



على الإنترنت بأمان

مجموعة أدوات للمنظمات غير الحكومية لدعم الآباء والأطفال ليكونوا آمنين على الإنترنت



شكر وتقدير

تم إعداد هذا الدليل من قبل مؤسسة سييد.

تاريخ الإصدار: مايو 2026

التصميم الداخلي: Crimson - itscrimson.com

هذا العمل هو ملكية خاصة لمنظمة SEED. ويُحظر أي نسخ أو استخدام له، كلياً أو جزئياً، من دون الحصول على إذن خطي وموثق من SEED. حقوق الطبع والنشر © SEED 2026. جميع الحقوق محفوظة.

جدول المحتويات

4 الفصل الأول: نظرة عامة على مجموعة الأدوات

| | |
|---|---|
| 6.....المضمون والهيكلية | 5.....الغرض والنهج والأهداف |
| 6.....مبادئ التكيف وإمكانية الوصول والحماية | 5.....النهج |
| 7.....الاهداف | لماذا يعتبر النهج المحدد مهماً في التعامل |
| 7.....من، ماذا، متى، أين، لماذا | 5.....مع الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا |

8 الفصل الثاني: دليل الميسر لمجموعة الأدوات

10.....القسم أ: الأساس والسياق

| | |
|----------------------------|---|
| 10.....تعريف رئيسية | 10.....الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا في كوردستان |
| 13.....التأثيرات والتحديات | |

15.....القسم ب: استخدام مجموعة الأدوات

| | |
|--|---|
| 15.....مشاركة المجتمع | 15.....مشاركات الإحالة |
| 15.....اكتساب ثقة المجتمع والحفاظ عليها | 30.....خطوات الاستجابة الفورية |
| 16.....المشاركة الفعالة مع المجتمع | 31.....الاستجابة للخدمات الأخرى: |
| 18.....إرشادات بشأن تقديم الخطابات لمنع الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا | 32.....آليات الاستدامة |
| 21.....التغلب على الوصم والتكيف مع الحساسية الثقافية | 32.....حلقات مقدمي الرعاية |
| 21.....فهم الدوافع السلوكية | 32.....كيفية إنشاء حلقات مقدمي الرعاية وإدامتها |
| 23.....وضع الشرف في سياق العنف الإلكتروني | 34.....المتابعة والتقييم |
| 25.....كيفية تمييز الحساسيات الثقافية | 34.....المتابعة مقارنةً بالتقييم |
| 26.....إدارة الإفصاحات | 34.....ربط الأنشطة بالتغيير |
| 26.....المبادئ التوجيهية عند الاستجابة لإساءة معاملة الأطفال | 37.....معايير الميسر لتقديم الفعال |
| 27.....ما ينبغي فعله أو تجنبه عند التعامل مع الإفصاحات | 37.....معايير كفاءة الميسر |
| 28.....عبارات وأسئلة يجب تجنبها | |
| 28.....الاستجابة للإفصاح من خلال تطبيق الأساليب المناسبة | 38.....اعرف المحتوى الخاص بك |
| 28.....هل يجب إخطار الآباء بشأن الإبلاغ عن سوء المعاملة؟ | 40.....اتفاقات المجموعة والقواعد الأساسية |
| 29.....العوائق الاجتماعية والثقافية أمام الإفصاح | |

42.....القسم ج: المصادر

44 **الفصل الثالث: دليل جلسات مجموعة الأدوات لجلسات مقدمي الرعاية**

46 **القسم أ: أساسيات رقمية لأولياء الأمور ومقدمي الرعاية**.....

46..... تفاصيل المحتوى من الشرائح

54 **القسم ب: كيفية بناء الثقة والتواصل**.....

54..... تفاصيل المحتوى من الشرائح

62 **القسم ج: كيفية الرد على العنف الإلكتروني**.....

62..... تفاصيل المحتوى من الشرائح

71 **القسم د: ضمان التغيير المستدام: إنشاء حلقات مقدمي الرعاية**.....

71..... تفاصيل المحتوى من الشرائح

76 **القسم هـ: المصادر**.....

الفصل الرابع:

78 **دليل جلسة مجموعة الأدوات توعية الأطفال - البقاء آمنين على الإنترنت وخارجه**

80 **القسم أ: فهم الإساءة الإلكترونية وحقوقك الإلكترونية**.....

80..... تفاصيل المحتوى من الشرائح

95 **القسم ب: الخصوصية والسلامة والاختيارات الإيجابية**.....

95..... تفاصيل المحتوى من الشرائح

101 **القسم ج: القوة والضغط والاختيارات الإيجابية - الفتيات**.....

101..... تفاصيل المحتوى من الشرائح

117 **القسم د: القوة والضغط والاختيارات الإيجابية - الفتيان**.....

117..... تفاصيل المحتوى من الشرائح

139 **القسم هـ: المراجع**.....

1

الفصل

ظرة عامة على مجموعة الأدوات

تم تصميم مجموعة الأدوات هذه للآباء ومقدمي الرعاية وأطفالهم (13-17 عام) في إقليم كردستان العراق وهي مبنية على إطار تشاركي ومستنير بالأدلة للتغيير الاجتماعي والسلوكي.



الغرض والنهج والأهداف

ملاحظة

يتطلب التنفيذ خارج إقليم كردستان العراق التكيف لضمان توافقه مع التجارب الحياتية والسياق الاجتماعي للمجتمع المحلي.

لماذا يعتبر النهج المحدد مهماً في التعامل مع الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا

- في عالم سريع التحول الرقمي، أدى الابتكار التكنولوجي المستمر والنمو إلى تغيير جذري في كيفية استغلال الأطفال، بما في ذلك:
- زادت حوادث وبلاغات الإعتداء الإلكتروني على الأطفال بشكل كبير. يُصنف العراق باستمرار من بين البلدان التي لديها أعلى معدلات الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا.
- الأدوات الرقمية (مثل التطبيقات والذكاء الاصطناعي وإخفاء الهوية) تمكن المجرمين من الاستعداد والاستغلال والاختباء على نطاق واسع. تسمح التكنولوجيا للجنة بإخفاء هويتهم وتجنب القبض عليهم.
- تتطلب سرعة ومدى وتطور الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا استجابات مصممة خصيصاً وقائمة على الأدلة تستجيب لفهم المجتمعات الضعيفة والبيئة التي يعيشون فيها. لم تضع كل دولة أطر حماية وقوانين وسلطات فعالة، مما يترك الضحايا دون حماية ودعم رسميين.

تم تصميم مجموعة الأدوات هذه لدعم المنظمات غير الحكومية لتمكين مقدمي الرعاية بالمعلومات والمهارات والثقة لحماية أطفالهم من الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا، وتزويد الأطفال والمراهقين بالمعرفة التي يحتاجونها للتعرف على المواقع الخطرة، واتخاذ خيارات أكثر أماناً والتحدث إذا واجهوا استغلالاً أو إساءة معاملة سواء كانوا متصلين بالإنترنت أو دونه. ويشمل ذلك تعزيز قدرات مقدمي الرعاية والأطفال على الاستجابة بفعالية عندما يواجهون تجارب ضارة وغير مرغوب فيها عبر الإنترنت وخارجه.

تهدف مجموعة الأدوات هذه التي يتم تقديمها معاً، إلى إلهام العمل المستدام لمكافحة العنف الإلكتروني في المجتمعات المستهدفة.

النهج

تم تصميم مجموعة الأدوات هذه للآباء ومقدمي الرعاية وأطفالهم (13-17 عام) في إقليم كردستان العراق وهي مبنية على إطار تشاركي ومستدير بالأدلة للتغيير الاجتماعي والسلوكي.

ماذا يعني ذلك؟

التغيير الاجتماعي والسلوكي: هو نهج يستخدم رؤى علمية حول سبب تصرف الأشخاص بالطريقة التي يتصرفون بها، وهو يساعد المجتمعات على تبني ممارسات أكثر أماناً وصحة وإيجابية.

ينظر التغيير الاجتماعي والسلوكي إلى الصورة الكاملة - معتقداتنا وأعرافنا الاجتماعية وبيئاتنا - لأن التغيير لا يحدث من المعلومات وحدها. على سبيل المثال، نحن لا نكتفي بإخبار الناس بأن "الاستغلال الإلكتروني أمر خاطئ" بل نستكشف لماذا يتم قبول بعض السلوكيات، وما هي الضغوط التي يواجهها الأطفال، وكيف يمكننا تغيير المواقف والبيئات التي تسمح بالأذى.

وبناء على ذلك، تمزج هذه المجموعة من الأدوات بين الأدلة البحثية وواقع المجتمع — بالاستعانة بما أخبرنا به الآباء والشباب في كردستان عن التحديات التي يواجهونها عبر الإنترنت — لإنشاء تدخلات عملية مناسبة محلياً.

الهدف ليس إلقاء المحاضرات، بل الإشراف، لمساعدة العائلات على التفكير والمناقشة والعمل معاً نحو سلوك رقمي أكثر أماناً.

المضمون والهيكلية

تم تصميم مجموعة الأدوات هذه لتمكين ميسري المنظمات غير الحكومية الرئيسيين من تقديم جلسات توعية مستهدفة حول الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا لمقدمي الرعاية والأطفال، بما في ذلك المعرفة والمهارات الأساسية المطلوبة للإجابة على الأسئلة وطلبات الدعم والرد عليها، وتوفير مجموعة من مواد الجلسة الجاهزة للتسليم للميسرين الرئيسيين لتقديمها في مجتمعاتهم. تحتوي مجموعة الأدوات هذه على:

1. مقدمة عن الميسر

- التعاريف الرئيسية

- التأثيرات والتحديات

- الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا

- المشاركة المجتمعية

- التغلب على الوصمة والتكيف مع الحساسية الثقافية

- إدارة الإفصاحات

- مسارات الإحالة

- المتابعة والتقييم

- معايير الميسر للتقديم الفعال

2. دليل الميسر وشرائح الجلسة لجلسات توعية مقدمي الرعاية

3. دليل الميسر وشرائح الجلسة لجلسات توعية الأطفال (مختلطة)

4. دليل الميسر وشرائح الجلسة لجلسات التوعية للأطفال (الفتيات)

5. دليل الميسر وشرائح الجلسة لجلسات التوعية للأطفال (الفتيان)

تستخدم مجموعة الأدوات هذه التعلم القائم على النشاط، بما فيها لعب الأدوار واللعب ودراسات الحالة والتعلم البصري.

مبادئ التكيف وإمكانية الوصول والحماية

يتم تشجيع الميسرين على تعديل كيفية تقديم المحتوى بشكل فعال لضمان إمكانية الوصول والملائمة وسلامة التقديم لجميع المشاركين. وقد يشمل ذلك تبسيط اللغة، أو استخدام أساليب أكثر بصرية أو قائمة على المناقشة، أو تكيف الأمثلة مع السياقات المحلية، أو تنظيم الجلسات حسب الجنس أو العمر بما يتماشى مع معايير المجتمع.

ملاحظة

تم تصميم مجموعة الأدوات هذه مع وضع نهج متعدد الجلسات في الاعتبار - جلسان للأطفال وجلسان لمقدمي الرعاية. ومع ذلك، فإن قوتها الأساسية تكمن في مرونتها. يهدف المحتوى والأنشطة إلى تكييفها لتناسب الاحتياجات المتنوعة للمشاركين، بما في ذلك الاختلافات في مستويات معرفة القراءة والكتابة والمهارات الرقمية والعمر والجنس والإعاقة والوصول إلى التكنولوجيا.

ورغم أن التكيف أمر ضروري، إلا أنه يجب أن يتم بعناية. وينبغي للتعديلات أن تدعم الفهم والمشاركة، ولكن لا ينبغي لها أن تغير الغرض الأساسي من الأنشطة أو تضعف رسائل السلامة الرئيسية.

يجب أن تظل جميع التعديلات متوافقة مع المبادئ التوجيهية التالية:

1. **الحق المتساوي في الحماية:** لجميع الأطفال الحق في الحماية من سوء المعاملة والاستغلال والأذى، سواء عبر الإنترنت أو خارجه. ويجب أن تقوم الأنشطة بتعزيز الإدماج وعدم التمييز.

2. **تعزيز الإمكانات والمساواة:** يجب على الميسرين أن يقوموا بصورة نشطة بتحدي المعايير والحوالز الضارة التي تحد من سلامة الأطفال أو مشاركتهم أو نموهم.

3. **المسؤولية المشتركة عن الحماية:** إن حماية الأطفال مسؤولية جماعية تشمل مقدمي الرعاية والميسرين والمجتمعات والمنظمات.

4. **واجب الرعاية:** يجب على الميسرين والمنظمات المنفذة التأكد من أن جميع التفاعلات آمنة وأخلاقية وتتمحور حول الطفل، مع اتباع إجراءات الحماية والإحالة في جميع الأوقات.

5. **المساءلة في التنفيذ:** يجب على المنظمات التأكد من تطبيق الحد الأدنى من معايير حماية الطفل بشكل متسق في جميع الأنشطة والشراكات.

الاهداف

من، ماذا، متى، أين، لماذا

- **من:** تم تصميم مجموعة الأدوات للمنظمات غير الحكومية لرفع مستوى الوعي بين الآباء ومقدمي الرعاية والشباب الذين تتراوح أعمارهم بين 13-17 عاماً، ولكن يمكنها أيضاً إعلام المعلمين وقادة المجتمع وموجهي الشباب الذين يتعاملون مع العائلات.
- **ماذا:** يركز على الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا، لمساعدة العائلات على فهم كيفية حدوث الاستدراج والابتزاز والتلاعب الإلكتروني، وكيفية الاستجابة. ويستخدم نهج التغيير الاجتماعي والسلوكي، مما يعني أنه تفاعلي وتأملي ومتجذر في تجارب المجتمع الحقيقية.
- **أين:** يمكن تقديم الجلسات أينما يجتمع مقدمو الرعاية والشباب: المراكز المجتمعية، والمدارس، والمنظمات غير الحكومية المحلية، أو حتى في مجموعات غير رسمية. الأمر الأكثر أهمية هو أن يكون المكان آمناً ومريحاً وخاصاً بما يكفي للمناقشة المفتوحة.
- **متى:** يمكن تقديم الجلسات كجزء من البرامج المجتمعية المستمرة أو كورش عمل قصيرة. تعتبر مجموعة الأدوات تركيبية، بحيث يمكن للميسرين تكييف المحتوى مع الوقت المتاح.
- **لماذا:** لأنه مع تزايد الوصول إلى الهواتف الذكية والألعاب ووسائل التواصل الاجتماعي في كوردستان، تزايد أيضاً مخاطر الاستدراج والمضايقة والاستغلال الإلكتروني.
- تساعد مجموعة الأدوات هذه المجتمعات على الانتقال من الوعي إلى العمل، وبناء المعرفة والتعاطف والثقة لمنع الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا والاستجابة له في الحياة اليومية.
- و لـ "لماذا" أيضاً علاقة بالتمكين: إعطاء الأسر الأدوات اللازمة للتحدث والتواصل والحماية، ليس من خلال الخوف، ولكن من خلال التفاهم والثقة.

- تهدف مجموعة الأدوات هذه إلى تمكين المنظمات غير الحكومية من تقديم تدخلات قائمة على الأدلة ومستمدة من المجتمع، والتي:
 - ترفع مستوى الوعي بين مقدمي الرعاية والأطفال حول مخاطر الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا و خارج نطاق الانترنت.
 - تعزز ثقة مقدمي الرعاية وقدرتهم على الحماية والاستجابة بفعالية
 - تمكن الأطفال والمراهقين من التعرف على الخطر واختيار سلوكيات أكثر أماناً والتحدث عند مواجهة الاستغلال
 - تعزز التواصل بين الوالدين والطفل، وتعزيز الثقة والانفتاح لضمان شعور الأطفال بالأمان عند الكشف عن مخاوفهم
- تزود المنظمات غير الحكومية بالمعرفة الشاملة بشأن الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا، فضلاً عن الأدوات العملية والتوجيه، لمساعدتها على تحديد الأطفال ومقدمي الرعاية وتقييمهم وإحالتهم بأمان إلى الخدمات المحلية المناسبة، وضمان استجابة منسقة وفعالة لاحتياجات الحماية.

الفصل

دليل المبتدئ لمجموعة الأدوات

نعم ربه به تابهتی سهرنجی لهسهه خراب بهکارهینان و خراب
مامهله کردنی سیکسی مندالان له پنگهه تهکنهلوژیاوه دهیت، لهگهه
ددانپدانان بهوهی که بهشیکه له باری فراوانی توندوتیژی ئۆنلایندا.



القسم أ

| | |
|----|--|
| 10 | الأساس والسياق |
| 10 | تعريف رئيسية |
| 13 | التأثيرات والتحديات |
| 14 | الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا في كوردستان |

القسم ب

| | |
|----|---|
| 15 | استخدام مجموعة الأدوات |
| 15 | مشاركة المجتمع |
| 21 | التغلب على الوصم والتكيف مع الحساسية الثقافية |
| 26 | إدارة الإفصاحات |
| 30 | مسارات الإحالة |
| 32 | آليات الاستدامة |
| 34 | المتابعة والتقييم |
| 37 | معايير الميسر للتقديم الفعال |
| 40 | اتفاقات المجموعة والقواعد الأساسية |

القسم ج

| | |
|----|---------|
| 42 | المصادر |
|----|---------|



أهداف القسم أ:

ينبغي على الميسرين:

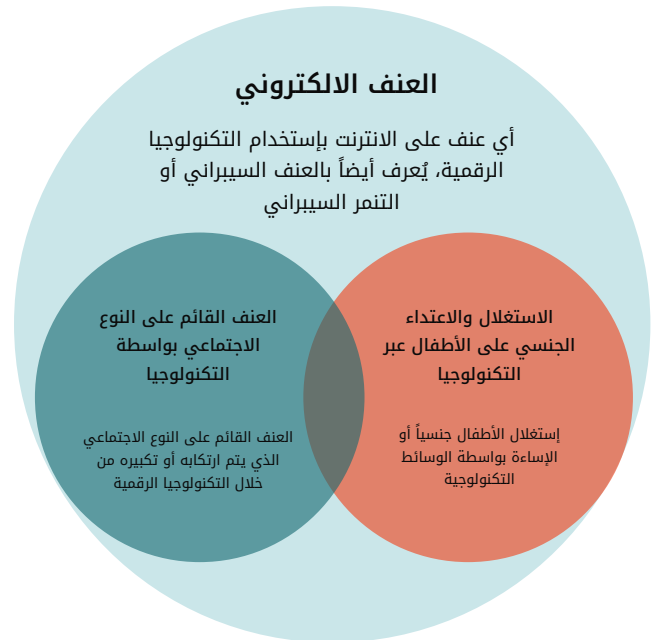
1. فهم المفاهيم والمصطلحات الأساسية المتعلقة بالعنف الإلكتروني، بما في ذلك العنف القائم على النوع الاجتماعي عبر التكنولوجيا والاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا
2. التعرف على أشكال وأمثلة الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا، بما في ذلك مواد الاعتداء الجنسي على الأطفال وطرق الاستغلال الأخرى عبر الإنترنت مثل الاستمالة والابتزاز الجنسي والإساءة التي يتم بثها مباشرة.
3. التمييز بين الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا والأضرار الالكترونية الأخرى، مثل التنمر الإلكتروني، وتسليط الضوء على الاختلافات في النية والشرعية والتأثير.
4. تحديد آثار الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا على الأطفال والأسر والمجتمعات، بما في ذلك الآثار العاطفية والسلوكية والاجتماعية والقانونية.
5. فهم مدى انتشار الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا والسياق المحلي له على مستوى العالم وفي العراق/كوردستان، مع التركيز على حجم المشكلة وأهمية الوقاية والاستجابة
6. تطبيق لغة تضع الناجين في المركز عند مناقشة الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال، وضمان التواصل الواضح والدقيق والمناسب قانوناً.

القسم أ

الأساس والسياق

تعريف رئيسية

العنف الالكتروني



يشير العنف الإلكتروني، المعروف أيضاً باسم العنف السيبراني، إلى أي شكل من أشكال الأذى أو الإساءة التي تحدث من خلال، أو يتم تمكينها بواسطة، التكنولوجيا الرقمية، مثل الهواتف أو التطبيقات أو منصات التواصل الاجتماعي.

ضمن هذه الفئة الواسعة، هناك العديد من الفئات الفرعية التي تصف من هو الأكثر تضرراً وكيف يتشكل العنف. اثنتان من الفئات الفرعية الأكثر شيوعاً هما:

- **العنف القائم على النوع الاجتماعي عبر التكنولوجيا:** العنف القائم على النوع الاجتماعي الذي يتم تمكينه أو تضخيمه من خلال التقنيات الرقمية، ويؤثر على البالغين (18+). يمكن أن يشمل ذلك سلوكيات مثل التحرش الالكتروني، أو مشاركة الصور دون موافقة صاحبها، أو خطاب الكراهية القائم على النوع الاجتماعي.
- **الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا:** فئة واسعة تشمل مجموعة من الأنشطة الالكترونية المؤذية التي تستهدف الأطفال، وكلها ذات دلالات جنسية. يمكن أن يشمل ذلك الاستمالة والإكراه والابتزاز الجنسي وإنتاج أو توزيع المحتوى الجنسي الذي يشمل القاصرين.

يمكن أن تتداخل هاتان الفئتان الفرعيتين، حيث قد تنطوي كل منهما على تهديدات أو تلاعب أو إساءة استخدام المحتوى الشخصي، ولكنها تختلف في من هو المستهدف وكيف يصنف القانون الضرر.

تركز مجموعة الأدوات هذه بشكل خاص على الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا، مع الاعتراف بأنها تقع ضمن المشهد الأوسع للعنف الإلكتروني.

الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا

هو أي اعتداء أو استغلال جنسي للأطفال يحدث من خلال استخدام التكنولوجيا.

لا تتسبب التكنولوجيا بالإساءة، ولكنها قد تقوم بتمكينها. يتضمن الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا أشكالاً مادية وتفاعلية من الإساءة: إنشاء أو مشاركة أو الوصول إلى مواد جنسية تتضمن أطفالاً مثل المواد الاباحية المتعلقة بالاعتداء الجنسي على الأطفال بالإضافة إلى الاستمالة الإلكترونية أو الابتزاز الجنسي أو الإساءة التي يتم بثها مباشرة أو طرق أخرى يتم من خلالها التلاعب بالأطفال أو إساءة معاملتهم عبر الهواتف أو أجهزة الكمبيوتر أو الإنترنت.

المواد الاباحية المتعلقة بالاعتداء الجنسي على الاطفال

التعريف: يشير مصطلح المواد الاباحية المتعلقة بالاعتداء الجنسي على الأطفال إلى أي صورة أو مقطع فيديو أو صوت أو نص أو رسم يظهر طفلاً (أقل من 18 عاماً) بطريقة جنسية. (ملاحظة: القانون الدولي يعرف الطفل بأنه أقل من 18 عاماً)

لماذا هذا مهم: مواد الاعتداء الجنسي على الأطفال هي إساءة في حد ذاتها - يتعرض الطفل للأذى في اللحظة التي يتم فيها إنشاء المواد وفي كل مرة تتم مشاركتها.

أشكال المواد الاباحية المتعلقة بالاعتداء الجنسي على الأطفال:

- صور أو مقاطع فيديو للاعتداء.
- صور معدلة أو "صور مزيفة" لأطفال حقيقيين.
- مادة تم إنشاؤها بواسطة الذكاء الاصطناعي أو ثلاثية الأبعاد تصور الأطفال جنسياً.
- صور "التلاعب بالعمر" لجعل شخص ما يبدو وكأنه طفل.

أمثلة: المواد الاباحية المتعلقة بالاعتداء الجنسي على الأطفال



الفرق بين المواد الاباحية المتعلقة بالاعتداء الجنسي على الأطفال و المواد الاباحية المتعلقة بالاستغلال الجنسي للأطفال:

المواد الاباحية المتعلقة بالاعتداء الجنسي على الأطفال: يتم إنشاؤها من أجل الإشباع الجنسي للجاني.

المواد الاباحية المتعلقة بالاستغلال الجنسي للأطفال: تتضمن عنصر التبادل (المال أو السلع أو الخدمات).

توضيحات رئيسية:

• حتى لو لم تتضمن نماذج الذكاء الاصطناعي أو النماذج ثلاثية الأبعاد طفلاً حقيقياً، فإنها لا تزال غير قانونية لأنها تغذي الطلب وتجعل الإساءة أمراً طبيعياً.

• إذا كبر الشخص أو توفي، فإن المواد التي تم إنشاؤها عندما كان عمره أقل من 18 عاماً لا تزال مواد اعتداء جنسي على الأطفال.

إن فهم المواد الاباحية المتعلقة بالاعتداء الجنسي على الأطفال يساعدنا على إدراك كيف تمكن التكنولوجيا من الإساءة، ويضمن أيضاً استخدام لغة دقيقة - يقول الكثير من الناس عن طريق الخطأ «إباحية الأطفال»، ولكن هذا المصطلح ضار ومضلل.

طرق أخرى لاستغلال الأطفال عبر الإنترنت

الآن بعد أن أصبح لدينا فهم واضح عن المواد الإباحية المتعلقة بالاعتداء الجنسي على الأطفال—ما هي ولماذا هي ضارة— يمكننا أن ننظر في طرق أخرى يمكن من خلالها استغلال الأطفال على الإنترنت. غالباً ما تحدث هذه المخاطر جنباً إلى جنب مع المواد الإباحية المتعلقة بالاعتداء الجنسي على الأطفال أو تؤدي إليها، وتشمل أشياء مثل الاستمالة أو الابتزاز الجنسي أو الاعتداء المباشر أو الضغط لمشاركة المحتوى الجنسي. إن فهم هذه المخاطر يساعدنا على رؤية الصورة الكاملة للإساءة التي تسهلها التكنولوجيا وبيجهازنا لمنعها ودعم الأطفال بشكل أفضل.

• **الاستمالة/ الاستدراج:** عندما يبني شخص ما الثقة مع طفل عبر الإنترنت (يتظاهر بأنه صديق أو زميل أو فاعل خير) لإقناعه بممارسة نشاط جنسي في الحياة الواقعية.

• **الابتزاز الجنسي:** ابتزاز الأطفال بصور خاصة أو جنسية، يتم الحصول عليها بوسائل مختلفة أو يتم إنشاؤها، للحصول على المزيد من الصور أو المال أو السيطرة.

• **البث المباشر للإساءة:** يتم بث الاعتداء الجنسي على الأطفال مباشرة عبر الإنترنت، وغالباً ما يتضمن تعليمات مباشرة من قبل المشاهدين الذين يدفعون.

• **المحتوى المنتج ذاتياً:** الأطفال الذين يتم الضغط عليهم أو التلاعب بهم لالتقاط صور أو مقاطع فيديو جنسية لأنفسهم.

كيف يختلف الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا عن التنمر الإلكتروني

الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا

ذات طبيعة جنسية، أي يتضمن دائماً محتوى أو أفعالاً جنسية تستهدف الأطفال.

الكبار يستغلون الأطفال. في كثير من الأحيان الكبار أو الغرباء يتلاعبون بالأطفال عبر الإنترنت.

أفعال إجرامية، غير قانونية بشكل واضح ولها عواقب قانونية خطيرة.

