وزارة التربية والتعليم

الإدارة التربويّة

القسم أ، الخدمات النفسيّة الاستشاريّة

مجال التربية في الهيئة الوطنية لحماية الأولاد في الشبكة 105

ورشة عمل لطلاب المدارس الإعدادية والثانوية للتعرّف على الهيئة الوطنيّة لحماية الأولاد في الشبكة

مركز 105

المقدمة:

يعيش الأولاد والشباب في هذا العصر التكنولوجي ويديرون حياتهم فيه، فيطّلعون على شتّى المضامين ويتمكّنون مِن التواصل مع الأصدقاء كما يطوّرون مهاراتهم التكنولوجيّة أيضًا. يستطيع الأولاد والشباب أن ينشئوا العلاقات الاجتماعية وأن يتحدّثوا مع الآخرين من خلال العالم الرقمي، حيث يطلعون الآخرين على معلومات متنوّعة كمجالات اهتمامهم والفنانين المفضّلين لديهم وإنجازاتهم وهواياتهم، كما يقومون بإدارة "يوميات شخصية" مباشرة في الشبكة حيث يشاركون الأصدقاء بكل ما هو جديد في حياتهم.

على الرغم من التجارب والفرص المتنوعة التي توفّرها شبكات التواصل الاجتماعي، إلا أن أولادنا قد يواجهون فيها مواقف معقّدة أيضًا، ابتداءً مِن حالات الإيذاء الاجتماعي وانتهاء بحالات الإيذاء ذات الطابع الجنائي.

لذلك، مِن المهم ان يدرك أولادنا أن استخدام الشبكة يتطلّب منا اليقظة والوعي والتصرّف 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. يُعتَبَر التوجّه لطلب المساعدة مِن الآخرين (مِن الوالدين والمعلمين والأصدقاء) مِن أهم المهارات لتطوير القدرة على المواجهة. سنقترح على الطلاب في هذا اللقاء عنوانًا إضافيًا للتوجّه لطلب المساعدة – مركز 105، وسنتطرّق إلى الحالات التي يمكن للمركز أن يقدّم المساعدة فيها.

الأهداف:

- التعرّف على مركز 105، حيث سيعرف الطلاب الحالات التي يمكن فيها الاتصال بالمركز وأنواع المساعدة التي يمكنهم الحصول عليها
- فَهْم أهمية السلوك الأمثل والآمن في الشبكة
- رفع وعي الطلاب حول النتائج المترتّبة على النشاطات التي تتمّ 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 جانبًا.
- تعزيز القدرة على المواجهة في حالات الإيذاء

- تشجيع الطلاب على التوجّه لطلب المساعدة (مِن الأهل، المعلمين، الأصدقاء ومركز 105)

الفئة العمرية: طلاب المدارس الإعدادية والثانوية

مدّة الفعالية: 90 دقيقة

<u>سير الدرس</u>

<u>القسم الأول</u>

المقدمة: (5 دقائق)

سيتمحوَر اللقاء حول التعرّف على مركز 105، وهو مركز اتصالات جديد مُعَدّ لتوجّهات الجمهور بغية حماية الأولاد وأبناء الشبيبة في الشبكة.

سنشاهد معًا مقطعًا قصيرًا يستعرض ما يحصل في الشبكة خلال دقيقة واحدة.

ONE MINUTE ON INTERNET

نقاش في المجموعة الكاملة:

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

<u>يُطرَح السؤال التالي على الطلاب:</u>

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

<u>للموجه/ة[1] :</u>
تُقدّم لنا الشبكة أنشطة متنوّعة في مجالات مختلفة، بَيْد أننا يجب ان نَعِي حالات الخطر الموجودة في هذا الحيّز أيضًا.

يُطرَح <u>السؤال التالي على الطلاب</u>: ما هي أنواع الإيذاء التي يمكن أن تحدث بالشبكة؟

<u>للموجه/ة:</u>
التنمّر، نشْر الشائعات، التهديد، المقاطعة، التحريض، اقتحام ملف المستخدم، فتح ملف شخصي نيابة عن شخص آخر، نشر مقاطع فيديو وصور مُحرجة.

[1] تشير كلمة "موجّه/ة" في هذا الدرس إلى المربي/ة أو المستشار/ة أو المعلم/ة.

فعالية:
على كلّ طالب/ة الإجابة عن السؤال التالي (بدون مشاركة الأصدقاء): لأي درجة أشعر بالأمان في الشبكة؟
على الطالب/ة اختيار رقم بين 1 و10 (10 - الأعلى، 1 – الأدنى)

- هل الشعور الذي أشرت إليه يتناسب مع شعورك في هذه اللحظة؟
- هل يمكن أن يتغيّر هذا الشعور غدًا؟

يمكن أن تتغيّر مشاعرنا في الشبكة مِن لحظة إلى أخرى، وهي مرتبطة بعدّة عوامل: عدد اللايكات التي حصلت عليها عندما قمت بنشر صورةٍ أو "بوست"، محتوى التعليقات (داعمة أم مسيئة)، عدد الأصدقاء/المتابعين، والإنجازات التي حقّقتها في ألعاب الشبكة. قد تؤثّر الأحداث التي نواجهها في المدرسة أو خلال الأنشطة التي نقوم بها بعد الظهر على ما نخوضه في الشبكة أيضًا، ومن المهم أن نعرف كيفية مواجهة المواقف التي نشعر فيها بأننا قد تعرّضنا للإيذاء بالشبكة.

