما هي ردود الفعل التي حصلت عليها سامية حسب رأيك؟

تتمة القصة: حصلت سامية على ردود فعل نحو: "هوباااا" ، "واوووووو" ، "يليق بك" ، "نريد المزيد". وكان هناك من كتب "القليل من التواضع" ، "القليل من الاحترام" وما إلى ذلك. كانت سامية مستاءة جداً من الصورة.

### تسأل/يسأل الموجة/ة:

- ما الإيذاء الذي حصل في القصة؟ (التخجيل shaming, نشر الصور/مقاطع الفيديو المحرجة، نشر الصور/مقاطع الفيديو الجنسية، الانكشاف على مضمون غير مناسب، التحرش الجنسي/ الابتزاز الجنسي وما إلى ذلك)
- ما هي الطرائق الممكنة لمواجهة الإيذاء؟ (استخدام مهارات القدرة على المواجهة، التوجّه للصديقة التي تسبّبت بالإيذاء، مشاركة الأصدقاء المقربين، التوجّه لطلب المساعدة من المرشدين في حركة الشبيبة أو من الوالدين، التوجّه لمركز 105)
- كيف يمكن أن يساعد مركز 105 في هذا الحدث؟  
الاتصال مع Instagram لإزالة الصورة



وزارة التربية والتعليم

الإدارة التربوية

القسم أ، الخدمات النفسية الاستشارية

مجال التربية في الهيئة الوطنية لحماية الأولاد في الشبكة 105

### **ختام الفعالية:**

في هذا اللقاء تعرّفنا على مركز 105. يختص هذا المركز في مساعدة الأولاد وأبناء الشبيبة الذين تعرضوا لمضايقات بالشبكة، نحو:

- التنمّر والتهديد بالشبكة
- استخدام حساب مستخدم في ألعاب الشبكة بدون إذنه
- نشر صور وفيديوهات مسيئة
- غرباء يطلبون أو يرسلون صور وفيديوهات لأعضاء الجسم الخاصة.
- إذا تعرّضتم للإيذاء بالشبكة، لا تنفردو بما حصل!

يمكن لأي شخص الاتصال بمركز 105 من أجل التبليغ عن حالات يتعرّض فيها الأولاد والشباب للإيذاء بالشبكة وللحصول على الاستشارة.

تذكروا أن المركز هو عنوان إضافي للحصول على المساعدة، بالإضافة إلى الوالدين، المعلمين، المستشارين والأصدقاء.

من المهم أن نحرص على السلوك الأمثل في الشبكة لكي نحافظ على أنفسنا ولا نؤذي الآخرين.

- من المهم ان نحافظ على سلوك محترم ومراعٍ تجاه الذات والآخرين بالشبكة.
- من المهم ان نقف إلى جانب من تعرّض للأذى.
- اظهروا مسؤولية اجتماعية: توقفوا قليلاً وفكّروا قبل نشر مضمّين قد تسيء للأخرين
- لا نقف جانباً: لا نشارك في مقاطعة الآخرين أو في الإيذاء.
- النشاطات التي نقوم بها في الشبكة تُبقي أثراً وتكون صورتنا لدى الآخرين. علينا أن نحّكم عقلاً قبل أن نكتب تعليقاً أو ننشر ونشارك الآخرين بالتفاصيل الشخصية والصور والأفلام.
- من المهم ان نحرص على مشاهدة مضمّين مناسبة لفنتنا العمرية.
- إذا شعرنا بأننا قد تعرّضنا للإيذاء الإهراج المضايقـة فعلينا التوجّه إلى باعث نشق به.

تذكروا! إن التبليغ عن الإساءة هو بمثابة تقديم مساعدة وإنقاذ حياة وليس وسائمة!