مخطط له ومتكرر. غالباً ما يكون جزءاً من الاستغلال المستمر، وليس أفعالاً عشوائية.

التنمر الإلكتروني:

عادة لا يكون جنسياً. يمكن أن يتضمن إهانات أو تهديدات أو شائعات بدون محتوى جنسي، زميل لزميل عادة بين الأطفال أو الشباب الذين يستهدفون بعضهم البعض.

هو فعل ضار، ولكن لا يعتبر دائماً غير قانوني، يمكن أن يكون عملاً خاطئاً أو مؤذياً دون خرق القانون.

قد يحدث مرة واحدة أو يتكرر - قد يحدث مرة واحدة أو يستمر مع مرور الوقت

استخدام اللغة الصحيحة: المصطلحات الأساسية بخصوص حماية الطفل

تساعدنا اللغة الواضحة والدقيقة والتي تضع الناجين في المركز على التواصل بشكل فعال بشأن الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال. إن استخدام المصطلحات الصحيحة يضمن عدم إلقاء اللوم على الأطفال وأن عملنا يتماشى مع المعايير الدولية. نوصي بما يلي:

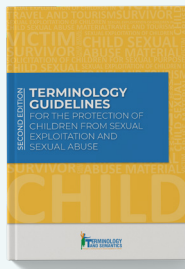
• **دليل مصطلحات منظمة ECPAT الدولية:** تم تطوير هذه الإرشادات من قبل مجموعة عمل عالمية مشتركة بين الوكالات، وهي توفر لغة محدثة، تضع الناجين في المركز، ودقيقة لوصف الاستغلال الجنسي والاعتداء على الأطفال، مما يساعد المهنيين وصناع السياسات ووسائل الإعلام على استخدام الكلمات التي تحمي بدلاً من أن تؤدي.

• **معجم سييد للاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا:** قائمة بالمصطلحات الأساسية المستمدة من دليل مصطلحات ECPAT، تمت ترجمتها إلى اللغتين الكوردية (السورانية) والبادنية والعربية.

ملاحظة

على الرغم من أن هذه المصطلحات دقيقة من الناحية الفنية، يجب علينا دائماً تكييف لغتنا وأو إيجاد طرق لوصف المصطلحات الرئيسية بلغة مفهومة للفتة المستهدفة، بما في ذلك مراعاة مستوى معرفة القراءة والكتابة، والترجمة الحرفية مقارنة بالترجمة الدقيقة، وتأكيد القيود والمعايير السياقية والثقافية.

ECPAT Terminology



Facilitator Handout 1: SEED's Key TFSCEA terms



التأثيرات والتحديات

تأثير الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا على أصدمة المجتمع

إن الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا لا يضر بالأطفال الأفراد فحسب، بل إن تأثيره يمتد إلى الخارج، ويؤثر على الأسر والمجتمعات بأكملها. إن فهم طبقات التأثير هذه يساعدنا على الاستجابة بعناية، وبناء وسائل حماية أقوى، وكسر حلقات الضرر.

على الطفل

- **الأذى العاطفي:** قد يشعر الأطفال بالخوف، أو الخجل، أو القلق، أو الحزن الشديد. ويصاب البعض بصدمات طويلة الأمد، بما في ذلك اضطراب ما بعد الصدمة.
- **التغيرات السلوكية:** قد يبتعد الأطفال المتأثرون عن الآخرين، أو يظهرون الغضب أو العدوان، أو يدخلون في مخاطر غير آمنة.
- **المدرسة والصحة:** قد يواجهون صعوبة في التركيز في المدرسة، أو تنخفض درجاتهم، أو يصابون بمشاكل في النوم والأكل.
- **توتر العلاقات:** يمكن أن يسبب الاستغلال الإلكتروني التوتر وانعدام الثقة داخل العائلات. قد يلوم الوالدان الطفل أو يخجلانه بسبب الخوف أو سوء الفهم، على الرغم من أن الطفل ليس مسؤولاً أبداً عن سوء المعاملة.
- **السلوكيات الضارة المكتسبة أو المتكررة:** يمكن أن يؤدي التعرض للتلاعب أو سوء المعاملة على الإنترنت إلى قيام بعض الأطفال بتقليد ما رأوه، وتكرار السلوكيات الضارة تجاه الآخرين دون فهم التأثير بشكل كامل.

على العائلة

- **العلاقات المتوترة:** قد يجد الآباء والأشقاء صعوبة في التواصل أو الثقة ببعضهم البعض.
- **الضغط العاطفي:** غالباً ما تشعر العائلات بالذنب والخوف والقلق المستمر بشأن صحة أطفالهم.

على المجتمع:

- **الخوف وانعدام الأمن:** قد يشعر الناس بقدر أقل من الأمان في الأماكن العامة أو عبر الإنترنت.
- **الوصم بالعار والعزلة:** قد يواجه الناجون وأسرهم القيل والقال أو اللوم أو الاستبعاد من الآخرين.
- **الأذى المستمر:** يمكن أن تستمر مواد الإساءة في التداول، وقد يستمر العنف بأشكال أخرى، بما في ذلك التحرش أو الاستغلال أو المزيد من الإساءة شخصياً.

تحديات مجابهة الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا في إقليم كردستان - العراق

في حين أن الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا له آثار مدمرة، فإن معالجته لا تزال معقدة. قد لا يشعر الأطفال بالأمان للإفصاح عن سوء المعاملة، وحتى عندما يفعلون ذلك، قد يفتقر المهنيون إلى الأدوات أو المعلومات التي يحتاجون إليها، وغالباً ما يستغل الجناة الثغرات القانونية أو التقدم التكنولوجي لتجنب اكتشافهم. إن إدراك هذه العوائق يساعدنا على معرفة سبب ضرورة الاستجابات المنسقة والمزودة بموارد جيدة.

- **تحديات الإفصاح:** قد يشعر الأطفال بعدم الأمان عند الإبلاغ عن سوء المعاملة، خاصة إذا كانوا يعانون من أشكال متعددة من الأذى.
- **محدودية البيانات والأبحاث:** إن الافتقار إلى الدراسات المحلية يجعل من الصعب فهم حجم وطبيعة الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا.
- **القضايا العابرة للحدود:** قد يكون الجناة والضحايا والأدلة الرقمية في بلدان مختلفة، مما يجعل التحقيق والملاحقة القضائية معقدين.
- **أطر قانونية محدودة:** قد تكون القوانين وعمليات التنفيذ غير واضحة أو غير مجهزة بالكامل للتعامل مع الاستغلال الجنسي الإلكتروني.
- **محدودية الوعي والقدرة:** قد لا تدرك الأسر والمجتمعات وبعض المهنيين المخاطر أو لا يعرفون كيفية الاستجابة لها.
- **تحديات التكنولوجيا:** إن المنصات الإلكترونية المتغيرة بسرعة والاتصالات المشفرة تجعل الكشف والمراقبة أمراً صعباً.

الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا في كوردستان

الانتشار عالمياً

- في عام 2024، كان لدى العراق 588,225 تقريراً عن مواد الاعتداء الجنسي على الأطفال المقدمة إلى المركز الوطني للأطفال المفقودين والمستغلين. وهذا يصنف العراق في المرتبة الثامنة عالمياً ويمثل ما يقرب من 3% من التقارير العالمية.
- يحتل العراق المرتبة الأولى في الشرق الأوسط من حيث المواد المبلغ عنها، مما يسلط الضوء على حجم المشكلة والوضوح المتزايد للإساءة الإلكترونية في المنطقة.
- الاتجاه/السياق السكاني: في عام 2023، كان هناك 749 ألف تقرير، وهو ما يمثل حوالي 1.78% من سكان العراق. ورغم أن التقارير انخفضت قليلاً في عام 2024، إلا أن هذا لا يزال يشير إلى وجود خطر كبير ومستمر.
- وتظهر هذه الأرقام أن الاستغلال الجنسي للأطفال عبر التكنولوجيا يمثل مشكلة خطيرة وقابلة للقياس في العراق، مما يعزز الحاجة إلى جهود التوعية والوقاية والاستجابة المصممة خصيصاً للسياق المحلي.

بعد الاستغلال الجنسي الإلكتروني للأطفال مشكلة عالمية تؤثر على ملايين الأطفال كل عام. الأرقام كبيرة جداً ولا تمثل سوى جزء صغير من الوضع الحقيقي، حيث لا يتم الإبلاغ عن الكثير من الحالات.

- **تقارير في هذا المجال:** وفقاً لتقرير المركز الوطني للأطفال المفقودين والمستغلين (NCMEC) لعام 2024، كان هناك أكثر من 21 مليون تقرير¹ على مستوى العالم عن مواد تخص الاعتداء الجنسي على الأطفال في عام 2024. ويمثل هذا انخفاضاً مقارنة بالسنوات السابقة، ويرجع ذلك إلى حد كبير إلى تحسين أنظمة الكشف الآلي، وليس لأن المشكلة أخذت في التناقص.

- **الخطوط الساخنة العامة:** تظهر البيانات الصادرة عن INHOPE، وهي شبكة عالمية من الخطوط الساخنة العامة، أن التقارير تضاعفت بأكثر من الضعف في السنوات الأخيرة. وهذا يدل على زيادة الوعي والمخاطر المستمرة.

- **تقديرات الأبحاث العالمية:** تقدر الأبحاث أن أكثر من 300 مليون طفل يتأثرون سنوياً في جميع أنحاء العالم بشكل من أشكال الاستغلال الجنسي. ويشمل ذلك الانتهاكات التي قد لا يتم تسجيلها في أنظمة الإبلاغ الرسمية.

تُظهر مصادر البيانات هذه معاً أن استغلال الأطفال الإلكتروني يمثل تهديداً واسعاً وغير مُبلّغ عنه ومتزايداً، مما يؤكد أهمية المنظمات غير الحكومية والمعلمين وقادة المجتمع وغيرهم لفهم المخاطر الرقمية وتدابير الوقاية والاستجابة.

الانتشار في العراق

إن فهم حجم الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا في العراق يساعد في تفسير سبب أهمية الوقاية والتوعية والتواصل الأسري. إن الأعداد الكبيرة من الحالات المبلغ عنها لا تظهر المخاطر فحسب، بل تظهر أيضاً أنه يتم اكتشاف المزيد من المحتوى الضار والإبلاغ عنه، مما يعكس تهديداً متزايداً وأنظمة مراقبة عالمية أقوى.

ملاحظة

لتقديم مجموعة الأدوات هذه بفعالية، يجب على الميسرين البقاء على اطلاع بالبيئة الرقمية سريعة التغير. ويتضمن ذلك رصد الاتجاهات الجديدة في العنف الإلكتروني، وفهم التحولات في الاستخدام الشائع للمنصات بين الشباب، وإتقان أحدث ضوابط الخصوصية والأمان. من خلال الالتزام بالتعلم المستمر، فإنك تضمن أن الإرشادات المقدمة ليست سليمة من الناحية النظرية فحسب، بل قابلة للتطبيق عملياً على المخاطر والأدوات الواقعية التي يواجهها جمهورك اليوم.

1. المركز الوطني للأطفال المفقودين والمستغلين، تأريخاً: 2024، <https://www.missingkids.org/ourwork/impact>



أهداف القسم ب:

1. استخدام مجموعة أدوات تيسير الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا بشكل فعال لتقديم جلسات تشاركية ومناسبة للعمر مع مقدمي الرعاية والأطفال، وتكييف الأنشطة مع السياقات المحلية ومستويات معرفة القراءة والكتابة.
2. إشراك المجتمعات بأمان واحترام من خلال تطبيق أساليب تراعي الثقافة وتبني الثقة وتقلل من الوصمة وتشجع الحوار المفتوح حول السلامة والاستغلال الإلكتروني.
3. الاستجابة بشكل مناسب للإفصاحات الحساسة من خلال تطبيق ممارسات مستنيرة بالصدمة النفسية وتضع الناجين في المركز وتبني مسارات الإحالة المعمول بها عبر خدمات الحماية والخدمات القانونية والصحية والنفسية-الاجتماعية.
4. تعزيز التغيير السلوكي الإيجابي بين مقدمي الرعاية والأطفال والمؤثرين في المجتمع من خلال نمذجة التعاطف والمساءلة والممارسات الرقمية الآمنة أثناء التيسير.
5. المساهمة في البرمجة القائمة على الأدلة من خلال مراقبة المشاركة وتوثيق التعليقات ودعم التقييم المستمر للنتائج لتعزيز جهود الوقاية والاستجابة.
6. تزويد الميسرين بالمعايير المهنية والأدوات العملية اللازمة لتقديم مجموعة الأدوات هذه بفعالية.

القسم ب

استخدام مجموعة الأدوات

مشاركة المجتمع

إن معظم المنظمات التي تعمل مع الأسر والأطفال تمارس بالفعل المشاركة المجتمعية من خلال بناء العلاقات وعقد جلسات التوعية والاستماع إلى الاحتياجات المحلية.

ومع ذلك، عند معالجة الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا، فإن المشاركة تأخذ معنى أعمق. ولأن الموضوع حساس وغالباً ما يساء فهمه، فإن الثقة والاحترام والحوار الحقيقي ضروري للتغيير الدائم.

إن المشاركة المجتمعية تعني أكثر من مجرد تبادل المعلومات. إنها عملية تعاونية لبناء شراكات موثوقة مع مجموعات من الأشخاص، سواء كانوا مرتبطين بالجغرافيا أو الهوية المشتركة أو الاهتمامات المشتركة. وهو ينطوي على التواصل في الاتجاهين، حيث يتم إعلام أفراد المجتمع والتشاور معهم وتمكينهم من التصرف بشأن القضايا التي تؤثر على رفاهيتهم.

للوفاية من الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا، يعد هذا النهج مهماً بشكل خاص. إن التغيير الاجتماعي والسلوكي المستدام لا يعتمد فقط على الأنظمة والقوانين القوية، بل يعتمد أيضاً على الوعي والثقة ومشاركة الأسر والمجتمعات.

يقدم هذا القسم من الدليل إرشادات عملية حول كيفية:

- بناء الثقة مع المجتمعات والحفاظ عليها
- التواصل بشكل فعال مع الآباء ومقدمي الرعاية والأطفال والأعضاء الرئيسيين الآخرين
- تقديم رسائل حساسة ومناسبة ثقافياً تعزز السلامة والاحترام.

اكتساب ثقة المجتمع والحفاظ عليها

الثقة هي أساس التقديم الفعال لبرنامج على الإنترنت بأمان. هي ليست خطوة واحدة يجب إكمالها، بل هي عملية مستمرة منسوجة من خلال كل تفاعل. عند العمل على الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا، تكون الثقة أمراً بالغ الأهمية بشكل خاص. من غير المرجح أن تناقش العائلات مثل هذه القضايا الحساسة ما لم تشعر بالاحترام والأمان والثقة في نواياك.

تنمو الثقة من خلال الأفعال الثابتة والشفافة والمحترمة بمرور الوقت.

| تجنب هذه المنهجيات | كيفية بناء الثقة |
|--|---|
| لا تقدم أبداً وعوداً لا يمكنك الوفاء بها: فهذه إحدى أسرع الطرق لتدمير الثقة. | كن متواضعاً: أعضاء المجتمع هم الخبراء في حياتهم الخاصة. دور الميسر هو الاستماع وتوجيه المناقشة ومشاركة المعلومات، وليس الإرشاد أو الحكم. |
| لا تضع افتراضات أبداً: لا تفترض أنك تفهم احتياجات الناس أو وجهات نظرهم. | إظهار الاحترام غير المشروط: احترم وقت الناس وثقافتهم ومعرفتهم. إظهار الحساسية الثقافية في الكلمات والمظهر والسلوك. |
| لا تفرض أجندتك الخاصة أبداً: ركز على رفاهية المجتمع، وليس على أهداف المنظمة. | كن شفافاً: كن واضحاً بشأن غرض مجموعة الأدوات وأنشطتها وكيفية استخدام المعلومات. إن الافتتاح بيني المصادقة والملكية المشتركة. |
| لا تستغل المجتمع أبداً: تجنب التعامل مع المشاركة باعتبارها مجرد تمرين روتيني؛ يجب أن ترى المجتمعات الفائدة والاحترام. | اعتمد منظور طويل الأمد: إظهار اهتمام حقيقي برفاهية المشاركين، على امد طويل يتجاوز جلسة واحدة أو مشروع واحد. |
| الحضور غير المتسق: المشاركة فقط عندما تحتاج إلى المشاركة هو شئ يقوض الثقة، خاصة في الموضوعات الحساسة مثل الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا. ابق على الرؤية والتواصل قبل وأثناء وبعد الأنشطة. | استمع بقدر ما تتحدث: قم بتقدير تجربة حياة ووجهات نظر جميع المشاركين. |

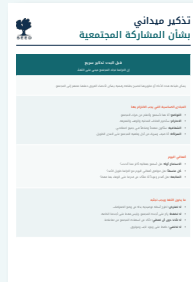
المشاركة الفعالة مع المجتمع

إن تقديم جلسات حول الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا يتطلب أكثر من مجرد مكان، فهو يتطلب البيئة والأشخاص المناسبين. تبدأ المشاركة الفعالة باختيار مساحات آمنة ومألوفة وتحديد الشخصيات الموثوقة التي يمكنها دعم المناقشة المفتوحة.

يركز هذا القسم على سؤالين رئيسيين سيساعدانك في إعداد جلستك بنجاح:

- **أين يشعر الناس بالأمان عندما يجتمعون معاً؟** (على سبيل المثال، المراكز المجتمعية، والمدارس، ومجموعات الآباء، والنوادي الشبابية، أو غيرها من الأماكن المألوفة)
- **من يثق به الناس ويستمعون إليه؟** (على سبيل المثال، المعلمون، أو الزعماء الدينيين، أو مرشحو الشباب، أو المؤثرون المحليون الذين يمكنهم تشجيع المشاركة)

نشرة الميسر رقم 2: تذكير ميداني بشأن المشاركة المجتمعية



c. **إجراء جلسات استماع:** بعد بناء أساس من الثقة، يمكنك استخدام هذه المراكز لإجراء مشاورات أكثر رسمية. هذا هو المكان الذي يمكنك فيه التعمق أكثر في حقائق المجتمع وقيمه ومعتقداته فيما يتعلق بموضوعات حساسة مثل الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا.

3. **اطرح السؤال المهم:** "من ليس هنا؟". قد لا يمثل الأشخاص الذين يتجمعون في الأماكن العامة المجتمع بأكمله. غالباً ما يكون الأشخاص الأكثر ضعفاً هم الأقل وضوحاً. في كل جلسة استماع واستشارة، يجب عليك أن تسأل عن النشاط:

a. من ليس في هذه الغرفة؟

b. من هو الصوت الذي لا نسمعه؟

c. هل هناك مجموعات ربما تم استبعادها؟

ابحث بنشاط عن طرق آمنة ويمكن الوصول إليها لهؤلاء الأفراد للمشاركة وأنشئها. دافع عنهم. قد تشمل الفئات السكانية الضعيفة أو المهمشة ما يلي:

- الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة
- الأقليات العرقية أو الدينية
- الأسر المحرومة اقتصادياً
- الأسر ذات الوالد الوحيد
- الأشخاص الذين يعيشون في مناطق نائية أو يصعب الوصول إليها
- الأطفال أو الشباب أو كبار السن الذين قد يتم تجاهلهم

من خلال الإجابة على هذه الأسئلة مكرراً، يمكن للميسرين التأكد من أن الجلسات يمكن الوصول إليها ومريحة ومناسبة ثقافياً، مما يخلق الظروف اللازمة للثقة والمشاركة والمناقشة الهادفة حول هذا الموضوع الحساس.

أين يجتمع الناس؟

يعد هذا سؤالاً مهماً لمشاركة المجتمع لغرض فهم المشهد الاجتماعي للمجتمع وتحديد الموارد الطبيعية التي تتكشف فيها الحياة المجتمعية. هذه هي الأماكن التي يتم فيها بناء العلاقات ومشاركة المعلومات والشعور بنض المجتمع.

الخطوة 3

الخطوة 2

الخطوة 1

1. ابحث عن أماكن التجمع الرسمية وغير الرسمية. إن تواجدك في هذه المواقع هو الخطوة الأولى نحو الرؤية والثقة.

a. **المراكز الرسمية:** أماكن العبادة والمدارس والمراكز التعليمية والقاعات المجتمعية ومراكز الخدمات الحكومية والعيادات الصحية والمستشفيات

b. **المراكز غير الرسمية:** الأسواق المحلية أو الأسواق الأسبوعية المؤقتة، والحدايق والمناطق الترفيهية، والمقاهي و المطاعم المحلية، ومحطات النقل، أو حتى نقاط تجميع المياه.

2. استخدم هذه المواقع لبناء علاقتك مع المجتمع بشكل تدريجي.

a. **كن حاضراً ومربياً:** هدفك الأولي هو ببساطة أن يُنظر إليك على أنك حضور ثابت وغير متطلب

i. افض بعض الوقت في هذه المراكز عندما لا يكون لديك شيء تطلبه.

ii. اذهب الى سوق محلي أو حدث مجتمعي أو خدمات دينية (إذا كان ذلك مناسباً)

iii. قبول عروض الضيافة، على سبيل المثال، مشاركة الشاي. تعتبر هذه الطقوس الاجتماعية الصغيرة ضرورية لبناء العلاقات.

b. **لاحظ وتعلم:** بمجرد أن تصبح وجهاً مألوفاً، ركز على الفهم

- i. هدفك هو الاستماع في معظم الأوقات.
- ii. اطرح أسئلة مفتوحة حول المجتمع: نقاط قوتهم، ومخاوفهم، وآمالهم المستقبلية. لا تكن مقادراً بأجندتك الخاصة.
- iii. ركز على ما لديهم، وليس فقط على مشاكلهم. إسأل:
1. ما الذي يجري بصورة جيدة هنا؟
 2. من هم الأشخاص الذين ينجون الأمور دائماً؟

نشرة الميسر رقم 3: القائمة المرجعية للملاحظة



لمن يصغي الناس؟

- اشكرهم دائماً على وقتهم واعترف بدورهم علناً.
- من خلال إشراك الأصوات الصحيحة، يمكن للميسرين بناء المصداقية بسرعة، وتقليل التردد بخصوص موضوع حساس، وخلق شعور بملكية المجتمع لعملية التعلم.

بالنسبة للمواضيع الحساسة مثل الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا، تكون الجلسات أكثر فعالية عندما يتم تقديمها أو دعمها من قبل شخصيات مجتمعية موثوقة ومحترمة. يمكن لهؤلاء الأفراد مساعدتك في الوصول وتشجيع المشاركة وطمأنة العائلات بأن الجلسات آمنة وجديرة بالاهتمام.

عند الاستعداد لتقديم مجموعة الأدوات، ضع في اعتبارك ما يلي:

- من هم الأشخاص الذين يثق بهم الآباء والشباب أكثر؟
- من يمكنه مساعدتك في دعوة المشاركين وخلق مساحة مريحة للمناقشة؟

يمكن أن يتخذ التأثير في المجتمع أشكالاً عديدة:

- **القادة الرسميون:** الشخصيات الدينية، أو مدراء المدارس، أو المسؤولين المحليين الذين يمكنهم تأييد الجلسات أو توفير الأماكن.

- **المؤثرون غير الرسميين:** المعلمون، أو مرشدو الشباب، أو الآباء المحترمون، أو المتطوعون المجتمعيون النشطون الذين يمكنهم تشجيع الآخرين على الحضور.

إن إشراك هذه الشخصيات لا يعني إطلاق حملة مجتمعية كبيرة، بل يتعلق بالاستفادة من الثقة الموجودة لدعم جلساتك.

طرق عملية للقيام بذلك:

- اسأل الشركاء المحليين أو المدارس عن الأشخاص الذين تثق بهم العائلات أكثر.
- قم بدعوة أحد أفراد المجتمع المحترمين للترحيب بالمشاركين أو تقديم الجلسة لإضفاء طابع إيجابي.
- قم بتزويد هؤلاء المؤيدين بشرح مختصر لغرض الجلسة، حتى يتمكنوا من التحدث عنها بثقة ودقة.

إرشادات بشأن تقديم الخطابات لمنع الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا

إن تقديم خطابات حول موضوع حساس مثل الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا يتطلب نهجاً مخططاً بعناية ومتعاطفاً وموجهاً نحو العمل.

لا تتعلق الخطابات الفعالة بالمعلومات التي تقدمها فحسب، بل بكيفية صياغتها ومن يقدمها والإجراءات التي تلتها أيضاً. الهدف هو تحدي المجتمع للتحرك، وليس إثارة الخوف أو الخجل.

ما هي المبادئ التي ينبغي أن تقوم بتوجيه رسالتك؟

عند معالجة الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا فإن الطريقة التي تتواصل بها لا تقل أهمية عن المعلومات نفسها.

تتطلب الموضوعات الحساسة والعناية والدقة والتعاطف لضمان أن الرسائل تقدم المعلومات وتمكن دون التسبب في الخوف أو الخجل أو اللوم.

نشرة الميسر رقم 4: قائمة مرجعية للمشاركة المجتمعية الشاملة!



تم تصميم هذه الأداة لتوجيه أنشطة المشاركة الرسمية (أي جلسات الاستماع، أو اجتماعات العمل الميدانية، أو المشاورات) التي يمكن الوصول إليها، والتي تنسم بالاحترام، وتمثل المجتمع بأكمله.

5. **اجعل الأمر قابلاً للتنفيذ:** يجب أن ترتبط كل رسالة بإجراء واضح وقابل للتحقيق، على سبيل المثال، التحدث إلى الأطفال بانتظام حول الأشخاص الذين يتفاعلون معهم عبر الإنترنت، أو معرفة كيفية الإبلاغ عن الإساءة.

6. **كن ذا اطلاع ثقافي:** قم بربط الرسائل بقيم المجتمع الحالية مثل شرف الأسرة أو الإيمان أو الواجب الجماعي لحماية الأطفال. وهذا من شأنه أن يبني الثقة ويجعل الوقاية هدفاً مشتركاً.

7. **استخدم المخاطبين الموثوقين:** تعتمد مصداقية رسالتك على من يقوم بتسليمها. اعمل مع المعلمين أو الشخصيات الدينية أو العاملين في مجال الصحة أو أفراد المجتمع المحترمين الذين يمكنهم شرح ذلك بكلماتهم الخاصة.

8. **قم بتحدي المعايير الجنسانية الضارة:** يؤثر الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا على جميع الأطفال، ولكن التوقعات الجنسانية يمكن أن تسكت الضحايا أو تعزز اللوم.

- **الآباء:** تشجيع التواصل المفتوح والمسؤولية المشتركة عن سلامة الأطفال.
- **الأمهات:** ادعوا الأمهات للتصرف بسلطة ودون خوف من اللوم.
- **الفتيات:** التأكيد على أن المسؤولية تقع دائماً على عاتق مرتكب الجريمة، وليس الضحية.
- **الفتيان:** أكد على أن الفتيان يمكن استهدافهم أيضاً ويجب أن يشعروا بالأمان للتحدث دون وصمة.

كيف أختار النهج الصحيح للرسالة الصحيحة؟

بمجرد بناء الثقة وفهم المجتمع من أنت ولماذا أنت هناك، فإن الخطوة التالية هي تمهيد الطريق لجلساتك.