القسم الثاني- تحليل حدث

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

- مِن المحبّذ أن تتمّ ملاءمة القصة والأفلام لجمهور الهدف، ومراعاة الجيل والحضارة العَيْنيّة.

الحدث الأول:

قُبَيل حفلة نهاية العام، ذهبت "عدن" لشراء فستان للحفل، واشترت لباس سباحة أيضًا. أرادت عدن أن تحصل على "OK" من صديقتها المقربة "لينا" على مقتنياتها، فأرسلت صوراً 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 جداً من لباس السباحة الذي اشترته، 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.

وزارة التربية والتعليم

الإدارة التربويّة

القسم أ، الخدمات النفسيّة الاستشاريّة

مجال التربية في الهيئة الوطنية لحماية الأولاد في الشبكة 105

أسئلة للنقاش:

1. **ما هو شعور الفتاة التي تمّ نشر صورتها في الشبكات الاجتماعية حسب رأيكم؟**

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 مَن أرسل الصورة لصديقتها، ومع ذلك، من المهم أن نؤكّد أنها لم تقصد أن يراها شخص آخر سوى صديقتها المقرّبة)، 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 متنوّعة. من المهم التطرّق لإمكانية المشاركة والتوجّه لطلب المساعدة أيضًا).**

4. **حسب رأيكم، ماذا يمكن أن يساعدها ويشجعها؟**

الحدث الثاني:

يعرض/تعرض الموجّه/ة الفيلم التالي حتى الثانية الـ 0:50 :

أسئلة للنقاش:

1. **ما هو شعور الفتاة في الفيلم حسب رأيكم؟**

للموجّه/ة: مشاعر ممكنة: الغضب، الإحراج، والعجز، والشعور بالوحدة والعزلة.

2. **ماذا يجب أن تفعل الفتاة؟(سيقترح الطلاب أفكارًا متنوّعة. من المهم التطرّق لإمكانية المشاركة والتوجّه لطلب المساعدة أيضًا).**

3. **ماذا يمكن ان يساعدها ويشجعها حسب رأيكم؟**

للموجّه/ة: تطوير القدرة على مواجهة حالات الإيذاء

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

الحديث الذاتي وإدارة المشاعر- أن أقوم بتفسير المشكلة لنفسي (Self-Understanding) – القدرة على أن أتحدث مع نفسي وأن أهدئ نفسي وأقول: " ستكون الأمور على ما يرام، باستطاعتي المواجهة، أنا لست مذنبًا/ة، يمكن أن يحدث هذا لأي شخص"

صد العبارات الجارحة- أن لا أتقبّل الصورة السلبية الذي يحاول الآخرون تكوينها عني من خلال كلماتهم وألقابهم الجارحة، وأن أتذكّر ان ما يقولون عني، لا يعكس مَن أكون بالفعل.

تعزيز بواسطة عبارات إيجابية- عندما نتعرّض للتنمّر بالشبكة نستصعب أحيانًا ملاحظة العبارات الإيجابية الداعمة. من المهم أن نمنح الأهمية للعبارات الداعمة والمشجعة .

الإيذاء مؤقّت- حالة الإيذاء مؤقّتة وسوف تتوقّف.

اختيار النسبة الملائمة للتواجد بالشبكة- نستطيع التوقّف عن الإصغاء للعبارات الجارحة، والابتعاد عن الشبكة بشكل مؤقت ريثما تهدأ الأمور.

يوجد حل دائمًا- تفاؤل.

من المهم ان أتذكّر أن هناك اشخاصًا يقفون إلى جانبي وبأنهم يدعمونني- عائلتي، أصدقائي وآخرين.

لا يدلّ التوجّه لطلب المساعدة والقدرة على تلقّي المساعدة على الضعف بل على القوة النفسية والشجاعة! - من المهم أن أتوجّه لشخص يستطيع أن يكون إلى جانبي ويساعدني (العائلة، المعلمين، المستشار/ة، الأصدقاء، مركز 105)

القسم الثالث- مركز 105 (5 دقائق)

لقد تمّ مؤخّرًا إنشاء هيئة وطنيّة فريدة تختصّ بحماية الأولاد والشباب في الشبكة، حيث تشمل مركزًا لاستقبال الاتصالات الهاتفية. يجب الاتصال بالرقم 105 من أجل التواصل مع المركز. يشغل هذا المركز رجال شرطة ومختصّون مِن مجالات التربية والصحة والخدمات الاجتماعيّة.