قبل البدء في التقديم، يحتاج الميسرون إلى مشاركة رسائل واضحة ومطمئنة ومناسبة ثقافياً تشرح موضوع مجموعة الأدوات، ومن هي الجهة المستهدفة، ولماذا هي مهمة.

تساعد مرحلة التوعية هذه على تحويل الوعي إلى مشاركة، مما يضمن شعور الآباء ومقدمي الرعاية وأفراد المجتمع بالاطلاع والاحترام والاستعداد للمشاركة في المناقشات حول الحفاظ على سلامة الأطفال الإلكترونية.

1. النهج الشخصي

a. **ماذا:** محادثات شخصية مع أولياء الأمور أو مقدمي الرعاية أو العائلات، على سبيل المثال، أثناء زيارة منزلية أو اجتماع أولياء الأمور والمعلمين أو بعد حدث مجتمعي.

b. **متى:** استخدم هذا النهج عندما تكون العائلات مترددة، أو غير مطلعة على الموضوع، أو تحتاج إلى الطمأنينة بأن الجلسات ستكون آمنة ومناسبة. فهو مثالي لبناء الثقة ومعالجة الأسئلة الحساسة.

ستساعد المبادئ التالية الميسرين والشركاء على التواصل بشأن الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا بصورة آمنة واحترام وفعالية:

1. **لا تسبب أي ضرر:** يجب ألا تلقي رسالتك اللوم على الناجين أو الآباء أبداً. يجب دائماً النظر إلى الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا باعتباره جريمة يرتكبها الجناة، وليس باعتباره فشلاً للطفل أو الأسرة.

2. **شجع، لا تسبب الخوف:** تجنب الرسائل المبنية على الخوف والتي تجعل الناس يشعرون بالعجز. ركز بدلاً من ذلك على الخطوات العملية التي يمكن للعائلات اتخاذها. ركز على السلامة والوعي والمسؤولية المشتركة.

a. قم بفصل المجموعات حسب الجنس و/أو العمر، إذا كان ذلك مفضلاً أو مناسباً للمجتمع الذي تعمل فيه. يمكن أن يؤثر الجنس والأعراف الاجتماعية الأخرى على قدرة الفرد على التواصل بشكل علني وتبادل الخبرات والتعبير عن المشاعر في حضور الجنس الآخر أو الأشخاص الأكبر سناً أو الأصغر سناً. إذا كان من المحتمل أن تؤثر المجموعات العمرية أو الجنسانية المختلطة سلباً على قدرتك على إشراك المجتمع بشكل فعال، أو المخاطرة بإلحاق الضرر بالمشاركين، فاختر مجموعات أحادية الجنس.

b. جميع الأنشطة اختيارية، إذا كانت المجموعة تعاني من الخجل أو كانت جزءاً من مجتمع أكثر تحفظاً، فاختر عدم المشاركة في الأنشطة التي قد تشكل مواجهة.

3. استخدم لغة بسيطة ومحلية وواضحة: تجنب المصطلحات التقنية. اشرح المصطلحات بطرق منطقية محلياً.

a. بدلاً من "الاستمالة الالكترونية"، قل "كيف يخدع الغرباء على الهواتف وأجهزة الكمبيوتر الأطفال ليصبحوا أصدقاء ويؤذونهم".

b. بدلاً من "الابتزاز الجنسي"، قل "عندما يهدد شخص ما بمشاركة صور خاصة لطفل لإجباره على القيام بشيء لا يريد القيام به".

4. **مراعاة مستويات الإلمام بالقراءة والكتابة المختلفة:** في بعض المجتمعات، قد يواجه المشاركون صعوبات في التعامل مع المواد المكتوبة. إذا كنت تعتمد فقط على الشرائح أو النشرات النصية الثقيلة، فقد يتم فقدان رسالتك الرئيسية.

- **التحضير:** تقييم مستويات معرفة القراءة والكتابة قبل الجلسة.
- **التسليم:** جميع النشرات اختيارية. إذا لزم الأمر، أعط الأولوية للتواصل اللفظي والوسائل البصرية.
- **الهدف:** التأكد من أن الرسالة واضحة ومسموعة من قبل جميع المشاركين، بغض النظر عن قدرتهم على القراءة.

- iv. في حالة استخدام مواد إذاعية أو مطبوعة، استخدم لغة محلية واضحة وتجنب المصطلحات الرسومية أو التقنية.
- v. التأكيد على أن مجموعة الأدوات هي جزء من جهد أوسع لحماية العائلات، وليس فضحها.

نشاط: بناء رسالة

1. حدد الجمهور المستهدف (على سبيل المثال، "آباء المراهقين الصغار، "المراهقون، "المعلمون، " أو "قادة المجتمع").
2. باستخدام نسخة فارغة من أداة إنشاء الرسائل، اكمل 3 مكونات رئيسية فقط (الجمهور المستهدف، والرسالة الأساسية، وتغيير السلوك المطلوب).
3. تأمل وقارن مع زملائك.

c. كيف:

- i. اختر مساحة خاصة ومريحة يشعر فيها الشخص بالراحة.
- ii. حافظ على نبرة المحادثة والتعاطف. استمع أولاً، ثم شارك.
- iii. التأكيد على أن الجلسات تدور حول مساعدة الأسر على حماية الأطفال على الإنترنت، وليس إلقاء اللوم عليهم.
- iv. قم بتقديم نشرة إخبارية قصيرة أو بطاقة رسالة رئيسية تحتوي على معلومات بسيطة (التاريخ والغرض وما يمكن توقعه).

2. النهج القائم على المجموعة

- a. **ماذا:** مناقشات موجزة أو عروض تقديمية مصغرة مع مجموعات المجتمع القائمة، مثل مجموعات مقدمي الرعاية، أو نوادي الشباب، أو لجان المدارس، أو جمعيات المرأة.
- b. **متى:** استخدم هذا النهج لتوليد الوعي والاهتمام، والإجابة على الأسئلة الشائعة، ودعوة المشاركة قبل بدء الجلسات.
- c. **كيف:**
 - i. اطلب من شخصية مجتمعية أو معلم موثوق به أن يقوم بتقديمك.
 - ii. حافظ على التركيز الإيجابي: حماية الأطفال، وتعزيز الأسرة، ومنع المخاطر الإلكتروني.
 - iii. خصص وقتاً للمناقشة المفتوحة أو طرح الأسئلة.
 - iv. إذا كان ذلك ممكناً، قم بإظهار نشاط تفاعلي صغير (على سبيل المثال، مناقشة سريعة للسيناريو) لإظهار الأسلوب التشاركي لمجموعة الأدوات.
 - v. اشكر المشاركين دائماً وشاركهم كيف يمكنهم التسجيل أو المساعدة في نشر الكلمة.

3. النهج المجتمعي الشامل

- a. **ماذا:** تقديم الجلسات علناً، على سبيل المثال، أثناء حدث مجتمعي، أو تجمع ديني، أو من خلال الإذاعة المحلية أو الإعلانات — لتشجيع الفهم والقبول على نطاق واسع
- b. **متى:** استخدم هذا النهج عندما تحتاج إلى بناء دعم عام أو تقليل وصمة العار قبل بدء جلسات جماعية أصغر.
- c. **كيف:**
 - i. التنسيق مع القادة المحليين لإصدار إعلانات موجزة وداعمة.
 - ii. حافظ على الرسائل بسيطة ومفعمة بالأمل وجماعية، على سبيل المثال، "معاً يمكننا مساعدة أطفالنا على البقاء آمنين على الإنترنت."
 - iii. تجنب المناقشة التفصيلية للإساءة أو الحالات الفردية في الأماكن العامة.

نشرة الميسر رقم 5: أداة إنشاء الرسائل



التغلب على الوصم والتكيف مع الحساسية الثقافية

تحديد الدوافع السلوكية والثقافية التي تؤثر على الاستجابات للمخاطر الإلكترونية

فهم كيف تؤثر مفاهيم الشرف والسمعة على قرارات الأسرة والمحادثات

التعرف على الحساسيات الثقافية أثناء الجلسات والتكيف وفقاً لذلك للحفاظ على الراحة والمشاركة والسلامة.

فور بناء الثقة، قد يظل الميسرون يواجهون حواجز متجذرة في الوصمة والعار والحساسيات الثقافية التي تمنع الأسر من التحدث بصراحة أو التصرف بناءً على رسائل الحماية.

ولكي تكون المنظمات غير الحكومية فعالة، يتعين عليها أن تدرك هذه الحساسيات وأن تكيف لغتها وأمثلتها وأطرها بطرق تلتقي صدى محلياً مع إعطاء الأولوية لسلامة الأطفال.

في هذا القسم، سيتعلم الميسرون كيفية:

فهم الدوافع السلوكية

يتعثر. ويساعد التعرف عليها الميسرين على تكيف رسائل مجموعة الأدوات بحيث يكون لها صدى محلي وتدعم التغيير المستدام.

تتطلب معالجة الوصم والحساسية الثقافية فهم الدوافع التي تشكل كيفية استجابة الأسر والمجتمعات والشباب للمخاطر الإلكترونية. هذه الدوافع ليست عقبات، فهي السياق الذي يزدهر فيه السلوك الوقائي أو

العوامل البيئية

العوامل الشخصية

العوامل الثقافية

• **معايير الإشراف:** بعض العائلات تقدر المراقبة الدقيقة، والبعض الآخر يؤكد على الثقة والاستقلال. الاعتراف بكل المنطوقين مع تعزيز المسؤولية المشتركة عن السلامة.

• **أنماط التواصل:** عندما تكون المناقشة المفتوحة نادرة، استخدم أساليب غير مباشرة مثل رواية القصص أو الأمثلة لتقديم موضوعات حساسة.

• **حل النزاعات:** تعالج بعض العائلات الخلاف على انفراد أو عن طريق أقارب. اعط نموذجاً للحوار المحترم لإظهار طرق أكثر أماناً لمناقشة السلوك على الإنترنت.

العوامل الثقافية المؤثرة على السلوك الإلكتروني

تؤثر الثقافة بشكل عميق على كيفية تفسير الأسر والمجتمعات للتكنولوجيا والسلامة والمخاطر. وينبغي للميسرين أن يفهموا هذه الديناميكيات لصياغة رسائل تتوافق مع قيم الرعاية والحماية وشرف الأسرة، بدلاً من تحديها بشكل مباشر.

تأثير العائلة

أن ديناميكيات الأسرة تحدد كيفية تفاعل الشباب مع التكنولوجيا والكشف عن مخاوفهم.

• **السلطة وصنع القرار:** تحديد من يؤثر على القواعد الرقمية: الآباء أو الأمهات أو الأشقاء الأكبر سناً أو الأقارب البعيدين، وإشراكهم بشكل مناسب.

توقعات المجتمع

إن المعايير الاجتماعية الأوسع تحدد كيفية استخدام الأسر والأطفال للتكنولوجيا، وهذه المعايير تحكم عليهم لاستخدامهم للتكنولوجيا.

• **السمعة والشرف:** تتعامل العديد من العائلات مع المخاطر الإلكترونية لحماية مكانتها الاجتماعية. إن تأطير الجلسات على أنها حماية لكرامة الأسرة وسلامتها معاً يساعد على تقليل الدفاع.

• **الأدوار الجنسانية:** قد تواجه الفتيات المراقبة، في حين يتم تشجيع الفتيان على المخاطرة. تقديم أمثلة متوازنة بين الجنسين تسلط الضوء على المساواة في الضعف والمسؤولية.

• **ضغط الأقران:** يواجه الشباب عواقب اجتماعية بسبب خرق الأعراف. قم بتيسير الأنشطة التي تشجع التعاطف والثقة ووضع الحدود الصحية بين الأقران والزملاء.

• **شخصيات السلطة:** غالباً ما يضع الشيوخ والمعلمون والزعماء الدينيون حدوداً أخلاقية، ويمكن أن يؤدي تأييدهم إلى إضفاء الشرعية على المحادثات حول السلامة الإلكترونية.

عند تقديم مجموعة الأدوات، استخدم القيم المقبولة محلياً — الحماية والاحترام والوثام الأسري — لوضع السلامة الإلكترونية كعمل من أعمال الرعاية، وليس النقد.

عوامل فردية

تعتبر مرحلة المراهقة فترة لتكوين الهوية والتغيير العاطفي والاستقلال المتزايد. وفي الفضاءات الرقمية، تحدث هذه العملية علناً وتحت ضغط اجتماعي. يجب على الميسرين فهم هذه الديناميكيات لإنشاء جلسات تبدو جيدة، وليست انتقادية.

تطور الهوية

يوازن الشباب بين التوقعات التقليدية والثقافة الرقمية.

• تسمح المساحات الإلكترونية بالتعبير عن الذات ولكنها تسمح أيضاً بالتعرض للمخاطر.

• قد يشعر الشباب بالتمزق بين الولاء للأقران وموافقة الأسرة.

• يمكن أن تتعارض الرؤية العامة (على سبيل المثال، نشر الصور ومشاركة الآراء) مع معايير التواضع أو الطاعة المحلية.

رابط مجموعة الأدوات: في جلسة الأطفال المختلطة، نستخدم نطاق العنف الإلكتروني ومناقشات السيناريوهات لاستكشاف كيفية تعرض الفتيان والفتيات لهذه الضغوط، دون إلقاء اللوم. تشجيع التفكير فيما تعنيه "السلامة" و"الاحترام" في سياقهما.

آليات التكيف

تعتمد كيفية استجابة الأطفال والشباب للضغوط أو الأذى الإلكتروني على الأنماط المكتسبة لطلب المساعدة وحل المشكلات.

• **معايير طلب المساعدة:** في بعض الثقافات، طلب المساعدة من الغرباء يعني الضعف. اجعل طلب الدعم يبدو على أنه قوة واتخاذ قراراً ذكي.

• **حل المشاكل:** قد يعتمد الشباب على الأصدقاء أو الأشقاء قبل البالغين. تشجيع التواصل المفتوح وتحديد البالغين الموثوق بهم أثناء ممارسة التمارين.

• **التعبير العاطفي:** قد يقوم الفتيان بقمع احساسهم بالضعف؛ قد تستقبل الفتيات اللوم بدون تذمر. قم بتيسير المناقشات التي تعمل على تطبيع الاستجابات العاطفية والاهتمام بالذات.

اعتبر حماية الذات بمثابة حكمة ونضج، وليس الخوف. ساعد الشباب على إدراك أن طلب المساعدة بحمي الكرامة والاستقلالية.

العوامل بيئية

إن استخدام التكنولوجيا يتشكل من خلال البيئة، حيث الوصول والخصوصية والبنية التحتية والدعم الاجتماعي. يجب على الميسرين تصميم الأنشطة والأمثلة بحيث تكون واقعية في الحياة اليومية للمشاركين.

الوصول إلى التكنولوجيا واستخدامها

تؤثر العوامل الاقتصادية والمكانية على كيفية تجربة الأطفال للحياة الرقمية.

• **الأجهزة المشتركة:** غالباً ما يستخدم الأطفال الهواتف العائلية، مما يحد من الخصوصية. التركيز على التواصل المفتوح بدلاً من المراقبة.

• **محدودية الإنترنت أو المساحة:** يفتقر الكثير إلى مناطق خاصة للاستخدام الآمن. تشجيع عادات السلامة التي تتناسب مع هذه الحقائق (على سبيل المثال، استخدام إعدادات المحتوى العام، وتسجيل الخروج من المواقع، وتجنب مشاركة المعلومات الشخصية).

• **الاختلافات بين الأجيال:** قد يشعر الآباء بأنهم متخلفون عن الركب من الناحية التكنولوجية. تقديم عروض عملية (على سبيل المثال، إعدادات الخصوصية، والضوابط الأبوية) التي تقلل من الخوف وتبني الثقة.

أنظمة الدعم الاجتماعي

لا يقتصر الدعم على الوالدين، فالعائلة الممتدة والمؤسسات الدينية وشبكات المجتمع تشكل الاستجابات للأذى عبر الإنترنت.

- **العائلة الممتدة:** غالباً ما تؤثر العمات والأعمام والأجداد على قواعد التكنولوجيا أو الاستجابات المتعلقة بالسمعة. اعترف بدورهم وقم بتشجيع المسؤولية الجماعية عن الحماية.
- **الهيكل المجتمعية:** يمكن للزعماء الدينيين أو الاجتماعيين تعزيز الرسائل المتعلقة بالرحمة والمساءلة والحماية.
- **الوصول إلى الدعم المهني:** يختلف مدى توفر الخدمات. يجب أن يكون الميسرون على دراية بأنظمة الإحالة ولكنهم يركزون على جلساتهم على الوقاية والتوعية، وليس إدارة الحالات.

قم بتكييف مناقشات السلامة مع واقع المشاركين، تجنب افتراض الخصوصية أو الأجهزة الشخصية أو الوصول إلى التقارير الرسمية. ركز على الخطوات القابلة للتحقيق التي يمكن للأسر اتخاذها في حدود إمكانياتها.

وضع الشرف في سياق العنف الإلكتروني

لماذا الشرف مهم في السلامة الرقمية

في العديد من المجتمعات، يرتبط شرف الأسرة والمجتمع ارتباطاً وثيقاً بالسلوك، خاصة سلوك النساء والفتيات. وبالتالي، يمكن للنشاط الإلكتروني أن يصبح ساحة جديدة تثار فيها أسئلة تتعلق بالسمعة والتواضع والسيطرة.

بالنسبة للميسرين، يعد فهم هذه الحساسيات أمراً بالغ الأهمية لتقديم مجموعة أدوات الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا بشكل فعال. يجب أن تخلق الجلسات مساحة آمنة للتفكير دون إصدار أحكام. الحساسية الثقافية تعني العمل ضمن قيم المجتمع لتعزيز الحماية والكرامة، عدم قبول الممارسات الضارة أو الصمت.

عندما تتعارض المعتقدات الثقافية مع السلامة، يعطي الميسرون الأولوية لسلامة الطفل مع الحفاظ على احترام وجهات نظر المشاركين واستقلالية اتخاذ القرار.

تؤثر المخاوف القائمة على الشرف على كيفية تفسير الأسر للسلوك والمخاطر والمسؤولية الإلكترونية:

- قد تربط العائلات بين التفاعلات الإلكترونية والسلوك الأخلاقي، خاصة بالنسبة للفتيات.
- قد يخشى الآباء القيل والقال أو الإضرار بسمعتهم أكثر من الضرر الرقمي.
- قد تؤدي الاستجابات التقييدية "الوقائية" (مثل منع استخدام الإنترنت) إلى زيادة العزلة أو الضعف بشكل غير مقصود.

إن فهم وجهات النظر هذه يساعد الميسرين على:

- توقع ردود الفعل العاطفية أو الدفاعية أثناء الجلسات.
- تأطير الوقاية كواجب مشترك لحماية سمعة الأسرة من خلال السلامة، وليس من خلال الصمت أو العقاب.
- تعزيز أن السلامة تحمي الشرف والرفاهية.

| كيف يتقاطع الشرف مع العنف الإلكتروني | اعتبارات رئيسية للميسرين |
|--|--|
| إلقاء اللوم على الضحية: قد يتم إلقاء اللوم على الفتيات في "التسبب" في التحرش من خلال وجودهن على الانترنت أو سلوكهن الإلكتروني | الإقرار بأن مخاوف الشرف حقيقية ومقبولة للمشاركين |
| عوائق الإبلاغ: الخوف من أن طلب المساعدة سيجلب العار للأسرة أو المجتمع | جعل طلب المساعدة يبدو على أنه طبيعي و وقائي ولا يفضح الشخص: "الحصول على المشورة مبكراً يحافظ على سلامة العائلات والأطفال" ولكن افهم أن ردود الفعل العائلية قد تشكل مخاطر حقيقية على السلامة |
| الخوف من العزلة: قد يتم منع الفتيات من ممارسة الأنشطة الإلكترونية كإجراء "وقائي" | تجنب رفض القيم الثقافية، مع إعطاء الأولوية لسلامة المشاركين |
| الإيذاء الثانوي: قد يسبب الرد على العنف الإلكتروني ضرراً أكبر من الحادث الأصلي | تأطير السلامة الإلكترونية على أنها حماية لشرف العائلة، وليس تحدياً للشرف |

التوازن بين السلامة والحساسية الثقافية

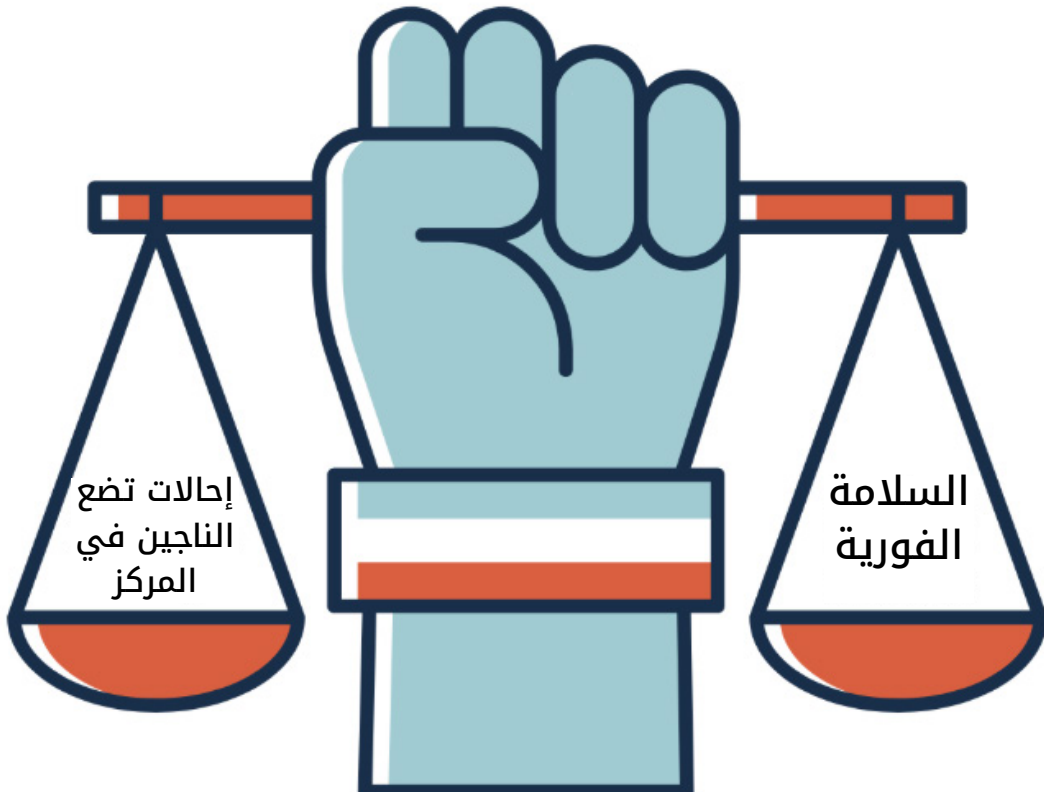
ملاحظات المتحدث: قد يواجه الميسرون الذين يستخدمون مجموعة أدوات الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا لحظات يشارك فيها المشاركون تجاربهم الشخصية أو يعبرون عن الضيق المتعلق بالعنف الإلكتروني. في هذه الحالات، لا يتمثل دور الميسر في التحقيق أو تقديم المشورة، بل في الاستجابة بشكل داعم وحماية السرية وضمان بقاء سلامة وكرامة المشاركين هي الأولوية.

إن تحقيق التوازن بين الحساسية الثقافية والسلامة يعني الاعتراف بأن ردود أفعال الأسرة والمجتمع قد تحمل آثاراً حقيقية على المشاركين، بما في ذلك الخوف من اللوم أو العار أو العزلة الاجتماعية. ويجب على الميسرين التعامل مع مثل هذه المواقف بالتعاطف والاحترام، مع عدم السماح أبداً للضغوط الثقافية بتجاوز حق المشارك في الحماية.

وللحفاظ على هذا التوازن:

- ابق على اطلاع بالغرض من مجموعة الأدوات: دورك هو زيادة الوعي، ونمجة التواصل الداعم، وربط المشاركين بالمساعدة، وليس حل حالات فردية.

- **إعطاء الأولوية لسلامة المشاركين:** ينبغي الاعتراف بالقيم الثقافية، لكنها لا يمكن أن تبرر الضرر أو التقاعس عن العمل.
- **احترم تفويض المشاركين:** لا تضغط أبداً على المشارك لمشاركة أكثر مما يشعر بالارتياح تجاهه. تمكينهم من تحديد الخطوات التالية التي يشعرون فيها بالأمان.
- **كن مستعداً، وليس شخصاً يستند إلى رد الفعل أو التفاعل:** قبل بدء الجلسات، يجب على الميسرين معرفة مسارات الإحالة الخاصة بمنظمتهم، ونقاط الاتصال الخاصة بالحماية، وإجراءات الطوارئ في حالة إفصاح شخص ما عن المخاطر.
- **اخلق نموذجاً للاستجابات الهادئة والمتعاطفة:** عبارة بسيطة وصادقة مثل "شكراً لك على المشاركة؛ كان ذلك شجاعاً، يمكننا التحدث على انفراد بعد الجلسة للتأكد من سلامتك."، مثل هذا الشيء يساعد في الحفاظ على الثقة ويضبط نغمة متابعة للإحالة من قبل موظفين مدربين.



كيفية تمييز الحساسيات الثقافية

لا يحتاج الميسرون إلى أن يكونوا خبراء ثقافيين، لكنهم بحاجة إلى ملاحظة كيفية ظهور الثقافة في المكان. إن فهم الحساسيات الثقافية يعني الاهتمام بما يقوله الناس، وكيفية استجابتهم، وما يتجنبون مناقشته. تساعدك هذه الإشارات على تعديل نهجك بحيث يشعر المشاركون بالاحترام والأمان والاستماع إليهم.

قبل وأثناء الجلسات، ابحث واستمع إلى العلامات التالية.

مؤشرات الرصد

أنماط اللغة والتواصل:

- لاحظ ما إذا كان المشاركون يستخدمون لغة مهذبة أو غير مباشرة أو مشفرة عند الحديث عن قضايا حساسة (على سبيل المثال، "صور سيئة" بدلاً من "صور خاصة").
- انتبه للتردد، أو الضحك العصبي، أو الصمت عند إثارة مواضيع معينة.
- انتبه لمن يتحدث أكثر، هل يتردد الشباب أم النساء أم غيرهم؟ يمكن أن يشير ذلك إلى التسلسل الهرمي الاجتماعي أو الانزعاج.
- ابحث عن الإشارات غير اللفظية مثل انخفاض العينين أو التملعل أو التوتر التي قد تشير إلى القلق.

الحساسيات الخاصة بالمحتوى:

- لاحظ المواضيع التي تسبب ردود فعل قوية — مثل العلاقات أو الهواتف أو الخصوصية — وقم بإبطاء النقاش إذا لزم الأمر.
- إذا لم تتم الإجابة على سؤال ما، فقد يعني ذلك أن المشاركين يشعرون أن مناقشته أمر خاص جداً أو محفوف بالمخاطر.
- تظهر طلبات السرية أنه يتم بناء الثقة ولكن أيضاً أن الموضوع حساس؛ طمأن المشاركين بشأن حدود الخصوصية.
- استمع إلى كيفية حديث الناس عن توقعات الأسرة، سواء كانوا يعبرون عن الخوف أو الاحترام أو القلق بشأن إزعاج الأقارب. وذلك لفهم نقاط الضغط.

آليات التغذية الراجعة و ردود فعل للمشاركين

طرق التقييم المباشر:

- استمارات تغذية راجعة مجهولة المصدر تسأل عن مستويات الراحة الثقافية
- لقاءات فردية لمناقشة المخاوف الفردية على انفراد
- مساحة آمنة للأسئلة حول كيفية ارتباط المحتوى بسياقه المحدد

المؤشرات غير المباشرة:

- **أنماط الحضور:** انخفاض المشاركة بعد مواضيع معينة
- **مستويات المشاركة:** انخفاض المشاركة في المناقشات أو الأنشطة
- **تفاعلات الأقران:** تغييرات في كيفية ارتباط المشاركين ببعضهم البعض
- **أسئلة المتابعة:** ما يسأل عنه المشاركون على انفراد

تكيف لغتك

استخدم الإطار المناسب ثقافياً:

- **التأطير المبني على الحكمة:** «اتخاذ خيارات مستنيرة تحافظ على سلامة الجميع»
- **النهج المرتكز على المجتمع:** «المساهمة في بناء مجتمع أكثر أماناً لجميع الفتيات»
- **الرسائل المبنية على الاحترام:** «احترام قيمك مع الحفاظ على سلامتك»

هيكلية الجلسة:

- إتاحة المزيد من الوقت لمعالجة المحتوى الحساس ثقافياً
- قم بتضمين فترات راحة بعد المواضيع الصعبة للسماح بالتنظيم العاطفي
- توفير وقت استشارة فردي للمخاوف الثقافية

ديناميكيات المجموعة:

- وتحقق على انفراد بعد الجلسة، وأبلغ المشرف الخاص بك أو جهة تنسيق الحماية.
- يقول أحد المشاركين إنه يشعر بالقلق بشأن اكتشاف عائلته انضمامه إلى الجلسة.
- يُظهر شخص ما انزعاجاً واضحاً عندما تظهر مواضيع تتعلق برودود أفعال الأسرة أو المجتمع.
- يطلب أحد المشاركين المغادرة أو التوقف عن الحضور بسبب عدم ارتياحه للتوقعات الثقافية.
- تسمع عن صراعات عائلية أو خلافات مرتبطة بالمشاركة في البرنامج.
- هناك مخاوف بشأن التهديدات المتعلقة بالمشرف أو العنف المرتبط بسمعة الطفل أو الأسرة.

- قد ترغب في فصل المجموعات حسب العمر أو الجنس إذا كان ذلك يساعد الأشخاص على الشعور براحة أكبر في المشاركة.
- كن على دراية بوجود أفراد عائلة في نفس المجموعة، وهذا يمكن أن يجعل المناقشة المفتوحة أكثر صعوبة بالنسبة لبعض المشاركين.
- تشجيع دعم الأقران والعمل الجماعي، وتذكير الجميع بأن الهدف هو التعلم من بعضهم البعض.
- لاحظ ما إذا كانت بعض الأصوات تهيمن أو البعض الآخر يبقى هادئاً، أفسح المجال بلطف للجميع للتحدث.

العلامات الحمراء التي تتطلب اهتماماً فورياً:

- راقب العلامات التي تشير إلى أن شخصاً ما قد يشعر بعدم الأمان أو الضغط بسبب مشاكل ثقافية أو عائلية. إذا لاحظت أيّاً مما يلي، فتوقف مؤقتاً،

إدارة الإفصاحات

إن المشاركة الفعالة وزيادة الوعي يمكن أن تمكن الآباء والأطفال من التحدث علناً عن تجاربهم. ولكن مع هذه الفرصة تأتي المسؤولية. قد يحدث الكشف عن الضرر بشكل غير متوقع، وكيفية التعامل معه ستحدد ما إذا كان الناجي يشعر بالدعم أو المزيد من الصمت.

يزود هذا القسم الميسرين بإرشادات واضحة حول ما يجب وما لا يجب فعله عند التعامل مع الإفصاحات، بما في ذلك السرية والممارسات المستنيرة بالصدمة والتي تركز على الناجين والحساسية للمعايير المحلية. كما يستكشف الحواجز الاجتماعية التي تمنع الناجين من الكشف، مثل الوصم والعنف القائم على الشرف، ويقدم استراتيجيات للتغلب عليها.

المبادئ التوجيهية عند الاستجابة لإساءة معاملة الأطفال

1. المصالح العليا للطفل
 - أعط الأولوية دائماً لسلامة الطفل ورفاهيته ونموه.
 - انظر في الآثار القصيرة والطويلة الأجل للقرارات. هل هذا حقاً في مصلحة سلامة الطفل ورفاهيته على المدى الطويل والقصير؟
2. المشاركة والصوت
 - احترام حق الطفل في أن يتم الاستماع إليه.
 - امنحهم فرصاً مناسبة لأعمارهم للتعبير عن آرائهم وتفضيلاتهم.
 - الاستماع بنشاط وتوثيق ما يشاركونه.
3. عدم التمييز
 - ضمان معاملة جميع الأطفال على قدم المساواة، بغض النظر عن الجنس أو العمر أو القدرة أو العرق أو الدين أو الخلفية.
 - إيلاء اهتمام خاص للفئات الضعيفة (على سبيل المثال، الأطفال ذوي الإعاقة، والأطفال النازحين، والأقليات المهمشة).
4. السرية والخصوصية
 - شارك المعلومات على أساس الحاجة إلى المعرفة فقط، وشرح بوضوح ما سيبقى سرياً وما لن يظل كذلك.
 - احترام كرامة الطفل طوال العملية.

ما ينبغي فعله أو تجنبه عند التعامل مع الإفصاحات

عدد قليل من الأطفال فقط يكشفون طوعاً عن سوء المعاملة. في معظم الحالات، يتم التعرف على سوء المعاملة عن طريق الخطأ أو عندما يلاحظ شخص بالغ تغيرات في سلوك الطفل أو لغته أو مظهره الجسدي..

عندما يكشف الطفل عن سوء المعاملة، يجب أن يؤخذ ذلك على محمل الجد. يعد التعامل السليم مع الكشف أمراً بالغ الأهمية لرفاهية الطفل ولتجنب المساس بأي إجراء قانوني محتمل ضد المعتدي.

الميسرون ليسوا محققين. دورك هو الاستجابة بهدوء واحترام وأمان في تلك اللحظة، ثم ربط الشخص بنقطة الاتصال الخاصة بالحماية في مؤسستك.

إن الاستجابة المهمة يمكن أن تصنع الفارق بين الصمت والشفاء.

| لا تفعل | افعل |
|---|--|
| لا تقم بإجراء مقابلة أو استجواب أو تحديد ما إذا كان الطفل يقول الحقيقة. بدلاً من ذلك، استمع بنزاهة، والتزم بالحقائق، وسجل أقوال الطفل وتفصيله التي يمكن ملاحظتها دون إضافة تفسيرات. | صدق الطفل أو الشاب، واثني على تجربته. |
| لا تطرح أسئلة إرشادية أو لغة ليستخدماها الطفل. | الاقرار ان تحدث الطفل إليك كان شيئاً صعباً وأكد أنه فعل الشيء الصحيح عندما جاء إليك. |
| لا تضع الافتراضات أو التكهن أو القفز إلى الاستنتاجات. | استخدم لغة داعمة للتأكد من أن الطفل يفهم أن ما حدث ليس خطأه. |
| لا تضع الطفل في وضعية أو بيئة يمكن أن تجعله يشعر بالعجز. على سبيل المثال، تجنب إجلاسه على الجانب الآخر من طاولة المكتب، لأن هذا قد يعطي انطباعاً بأنهم يتعرضون للاستجواب أو المسائلة. | استمع بهدوء وموضوعية لما سيقوله. |
| لا تحاول التعامل مع الوضع بنفسك. | امنح الطفل مساحة للمشاركة بكلماته الخاصة وبالسرعة التي تناسبه. |
| لا تقدم وعوداً لا يمكنك ضمانها (على سبيل المثال، قول أنك ستبقي الأمر سراً أو أن الموقف لن يتكرر مرة أخرى). | طمئننه بأن المعلومات لا يمكن أن تبقى سرية، ولكن اشرح لهم أنه سيتم إبلاغ البالغين الضروريين فقط. |
| اطلب من الطفل الانتظار حتى يتمكن شخص آخر من الحضور ليكون شاهداً على الإفصاح. | احفظ أي دليل محتمل (على سبيل المثال، صورة الشاشة، ورسائل البريد الإلكتروني، والرسائل النصية، وسجلات الدردشة عبر الإنترنت) عندما يكون ذلك متاحاً. |
| | اكتب ملاحظات دقيقة مباشرة بعد المحادثة لاختذ التفاصيل بوضوح. |
| | قم بالإبلاغ عن سوء المعاملة على الفور إلى السلطات المختصة (موظفي المدرسة، وخدمات حماية الطفل، والشرطة) حتى يمكن اتخاذ إجراءات سريعة. |
| | اربط الطفل أو الشاب بخدمات الدعم التي يرغب في معرفة المزيد عنها. |
| | تأكد من أن الطفل أو الشاب لديه الفرصة لإضافة أو تغيير أو مراجعة أدلته بطريقة أخرى بعد الإفصاح الأول عنها. |
| | إذا لم يعرّض ذلك الطفل للخطر، يجب إبلاغ والديه أو مقدمي الرعاية، والقيام بذلك قبل إشراك الشرطة. |
| | اشكر الطفل أو الشاب على ثقته بك فيما يتعلق بتجربته. |

الاستجابة الفورية

مارس منهاج وضع الناجين في المركز دائماً

- حافظ على سرية الناجي واحترام رغبته.
- وفر معلومات دقيقة وشاملة حول الخدمات والدعم المتاح للناجين من الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا
- احصل على الموافقة المستنيرة؛ عندما يتم اتخاذ القرارات من قبل الأسرة أو الأوصياء، تأكد من إعطاء الأولوية لمصالح الطفل الفضلى. وبفضل أن يتم اختيار الشخص البالغ المرافق من قبل الطفل.
- سهّل الحصول على الرعاية الطبية لضحايا الاعتصاب خلال 72 ساعة.

عبارات وأسئلة يجب تجنبها

الطريقة التي تطرح بها الأسئلة مهمة. يمكن لبعض الأسئلة أن تلقي اللوم عن غير قصد على الناجين، أو تعزز الوصمة، أو تسبب المزيد من الضرر. وللحفاظ على نهج وضع الناجين في المركز ويراعي الصدمات، يتعين على الميسرين تجنب اللغة التي تشير إلى أن المسؤولية تقع على عاتق الناجي وليس الجاني.

إلقاء اللوم على الناجي هو أي لغة أو سلوك يوحي بأن الطفل أو الشاب مسؤول بشكل كامل أو جزئي عن الإساءة أو الأذى الذي تعرض له. يمكن أن يحدث هذا عن قصد أو عن غير قصد، بما في ذلك أسئلة مثل:

لماذا فعلت ذلك؟

- لماذا خالفت القواعد التي وضعناها؟
- لماذا لم تأتي قبل هذا الوقت؟
- ماذا كنت تتوقع أن يحدث؟
- كان ينبغي عليك أن تعرف بشكل أفضل.
- كان هذا اختياراً خطيراً.
- لقد وضعت نفسك في خطر من خلال...

لماذا هو ضار؟

- إلقاء اللوم على الناجين يضر بالأطفال والشباب وقد يمنعهم من طلب المساعدة.
- عندما يخشون الوقوع في المشاكل، فمن غير المرجح أن يتحدثوا أو يشاركوا المخاوف.
- لمنع النتائج السلبية، يجب أن يشعر الشباب دائماً بالأمان عند التحدث مع البالغين الموثوق بهم وأن يطمئنون إلى أنه سيتم دعمهم.

الاستجابة للإفصاح من خلال تطبيق الأساليب المناسبة

1. إن النهج الذي يركز على الطفل يضع حقوق الطفل أو الشاب واحتياجاته ومصالحه الفضلى في قلب كل قرار وإجراء. ويعترف بأن للأطفال الحق في الاستماع إليهم وحمايتهم ودعمهم بطريقة آمنة ومحترمة. الهدف هو تقليل الضرر وتمكين الطفل وضمان سلامته ورفاهيته طوال عملية الاستجابة.

إن النهج الذي يركز على الطفل ضروري لحماية وتمكين كل طفل وضمان الوفاء بحقوقه وإمكاناته.

- **الاستجابة الفعالة مهمة:** يستفيد الأطفال أكثر عندما تكون الاستجابات مستنيرة بالخدمات، ورحيمة، وشاملة، وتركز على الشفاء والتعافي.

- **يختلف توقيت الإفصاح:** قد يتحدث الطفل بينما لا تزال الإساءة تحدث، مباشرة بعدها، أو حتى بعد أسابيع أو أشهر أو سنوات.

- **المسؤولية التنظيمية:** يجب أن تعطي الاستجابات الأولوية دائماً لمصالح الطفل العليا، وضمان الرعاية والحساسية والحماية.

2. **الرعاية المستنيرة بالخدمات:** هي نهج يعترف بالتأثير الواسع النطاق للخدمات على الأطفال والشباب ويدمج هذا الفهم في جميع جوانب الرعاية والاستجابة. عند الاستجابة لإساءة معاملة الأطفال، تضمن الرعاية المستنيرة بالخدمات دعم الأطفال بطرق تقلل من إعادة الصدمة، وتمكنهم، وتعزز السلامة والشفاء.

هل يجب إخطار الآباء

بشأن الإبلاغ عن سوء المعاملة؟

قد يكون تحديد كيفية وتوقيت إبلاغ الوالدين أمراً صعباً، خاصة إذا كان هناك اشتباه في تعرضهم للإساءة أو الإهمال. إن إخبار الأسرة قبل تدخل السلطات قد يعرض الطفل في بعض الأحيان لمزيد من المخاطر. وفي بعض الحالات، قد تحاول العائلات إخراج الطفل أو مغادرة المنطقة.

ومع ذلك، إذا كانت الأسرة تتمتع بعلاقة إيجابية مع منظمك، فإن إبلاغها يمكن أن يساعدها على فهم أن الإبلاغ يهدف إلى حماية الطفل ودعمه، وليس معاقبة الأسرة.

غالباً ما تعزل الأسر المسيئة أو المهملة نفسها، مما يجعل من الصعب التنبؤ بكيفية استجابتها للتبليغ. إذا لم تكن متأكدًا، فمن الأفضل الاتصال بالسلطة المحلية المختصة للحصول على التوجيه. الأولوية الأكثر أهمية دائماً هي السلامة والحماية الفورية للطفل أو الشاب.

العوائق الاجتماعية والثقافية أمام الإفصاح

حتى عند حدوث الضرر، يواجه العديد من الناجين وعائلاتهم عوائق تحول دون الإبلاغ عنه. وقد يشمل ذلك الخوف من العار، أو عدم الثقة في المؤسسات، أو الاهتمام بشرف العائلة. إن فهم هذه العوائق يساعد الميسرين على الاستجابة بالتعاطف والعمل على إنشاء مسارات أكثر أماناً للكشف.

• **نقص المفردات أو الفهم:** قد لا يكون لدى الأطفال الكلمات اللازمة لوصف ما يحدث أو قد لا يدركون أنهم يتعرضون للإيذاء الإلكتروني.

• **النظر إلى السلوك على أنه طبيعي:** قد ينظر الأطفال إلى الرسائل أو الصور أو التفاعلات الإلكترونية المسيئة على أنها طبيعية أو جزء من النشاط اليومي على الإنترنت.

• **الارتباك بخصوص التجربة:** قد لا يفهمون أن ما يحدث لهم هو إساءة أو أذى.

• **الشعور بالذنب أو إلقاء اللوم على الذات:** قد يشعر بعض الأطفال أنهم تسببوا في الإساءة أو شجعوا عليها، على الرغم من أنهم ليسوا مسؤولين عنها أبداً.

• **عدم الرغبة في إثقال كاهل الآخرين:** قد يتردد الأطفال في إخبار البالغين، معتقدين أنهم مشغولون للغاية أو لا يهتمون.

• **عوائق الثقة والعلاقات:** من المرجح أن يفصح الأطفال للموظفين الذين يثقون بهم والذين يظهرون اهتماماً ورعاية حقيقيين. إذا بدا البالغون متسرعين، أو لا يمكن الاقتراب منهم، أو غير مهتمين، فقد لا يحاول الأطفال الإفصاح مرة أخرى.

• **الخوف من الحكم أو عدم التصديق:** قد يشعر الأطفال بالقلق من أن يتفاعل الكبار بالغضب أو عدم التصديق أو اللوم.

• **عدم وجود فرصة آمنة أو خاصة للتحدث:** يمكن للعوائق المادية أو اللوجستية (على سبيل المثال، الجداول الزمنية المزدحمة، والأماكن التي يتعذر الوصول إليها) أن تمنع الأطفال من العثور على الزمان والمكان للتحدث.

• **وعي محدود بخيارات الإبلاغ:** قد لا يعرف الأطفال أنه من المقبول الإبلاغ عن سوء المعاملة الإلكتروني أو قد لا يفهمون عملية الحصول على المساعدة بأمان.

العوائق التي تحول دون الإفصاح

لدى الأطفال الذين يتعرضون للإعتداء الإلكتروني - الفتيات

• **العنف المبني على الشرف:** الخوف من جلب العار للأسرة قد يمنع الإبلاغ عنه. ويشمل ذلك التهديد بالعقاب، والزواج القسري، والحرمان من التعليم، أو الإقصاء الاجتماعي.

• **الخوف من الوصم بالعار:** القلق بشأن الحكم أو إلقاء اللوم أو التحدث عنك من قبل الأقران أو العائلة أو المجتمع.

• **المعايير الثقافية:** تقوم بعض المجتمعات بتطبيع أو التقليل من بعض السلوكيات المسيئة، مما يجعل الأطفال غير متأكدين مما إذا كان ما حدث خطأ.

• **الخوف من التهديدات أو الانتقام:** القلق بشأن التهديدات من أفراد الأسرة أو الجناة أو الجهات الفاعلة المجتمعية في حالة الإبلاغ عن سوء المعاملة.

العوائق التي تحول دون الإفصاح

لدى الأطفال الذين يتعرضون للإيذاء الإلكتروني - الفتيان

• **الضغوط المبنية على الشرف:** الخوف من جلب العار للأسرة أو المجتمع.

• **الخوف من الوصم بالعار:** القلق بشأن الحكم عليك بأنك ضعيف، أو مثلي، أو مسيء في المستقبل.

• **المعايير الثقافية والذكورية:** الضغط من أجل "أن تكون قوياً" وعدم إظهار الضعف. الضغط من أجل الظهور بمظهر قوي أو معتمد على نفسه أو غير عاطفي، مما يجعل طلب المساعدة أمراً غير مقبول.

• **العزلة العائلية:** تقييد الحرية، أو محدودية الوصول إلى الأماكن الآمنة، أو التحكم في استخدام الإنترنت.

• **الافتقار إلى الخدمات التي تركز على الذكور:** غالباً ما تركز الاستشارة والعلاج على الناجيات.

تخلق هذه الممارسات المتعلقة بالشرف والثقافة حواجز اجتماعية وثقافية قوية، مما يثني الأطفال عن الإفصاح عن سوء المعاملة الإلكتروني أو طلب المساعدة.

مسارات الإحالة

بمجرد تلقي الإفصاح وكون المشارك آمناً، فإن الخطوة التالية هي التأكد من حصوله على المساعدة المناسبة من المتخصصين المدربين. لا يُتوقع من الميسرين التعامل مع الحالات بأنفسهم، ولكن لديهم دور حيوي في بدء عملية الإحالة من خلال نقطة الاتصال للحماية في منظماتهم.

الإحالات هي الطريقة التي نحول بها استجابة الرعاية إلى حماية حقيقية. الإحالات تتأكد من أن الناجين يمكنهم الوصول إلى الخدمات المناسبة سواء كانت الرعاية الطبية، أو الدعم النفسي-الاجتماعي، أو المساعدة القانونية، أو التخطيط للسلامة، مع الحفاظ على الكرامة، والسرية، والحساسية الثقافية.

خطوات الاستجابة الفورية

عندما يكشف طفل أو مقدم رعاية أو أحد أفراد المجتمع عن حادثة ما، اتبع الخطوات التالية لطلب المساعدة.



1. **سلامة وأمن الطفل:** إذا كانت سلامة الطفل معرضة لخطر مباشر أو كان هناك موقف يهدد حياته، فاتصل بالسلطات المختصة (الشرطة، الجهات الأمنية، الملاجئ الآمنة) أو غيرها من خدمات الطوارئ المناسبة.

في إقليم كردستان - العراق:

a. **خط المساعدة لحماية الطفل (116)** - رقم مجاني تديره وزارة العمل والشؤون الاجتماعية للإبلاغ عن المخاوف العاجلة المتعلقة بحماية الطفل.

b. **الشرطة (104)** - للتهديدات المباشرة أو الخطر أو الأعمال الإجرامية.

c. **مديريات العمل والشؤون الاجتماعية** - المكاتب الإقليمية في أربيل والسليمانية ودهوك وحليجة التي تقدم خدمات حماية الطفل والإحالات.

d. **خط المساعدة للعنف القائم على النوع الاجتماعي (119)** - خط ساخن يعمل على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع يقدم المشورة والإحالات والدعم النفسي والاجتماعي/القانوني للناجين من العنف القائم على النوع الاجتماعي، بما في ذلك حالات الإعتداء على الأطفال عبر التكنولوجيا.

e. **مديرية مكافحة الجرائم الإلكترونية (الاسايش)**، وحدة متخصصة تحقق في التهديدات الإلكترونية والابتزاز والمضايقة وغيرها من الجرائم المتعلقة بالتكنولوجيا.

في العراق الفيدرالي:

a. **رقم الطوارئ المركزي (911)** - خط مجاني يجمع 26 خطاً ساخناً سابقاً في هذا الرقم الواحد، والذي يتلقى التقارير من المواطنين والمقيمين بعدة لغات، بما في ذلك العربية والإنجليزية والتركية والفارسية والكوردية.

b. **الشرطة النظامية (104)** - لطلب المساعدة والحماية

c. **الشرطة المجتمعية (497)** - طلب المساعدة في حالات العنف الأسري.

d. **مديرية حماية الأسرة والطفل (139)** - الإبلاغ عن التحرش بالنساء والفتيات المراهقات وحالات التعذيب.

e. **مكتب الأمن الوطني (131)** - الإبلاغ عن الابتزاز الإلكتروني.

الاستجابة للخدمات الأخرى:

عندما يتم تحديد حالة استغلال أو اعتداء جنسي على الأطفال، قد يكون من الضروري إشراك خدمات مختلفة لتقديم الدعم الكامل. وتشمل هذه:

- خدمات إدارة الحالات
 - يعمل مدراء الحالات مع الطفل والأسرة لتقييم الاحتياجات وإجراء الإحالات وضمان الدعم المنسق. هم يساعدون في متابعة السلامة والرفاهية والوصول إلى الخدمات.
- خدمات الصحة العقلية والدعم النفسي-الاجتماعي
 - يقدم الموظفون أو المستشارون المتخصصون الدعم العاطفي والعلاج للأطفال والأسر المتضررة من سوء المعاملة. تساعد هذه الخدمات على تقليل الصدمات وتعزيز القدرة على التكيف ودعم التعافي.
- خدمات المساعدة القانونية
 - يمكن للمحامين ومنظمات المساعدة القانونية دعم الأطفال والأسر لفهم حقوقهم والإبلاغ عن الجرائم والسعي لتحقيق العدالة من خلال النظام القانوني.
- الخدمات الطبية والصحية
 - يقدم المهنيون الصحيون العلاج الطبي العاجل والرعاية الصحية المستمرة وفحوصات الطب الشرعي عند الحاجة. كما أنهم يضمنون الصحة البدنية للطفل ومعالجة أي عواقب صحية ناجمة عن سوء المعاملة.

1. **إزالة المحتوى الضار:** توفر المنصات الإلكترونية آليات مخصصة للإبلاغ عن المحتوى الضار، والتي ينبغي استخدامها لحماية الأطفال ودعم حقوقهم. عند تقديم شكوى، من الضروري أولاً تحديد المنصة التي يتم استضافة المحتوى عليها والوصول إلى إجراءات الإبلاغ المخصصة لها. يجب أن تتضمن التبليغات معلومات واضحة وموجزة توضح بالتفصيل طبيعة المحتوى وتشرح سبب ضرره، لضمان المراجعة الفعالة والإزالة في الوقت المناسب بما يتماشى مع التزامات حماية الطفل.

a. تسمح لك معظم منصات التواصل الاجتماعي مثل فيسبوك وانستغرام وسناب جات وتيك توك و واتساب وتويتر بالإبلاغ عن المحتوى الضار أو المسيء. على الرغم من أن الخطوات الدقيقة قد تتغير، إلا أن العملية تبدو عادةً على هذا النحو:

i. **ابحث عن المحتوى** – افتح المنشور أو الرسالة أو الفيديو الذي تريد الإبلاغ عنه.

ii. **ابحث عن زر القائمة أو الخيارات** – غالباً ما يظهر على شكل ثلاث نقاط (...) أو زر مشاركة.

iii. **حدد "الإبلاغ"** – اختر خيار الإبلاغ عن المنشور أو الرسالة أو الحساب.

iv. **اختر سبباً** – ستسأل المنصات عن سبب قيامك بالإبلاغ (على سبيل المثال، الاستغلال الجنسي، التحرش، التنمر، انتحال الشخصية).

v. **حظر الحساب أو تقييده (إذا لزم الأمر)** – تتيح لك معظم التطبيقات حظر الشخص حتى لا يتمكن من الاتصال بك مرة أخرى.

vi. **إرسال التقرير** – إرساله إلى المنصة للمراجعة

b. **نصيحة:** بعد الإبلاغ عن المحتوى الضار أمراً مهماً، ولكن قد يستغرق الأمر بعض الوقت حتى تتمكن المنصات من التصرف. إذا كان الطفل في خطر مباشر، فاتصل دائماً بخدمات الحماية المحلية أو الشرطة بالإضافة إلى الإبلاغ الإلكتروني.

2. **الرعاية الطبية/الصحية العاجلة:** عندما يؤدي العنف الإلكتروني إلى حالة طبية في الحياة الحقيقية، تأكد من حصول الطفل على الرعاية الطبية المناسبة بسرعة. وينبغي توفير العلاج الطارئ لفيروس نقص المناعة البشرية في غضون 72 ساعة، في حين ينبغي إعطاء وسائل منع الحمل الطارئة والوقاية من الأمراض المنقولة جنسياً في غضون خمسة أيام، وفقاً للمبادئ التوجيهية السريية المعمول بها.

Responding To Online Violence: A Practitioners Guide



راجع دليل الممارسين الخاص بفريق العمل العراقي لمكافحة العنف الإلكتروني، والذي تم تصميمه ليكون بمثابة مذكرة توجيهية لدعم مدراء الحالات والعاملين في الخطوط الأمامية والجهات الفاعلة في مجال الحماية عند معالجة حالات العنف الإلكتروني في العراق وإقليم كردستان العراق.

آليات الاستدامة

- أُكِّد على أن هذا نشاط اختياري يتم توصيته بقوة للقيام به في مجتمعهم.
- إذا كانوا يفكرون في تشكيل مجموعة جديدة لبدء هذه الحلقة، فإن دورك هو أن تكون مرشداً ومدرباً، وليس مجرد مرشد. ستقدم عرض الحلقة ولكن تركيزك الأساسي سيكون على وضع نموذج للممارسات الجيدة، وتسليم المسؤوليات تدريجياً، وتدريب الأعضاء على تولي المسؤولية.