يقدّم المركز مساعدة أوليّة في حالات الإيذاء التي يتعرّض إليها القاصرون **عبر الشبكة**، وذلك على مدار 24 ساعة، 7 أيام في الأسبوع.

أمثلة للحالات التي يقدّم المركز فيها المساعدة:

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

تعمل في المركز مندوبات مِن قسم الخدمات النفسيّة الاستشاريّة في وزارة التربية والتعليم (שפ"י). المندوبات مختصّات بتقديم المساعدة في حالات الإيذاء التي يتعرّض لها الأولاد والشباب في الشبكة. تقدّم المندوبات الاستشارة للمتوجّهين ويرافقنهم في مواجهة الإيذاء، كما ويقمن ببلورة حلّ ملائم بالتعاون مع ممثلي الوزارات الأخرى، ويقمن أيضًا بالتوجيه إلى الجهات المختصّة ذات الصلة في وزارة التربية والتعليم لمواصلة العلاج إذا اقتضت الحاجة.

تسأل/يسأل الموجّه/ة: كيف يمكن أن يقدّم 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 المُعدّ للطلاب، حيث يمكن توزيعه على الطلاب في نهاية اللقاء.

القسم الرابع: الاتصال بمركز 105

يتطرّق 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 الى مجموعات، وعلى كلّ مجموعة أن تتطرّق إلى حَدَث آخر).

نطلب من الطلاب التفكير في النقاط التالية خلال المشاهدة:

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

إليكم مقاطع الفيديو:

1. **Shaming – "التخجيل" 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 المتوجّه مِن 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 مُعَدّ لطلاب الصفوف العاشرة حتى الثانية عشرة (من المهم مشاهدة التقرير قبل عرضه أمام الطلاب وفحص مدى ملاءمته لجمهور الهدف)

للموجّه/ة: الإيذاء الذي يحصل في الفيلم هو- نشر مضمون ذي طابع جنسي وهذا يعتبر حدثًا جنائيًا.

يمكن أن يساعد مركز 105 في:

-حذف الصور والأفلام المسيئة من الشبكة قدر المستطاع

- تقديم المساعدة في الحالات التي تكون فيها هوية المعتدي غير معروفة

- الإصغاء والمساعدة الهاتفية و/أو توجيه المتوجّه مِن جديد إلى جهات في المدرسة لمواصلة العلاج

- تقديم الاستشارة للأولياء الأمور حول طرائق المواجهة الممكنة

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.
صوّرت إحدى الفتيات صديقتها، وقد كان ثوبها مشبعًا بالماء، ثم نشرت الصورة بالـ- Instagram وعلّقت على الصورة: تفضلوا، سامية بمنظرٍ مبلول ورطب..."
تسأل/يسأل الموجّه/ة: ما هي ردود الفعل التي حصلت عليها سامية حسب رأيكم؟

تتمّة القصة: حصلت سامية على ردود فعل نحو: "هوباااا" ، واووووو" ، "يليق بك" ، "نريد المزيد". وكان هناك مَن كتب "القليل من التواضع"، "القليل مِن الاحترام" وما إلى ذلك.
كانت سامية مستاءة جدًا من الصورة.
تسأل/يسأل الموجه/ة:
- ما الإيذاء الذي حصل في القصة؟ (التخجيل shaming, نشر الصور/مقاطع الفيديو المحرجة، نشر الصور/ مقاطع الفيديو الجنسية، الانكشاف على مضامين غير مناسبة، 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 التربويّة

القسم أ، الخدمات النفسيّة الاستشاريّة

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 مستخدمٍ في ألعاب الشبكة بدون إذنه**
- **نشر صور وفيديوهات مسيئة**
- **غرباء يطلبون أو يرسلون صور وفيديوهات لأعضاء الجسم الخاصة.**

إذا تعرّضتم للإيذاء بالشبكة، لا تنفردوا بما حصل!

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

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

مِن 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 مَن تعرّض للأذى.**
- **اظهروا مسؤولية اجتماعية: توقفوا قليلا وفكّروا قبل نشر مضامين قد تسيء للأخرين**
- **لا نقف جانبًا: لا نشارك في مقاطعة الآخرين أو في الإيذاء.**
- **النشاطات التي نقوم بها في الشبكة تُبقي أثرًا وتكوّن صورتنا لدى الآخرين. علينا أن نحكّم عقلنا قبل أن نكتب تعليقًا أو ننشر ونشارك الآخرين بالتفاصيل الشخصية والصور والأفلام.**
- **من المهم ان نحرص على مشاهدة مضامين مناسبة لفئتنا العمرية.**
- **إذا شعرنا بأننا قد تعرّضنا للإيذاء\ الإحراج\ المضايقة فعلينا التوجّه إلى بالغ نثق به.**

تذكروا! إن التبليغ عن الإساءة هو بمثابة تقديم مساعدةٍ وإنقاذ حياةٍ وليس وشاية!