فيما يلي الأهداف الرئيسية لهذه الحلقات:

- **القيادة واتخاذ القرار:** الحلقات يقودها الآباء وتعتمد على نفسها بشكل كامل؛ حيث يحدد الآباء الجدول الزمني والموضوعات والشكل.
- **خلق الأمان:** الحلقة عبارة عن مساحة صغيرة داعمة وغير انتقادية، غرضها تبادل الخبرات والمخاوف.
- **التعلم معاً:** يتعلم الآباء من بعضهم البعض، ويشاركون الأفكار العملية، ويقومون على اطلاع بأحدث الاتجاهات التكنولوجية والسلامة الاللكترونية.
- **التركيز على الحلول:** الحلقة هي مساحة تركز على البناء على نقاط القوة، وجعل المحادثات تدور حول الحلول الجيدة، ومواكبة أحدث اتجاهات التكنولوجيا، واستخدام هذه الموارد لدعم أطفالك بشكل أفضل.

كيفية إنشاء حلقات مقدمي الرعاية وادامتها

- تم تصميم هذه الخطوات لمساعدتك على البدء بشكل صغير، وبناء الثقة، وتسليم المسؤولية تدريجياً إلى أولياء الأمور إلى أن تصبح المجموعة مكتفية ذاتياً.
- تعمل هذه العملية بشكل أفضل عندما تكون بسيطة ومرنة ومملوكة للمجتمع. لا تحتاج إلى تهيئة مثالية، ما يهم هو الاتساق والمشاركة والثقة. دورك كميسر هو التوجيه والنمذجة والتوجيه، وليس للقيادة إلى الأبد، ولكن لتمكين الآخرين من القيادة.

لا يعتمد تأثير الاتصال الآمن على ما يحدث أثناء الجلسات فحسب، بل على ما يستمر بعدها. ولإحداث تغيير دائم، تحتاج الأسر والمجتمعات إلى مساحات مستمرة لممارسة ومناقشة وتعزيز السلوكيات الآمنة على الإنترنت.

حلقات مقدمي الرعاية هي إحدى الطرق لتحقيق ذلك. هذه الحلقات تجمع مجموعات صغيرة من الآباء أو مقدمي الرعاية الذين يجتمعون بانتظام لتبادل الخبرات ومناقشة التحديات ودعم بعضهم البعض في الحفاظ على سلامة الأطفال الرقمية. تعمل هذه الحلقات على تعزيز ملكية المجتمع، وتقليل الوصم بالعار، ومساعدة الأسر على تحويل المعرفة إلى عمل بمرور الوقت.

كميسرين، فإن دوركم هو المساعدة في إنشاء هذه الحلقات بطريقة تبدو طبيعية ويقودها المجتمع. تحديد الشبكات الموجودة، وتقديم التوجيه الخفيف، وتشجيع التعلم بين الأقران بدلاً من التدريب الرسمي.

في هذا القسم، سوف نستكشف كيفية:

- إنشاء ودعم حلقات مقدمي الرعاية ضمن سياقك.
- توفير أدوات مناقشة بسيطة ومطالبات متابعة.
- تشجيع الاستدامة من خلال القيادة المحلية والمسؤولية المشتركة.

حلقات مقدمي الرعاية

حلقات مقدمي الرعاية هي مجموعات صغيرة داعمة يقودها الآباء حيث يجتمع مقدمو الرعاية معاً لتبادل الخبرات والتعلم من بعضهم البعض ومواكبة أحدث اتجاهات التكنولوجيا وإيجاد حلول معاً لدعم سلامة أطفالهم الرقمية. هدفك هو تمكين الآباء من إدارة المجموعة بأنفسهم في نهاية المطاف، وتحقيق الاكتفاء الذاتي الكامل، ومنعهم الشعور بالملكية، وإنشاء شبكة دعم طويلة الأجل لا تعتمد على شخص أو منظمة خارجية.

- **إذا كان لديهم مجموعة بالفعل:** فيمكنهم البدء في دمج هذه المناقشات على الفور باستخدام مواردنا.

- **إذا أرادوا أن ينشؤوا مجموعة ولكنهم غير متأكدين من كيفية القيام بذلك:** يمكننا أن نساعد في البداية. سنساعد في تسهيل الجلسات الأولى ثم نسلّمها لهم في النهاية حتى يتمكنوا من إدارة المجموعة بشكل مستقل.

٣

٢

١

سلم المهام تدريجياً

كن ميسراً نموذجياً

نظم المجموعة

- **الحفاظ على بيئة داعمة:** حافظ على المناقشات آمنة ومفتوحة ولا تطلق الأحكام؛ أثنى على النجاحات الصغيرة لتحفيز الآباء الآخرين وتشجيعهم على العودة والبقاء على اتصال بالحلقة.

• **اختتام الجلسة:** استخدام الأداة 4: ستساعدك اقتراحات الأنشطة الختامية على اختتام المناقشة وخلق الإثارة للجلسة التالية.

الخطوة 3: تسليم المهام تدريجياً - قم بتوجيه المجموعة لتقوم بإدارة نفسها

• **تفويض المهام الصغيرة:** بمجرد أن تقوم المجموعة بتطوير الإيقاع، ابدأ بتعيين المهام الصغيرة. اطلب من شخص مختلف كل أسبوع التعامل مع جزء من الاجتماع، مثل:

- قراءة القواعد الأساسية والاتفاقيات في بداية الجلسة
- تسجيل الوصول للمجموعة الرائدة وكسر الجليد
- أخذ لحظة للاحتفال بالنجاح في نهاية الجلسة

• **تقديم أدوار الميسر:** بمرور الوقت، يمكنك تقديم أدوار أكثر رسمية لكل اجتماع. يمكن أن يشمل ذلك ضابط الوقت، أو مدوّن الملاحظات، أو "طرح الأسئلة" المسؤول عن أحد الأسئلة التي تركز على الحل.

• **التدريب وتقديم الملاحظات:** بعد كل اجتماع، اجتمع لفترة وجيزة مع أعضاء المجموعة الذين تولوا دوراً ما. تقديم ردود فعل إيجابية واقتراحات بناءة. على سبيل المثال:

- "لقد أعجبتني حقاً الطريقة التي تأكدت بها من مشاركة الجميع. في المرة القادمة، ربما يمكنك محاولة طرح السؤال "ما هو الشيء الوحيد الذي ساعد في الأمر؟"

الخطوة 1: تنظيم المجموعة - بناء مجموعة تدوم

• **تنظيم المجموعة الأساسية والجدول الزمني:** تشكيل مجموعة أساسية ملتزمة مكونة من 2 إلى 3 من أولياء الأمور والتي ستقود وتقرر جدول اجتماعات منتظم.

• **تعيين أعضاء المجموعة:** قم بتجميع حجم مجموعة يمكن التحكم فيه (7 إلى 10 مشاركين من أولياء الأمور لكل مجموعة). يمكنك تشكيل عدة مجموعات إذا كان ذلك ممكناً و/أو ضرورياً في مرحلة مبكرة. ومع ذلك، فمن المستحسن أن تركز على مجموعة واحدة وتكرر ذلك عندما تلاحظ تقدماً.

• **كن حريصاً على الأمور اللوجستية:** حدد وقتاً ويوماً ومكاناً ثابتاً يناسب الجميع.

• **تحديد المكان:** يجب أن يكون الموقع متاحاً لجميع المشاركين. ضع في اعتبارك المتطلبات اللازمة حتى يتمكنوا من المشاركة (أي النقل والوقت والالتزامات العائلية والمسؤوليات الأخرى)

الخطوة 2: كن ميسراً نموذجياً

باستخدام النشرة المقدمة، من المفترض أن تساعدك على تشكيل حلقات تشاركية.

• **توضيح أهداف الحلقة: باستخدام الأداة 1:** اتفاقيات المجموعة والقواعد الأساسية، كن واضحاً بشأن أهداف الحلقة التي تتمثل في تبادل الخبرات والتعلم من بعضهم البعض وإيجاد حلول لدعم رفاهية أطفالهم. ينبغي للحلقات أن تشجع الآباء على مشاركة تجاربهم مع أبنائهم المراهقين، والنصائح العملية التي تعلموها أو التحديثات حول التقنيات الجديدة التي يستخدمها أطفالهم، واستراتيجيات السلامة الإلكترونية البسيطة.

• **هيكل الجلسة:** استخدام الأداة 2: دليل الجلسة النموذجي، في النشرة، سيساعدك هذا على إعداد جدول أعمال واضح لمناقشة حلقة مقدمي الرعاية البناءة.

• **تعزيز المشاركة:** استخدام الأداة 3: نصائح التيسير. في النشرة، استخدم نصائح التيسير لدعم الاستماع النشط، وطرح أسئلة تركز على الحلول، والحفاظ على مساحة آمنة ومحترمة.

- **تيسير المشاركة والتوجيه:** أثناء قيامك بالتيسير، اشرح عمليتك. على سبيل المثال، قل: "أنا أتأكد من حصول الجميع على فرصة للتحدث لأن جميع الأصوات مهمة."

المتابعة والتقييم

تقدم المتابعة وتقييمات فورية تسمح لك بتعديل المسار بسرعة، مثلاً تغيير توقيت الجلسة، أو مراجعة الأمثلة التي لا يكون لها صدى، أو توفير دعم إضافي للميسر.

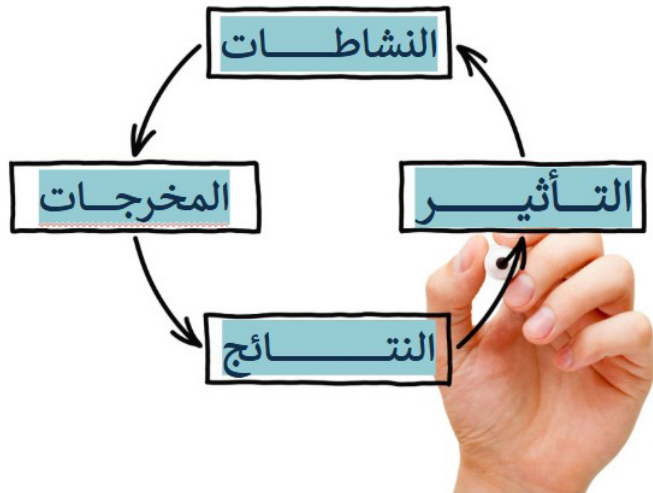
ومن ناحية أخرى، ينظر التقييم إلى التأثير والنتائج بمرور الوقت. يساعدك التقييم على فهم:

- ما الذي تغير بسبب هذه الأنشطة؟
- هل أصبح مقدمو الرعاية أكثر ثقة في مناقشة السلامة الالكترونية؟
- هل يظهر الأطفال سلوكيات الكترونية أكثر سلامة؟
- هل تحسنت الثقة في خدمات الحماية المحلية؟
- يعطي التقييم رؤية أكبر لفاعلية العملية. توضح ما هي الجوانب التي نجحت والتي لم تنجح وكيفية تعزيز البرامج المستقبلية.

يساعد المتابعة والتقييم معاً على تحويل الأنشطة قصيرة المدى إلى تغيير سلوكي طويل المدى، مما يضمن استمرار مجموعة الأدوات في تلبية احتياجات المجتمع وتحسين نتائج الحماية.

ربط الأنشطة بالتغيير

كل جزء من عملك يساهم في تحقيق هدف أكبر. إن فهم الفرق بين الأنشطة والمخرجات والنتائج والتأثير يساعدك على رؤية كيف تؤدي الإجراءات اليومية إلى حماية طويلة الأمد للأطفال.



إن المتابعة والتقييم والمساءلة والتعلم هي ضرورية لفهم ما إذا كانت جهودنا الجماعية تخلق تغييراً هادفاً. ضمن مجموعة الأدوات هذه، لا يتعلق المتابعة والتقييم والمساءلة والتعلم فقط بتتبع الأنشطة أو حساب المشاركين، بل يتعلق بالتعلم.

الهدف هو فهم:

- هل أصبحت الأسر والمجتمعات أكثر وعياً بالمخاطر الالكترونية؟
- هل يتبنون سلوكيات أكثر أماناً ودعماً؟
- هل يقوم الميسرون والنهج لدينا ببناء الثقة والمشاركة بشكل فعال؟

ومن خلال قياس الطول الناجحة وأين لا تزال هناك تحديات، يمكن للمنظمات تكييف نهجها بشكل مستمر، وتعزيز المساءلة أمام المجتمعات التي تخدمها، والتأكد من أن كل جلسة تساهم في بيئات أكثر أماناً واستنارة للأطفال.

يساعد المتابعة والتقييم والمساءلة والتعلم أيضاً على تعزيز أحد المبادئ الأساسية لمجموعة الأدوات: التغيير الاجتماعي والسلوكي والذي هو في الواقع عملية وليس حدثاً واحداً. يستغرق التغيير وقتاً وثقة وتكراراً، وتسمح لنا المتابعة الفعالة برؤية التقدم والاحتفال بالانتصارات الصغيرة وإجراء تحسينات قائمة على الأدلة على طول الطريق.

المتابعة مقارنةً بالتقييم

يعد كل من المتابعة والتقييم ضروريين لضمان تحقيق مجموعة الأدوات هذه لغرضها، أي حماية الأطفال الالكتروني من خلال العمل المجتمعي المستنير. إن المتابعة والتقييم يعملان معاً ولكنهما يؤديان وظائف مختلفة:

المتابعة هي عملية تتبع الأنشطة والتقدم في الزمن الفعلي. تساعدك المتابعة على الإجابة للأسئلة التالية:

| التقييم | المتابعة |
|-------------------------|-----------------------------------|
| = | = |
| فهم التأثير بمرور الوقت | متابعة التقدم فعلياً |
| ما الذي تغير؟ | هل تنفذ النشاطات في وقتها المحدد؟ |
| ما التغيير الذي أحدثه؟ | ما الذي ينجح حالياً؟ |

• هل يتم تقديم الجلسات كما هو مخطط لها؟

• هل المشاركون يحضرون ويتفاعلون؟

• هل يتبع الميسرون الإجراءات الصحيحة (على سبيل المثال، إدارة الإفصاحات بأمان، واستخدام الأدوات بشكل مناسب)؟

على سبيل المثال: يشعر الآباء بمزيد من الثقة عند الحديث عن السلامة الإلكترونية؛ وبلغ الأطفال عن عدد أقل من التفاعلات الإلكترونية غير الآمنة. فكر: الجودة، ما الذي تغير بالنسبة للمشاركين؟

التأثير: التغيير الأوسع والطويل الأمد الذي يحدث عندما يعمل العديد من الأشخاص والمنظمات معاً. مثال: المجتمعات التي أصبحت أكثر وعياً ومرونة وحماية للأطفال على الإنترنت. فكر: المهمة — كيف ساهم ذلك في توفير بيئة أكثر أماناً لجميع الأطفال؟

تذكر: تساعدك المتابعة على تتبع الأنشطة والمخرجات، بينما يساعدك التقييم على فهم النتائج والمخرجات. المتابعة والتقييم يوضحان معاً كيف ساهم ما تقوم به مع مجموعة الأدوات هذه في إحداث تغيير منهجي دائم.

الأنشطة: هي الإجراءات المحددة التي تتخذها، مثل تقديم جلسات مقدمي الرعاية، أو تيسير مناقشات الشباب، أو توزيع المواد. فكر: ماذا نحن نفعل؟

المخرجات: النتائج الفورية والملموسة لأنشطتك، المنتجات أو الخدمات أو المشاركة التي يمكن احتسابها بشكل مباشر. مثال: عدد الجلسات التي تم عقدها، عدد الآباء المدربين، عدد الأطفال الذين تم الوصول إليهم. فكر: الكمية، ما الذي تم إنتاجه أو تسليمه؟

النتائج: التغييرات التي تحدث بسبب مخرجاتك. تعكس هذه الأمور ماذا اختلف بالنسبة للأشخاص المعنيين، مثل المعرفة الجديدة، والمهارات، والثقة، أو السلوكيات الإلكترونية الأكثر أماناً.

نشاط: تحديد وقياس التغيير

يساعد هذا النشاط المشاركين على ترجمة منطق: «الأنشطة ← المخرجات ← النتائج ← التأثير» إلى أداة بسيطة وقابلة للاستخدام لمشاريعهم أو جلساتهم المجتمعية.

من خلال بناء هذه الأداة معاً، يمكن للميسرين والشركاء أن يروا بوضوح كيف ترتبط أفعالهم اليومية بالهدف الأوسع المتمثل في الحفاظ على سلامة الأطفال على الإنترنت، وتصميم طرق لقياس ما هو أكثر أهمية.

الغرض: مساعدة المنظمات غير الحكومية على تحديد كل مستوى من مستويات التغيير (المخرجات والنتائج والتأثير) والمشاركة في تصميم أداة متابعة بسيطة تناسب برنامجها وسياقها.

الخطوة 1: ابدأ بالهدف (التأثير)

اسأل:

- ما هو التغيير النهائي الذي نريد رؤيته في مجتمعنا بسبب مجموعة الأدوات هذه؟
- كيف سيكون الأطفال والأسر أكثر أماناً أو تمكيناً؟

مثال: "تواصل العائلات بشكل علني حول السلامة الإلكترونية، مما يقلل من مخاطر استغلال الأطفال عبر الإنترنت."

الخطوة 2: تحديد النتائج

اسأل:

- ما هي التغييرات في المعرفة أو المواقف أو السلوك التي نتوقع رؤيتها لدى المشاركين؟
- ما الذي سيكونون قادرين على فعله أو التفكير فيه بشكل مختلف بعد الجلسات؟

مثال: "يتحدث الآباء مع أطفالهم حول السلامة الإلكترونية." "يمكن للشباب تحديد المواقف غير الآمنة عبر الإنترنت وطلب المساعدة."

الخطوة 3: تحديد المخرجات

اسأل:

- ما الذي نفعله أو ننتجه بشكل مباشر والذي سيؤدي إلى تلك النتائج؟
- ما الذي يمكننا إحصاؤه أو توثيقه بسهولة؟

مثال: "تم تقديم 10 جلسات لمقدمي الرعاية." "شارك 80 طفلاً في نشاط السلامة عبر الإنترنت." "تلقي 50 من الآباء نشرات متابعة حول السلامة."

الخطوة 4: تصميم أداة قياس بسيطة

معاً، استخدم ورقة قلابة أو نموذجاً لتصميم جدول أساسي لمراقبة المخرجات والنتائج، مثل:

| ما الذي يتم قياسه | المستوى (محصلات/ مخرجات) | كيفية القياس | من يجمع البيانات | متى |
|--|--------------------------|--------------------------|------------------------|--------------|
| عدد جلسات مقدمي الرعاية التي تم إجراؤها | مخرج | تقارير الجلسة | الميسر | بعد كل جلسة |
| الآباء يبلغون عن زيادة ثقتهم في مناقشة السلامة الإلكترونية | محصلة | بطاقات التأمل بعد الجلسة | موظف المتابعة والتقييم | نهاية الحلقة |

احرص على أن تكون الأداة بسيطة ومحددة وواقعية، باستخدام الأسئلة أو المؤشرات التي يمكن ملاحظتها أو مناقشتها أو تسجيلها بسهولة.

اقتراحات القياس:

- **الاستطلاعات:** استطلاعات ما قبل التدخل وما بعده لقياس التغيرات في المعرفة والمواقف والسلوكيات.
- **مجموعات التركيز/المقابلات:** بيانات نوعية لفهم كيف ولماذا التغيير.
- **الملاحظات:** مراقبة التغيرات في السلوك بشكل مباشر.
- **تتبع البيانات:** جمع البيانات المتعلقة بالموضوع (على سبيل المثال، زيادة عدد الضحايا الذين يبلغون).

ملاحظة 

يعد جمع الموافقة المستنيرة وتوثيقها أمراً بالغ الأهمية لـ: المتابعة والتقييم والمساءلة والتعلم، والاتصالات والإعلام والامتنال. الموافقة هي أساس البرمجة الأخلاقية ويمكن الحصول عليها بطرق لا تعد ولا تحصى اعتماداً على السياق والجمهور. ومع ذلك، فإن المرونة في التجميع لا تعني المرونة في الشرح أو التوثيق. وبغض النظر عن كيفية جمع الموافقة، يجب على المنظمات غير الحكومية التأكد من أنها حرة وقابلة للاسترجاع ومستنيرة ومتحمسة ومحددة، مع الاحتفاظ بسجلات صارمة لتلبية مؤشرات المتابعة والتقييم والمساءلة والتعلم والتزامات الإبلاغ والامتنال القانوني. يعد التوثيق المناسب بمثابة دليل على المساءلة أمام المستفيدين ويوضح التزام المنظمة بأفضل الممارسات أثناء عمليات التدقيق. تأكد من تسجيل كل حالة موافقة بتنسيق آمن وقابل للاسترجاع يتوافق مع سياسات حماية البيانات الخاصة بمؤسستك ويعطي الأولوية قبل كل شيء لسلامة وأمن وكرامة المشاركين.

معايير الميسر للتقديم الفعال

يوضح هذا القسم التوقعات المهنية لأي شخص يقدم برنامج على الإنترنت بأمان. يعتمد التيسير الفعال على هويتك وما تعرفه وكيفية استعدادك.

إذن من هو **الميسر الفعال**؟ الميسر الفعال هو أكثر من مجرد مقدم. فهو بمثابة **جسر بين المحتوى والجمهور**. هو يوازن بين الخبرة الفنية والتعاطف الإنساني العميق لضمان تحقيق أهداف مجموعة الأدوات بشكل آمن وشامل.

ومن ضمن صفاتهم:

- الوعي الذاتي والحياد أو قدرتهم على إدارة التحيز الشخصي والبقاء دليلاً محايداً حتى عندما يختلف المشاركون معهم أو مع بعض المفاهيم التي تمت مناقشتها.
- الاستماع النشط والمتعاطف أو قدرتهم على الاستماع ليس فقط بالكلمات المنطوقة ولكن الأهم من ذلك النية والعواطف الكامنة وراءها.
- مهارات الملاحظة أو القدرة على قراءة الفضاء و الإشارات غير اللفظية، وضبط الجلسة أو النهج في الوقت الحقيقي.
- يتيح لهم التواصل التكميلي شرح المفاهيم المعقدة بوضوح وسهولة الوصول إليها، خاصة بالنسبة للفئات ذات المعرفة المنخفضة بالقراءة والكتابة.
- التواجد أو استخدام الحركة الجسدية ونبرة الصوت المناسبة يسمح لهم بتشجيع المشاركة وإدارة طاقة الغرفة.
- التواصل الثقافي والسلامة بقيانهم محترمين للمعايير الثقافية ويخلقان بيئة "لا ضرر".
- التركيز على الهدف أو قدرتهم على إبقاء المجموعة متوافقة مع الرسائل والأهداف الأساسية للجلسة.

ولمساعدتك على إتقان هذا التوازن، قمنا بتجميع الأقسام التالية:

- معايير كفاءة الميسر لتحديد خصائص الميسر الفعال
- تعرف على المحتوى الخاص بك للتأكد من إتقانك العملي لمحتوى مجموعة الأدوات
- قائمة مرجعية لجاهزية الميسر و الورقة المختصرة لإدارة الاستعدادات العقلية واللوجستية، والتأكد من سير كل جلسة بسلاسة.

معايير كفاءة الميسر

تحدد المعايير التالية التوقعات السلوكية للميسرين الرئيسيين. استخدم هذه العناصر لتوجيه نموك المهني وضمان تقديم برنامج على الإنترنت بأمان بشكل متسق وعالي المستوى.

قبل تعريف الجيد، دعونا نبدأ بتحديد ما هو الميسر غير الفعال. تذكر الوقت الذي كنت فيه في ورشة عمل أو جلسة مجتمعية شعرت فيها بعدم الإنتاجية أو عدم الارتياح. ما الذي كان يفعله الميسر (أو لا يفعله) والذي تسبب في ذلك؟

غالباً ما يكون الميسرون غير الفعالين هم أولئك الذين يهيمنون على المحادثة، أو يتجاهلون المشاركين الهادئين، أو ينازجون إلى أحد الجانبين، أو يصلون غير مستعدين، من بين أمور أخرى. عندما نتحدث عن التيسير غير الفعال، خاصة في السياق المجتمعي، فإننا لا نصف فقط شخصاً "مملأً". نحن نصف شخصاً يعمل، ربما عن غير قصد، كحاجز أمام تقدم المجموعة بدلاً من أن يكون جسراً لصنع المعنى.

إذا سيطر الميسر على المحادثة، فمن المحتمل أن يتجاهل مدخلات المشاركين ويلتزم بشكل صارم بالنص الخاص بهم حتى عندما يكون الناس في الغرفة في حيرة من أمرهم. عندما يتخذ المشاركون موقفاً في المناقشة، أو يحكمون على الإجابات الخاطئة، أو يستخدمون المصطلحات المتخصصة، فإنهم يتوقفون عن مشاركة تجاربهم الصادقة. في النهاية، فإن عدم الاستعداد يؤثر على جودة التجربة بأكملها مما يجعل الجلسة تبدو وكأنها مضيعة للوقت.

اعرف المحتوى الخاص بك

يعتمد نجاح برنامج على الإنترنت بأمان على مدى قدرة الميسرين على فهمه واستيعابه وتقديمه. إن معرفة المحتوى الخاص بك هو أكثر من مجرد قراءة المواد فهو يعني القدرة على توصيل الرسائل الرئيسية بثقة، وتكييفها مع جمهورك، ونمذجة قيم السلامة والاحترام والشمول التي يروج لها على الإنترنت بأمان.

عندما تعرف المحتوى الخاص بك جيداً، يمكنك:

- القيام بتوصيل الرسائل بشكل طبيعي وواثق، دون القراءة كلمة بكلمة.
- معرفة الأمثلة أو الأنشطة التي قد تحتاج إلى تعديل لتناسب جمهورك.
- توقع ردود الفعل الحساسة والاستجابة بهدوء وبشكل ثابت.
- تعزيز الهدف الرئيسي لكل نشاط: الحفاظ على سلامة الأطفال الإلكترونية مع تعزيز الأسر والمجتمعات.

لماذا تعد معرفة المحتوى الخاص بك أمراً مهماً في التغيير الاجتماعي والسلوكي

الميسرون هم الجسر بين مجموعة الأدوات والمجتمع، حيث تقوم بترجمة المحتوى الفني إلى معنى واقعي. التغيير الاجتماعي والسلوكي لا يتعلق بتكرار الجمل من الشرائح. يتعلق الأمر بالتأثير على المعتقدات والأعراف والقرارات. ولكي تفعل ذلك، عليك أن تفهم غرض كل نشاط. ثقتك وتمثلهم بأن المعلومات دقيقة ومهمة.

التحضير يمنع التضليل والضرر

تتناول هذه الجلسات مواضيع حساسة. إذا لم تكن واضحاً بشأن التعريفات أو خطوات الإحالة أو الحدود، فإنك تخاطر بنشر معلومات غير صحيحة أو سوء التعامل مع الإفصاحات. التحضير يعني:

- مراجعة التعاريف قبل الجلسة
- معرفة مسار الإحالة بوضوح
- توقع الأسئلة الصعبة
- ممارسة الشرح بلغة بسيطة

الرسائل الأساسية ووضوح المفهوم

- **المخاطر الإلكترونية هي حقيقية ومتزايدة:** قد يقلل المشاركون من تقييم الخطر، خاصة في المجتمعات المترابطة. دورك ليس خلق الخوف، بل خلق الوعي.
- **المسؤولية تقع على عاتق الجناة، وليس الأطفال:** قد تبرز آراء تلقي اللوم على الضحية أثناء المناقشات. يجب على الميسرين إعادة توجيه هذه الأحكام المؤذية بثقة.
- **التواصل يحمي الأطفال:** كشفت العديد من الجلسات عن انهيارات في التواصل الأسري. ويجب على الميسرين التأكيد على أن الحوار المفتوح يقلل من المخاطر.
- **فكر أولاً، ثم اختر ما تريد فعله:** الهدف ليس منع الأطفال من استخدام الإنترنت، بل تعزيز عملية اتخاذ القرار.
- **طلب المساعدة قوة:** قد يُنظر إلى طلب المساعدة على أنه ضعف أو جلب للعار.

التكيف دون فقدان الرسالة

- **التكيف مع مستويات معرفة القراءة والكتابة:** إذا كان مقدمو الرعاية يواجهون صعوبات في التعامل مع المواد المكتوبة، فعليهم التحول إلى سرد القصص اللفظية أو العروض التوضيحية.
- **التكيف مع الحساسية الثقافية:** قد يبدو لعب الأدوار أو المناقشات غير مريح. ضبط الطريقة مع الحفاظ على هدف التعلم.
- **التكيف مع ضيق الوقت:** إذا كان لا بد من تقصير الجلسات، فامنح الأولوية للرسائل الأساسية والمكونات التفاعلية التي تعزز تغيير السلوك.
- **الحفاظ على المبادئ الأساسية:** حتى عند التكيف، يجب عليك:
 - تجنب المعلومات الخاطئة
 - الحفاظ على معايير الحماية
 - اتباع إجراءات الإحالة الرسمية

يساعدك هذا النشاط على التدريب والتخصيص والتحضير — حتى تشعر أنك مستعد لتوجيه المناقشات وإدارة الحساسيات والتأكد من أن الجلسات لها تأثير حقيقي.

نشاط: حان دورك للقيام بالتيشير



الخطوة 1: مراجعة المواد

- اقرأ دليل كل جلسة، والنشرة، والنشاط بعناية.
- حدد الرسالة الأساسية لكل مادة. اسأل نفسك: إذا تذكر المشاركون شيئاً واحداً من هذه الأداة، فماذا يجب أن يكون؟
- لاحظ تقنيات وأنشطة التيسير (على سبيل المثال لعب الأدوار).

الخطوة 2: التدريب على التقديم

- اختر نشرة أو نشاطاً واحداً. تخيل أنك تقوم بتقديمه لمجموعة من الآباء أو المراهقين.
- تحدث بصوت عالٍ كما لو كنت تقدمه — تدرب على الجمل الافتتاحية والتعليمات والرسالة الختامية.
- إذا كان ذلك ممكناً، قم بالتدرب مع زميل أو صديق يمكنه أن يلعب دور المشارك.

الخطوة 3: التكيف مع سياقك

- اسأل نفسك: ما الذي قد يجعل هذه المادة صعبة على المشاركين في مجتمعي؟ (على سبيل المثال، مستوى معرفة القراءة والكتابة، والحساسيات الثقافية، واللغة).
- اكتب تعديلاً واحداً على الأقل من شأنه أن يجعله أكثر ارتباطاً وسهولة في الوصول إليه.

الخطوة 4: توقع الأسئلة والتحديات

- فكر في 2-3 أسئلة أو ردود أفعال صعبة قد تتلقاها (على سبيل المثال كأن يقول أحدهم: "هذا لا يحدث في مجتمعنا"، «طفلي لا يحتاج إلى هذا»، «الحديث عن السلامة الالكترونية لن يؤدي إلا إلى إعطاء الأطفال أفكار سيئة»)
- تدرب على إجابات قصيرة وهادئة وواضحة.

الخطوة 5: أسئلة التأمل (للتحقق من الاستعداد)

- هل يمكنني شرح الغرض من كل مادة في جملة واحدة؟
- هل أشعر بالثقة في تقديم نشرة/نشاط واحد على الأقل دون القراءة مباشرة من الدليل؟
- هل يمكنني تكييف مثال في المادة ليناسب سياق مجتمعي الخاص؟

الخطوة 6: استخدم القائمة المرجعية من جاهزية الميسر

- استخدم القائمة المرجعية في كل مرة تستعد فيها لتقديم جلسة لكي:
 - تجهز نفسك عقلياً ويكون لديك شعور بالسيطرة والثقة
 - التأكد من أن كل مجموعة تتلقى المعرفة والخبرة المتسقة.

نشرة الميسر 7: الورقة المختصرة للميسر



نشرة الميسر رقم 6: قائمة التحقق من جاهزية الميسر



اتفاقات المجموعة والقواعد الأساسية

- في البدء، نوصي بتيسير التوصل إلى اتفاق جماعي وتحديد بعض القواعد الأساسية في بداية كل جلسة. هناك نموذج مقترح في هذا القسم للمساعدة في إرشادك.
- **الهدف:** أن يتم تقديم الهدف في الاجتماع الأول لخلق مجموعة مشتركة من القيم والسلوكيات التي ستساعد الجميع على الشعور بالأمان والاحترام والمشاركة طوال الجلسات
- **المدة:** 10 دقائق
- **المنهجية:** نشاط جماعي كبير
- **المواد المطلوبة:** ورق قلاب أو ورق ملصقات كبير، اقلام ماجك، ورق ملاحظات لاصق صغير (اختياري)
- **الخطوات:**
- **قل:** "قبل أن نبدأ جلساتنا، دعونا ننشئ اتفاقية جماعية معاً. هذه قائمة بالسلوكيات التي نتفق جميعاً على اتباعها، للتأكد من أن الجميع يشعرون بالأمان والاستماع والاحترام. هذه هي اتفاقيتنا، ولكل فرد رأي فيها."
- **أسأل:**
- "ماذا نحتاج من بعضنا البعض لنشعر بالأمان والراحة في هذه المجموعة؟"
- "ما الذي يساعدك على التعلم والمشاركة بشكل جيد في بيئة جماعية؟"
- اكتب الاجابات على الورق القلاب. أضف اقتراحات إذا لزم الأمر. من الأمثلة الشائعة:
- احترام آراء بعضنا البعض
- شخص واحد يتحدث كل مرة
- الحفاظ على سرية ما تتم مشاركته في المجموعة
- كن منفتحاً وغير انتقادي
- اطرح الأسئلة. لا توجد أسئلة خاطئة
- احترم الوقت وشارك بشكل كامل
- كن مستمعاً فعالاً
- لا هواتف أو محادثات جانبية أثناء الأنشطة
- قم بمراجعة القائمة مع المجموعة، وأعد تنظيمها للتوصل إلى القواعد الأساسية (انظر القواعد الأساسية المقترحة)
- أسأل إذا كان الجميع يوافقون أو يريدون تغيير أو إضافة أي شيء.
- تأكد من أن الجميع يفهم معنى كل نقطة.
- بمجرد الانتهاء، قل: "هذه هي اتفاقية مجموعتنا. ونحن جميعاً ملتزمون باتباعها ومساعدة بعضنا البعض على احترامها."
- **خيار:** اطلب من الحاضرين موافقة شفوية أو إيماءة جماعية (الإبهام للأعلى، إيماء، وما إلى ذلك). اعرض الاتفاق. دع الاتفاق يكون مرئياً في الغرفة للجلسات المستقبلية (على الحائط، أو على لوح ورقي، أو مطبوع).

قواعد أساسية مقترحة

القواعد أدناه عبارة عن اقتراحات يمكن إضافتها أو حذفها أثناء تشكيل المجموعة أثناء جلسة اتفاقية المجموعة. ينبغي صياغة قواعد المجموعة بشكل تعاوني والموافقة عليها من قبل جميع أعضاء المجموعة في الاجتماع الأول.

القواعد الأساسية

تخلق هذه القواعد بيئة آمنة ومحترمة. باعتبارك ميسراً للحلقة، ستشرح الغرض من كل قاعدة وستطلب من عضو مختلف في المجموعة قراءتها في بداية كل جلسة. علم المجموعة ليس فقط كيفية تلاوتها، بل أيضاً كيفية فهم سبب أهمية كل منها لرفاهية أطفالهم.

| | |
|--------------------------------|--|
| السرية | ما يقال هنا يجب ان يبقى هنا. نحن ننشئ دائرة ثقة حيث يشعر الجميع بالأمان بالإفصاح دون خوف من الحكم. لا ينبغي لأحد أن يشعر بأنه يخون نفسه وأطفاله وأسرته من خلال التحدث عن الصراعات التي يواجهها داخل المنزل وفي المجتمع. |
| التركيز على نقاط القوة والحلول | نحن ندرك التحديات التي يفرضها الوقت المقضي على الشاشة، لكن هدفنا الرئيسي هو إيجاد الحلول. سنشارككم الحلول الناجحة في عائلاتنا لإدارة الأجهزة وحماية أطفالنا. |
| الإصغاء المحترم | استمع بعقل متفتح للفهم. نحن هنا للدعم وليس للإصلاح أو إصدار حكم. كل تجارب الناس هي تجارب مقبولة. لن نحكم على وقت استخدام العائلة للشاشة أو قواعد استخدام الأجهزة. وبدلاً من ذلك سوف نسأل "ما هي النية الإيجابية وراء هذه القواعد؟" لخلق بيئة داعمة. |
| قول (أنا) | تحدث من وجهة نظرك وخبرتك الخاصة. بدلاً من قول، "الأمهات متعبات جداً دائماً." يمكنك أن تقول، "أشعر بالتعب الشديد في كثير من الأحيان"، وبدلاً من "جميع الأطفال معرضون لخطر وجود أصدقاء على الإنترنت"، يمكنك أن تقول "أشعر بالقلق بشأن أصدقاء طفلي على الإنترنت". |
| شارك المساحة | كن حذراً من مقدار ما تتحدث عنه. تأكد من أن كل شخص لديه فرصة للمساهمة إذا رغب في ذلك، خاصة عندما يكون لديه حل مناسب أو قصة نجاح حول إدارة أجهزة أطفاله. سنسأل "ماذا فعلت وساعدك ذلك الفعل؟" |
| ممنوع تقديم نصائح غير مطلوبة | تعتبر هذه القاعدة ضرورية للسلامة الرقمية. بدلاً من قول "يجب عليك أن تأخذ هاتفهم"، سنسأل، "ما هي الخطوة الصغيرة التي حاولت بالفعل معالجتها؟" والتركيز على البناء على هذا الجهد. |



امسح رمز الاستجابة السريعة
لعرض الشرائح

الفصل

دليل جلسات مجموعة الأدوات
لجلسات مقدمي الرعاية

تم تصميم هذا الدليل لتكملة شرائح الجلسة بمعلومات إضافية لتجهيز ودعم الميسرين لتقديم جلسات أكثر تأثيراً وتفاعلاً. يتضمن كل قسم من الشرائح هدف الشريحة والنص المكتوب للميسر والملاحظات للميسر.



القسم أ

- 46 أساسيات رقمية لأولياء الأمور ومقدمي الرعاية
- 46 تفاصيل المحتوى من الشرائح

القسم ب

- 54 كيفية بناء الثقة والتواصل
- 54 تفاصيل المحتوى من الشرائح

القسم ج

- 62 كيفية الرد على العنف الالكتروني
- 62 تفاصيل المحتوى من الشرائح

القسم د

- 71 ضمان التغيير المستدام: إنشاء حلقات مقدمي الرعاية
- 71 تفاصيل المحتوى من الشرائح

القسم هـ

- 76 المصادر



مدة الجلسة

القسم أ: الأساسيات الرقمية (40 دقيقة)

القسم ب: كيفية بناء الثقة والتواصل (45 دقيقة)

القسم ج: كيفية الاستجابة للعنف الالكتروني (30 دقيقة)

القسم د: ضمان التغيير المستدام: إنشاء حلقات مقدمي الرعاية (30 دقيقة)



عدد الجمهور

• من 15 إلى 20 من أولياء الأمور



المواد اللازمة لهذه الجلسات

- شرائح
- جهاز عرض وشاشة
- قائمة الحضور و استمارة الموافقة التي يجب على الوالدين التوقيع عليها لأنفسهم ولأطفالهم
- نسخ مطبوعة من الموارد المخصصة للمشاركين (انظر القسم هـ)

ملاحظة

يوصى بتقديم القسمين أ و ب في يوم واحد، والقسمين ج و د في يوم آخر، لاستكمال هيكلية جلسات الأطفال المكونة من جزأين.



الاهداف

- ما هو الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا ؟ (الأنواع والمخاطر والأثر مثلًا)
- العنف المرتبط بالشرف، مع التركيز بشكل خاص على التأثيرات المختلفة على الفتيان والفتيات
- فهم المنصات الإلكترونية التي لها شعبية لدى المراهقين

القسم أ

أساسيات رقمية لأولياء الأمور ومقدمي الرعاية

تفاصيل المحتوى من الشرائح

الشريحة 3: القواعد الأساسية



الهدف



إنشاء بيئة آمنة ومحترمة وشاملة حيث يشعر جميع المشاركين بالراحة في الإفصاح عن تجاربهم. وتضمن هذه العملية التعاونية أن يفهم الجميع القواعد الأساسية للتفاعل، وتعزيز الثقة والمشاركة الفعالة طوال الجلسة.

المواد المطلوبة



سيورة ورقية وأقلام

القواعد الأساسية

السلامة على الإنترنت

قواعد قواعد الأمور

3



1. ما الذي نحتاجه من بعضنا البعض كي نحسن بالأمان والراحة في هذه المجموعة؟
2. ما الذي يساعدك على التعلم بشكل أفضل والمشاركة في سياق المجموعة؟

إسأل (اختياري):



ماذا نحتاج من بعضنا البعض لنشعر بالأمان والراحة في هذه المجموعة؟

ما الذي يساعدك على التعلم والمشاركة بشكل جيد في إطار المجموعة؟

يقول الميسر

قبل أن نبدأ جلساتنا، دعونا ننشئ اتفاق جماعي معًا. هذه قائمة بالسلوكيات التي نتفق جميعًا على اتباعها، للتأكد من أن الجميع يشعرون بالأمان والاستماع والاحترام. هذه هي اتفاقيتنا، ولكل شخص رأي فيها.

اكتب الإجابات على السبورة الورقية. أضف اقتراحات إذا لزم الأمر.

أمثلة:

- احترمو آراء بعضكم البعض
- شخص واحد يتحدث كل مرة (دون مقاطعة)
- حافظ على سرية ما يتم قوله في المجموعة
- كن منفتحًا للراء و غير انتقادي
- اطرح الأسئلة — لا توجد أسئلة خاطئة
- كن متواجدًا في الوقت المحدد وشارك بشكل كامل
- اصغ بانتباه
- عدم استخدام الهواتف أو إجراء محادثات جانبية أثناء الأنشطة

ملاحظات للميسر

- التأكيد على أن هذه هي قواعدنا، وليست قواعد المدرب فقط. الغرض منها بناء شعور بالملكية المشتركة.
- إذا تردد أولياء الأمور في التحدث اطلب منهم بلطف قراءة الأمثلة، ثم أسألهم: «هل يشعر أي شخص آخر بأن هذا الأمر مهم؟»
- شدد على أن «السرية» شئ مهم، حيث قد يتحدث أولياء الأمور عن مواقف عائلية حساسة.
- إذا تم طرح اقتراح يتعارض مع السلامة (على سبيل المثال، « يمكننا إصدار الأحكام على الآخرين»، قم بتوجيه المجموعة بلطف لإعادة صياغة الاقتراح بشكل إيجابي (على سبيل المثال، «سوف نستمع دون إصدار حكم»).
- فور الاتفاق على ذلك، قم بتلخيص القائمة النهائية بشكل موجز واطلب تأكيدًا شفهيًا (على سبيل المثال، «هل نتفق جميعًا على هذه النقاط؟»).

الشريحة 5: كسر الجمود - التطبيقات الأكثر استخدامًا من قبل المراهقين في كردستان

الهدف



إشراك المشاركين منذ البداية وتشجيعهم على التفكير بالعادات الرقمية لأطفالهم. يساعد هذا النشاط على الكشف عن مدى إلمام الآباء (أو عدم إلمامهم) بالمنصات التي يستخدمها أطفالهم. ويسلط الضوء أيضًا على أن النشاط الإلكتروني هو نشاط واسع النطاق، ويشمل الألعاب والرسائل ووسائل التواصل الاجتماعي.



يقول الميسر



في البداية، نريد أن نقوم بكسر الجمود بسرعة لفهم التطبيقات التي يستخدمها أطفالك. فيما يلي بعض الأمثلة للتطبيقات الأكثر استخدامًا من قبل الأطفال. عندما أقرأ كل واحدة منها، يرجى رفع يدك إذا كان طفلك يستخدمها:

- وسائل التواصل الاجتماعي: تيك توك، انستغرام، وسناب جات.
- تطبيقات المراسلة: واتساب، تيليجرام، فيسبوك ماسنجر، وفايبر.
- الألعاب الإلكترونية: فورتنايت، بوجي، و روبلوكس.
- مقاطع الفيديو أو البث المباشر: يوتيوب والبث المباشر لتيك توك و تويتج.
- أخرى ؟

ملاحظات للميسر

- حافظ على الجو لطيفاً وغير انتقادي.
- ذكّر الآباء بأن هذه مجرد أمثلة، وليست القائمة الكاملة. على سبيل المثال، قد يشاهد بعض الأطفال أيضاً مقاطع فيديو على فيسبوك أو يلعبون ألعاباً أخرى على الهاتف المحمول أو الكمبيوتر.
- قبول الإجابات إذا قام الآباء بتسمية تطبيقات أخرى.
- تجنب جعلهم يشعرون بأنهم "بعيدون عن الواقع". ذكّر أولياء الأمور بأن هناك منصات وتطبيقات جديدة يتم إطلاقها كل يوم

الشريحة 6: الفرص والمخاطر

الهدف

مساعدة مقدمي الرعاية على فهم أن الإنترنت يوفر الفرص والمخاطر للأطفال على حد سواء، والتعرف على مجالات الفائدة والضرر المشتركة، وتشجيع التوجيه المتوازن، أي دعم الاستخدام الآمن بدلاً من التقييد الكامل.



العالم الرقمي والإنترنت هو مثل سلاح ذو حدين عندما يتعلق الأمر بالأطفال

المخاطر

- التعرض للمحتوى العنيف أو الجنسي أو الغير لائق.
- الإضرار في العنف أو الكراهية أو صنع ونشر المحتوى العنيف أو الجنسي أو الغير لائق.
- التعلم أو الإضرار أو التعرض للمقامرة أو الاحتيال أو الخداع أو سرقة الهوية.

الفرص

- الوصول للمعلومات والتعليم
- التعبير الإبداعي
- اللعب والتواصل الاجتماعي

يقول الميسر

إن الإنترنت والعالم الرقمي يشبهان شيئاً ذا حدين — فهما يجلبان جوانب إيجابية وسلبية لأطفالنا.

من ناحية، هناك فرص مذهلة حيث:

- يمكن للأطفال تعلم أشياء جديدة، والوصول إلى المعلومات، والتعبير عن إبداعاتهم.
- يمكنهم التواصل مع الأصدقاء وممارسة الألعاب وتطوير المهارات التي تساعدهم في المدرسة والحياة.

ولكن من ناحية أخرى، هناك أيضاً مخاطر يجب أن نكون على دراية بها:

- يمكن أن يتعرضوا لمحتوى عنيف أو جنسي أو ضار، ولو عن طريق الصدفة.
- يتعرض بعض الأطفال لضغوط لارسال صور خاصة أو الدخول إلى تحديات غير آمنة.
- قد يواجهون عمليات غش أو احتيال إلكتروني أو سرقة الهوية، خاصة عند استخدام تطبيقات أو ألعاب جديدة.
- المخاطر لا تأتي فقط من الغرباء ولكن أيضاً من استخدام الأجهزة بصورة مشتركة. قد لا يتمكن الأطفال من التحكم في إعدادات الخصوصية عند استخدام الأجهزة المشتركة. في كثير من الأحيان يقوم أولياء الأمور بتعريض أطفالهم للخطر دون علمهم (على سبيل المثال، الحسابات المسجلة في الجهاز، والهواتف المشتركة).

ملاحظات للميسر

- تجنب اللوم، ذكّر الآباء بأن حتى الأطفال الحذرين قد يصادفون محتوى غير لائق. الأمر يتعلق بالتوجيه، وليس الشعور بالذنب.
- التأكيد على أن التواصل العائلي هو أفضل حماية. أي معرفة ما يفعلها الأطفال عبر الإنترنت، وطرح الأسئلة المفتوحة، وإظهار الاهتمام.
- تعزيز فكرة أن مقدمي الرعاية هم قدوة. يقوم الأطفال بتقليد سلوك البالغين الإلكتروني أيضًا.

هدفنا كمقدمي رعاية ليس منع الأطفال من الاتصال الرقمي، بل مساعدتهم على استخدام الإنترنت بأمان وحكمة. عندما نفهم كلا الجانبين، يمكننا توجيه الأطفال بشكل أفضل.

إسأل: (اختياري)

"ما هي بعض الأشياء الجيدة التي تعلمها طفلك أو فعلها الإلكتروني؟"
 "ما هي بعض الأشياء التي تقلقك بشأن استخدامهم الإنترنت؟"
 اكتب إجاباتهم تحت عنوانين — الفرص والمخاطر — لإضفاء طابع شخصي على المناقشة.

الشريحة 7: خلفية الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا

الهدف

توضيح أن العنف الإلكتروني ينطوي على مخاطر جسيمة مثل الاستغلال والاعتداء الجنسيين. يجب على الآباء أن يفهموا أنه في حين أن التكنولوجيا هي الأداة لكن الإساءة تكون حقيقية، ولها عواقب في العالم الحقيقي خارج الإنترنت. إن رفع مستوى الوعي هو الخطوة الأولى نحو الوقاية والدعم.

الأطفال معرضون للمخطر أكثر وذلك بسبب عدم إلمامهم بجميع المخاطر أو كيفية الحفاظ على سلامتهم

ملاحظات للميسر

- التأكيد على أن الأطفال ليسوا مخطئين أبدًا، حتى لو شاركوا محتوى جنسي.
- ذكّر أولياء الأمور بأنه من غير القانوني لأي شخص مشاركة صور جنسية أو غير مشروعة لطفل آخر.
- التركيز على الوعي في هذا الموضوع، وليس على التفاصيل التي تثير الذهول أو التفاصيل الصورية.

يقول الميسر

يحدث العنف الإلكتروني عندما يستخدم شخص ما الإنترنت أو الهواتف أو وسائل التواصل الاجتماعي أو الألعاب لإيذاء شخص ما أو تخويفه أو إساءة معاملته. الأطفال أكثر عرضة للخطر لأنهم قد لا يعرفون كل المخاطر أو كيفية البقاء آمنين. أحد أخطر أنواع الأذى الإلكتروني هو الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال الإلكتروني. ويحدث هذا عندما يستخدم الجناة الإنترنت أو الهواتف أو وسائل التواصل الاجتماعي أو تطبيقات المراسلة لاستغلال الأطفال أو إيذائهم جنسياً. التكنولوجيا هي الأداة، ولكن الإساءة حقيقية ولها عواقب وخيمة في العالم الحقيقي.

ومن خلال فهم هذه المخاطر، يمكننا حماية أطفالنا ومساعدتهم على استخدام الإنترنت بأمان.



الشريحة 8: أنواع الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا

الهدف



التعريف بالأشكال الرئيسية للاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا. يتعلم أولياء الأمور كيفية تلاعب المجرمين بالثقة أو السيطرة أو الخوف لاستغلال الأطفال الإلكتروني. إن فهم هذه المخاطر يمكّن الآباء من التعرف على العلامات التحذيرية والاستجابة لها بشكل فعال.



ملاحظات للميسر



- اشرح المصطلحات بوضوح وبساطة.
- التأكيد على أن هذه التكتيكات شائعة ويمكن أن تؤثر على أي طفل.
- تشجيع الآباء على إجراء محادثات مفتوحة ومناسبة مع أطفالهم.

يقول الميسر



1. **المواد الإباحية المتعلقة بالاعتداء والاستغلال الجنسي للأطفال:** صور أو مقاطع فيديو أو رسومات تظهر الأطفال في مواقف جنسية، من غير القانوني إنتاج أو مشاركة أو الاحتفاظ أو المشاهدة عمداً.
2. **الاستمالة:** عندما يبني شخص ما الثقة مع طفل الإلكتروني (بتظاهر بأنه صديق أو زميل أو فاعل خير) لإقناعهم بممارسة نشاط جنسي في الحياة الواقعية.
3. **الابتزاز الجنسي:** ابتزاز الأطفال بصور خاصة أو جنسية، يتم الحصول عليها من خلال وسائل مختلفة أو يتم إنشاؤها، للحصول على المزيد من الصور أو المال أو السيطرة.
4. **البث المباشر للإساءة:** يتم بث الاعتداء الجنسي على الأطفال مباشرة عبر الإنترنت، وغالبًا ما يتضمن تعليمات مباشرة من قبل المشاهدين الذين يدفعون.
5. **المحتوى الذي يتم إنشاؤه ذاتياً:** يتم الضغط على الأطفال أو التلاعب بهم لالتقاط صور أو مقاطع فيديو جنسية لأنفسهم.

الشريحة 9: الذكاء الاصطناعي والتلاعب بالصور



الهدف



زيادة الوعي حول كيفية استخدام الذكاء الاصطناعي لإنشاء صور جنسية مزيفة للأطفال تشبه صوراً واقعية. يجب على أولياء الأمور فهم أن الأطفال يمكن أن يتعرضوا للأذى حتى لو لم يشاركوا محتوى حقيقي أبداً. هنا ينصب التركيز على الحفاظ على الهدوء وحماية الطفل وطلب المساعدة من السلطات المختصة.



ملاحظات للميسر



- استخدم لغة بسيطة: "صور مزيفة التي تبدو حقيقية".
- التأكيد على أن الإساءة تأتي من المتلاعب وليس من الطفل.
- التأكيد على أهمية الاستجابات الهادئة وإشراك المنظمات الموثوقة.
- تسليط الضوء على احتمالية سوء التفسير المجتمعي أو العائلي والحاجة إلى إدارته بعناية.

يقول الميسر



دعونا نبدأ بفهم ما نعنيه بـ «الذكاء الاصطناعي» في هذا السياق. ببساطة، الذكاء الاصطناعي (AI) هو تقنية تسمح لأجهزة الكمبيوتر بالتعلم من البيانات وإنشاء أو تغيير الصور ومقاطع الفيديو بشكل واقعي لدرجة أنه غالباً ما يكون من المستحيل معرفة أنها مزيفة.

تشكل تقنية الذكاء الاصطناعي خطراً متزايداً بشكل خطير حيث يمكن للأشخاص إنشاء صور ومقاطع فيديو مزيفة تبدو حقيقية جداً. ومن المؤسف أن هذه الأساليب تُستخدم في كثير من الأحيان لتشويه سمعة الأطفال أو ابتزازهم.

على سبيل المثال: ينشر طفل صورة مسالمة عبر الإنترنت. لاحقاً، يقوم شخص ما بتحرير الصورة باستخدام تقنية الذكاء الاصطناعي لجعلها تبدو جنسية أو خاصة ويهدد بمشاركتها علناً. في بعض الحالات، تتم مشاركة الصور التي تم التلاعب بها لابتنزاز الطفل أو إجباره على الدخول في مواقف غير آمنة. هذه الصور مزيفة تماماً.

طفلك ليس مخطئاً أبداً. الضرر يأتي من المتلاعب، وليس من طفلك. يمكن للصور التي يتم التلاعب بها بواسطة الذكاء الاصطناعي أن تخدع العائلات أو المجتمعات، مما يؤدي في بعض الأحيان إلى مخاطر جسيمة على الطفل. من المهم الاستجابة بهدوء وحماية طفلك والتواصل مع السلطات المختصة.

الشريحة رقم 10: دعم الأطفال في العالم الإلكتروني



الهدف



تسليط الضوء على أن التواجد على الإنترنت هو جزء من عالم الطفولة الحديث ولا يمكن تجنبه. التركيز يكون على مساعدة الآباء على التحول من التقييد إلى التوجيه، وتشجيعهم على تعليم أطفالهم التفكير بشكل جدي في سلوكهم الإلكتروني. يؤكد هذا القسم على أن الثقة والتواصل هما أكثر أدوات الحماية فعالية.

دعم الأطفال في العالم الرقمي

أولياء الأمور وماتحي الرعاية هم الخط الأول للوقوف بوجه العنف الإلكتروني

بإمكان أولياء الأمور التوجيه

مفهوم السلامة يتجاوز الجانب الجسدي

يمكن أن يتعرض أي طفل للمخاطر

التواجد على الإنترنت هو جزء من الحياة اليومية

ملاحظات للميسر



- التأكيد على أن الأمان يتعلق بالسلامة العاطفية والاجتماعية والرقمية، وليس فقط الحماية الجسدية.
- تشجيع الوالدين على إظهار الاهتمام والاستماع دون إصدار أحكام والبقاء على اطلاع بالتكنولوجيا التي يستخدمها أطفالهم.
- التأكيد على أن الهدف ليس منع الأطفال من الاتصال بالإنترنت، بل تشجيع العلاقة الصحية مع التكنولوجيا ووضع الحدود المناسبة.
- ذكّر أولياء الأمور بأن التكيف مع المخاطر الإلكترونية هو جزء من نمو الأبوة والأمومة، تمامًا كما يفعلون في حالة السلامة الجسدية.

يقول الميسر



أولياء الأمور ومقدمو الرعاية هم خط الدفاع الأول ضد العنف الإلكتروني.

المخاطر الإلكترونية موجودة في كل مكان ويمكن أن تؤثر على أي طفل، وليس فقط من خلال الأذى الجسدي. دورنا اليوم هو تقديم التوجيه الفني حتى تتمكن من مساعدة أطفالك على البقاء آمنين عاطفياً واجتماعياً ورقمياً، مع احترام استقلاليتهم.

يعد دعم الأطفال في عالم الإنترنت أمراً مهماً للأسباب التالية:

1. يعد الاتصال بالإنترنت جزءاً من الحياة اليومية: يقضي الأطفال ساعات في التعلم واللعب والتواصل عبر الإنترنت. وتشكل المساحات الرقمية جزءاً لا يتجزأ من نميتها الاجتماعية والتعليمية. إن التواجد على الإنترنت ليس شيئاً يجب معاقبته أو تقييده بالكامل.
2. يمكن أن تؤثر المخاطر على أي طفل: يمكن أن يحدث التحرش والتنمر والاستغلال لأي طفل، بغض النظر عن عمره أو خلفيته. حتى الأطفال الذين يبدون "ماهرين في التكنولوجيا" معرضون للخطر. اليقظة والتوجيه ضروريان لجميع الأطفال.
3. السلامة أكثر من مجرد سلامة جسدية: فالرفاهية العاطفية والاجتماعية لا تقل أهمية عن حمايتهم من الأذى. يمكن أن تؤثر التهديدات عبر الإنترنت على احترام الذات والعلاقات والصحة العقلية.
4. يمكن للوالدين التوجيه: إظهار الاهتمام بحياة أطفالك عبر الإنترنت لدعمهم إذا لزم الأمر وإبقاء أنفسكم على علم بالتكنولوجيا المستخدمة. لاحظوا العلامات التي تدل على وجود مشكلة (تغيرات في السلوك، التكتّم، الانطواء). من المهم تعزيز الثقة وجعل الأطفال أكثر ميلاً لطلب المساعدة عند الحاجة إليها.

الشريحة 11: مخاطر وتأثيرات الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا



الهدف



إظهار العواقب الخطيرة وطويلة الأمد للإساءة الالكترونية على الأطفال. يجب على الوالدين أن يفهموا أن الأذى يمكن أن يكون عاطفياً ونفسياً واجتماعياً، وليس جسدياً فقط. إن الاختلافات في الوصم بالعار والعواقب التي يعاني منها الفتيان والفتيات تجعل التربية الداعمة مهمة بصورة خاصة.

ملاحظات للميسر



- حافظ على نبرة كلام داعمة وغير انتقادية.
- ذكّر أولياء الأمور بأن الفتيان والفتيات على حد سواء يمكن أن يكونوا ضحايا.
- تسليط الضوء على أن الصور ومقاطع الفيديو يمكن أن تنتشر عبر الإنترنت إلى أجل غير مسمى، مما يزيد من خطر التعرض للإيذاء مرة أخرى.
- إذا سمح الوقت، اسأل أولياء الأمور عن التأثيرات التي تلقفهم أكثر لتعزيز التفكير والمناقشة.

يقول الميسر



للأطفال

- **الأذى النفسي:** الخجل، والشعور بالذنب، والخوف، والاكئاب، والصدمة التي يمكن أن تستمر حتى سن البلوغ.
- **تكرار الأذى:** فور مشاركة الصور أو مقاطع الفيديو، فإنه من الممكن تداولها في الإنترنت إلى الأبد.
- **المخاطر في العالم الحقيقي:** يمكن أن تتحول الاستمالة و/أو الابتزاز الالكتروني الى اعتداء جسدي حقيقي.
- **التدهور الدراسي:** قد يشعر الأطفال بالتوتر والخوف والتشتت، مما يؤدي إلى ضعف التركيز والتغيب وانخفاض الأداء المدرسي.
- **انهيار الثقة:** قد يفقد الأطفال الثقة في البالغين والأقران بعد تعرضهم للاستغلال أو مشاهدته، مما يجعل من الصعب عليهم طلب المساعدة أو تكوين علاقات آمنة.
- **العزلة الاجتماعية:** يمكن أن تؤدي مشاعر الخجل أو الذنب أو الخوف من الحكم إلى انسحاب الأطفال من الأصدقاء والعائلة والأنشطة المجتمعية.

التأثيرات التي تؤثر على الفتيان والفتيات

- **الفتيات:** قد يواجهن وصمة عار أقوى، وإلقاء اللوم على الضحية، وارتفاع خطر العنف "القائم على الشرف" من الأسرة أو المجتمع إذا تم نشر صورهن.
- **الفتيان:** قد يعانون من الصمت والعار بسبب التوقعات الثقافية للرجولة، مما يجعل الإفصاح أكثر صعوبة. الفتيان أقل عرضة للإبلاغ عن سوء المعاملة وقد يُطلب منهم في المجتمع "أن يكونوا أشداء".

يحتاج كل من الفتيان والفتيات إلى تفهمك ودعمك غير الانتقادي، لكن العواقب الاجتماعية يمكن أن تختلف اختلافاً كبيراً.



الاهداف

- فهم العلامات الشائعة التي تشير إلى أن الطفل ربما يمر بخاطر رقمية.
- التعرف على كيفية بناء الثقة والحفاظ على التواصل المفتوح مع الأطفال.
- أن تكون قادرًا على خلق اتفاقيات عائلية وخطط سلامة تشمل الأطفال.
- فهم التحديات المعينة التي يواجهها الفتيان والفتيات والطرق المصممة خصيصاً للتعامل لها.
- إعداد أدوات للرقابة الأبوية و مزايا السلامة.

القسم ب

كيفية بناء الثقة والتواصل

تفاصيل المحتوى من الشرائح

الشريحة 12: الثقة والتواصل



الهدف



إظهار أن الثقة هي الأساس الذي يمكن للأطفال من خلاله مشاركة مخاوفهم بشأن المخاطر الإلكترونية. يتعلم الآباء لماذا يشجع بناء علاقة آمنة وموثوقة الأطفال على الكشف عن مشاكلهم في وقت مبكر. يقدم هذا القسم طرقاً عملية لبناء الثقة والتواصل المفتوح.

الميسر يسأل



كيف تعرف أن طفلك يثق بك؟ (اختياري)

شخصان أو ثلاثة أشخاص بالغين للمشاركة (للأسف ليس هناك وقت كافٍ لسؤال الجميع)



يقول الميسر



الثقة لا تُمنح، بل تُبنى بمرور الوقت من خلال تصرفاتك اليومية التي تظهر أنك شخص آمن وموثوق به الذي يمكن اللجوء إليه. عندما يواجه الطفل العنف الإلكتروني، فإن الذهاب إلى أحد الوالدين هو الطريقة الأكثر فعالية لاتخاذ إجراءات فورية لوقف الضرر. كما يسمح لولي الأمر والطفل بالعمل معًا لإيجاد الحلول ومنع حدوث ذلك مرة أخرى. لذلك فإن التأكد من أن أطفالك يعرفون أنهم يستطيعون القدوم إليك أمر مهم للغاية.

ملاحظات للميسر

- التأكيد على أن الثقة تُبنى بمرور الوقت من خلال إجراءات ثابتة وداعمة.
- تسليط الضوء على أن المرجح أكثر هو أن الأطفال يطلبون المساعدة من الآباء الذين يثقون بهم.
- حافظ على لغة بسيطة وسهلة الفهم؛ وتجنب جعل أولياء الأمور يشعرون بالحكم عليهم.
- التعريف بالانتقال إلى الاستراتيجيات العملية لتعزيز الثقة والتواصل.

والآن بعد أن فهمنا سبب أهمية السلامة الإلكترونية وأن المخاطر تؤثر على جميع الأطفال، ننتقل إلى الأساليب المصممة خصيصًا التي تساعد الأطفال على الشعور بالأمان للإفصاح عن المخاوف وحماية أنفسهم. يركز هذا القسم على الثقة والتواصل والاستراتيجيات العملية.

الشريحة 13: السلامة الإلكترونية التعاونية

الهدف

تعليم أولياء الأمور كيفية إشراك الأطفال في القرارات المتعلقة بسلامتهم الإلكترونية. هذا الأمر يعزز التفاهم، ويشجع الامتثال، والشعور بالمسؤولية المشتركة. يتعلم الوالدين كيفية وضع الحدود، ونمذجة السلوك الآمن، ودعم النشاط المتوازن الإلكتروني.

المواد المطلوبة

نشرة مقدم الرعاية رقم 1: دليل الوالدين للرافاهية الرقمية، موجودة في القسم هـ.

تذكير: النشرات هي اختيارية. بالنسبة للناس ذوي المعرفة القليلة بالقراءة والكتابة، يرجى إعطاء الأولوية للإيصال اللفظي والوسائل البصرية، وتكييف المواد الخاصة بك وفقًا لذلك.

السلامة على الإنترنت
نشرة مقدم الرعاية
13



السلامة التعاونية على الإنترنت

- دع الأطفال يشاركون في اتخاذ القرارات
- حدد الحدود الرقمية
- استخدم التكنولوجيا بصورة آمنة
- اكتشفوا وتعلموا سوياً
- شجع على التوازن والوعي بشأن المخاطر

ملاحظات للميسر

- ركز على التعاون بدلاً من القواعد الصارمة. يشعر الأطفال بأمان أكبر عند إشراكهم في القرارات.
- ذكّر الوالدين بتكثيف المحادثات والقواعد مع عمر الطفل ومستوى فهمه.
- تشجيع أولياء الأمور على استكشاف التطبيقات والألعاب والتعلم عبر الإنترنت معًا.
- تسليط الضوء على أهمية تعزيز السلوك المسؤول عبر الإنترنت مع السماح بالاستكشاف الآمن.

يقول الميسر

1. **إشراك الأطفال في اتخاذ القرارات:** اتفاقيات تعاونية بشأن القواعد. يكون الأطفال أكثر أمانًا وأكثر عرضة للامتثال عندما يفهمون السبب، خاصة عند التحدث مع المراهقين. ملاحظة: يجب تكثيف المحادثة والقواعد مع عمر الطفل وقدرته العقلية.
2. **وضع الحدود الرقمية:** الاتفاق على التطبيقات والألعاب وأوقات الشاشة. قم بتضمين إعدادات الخصوصية والمشاركة المسؤولة.
3. **استخدم التكنولوجيا بأمان:** حافظ على تحديث الأجهزة، وقم بتمكين عناصر التحكم في الخصوصية، وتعرف على الروابط أو جهات الاتصال الخطرة.
4. **استكشف وتعلم معًا:** استكشف التطبيقات أو الألعاب أو التعلم عبر الإنترنت معًا. كن قدوة للسلوك الإلكتروني الآمن والمحترم.
5. **تشجيع التوازن والوعي بالمخاطر:** دعم الاستكشاف المسؤول عبر الإنترنت ولكن مع مراعاة السلامة.
6. **تعزيز الرقمية:** المعرفة وحدها لا تكفي دائمًا. عندما يفهم الأطفال المخاطر الإلكترونية ولكنهم يعانون من العادات اليومية، يصبح دعم الوالدين أمرًا حيويًا. لقد قمنا بإعداد قائمة بالطرق العملية لبناء الرقمية من خلال بيئة داعمة ومهمة عائلية مشتركة.

الشريحة 14: الأداة: اتفاقية السلامة التعاونية الالكترونية



الهدف

منح الآباء أداة عملية لإنشاء اتفاقيات مشتركة مع أطفالهم بشأن السلامة الالكترونية، فهو يشجع التواصل المفتوح والثقة والمسؤولية المشتركة. يمكن أن تتطور الأداة مع نمو الأطفال أو تغير التطبيقات.

المواد المطلوبة

نشرة مقدم الرعاية رقم 2: اتفاقية السلامة عبر الإنترنت الموجودة في القسم هـ.

تذكير: النشرات هي اختيارية، بالنسبة للناس ذوي المعرفة القليلة بالقراءة والكتابة، يرجى إعطاء الأولوية للإيصال اللفظي والوسائل البصرية، وتكثيف المواد الخاصة بك وفقًا لذلك.

ملاحظات للميسر

- تشجيع الآباء على ممارسة الإصغاء، وتأكيد المشاعر، والتفاوض على الحدود.
- ذكّرهم بأن الهدف هو التعاون، وليس إملة القواعد.
- اقتراح إعادة النظر بشكل منتظم في الاتفاقيات مع تقدم الأطفال في السن وتطور المخاطر الإلكترونية.
- **نشاط لعب الأدوار:** توجيه الآباء لمحاكاة المحادثات الحقيقية باحترام وأمان.

يقول الميسر

السلامة الإلكترونية تكون أفضل عندما يتعاون أولياء الأمور والأطفال في سن المراهقة.

لماذا هذا مهم

- يكون الأطفال أكثر أماناً وأكثر ميلاً إلى اتباع القواعد عند المشاركة في اتخاذ القرارات.
- المسؤولية المشتركة تشجع التواصل المفتوح والثقة.
- يمكن أن تتطور الاتفاقيات مع نمو الأطفال وتغير التطبيقات.

كيف يمكن للوالدين استخدام هذه الأداة

- **ابدأ المحادثة:** اجلس مع طفلك/طفلتك المراهق/ة لمناقشة التطبيقات والألعاب ووقت الشاشة والخصوصية.
- **تحديد التوقعات المتبادلة:** تحدث عن السلوك الآمن، والمشاركة المسؤولة، والتواصل المحترم.
- **التخطيط معاً:** الاتفاق على الحدود وخطوات إعداد التقارير والإجراءات الروتينية.
- **قم بمراجعتها بانتظام:** قم بتحديث الاتفاقية مع نضوج طفلك/طفلتك المراهق/ة أو ظهور تطبيقات/مميزات جديدة.

نشاط:

لعب الأدوار - صياغة اتفاقية السلامة الإلكترونية للأسرة (اختياري)

1. إقران مع والد آخر. أحدهما يلعب دور الوالدة والآخر يلعب دور المراهق.
2. اختر موضوعاً واحداً للسلامة الإلكترونية (على سبيل المثال، وقت الشاشة، مشاركة المحتوى، الإبلاغ عن الرسائل المؤذية). قم بإجراء محادثة مع "طفلك المراهق" لملء اتفاقية افتراضية:
 - a. أطلب رأي المراهق حول الموضوع
 - b. اشرح مخاوفك المتعلقة بالسلامة بهدوء
 - c. التفاوض على قرار مشترك يحترم السلامة واستقلالية المراهقين
 - d. اكتب نقاط الاتفاقية كما لو كانت اتفاقية عائلية حقيقية
3. قم بتبديل الأدوار وجرب موضوعاً مختلفاً.



چالاکي 15: دانانی کۆنترۆلی دایبای لهسەر بهرنامهکان و تاییهتعمهندییهکانی سهلامهتی –

الهدف



تعريف الآباء بطرق استخدام التكنولوجيا والأدوات لدعم السلوك الإلكتروني الآمن. يتعلم الآباء كيفية استكشاف ميزات السلامة مع أطفالهم بدلاً من فرض حدود صارمة. وهذا يمكّن الأطفال من فهم الحدود واحترامها.

المواد المطلوبة



نشرة مقدم الرعاية رقم 3: ميزات السلامة الشائعة الاستخدام الموجودة في القسم هـ.

تذكير: النشرات هي اختيارية. بالنسبة للناس ذوي المعرفة القليلة بالقراءة والكتابة، يرجى إعطاء الأولوية للإيصال اللفظي والوسائل البصرية، وتكييف المواد الخاصة بك وفقاً لذلك.



يقول الميسر



هناك العديد من الطرق لمساعدة طفلك على البقاء آمناً عبر الإنترنت، ولكن كل طفل وأسرته يختلفان. اليوم، لن نتناول كل عناصر التحكم، ولكننا سنزودك بالأدوات اللازمة لاستكشافها وإعدادها بشكل مسؤول.

1. وسائل التواصل الاجتماعي وتطبيقات المراسلة

- أ. **أسأل أولياء الأمور:** "ما هي التطبيقات التي يستخدمها طفلك أكثر؟" اعرض أمثلة على ميزات الأمان (باختصار مثلاً) ربط حساب العائلة في تيك توك، وحسابات استغرام الخاصة، والوضع المقيد على يوتيوب.
- ب. **شجع:** "استكشف إعدادات الأمان أو الخصوصية الخاصة بالتطبيق مع طفلك"

2. الأجهزة ومنصات الألعاب

- أ. اقترح على الآباء التحقق من أدوات الرقابة الأبوية المضمنة في الهواتف والأجهزة اللوحية ووحدات التحكم.
- ب. **إسأل:** "ما هي الألعاب أو الأجهزة التي يقضي طفلك معظم وقته عليها؟"
- ج. **شجع:** "اضبط الإعدادات مع طفلك حتى يفهم الحدود، بدلاً من فرضها عليهم"

3. ممارسات السلامة الإلكترونية

- أ. تشجيع العادات بدلا من القواعد الصارمة.
- ب. حدد وقتاً منتظماً للجلوس مع طفلك ومناقشة أنشطته الإلكترونية، وفهم التطبيقات والألعاب والأدوات الجديدة، ومساعدته على ضمان تحديث إعدادات الخصوصية والسلامة الخاصة به.

4. فهم البيئة الرقمية لطفلك

أ. **أسأل الوالدين:** "هل يستخدم طفلك جهازه الخاص، أم جهاز شخص آخر؟" "من يتحكم في الإعدادات؟" اشرح: "إعدادات الخصوصية مفيدة فقط إذا كان الطفل يتحكم في الجهاز"

ب. **تشجيع المناقشة:** "ماذا لو لم يكن الجهاز ملكاً لهم؟"

ج. نصائح إذا كان أطفالك لا يستخدمون أجهزتهم الخاصة:

- تسجيل الخروج بعد الاستخدام
- لا تخزن كلمات المرور
- تجنب المحادثات الحساسة على الأجهزة التي يتم مشاركتها
- دقق الأنشطة التي تجري على الجهاز

يقوم الميسر باظهار



كيفية إعداد أدوات الرقابة الأبوية على أحد مواقع التواصل الاجتماعي ثم تشجيع الآباء على الحديث في نهاية الجلسة إذا كان لديهم المزيد من الأسئلة. ولكن نؤكد أيضًا أنه ليس من الممكن تعليم كل شيء، ونحن نشجع التعلم الذاتي لأن التكنولوجيا تتغير باستمرار. (اختياري)

ملاحظات للميسر



- تسليط الضوء على أن كل طفل وأسرته يختلفان عن بعضهما البعض. لا يوجد حل واحد يناسب الجميع.
- تشجيع الآباء على استكشاف مميزات الضبط مع أطفالهم لتعزيز الفهم.
- التركيز على العادات والوعي بدلاً من القواعد الصارمة.
- تقديم أمثلة بسيطة على ربط الاب حساب ابنه به على التيك توك، حسابات انستغرام الخاصة، الوضع المقيد على يوتيوب.
- وضح أنه لا يوجد نهج لتقديم الرعاية يتفوق على الآخر، وأن المساحة يجب أن تظل محترمة تجاه جميع الآباء، دون حكم أو مقارنة.

الشريحة 16: التعرف على العلامات التحذيرية



الهدف



مساعدة الآباء على تحديد المؤشرات المبكرة للمخاطر أو المعاناة الموجودة في الإنترنت. إن التعرف على التغييرات في السلوك، أو السرية، أو التحولات العاطفية يسمح بالتدخل في الوقت المناسب. يتعلم الآباء علامات عملية يجب الانتباه إليها في الحياة اليومية.

تميز العلامات التحذيرية

- تغييرات في استخدام الجهاز
- السرية أو التهرب
- التغييرات العاطفية/ السلوكية



إذا رأيت علامات تحذيرية، إسأل بلطف: هل كل شيء بخير على الإنترنت؟

ملاحظات للميسر



- أعط أمثلة واضحة وسهلة الملاحظة (التغييرات في استخدام الجهاز، السرية، الانسحاب العاطفي).
- تشجيع الآباء على عدم القفز إلى الاستنتاجات بل التحقيق بهدوء.
- ذكّرهم بأن هذه العلامات قد تشير إلى وجود خطر ولكنها ليست دليلاً على ارتكاب مخالفات.
- استخدم السيناريوهات لتوضيح العلامات التحذيرية بطريقة يمكن التعامل معها.

يقول الميسر



1. تغييرات في استخدام الجهاز: ساعات مختلفة، زيادة أو نقصان مفاجئ في النشاط الإلكتروني.
2. السرية أو التهرب: إخفاء الشاشات، وتجنب المناقشة حول جهات الاتصال/التطبيقات.
3. التغييرات العاطفية/السلوكية: الانسحاب، والتهيج، والقلق، أو الضيق بعد النشاط الإلكتروني.

إذا رأيت علامات تحذيرية، اسأل بلطف: هل كل شيء على ما يرام في الإنترنت؟

مثال: «يقوم طفل يبلغ من العمر 13 عامًا فجأة بحذف جميع تطبيقات الوسائط الاجتماعية من هاتفه ويصبح منعزلاً بعد المدرسة». تعتبر هذه السلوكيات بمثابة إشارات تحذيرية للمخاطر الإلكترونية المحتملة.»

الشريحة 17: بناء الثقة من أجل الإفصاح الآمن



الهدف



تعليم اولياء الامور كيفية الاستجابة بشكل فعال عندما يكشف الطفل عن تجربة الكترونية مزعجة . إن الاستجابات الآمنة والهادئة وغير الانتقادية تشجع الأطفال على مشاركة مخاوفهم المستقبلية. يتعلم الآباء خطوات عملية لتوفير الطمأنينة، والاستماع بنشاط، والعمل معًا لحل المشكلات.

بناء الثقة من أجل الإفصاح الآمن

- حافظ على هدونك
- كن مستمعاً جيداً
- اطرح الأسئلة المفتوحة
- قم بطمئنتهم

ملاحظات للميسر



- التأكيد على التزام الهدوء وتجنب الإجراءات العقابية الفورية (على سبيل المثال، أخذ الأجهزة).
- تشجيع الاستماع باهتمام، وطرح أسئلة توضيحية، واستخدام الإرشادات المفتوحة.
- تسليط الضوء على الطمأنينة: الأطفال ليسوا مخطئين وفعلوا الشيء الصحيح من خلال المشاركة.
- اجعل الإرشادات بسيطة وقابلة للتنفيذ؛ استخدم الأمثلة لتوضيح الاستجابات الداعمة.

يقول الميسر



عندما يمر الطفل بشيء مزعج في الإنترنت، فإن الطريقة التي تستجيب بها يمكن أن تحدد ما إذا كان يشعر بالراحة في الانفتاح عليك في المستقبل. يعد إنشاء مساحة آمنة وغير انتقادية أمرًا ضروريًا، حتى يعرف طفلك أنه يمكنه مشاركة تجاربه دون خوف من اللوم أو العقاب.

إذا جاء طفلك إليك:

- **ابق هادئًا:** خذ لحظة قبل الرد. حتى لو كنت تشعر بالانزعاج أو الغضب، فإن إظهار الهدوء يساعد طفلك على الشعور بالأمان. تجنب إزالة جهازهم على الفور، لأن هذا قد يبدو وكأنه عقاب.
- **استمع باهتمام:** امنحه اهتمامك الكامل، وخذ مخاوفهم على محمل الجد، وتجنب المقاطعة. اطلب منهم شرح التطبيقات أو الألعاب أو المصطلحات غير المألوفة حتى تتمكن من فهمها بالكامل.
- **مطالبات مفتوحة:** "هل يمكنك أن تخبرني بما حدث في هذا التطبيق؟" أو "ما الذي جعلك تشعر بعدم الارتياح؟"
- **طمئنهم:** أخبرهم أنه فعل الشيء الصحيح من خلال إخبارك بأنه ليس ذنبه، وسوف تعملون على حل هذه المشكلة معًا. على سبيل المثال: "أنا سعيد لأنك أخبرتني. هذا ليس خطأك. أنت لست في ورطة، وأنا هنا للمساعدة."



الاهداف

- أين يمكنك الذهاب للحصول على المساعدة في منطقتك (مسارات الإحالة والإبلاغ الآمن)
- كيفية مساعدة الطفل عندما يطلب المساعدة
- أساسيات الإسعافات الأولية النفسية
- أساليب الحل التي تركز على الأسرة
- متى وكيف تطلب المساعدة الخارجية
- دعم الطفل بعد وقوع الحادث
- تناول جانب النوع الاجتماعي والشرف في الاستجابة

القسم ج

كيفية الرد على العنف الإلكتروني

تفاصيل المحتوى من الشرائح

الشريحة 19: تأملات



الهدف



تيسير التفكير في التعلم السابق وتطبيق مهارات الاتصال الأساسية (الاستماع النشط، والبقاء هادئاً، وتجنب اللوم) على سيناريو واقعي يتضمن مخاطر الاستمالة الإلكترونية. يتدرب المشاركون على التعرف على العلامات التحذيرية ونمذجة الاستجابة الأبوية الداعمة من خلال لعب الأدوار واستخلاص المعلومات الجماعية.

الميسر يسأل



اذكر شيئاً واحداً تعلمته خلال جلستنا الأولى؟ (يستجيب 2-3 أشخاص بالعين)

ما الذي تعلمته من الجلسة الأولى؟

نشاط



قراءة و/أو طباعة مثال عن حالة. يمكن للمجموعة العمل في أزواج أو يمكنك أن تطلب من اثنين من المتطوعين التقدم للعب دور ما. يقوم "الوالد" بيد محادثة هادئة وداعمة باستخدام الدروس المستفادة من الجلسات السابقة: الاستماع النشط، والبقاء هادئاً، وتجنب اللوم، وتشجيع الصدق. يمكن لـ "الطفل" أن يتفاعل بشكل طبيعي (دفاعي، هادئ، أو منزعج). بعد 2-3 دقيقة، توقف مؤقتاً واستخلص المعلومات مع المجموعة. (اختياري)

الحالة: كان ابنك البالغ من العمر 15 عامًا يقضي الكثير من الوقت في اللعب في الإنترنت. بالأمس، اتصل والد آخر ليقول إن طفله تلقى صور شاشة لرسائل خاصة بين ابنك وشخص التقى به من خلال اللعبة.

تظهر الرسائل أن الشخص (الذي قال إنه يبلغ من العمر 16 عامًا) كان يثني على ابنك لأسابيع، ويرسل له ارسدة للعبة، وأقنعه مؤخرًا بإرسال صورة له بدون قميص "على سبيل المزاح"

يبدو ابنك محرجًا ومنعزلًا. ابنك يصر ويقول: "لا شيء، هو مجرد صديق"، ويرفض التحدث عن الأمر.

يسأل الميسر



- ماذا فعل الوالد الذي ساعد الطفل على الانفتاح؟
- ما هي اللغة التي جعلت الأمور أسوأ أو أفضل؟
- ماذا يجب على الوالد فعله بعد ذلك للحفاظ على سلامة الطفل (عاطفيًا وقانونيًا)؟

ملاحظات للميسر



- **التركيز على الثقة:** التأكيد على أن الاستجابة الهادئة وغير الانتقادية أمر بالغ الأهمية لإبقاء الطفل على استعداد للمشاركة.
- **الممارسة الواقعية:** شجع الشخص متقمص شخصية «الطفل» على المقاومة حتى يتمكن «الوالد» من التدريب على البقاء هادئًا تحت الضغط.
- **دعم التوازن والسلامة:** ذكّر أولياء الأمور بأنه على الرغم من أن التواصل العاطفي هو الخطوة الأولى، إلا أن حالات الاستمالة الخطيرة تتطلب دعمًا احترافيًا ولا يمكن التعامل معها بمفردهم.

الشريحة رقم 20: الاستجابة والحل



الهدف



إظهار أولياء الأمور كيف يمكن لاستجابتهم أن تؤثر على سلامة الطفل وتعافيه بعد الحوادث الالكترونية. يتعلم الآباء أهمية التصرف بهدوء ومنهجية وإشراك الدعم المناسب. يقدم هذا القسم الخطوات الأساسية للتعرف والاستجابة والإحالة.

يقول الميسر



عندما يتعرض الطفل للعنف الإلكتروني، فإن مشاعره المباشرة يمكن أن تكون شديدة مثل الخجل، أو الخوف، أو الشعور بالذنب. إن كيفية استجابتنا كبالغين يمكن أن تحدث فرقًا حقيقيًا في سلامتهم وتعافيتهم. في هذا القسم، سنتناول كيفية التعرف على الدعم المناسب والتصرف به وإشراكه بطريقة هادئة ومنهجية.

ملاحظات للميسر



- التأكيد على أن الاستجابة الأولية للبالغين يمكن أن تشكل ثقة لدى الطفل واستعداده للمشاركة.
- حافظ على لغة هادئة وعملية، وتجنب إثارة الذعر.
- تسليط الضوء على أن أولياء الأمور ليسوا مضطرين لحل كل شيء بمفردهم — الدعم موجود.

الاستجابة وإيجاد الحلول



الشريحة 21: الرد على العنف الإلكتروني



الهدف



تزويد أولياء الأمور بخطوات عملية للتقييم والتصريف عند حدوث أذى إلكتروني. ويشمل ذلك المراقبة والدعم والتوثيق وإشراك السلطات المختصة. يتعلم الآباء متى يكون اتخاذ إجراء فوري أو الإبلاغ ضروريًا.

يقول الميسر



التعرف على الوضع واتخاذ الإجراءات

1. لاحظ أولاً - افهم طبيعة الحادث وخطورته.

2. الدعم الفوري - في بعض الأحيان يكون الاستماع والطمأنينة كافيين، وفي بعض الأحيان يكون اتخاذ إجراء فوري (الحظر، الإبلاغ، الحفاظ على الأدلة) مطلوبًا.

3. توثيق الأدلة - عمل نسخة إحتياطية من الدردشة، وحفظ لقطات الشاشة، والرسائل، وتفاصيل الاتصال، والمشاركات؛ وتجنب الحذف إذا كان من المخطط الإبلاغ.

4. إشراك السلطات المختصة - المدرسة، أو الشرطة المحلية، أو خدمات حماية الطفل، أو منصات الإبلاغ في الإنترنت.

ملاحظات للميسر



- تشجيع الوالدين على التزام الهدوء وتقييم الوضع أولاً.
- اشرح أن الاستماع والطمأنينة قد يكونان كافيين في بعض الأحيان، ولكن قد يكون من الضروري أيضًا اتخاذ خطوات فورية.
- ذكّرهم بتوثيق الأدلة بشكل آمن قبل أي حذف.
- تسليط الضوء على إمكانية إشراك السلطات أو المدارس أو خدمات حماية الطفل حسب الحاجة.

السلامة على الإنترنت

نوعية الرداء الأمان

21

الاستجابة للعنف الإلكتروني

كيفية الاستجابة بصورة هادئة والتصريف بصورة منظمة ودعم سلامة طفلك ورفاهيته العاطفية

4

3

2

1

الحصول على المساعدة

التوثيق

الدعم الفوري

المراقبة

الشريحة 22: الملاحظة



الهدف



توجيه الوالدين للاستجابة للمخاوف الأمنية الإلكترونية المحتملة من خلال الملاحظة الهادئة بدلاً من الذعر أو المواجهة الفورية. تؤكد هذه الخطوة على جمع المعلومات الأساسية وملاحظة الإشارات السلوكية لتقييم الموقف بدقة، مما يضمن شعور الطفل بالأمان الكافي لمشاركة تجربته دون خوف من اللوم أو العقاب.

السلامة على الإنترنت

نوعية الرداء الأمان

22

1. المراقبة

توقف، دون ملاحظتك، وقيم الموقف قبل أن تتفاعل. فالملاحظة تخلق فهماً، وتساعد في توجيه الاستجابة الصحيحة



ملاحظات للميسر

- **إدارة قلق الوالدين:** غالبًا ما يشعر الآباء بالرغبة في مصادرة الأجهزة على الفور أو مواجهة الطفل بقوة. ذكّرهم بأن رد الفعل الغاضب قد يدفع الطفل إلى إخفاء الأمر بسبب الخوف.
- **توازن الخصوصية:** توضح الفرق بين «التحقق من السلامة» و«التجسس». شجع الآباء على اعتبار فحص الأجهزة إجراءً آمنًا، وليس انعدام الثقة، واحترام مساحة الطفل حيثما أمكن.
- **الأسئلة المفتوحة:** ثبت بأن الأسئلة التي تبدأ بـ «لماذا» (على سبيل المثال، «لماذا تحدثت معه؟») قد تبدو انها اتهام. التزم بأسئلة «ماذا» أو «كيف» لإبقاء الحوار مفتوحًا.
- **الانتقال:** بين بوضوح إلى أن هذه مجرد مرحلة التقييم. ستغطي الشريحة التالية الإجراءات المعينة التي يجب اتخاذها بمجرد تأكيد ملاحظة وجود خطر.

يقول الميسر

الخطوة الأولى عندما لا يبدو شيء ما على ما يرام في الإنترنت هي الملاحظة، عدم الذعر أو الرد على الفور. خذ دقيقة لملاحظة ما يحدث وجمع المعلومات الأساسية.

فيما يلي كيفية المراقبة بأمان:

- **توقف وانظر:** لاحظ التغييرات في سلوك طفلك أو عواطفه بعد استخدامه الانترنت.
- **التحقق من الأجهزة:** دون انتهاك الخصوصية، ابحث عن جهات الاتصال أو الرسائل أو التطبيقات غير المألوفة.
- **أسأل بهدوء:** استخدم أسئلة مفتوحة مثل، "هل هناك أي شيء في الإنترنت جعلك تشعر بعدم الارتياح مؤخرًا؟"
- **ملاحظة الأنماط:** متى يحدث هذا السلوك؟ ما الذي يسبب الضيق؟
- **تجنب الحكم:** يحتاج الأطفال إلى الطمأنينة، وليس اللوم، حتى يتمكنوا من الانفتاح بصدق.

تساعدك الملاحظة على تحديد ما إذا كان سوء فهم صغير يحتاج إلى الطمأنينة أو شيئًا يتطلب مزيدًا من الإجراءات، وهو ما سنغطيه في الخطوة التالية.

الشريحة 23: الدعم الفوري

الهدف

تزويد الآباء بالمعرفة بالموارد والمنظمات الموجودة التي يمكنها إزالة المحتوى الضار أو دعم الأطفال. يتعلم الآباء أهمية المساعدة السريعة والعمليّة. يتم تسليط الضوء على الاعتبارات المختلفة للوالد والفتيات لضمان سلامة جميع الأطفال.

المواد المطلوبة

نشرة مقدم الرعاية رقم 3: ميزات السلامة الشائعة الاستخدام الموجودة في القسم هـ.

تذكير: النشرات هي اختيارية. بالنسبة للناس ذوي المعرفة القليلة بالقراءة والكتابة، يرجى إعطاء الأولوية للإيصال اللفظي والوسائل البصرية، وتكييف المواد الخاصة بك وفقًا لذلك.



ملاحظة

لتقديم مجموعة الأدوات هذه بشكل فعال، يجب على الميسرين الحفاظ على المعرفة الحديثة بالمنصات والأدوات الإلكترونية التي يستخدمها جمهورهم. يعد التعلم المستمر ضروريًا لتكييف المحتوى مع الاتجاهات الجديدة والإجابة على استفسارات المشاركين بثقة ودقة.

ملاحظات للميسر

- التعريف بالموارد الرئيسية: أدوات التبليغ على وسائل التواصل الاجتماعي، INSM، TakeItDown، T4P.
- اشرح ما هي، وكيف تعمل، وأنها موثوقة وسريّة.
- التأكيد على أن الفتيات قد يواجهن مخاطر إضافية بسبب المعايير الثقافية والجنس واعتبارات الشرف.
- تسليط الضوء على أهمية حماية الصحة الرقمية والجسدية.
- التأكيد على أن الوالدين ضروريون لدعم حصول الطفل على المساعدة.

يقول الميسر

عندما يحدث شيء خطير عبر الإنترنت، من المهم معرفة من يمكنه المساعدة بسرعة. يمكن لبعض المنظمات والأدوات إزالة المحتوى الضار أو دعم طفلك. وفيما يلي بعض الأمثلة:

- **منصات التواصل الاجتماعي:** يمكن للوالدين الإبلاغ عن المحتوى الضار مباشرة على فيسبوك وانستغرام وتيك توك و واتساب وتيليكلام وما إلى ذلك. تحتوي معظمها على أدوات للإبلاغ عن الرسائل المسيئة أو التحرش أو المحتوى غير اللائق.
- **خدمة TakeItDown العالمية:** خدمة تساعد على إزالة الصور أو المحتوى الضار عبر الإنترنت للأفراد الذين تقل أعمارهم عن 18 عامًا.
- **مؤسسة انسم (INSM العراق):** هي منظمة غير حكومية محلية تدعم السلامة الإلكترونية وحماية الطفل.
- **التقنية من أجل السلام (T4P العراق):** مزود خدمة محلي آخر يدعم ويقدم المشورة للأطفال المعرضين للمخاطر الإلكترونية.
- **أشياء يجب ملاحظتها:** المخاطر التي تتعرض لها النساء والشابات والفتيات
- عندما تتعرض النساء والفتيات للإساءة الإلكترونية، فإن القيم الثقافية والتوقعات الاجتماعية ومفاهيم "الشرف" يمكن أن تؤثر بشكل عميق على المخاطر التي يواجهنها والدعم الذي يتلقينه. يلعب أولياء الأمور دورًا حاسمًا في حماية صحتهم الرقمية والجسدية.

المخاطر المتزايدة: تواجه الفتيات والشابات

تعرضًا أكبر للتحرش والعنف عبر الإنترنت والاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا، وذلك بسبب أعمارهن وجنسهن واستخدامهن المتكرر لتكنولوجيا المعلومات والاتصالات. يمكن أن تسبب التجارب الضارة آثارًا عاطفية ونفسية طويلة المدى.

- **التحديات القائمة على الشرف:** في بعض المجتمعات، حتى التفاعلات الإلكترونية التي يتم ملاحظتها يمكن أن تؤدي إلى الانتقام الأسري أو المجتمعي، بما في ذلك العنف، أو التشهير، أو الزواج القسري، أو في الحالات القصوى، جرائم الشرف.
- **الوصم بالعار وإلقاء اللوم على الضحية:** قد تلقي المعايير الضارة اللوم بشكل خاطئ على الناجين، مما يؤدي إلى الصمت أو العزلة أو الانسحاب من التعليم والحياة الاجتماعية.
- **إذا سمح الوقت:** قم باظهار: كيفية استخدام إحدى المنصات المذكورة أعلاه.

الشريحة 24: توثيق الأدلة



الهدف



تعليم الآباء كيفية تسجيل حوادث الإساءة الإلكترونية بشكل آمن للإبلاغ عنها أو التدخل فيها. تساعد الوثائق السلطات على التصرف بشكل فعال وتحمي الطفل.



ملاحظات للميسر



- إذا سمح الوقت، قم بتوضيح الخطوات البسيطة: عمل نسخ احتياطي، و اخذ صور للشاشة، والتخزين الآمن، وتسجيل الحوادث.
- شجع الآباء على القيام بذلك مع أطفالهم مع طمأننتهم.
- التأكيد على الخصوصية والأمان، تتم مشاركة المعلومات التي تم جمعها فقط مع البالغين أو السلطات المؤثقة.

يقول الميسر



الأدلة تساعد المنصات والمدارس والسلطات على اتخاذ الإجراءات المناسبة.

كيف:

- **إنشاء نسخة احتياطية:** استخدم خيار التطبيق لإنشاء نسخة احتياطية للدرشة، بما في ذلك الوسائط.
- **أخذ صورة شاشة لكل شيء:** قم بتضمين الطوابع الزمنية وأسماء المستخدمين وتفاصيل المنصة، التقاط الرسائل أو المشاركات أو التعليقات أو الملفات الشخصية.
- **تخزين آمن:** قم بتخزينه في ملف آمن على جهازك. تأكد من أنه محمي بكلمة مرور. لا تشارك علناً إلا إذا كانوا موثوقين.
- **احتفظ بسجل بسيط:** سجل التاريخ والمنصة ونوع الحادث واستجابة الطفل. مثال: "10 ايلول، استغرام: رسالة تهديد، تم حفظ لقطة الشاشة، والإبلاغ عنها".
- **افعل ذلك مع طفلك المراهق:** اتبع الخطوات مع طفلك واستمر في طمأننته بأنك موجود لدعمه.

الشريحة 25: الحصول على المساعدة وإشراك السلطات المختصة



الهدف



إعلام أولياء الأمور بخدمات الدعم والسلطات المحلية لحوادث السلامة الالكترونية. يتعلم الآباء أين يذهبون للحصول على المشورة والإبلاغ والحماية الفورية. وهذا يضمن حصول الأطفال على المساعدة المهنية في الوقت المناسب عند الحاجة إليها.

25

خطة لولاية الأردن

السلامة على الإنترنت

4. الحصول على المساعدة وإشراك السلطات

116

الخط الساخن لمساعدة الأطفال

0770 390 62 15

الأمن الداخلي (الاسايش)

119

مديرية مكافحة العنف ضد المرأة والأسرة

104

الشرطة

ملاحظات للميسر

- توفير معلومات اتصال واضحة وسهلة الوصول إليها: 116، 119، إدارة مكافحة الجرائم الالكترونية، الشرطة المحلية.
- تسليط الضوء على الخدمات السرية والمتاحة على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع.
- تشجيع الوالدين على التواصل دون تأخير إذا كان الطفل معرضاً للخطر.

يقول الميسر

في إقليم كوردستان العراق يمكنك التواصل مع:

خط مساعدة الطفل (116)

- دعم مجاني وسري باللغتين العربية والكوردية
- متاح عبر الهاتف والفيديو والبريد الإلكتروني
- العمل: الأحد-الخميس، 9 صباحاً-6 مساءً
- يدعم الأطفال والشباب بالمشورة والتوجيه والإبلاغ عن المخاوف

خط مساعدة دائرة مكافحة العنف ضد المرأة (119)

- الاستشارة والإحالة والدعم النفسي والاجتماعي والقانوني على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع
- يدعم الناجين من العنف القائم على النوع الاجتماعي، بما في ذلك القاصرين
- يمكنهم توجيه الآباء بشأن الاستجابات الآمنة للإساءة الالكترونية
- إدارة مكافحة الجرائم الإلكترونية (DOCEC) - أسايش، رقم الهاتف 0770 390 6215
- التحقيق في التهديدات والابتزاز والمضايقات والجرائم الأخرى الالكترونية

الشرطة المحلية 104

- للتهديدات المباشرة أو الخطر على الطفل

الشريحة 26: دعم طفلك بعد وقوع حادث



الهدف



توجيه الآباء في تقديم الدعم المستمر بعد وقوع حادث إلكتروني. ويتم التركيز على الاستماع، والطمأنينة، والحفاظ على الروتين، وتمكين الأطفال. ويتعلم الآباء أيضًا متى يتعين عليهم إشراك البالغين أو المتخصصين الموثوق بهم للحصول على مساعدة إضافية.



ملاحظات للميسر



- شجع التواصل الهادئ وغير الانتقادي.
- ذكّر الوالدين بمراقبة علامات الضيق وإشراك المستشارين أو خدمات حماية الطفل إذا لزم الأمر.

يقول الميسر



- بعد الرد على الحادث الإلكتروني، أو الاستماع إليه، أو توثيقه، أو الإبلاغ عنه، يتحول تركيزك إلى الدعم المستمر:
- استمع وطمئن طفلك، وذكّره بأن هذا ليس خطأه.
 - ساعده على فهم أن مشاعر مثل الحزن، أو الغضب، أو الخوف هي مشاعر طبيعية.
 - حافظ على استمرار الروتين مثل المدرسة والهوايات لتوفير الاستقرار. ابق على تواصل لطيف، وتحقق من الأمر دون إصدار أحكام.
 - راقب علامات الضيق وقم بتمكين الأطفال من اتخاذ قرارات رقمية مناسبة لأعمارهم.
 - وتذكر أنه لا بأس بإشراك البالغين أو المستشارين أو خدمات حماية الطفل الموثوقة إذا كانت هناك حاجة إلى دعم إضافي.

الشريحة 27: مناقشة: سلامة الأسرة الإلكترونية



الهدف



تقديم ملخص للآباء وتبيان ما يمكنهم معالجته أولاً عند مغادرتهم الجلسة اليوم.

اطلب



ينبغي على شخصين مشاركة ما سيفذانه في المنزل أولاً (للأسف لا يوجد وقت كافٍ لسؤال الجميع) (اختياري)

27

السلامة على الإنترنت

نقطة لواء الأسرة

نقاش:

السلامة الرقمية للعائلة

- تحدثوا واستمعوا لبعضكم البعض
- اتفاقات تعاونية
- تدقيق وحماية الأجهزة
- الاستجابة للعنف الإلكتروني
- شجع على التوازن والتفكير الحرج
- حافظوا على التعلم سوية

ملاحظات للميسر



- التأكيد على أن الإجراء الأول الذي يجب عليهم اتخاذه يجب أن يكون بسيطًا وتعاونيًا وقابلًا للتكيف مع كل عائلة.
- تشجيع الوالدين على التصرف مع طفلهم، وبموافقة الأسرة، وليس كمجموعة من القواعد الصارمة.
- اطرح أسئلة لتوضيح أي من الخطوات.
- التأكيد على أن التواصل المستمر والمرنة أمران أساسيان.

يقول الميسر



لقد تناولنا اليوم الكثير حول الحفاظ على سلامة الأطفال الإلكترونية. من بين المواضيع الرئيسية المذكورة هنا، ما هو الموضوع الذي ستقوم بتنفيذه أولاً في المنزل؟



الاهداف

- كيفية تنظيم وقيادة جلسات الدعم المنتظمة القائمة على الأقران في مجتمعات مقدمي الرعاية
- أمثلة/قوالب للجلسات، بما في ذلك المطالبات لتشجيع المحادثة والتواصل مع بعضنا البعض

القسم د

ضمان التغيير المستدام: إنشاء حلقات مقدمي الرعاية

تفاصيل المحتوى من الشرائح

الشريحة 28: حلقات مقدمي الرعاية



الهدف



تعريف الآباء بحلقات مقدمي الرعاية كنظام دعم يقوده الأقران. تسمح هذه الحلقات لمقدمي الرعاية بتبادل الخبرات والتعلم معًا وإيجاد حلول لتحديات السلامة الإلكترونية. وينصب التركيز على بناء شبكة تمكينية مكتفية ذاتياً تشجع الدعم والملكية على المدى الطويل.

حلقات أولياء الأمور/ مانحي الرعاية



يقول الميسر



تمامًا كما نعمل الآن، فإن التواصل مع الآباء الآخرين الذين "يتفهمون الأمر" يحدث فرقًا كبيرًا. هل توافق؟ سواء كان الأمر يتعلق بإدارة الوقت الذي يمضيه الطفل على الشاشة أو التحقق في تطبيق جديد يستخدمه طفلك، فإن وجود مجتمع لتبادل الأفكار معه يحول هذا التحدي إلى مهمة مشتركة.

هل تعتقد أن هذا النوع من التجمعات مفيد لك وللآباء الآخرين ولعائلتك؟

نظرًا لأن سلامة أطفالك تشكل أولوية، فإننا نريد أن نحاول تشجيع طريقة مستدامة لكم لمواصلة دعم بعضكم البعض للحفاظ على سلامة أطفالكم الإلكترونية. إحدى الطرق هي من خلال ما نسماه حلقات مقدمي الرعاية.

حلقات مقدمي الرعاية هي مجموعات صغيرة داعمة يقودها الآباء حيث يجتمع مقدمو الرعاية معًا لتبادل الخبرات والتعلم من بعضهم البعض ومواكبة أحدث اتجاهات التكنولوجيا وإيجاد حلول معًا لدعم سلامة أطفالهم الإلكترونية.

أفضل ما في الأمر هو أنه ليس من الضروري أن يكون اجتماعًا رسميًا أو مجموعة جديدة. ويمكن دمجها في أي مجموعة موجودة حيث يكون هناك اهتمام مشترك. إذا كنت جزءًا من مجموعة واتساب أو فيسبوك، أو تجمع في المنطقة السكنية، أو تجمع عائلي منتظم (وعائلة كبيرة)، فيمكنك ببساطة تقديم السلامة الرقمية كموضوع متكرر باستخدام الموارد المتوفرة في هذا القسم.

ملاحظات للميسر

- استخدم نبرة مشجعة، وركز على التمكين بدلاً من إعطاء التعليمات.
- تسليط الضوء على أمثلة واقعية للتعاون ودعم الأقران.
- هذا اختياري: التأكيد على أن مقدمي الرعاية، كمجموعة، يتمتعون بالاستقلالية الكاملة فيما يتعلق بكيفية رغبتهم في تنفيذ ذلك. يمكن دمجهم في مجموعات موجودة بالفعل، أو يمكنهم إنشاء مجموعة جديدة لهذا الغرض فقط.
- ذكّر أولياء الأمور بأن الدائرة آمنة وغير انتقادية، وأن جميع التجارب صحيحة.
- التأكيد على أن مجموعة الدعم هي مساحة آمنة للمشاركة ولكن أيضاً لتحديد التحديات واستكشاف الحلول بشكل تعاوني. الهدف هو الانتقال إلى العمل المثمر.

لا يتعلق الأمر بإضافة مهمة أخرى إلى روتينك اليومي، بل نتصور ذلك كشيء يمكن نسجه في محادثات مهمة في الحالات التي يبرز فيها الأمر. يمكن أن يكون ذلك في الحدائق العامة، أو اجتماعات المدرسة، أو حفلات الزفاف أو التجمعات العائلية الأخرى، أو النزعات، أو بعد صلاة الجمعة.

هدفنا هو تمكينكم، كأباء، من إدارة المجموعة بأنفسكم في نهاية المطاف حتى تصبح هذه الحلقات مكثفة ذاتياً بشكل كامل، مما يمنحك شعوراً بالملكية وشبكة دعم طويلة الأمد لا تعتمد على شخص أو منظمة خارجية.

• **إذا كان لديك مجموعة مسبقاً:** يمكنك البدء في دمج هذه المناقشات على الفور باستخدام مواردنا.

• **إذا كنت تريد أن تنشئ مجموعة ولكنك غير متأكد من كيفية القيام بذلك:** يمكننا أن نصطحبك في البداية. سنساعدك في تسهيل الجلسات القليلة الأولى ثم نسلمها إليك في النهاية حتى تتمكن من إدارة المجموعة بشكل مستقل.

وفيما يلي الأهداف الرئيسية لهذه الحلقات:

- **القيادة واتخاذ القرار:** حلقات يقودها الآباء وتعتمد على نفسها بشكل كامل، حيث يحدد الآباء الجدول الزمني والموضوعات وشكل الحلقة.
- **خلق الأمان:** الحلقة عبارة عن مساحة صغيرة داعمة وغير انتقادية عرضها تبادل الخبرات والمخاوف.
- **التعلم معاً:** يتعلم الآباء من بعضهم البعض، ويشاركون الأفكار العملية، ويقفون على اطلاع بأحدث الاتجاهات التكنولوجية والسلامة الإلكترونية.
- **التركيز على الحلول:** الحلقة هي مساحة تركز على البناء على نقاط القوة، وتركيز المحادثات حول الطرق الناجحة، ومواكبة أحدث اتجاهات التكنولوجيا، واستخدام هذه الموارد لدعم أطفالك بشكل أفضل.

الشريحة 29: قائمة مرجعية لحلقات مقدمي الرعاية، الخطوة 1



الهدف



توجيه أولياء الأمور في تشكيل مجموعة ملتزمة ويمكن التحكم فيها وإعداد جلسات منتظمة. وينصب التركيز على الخدمات اللوجستية وإمكانية الوصول والاستدامة لضمان استمرار المجموعة. يتعلم الآباء كيفية إنشاء فريق قيادي أساسي وتجنيد المشاركين بشكل فعال.



ملاحظات للميسر

- **مناقشة سريعة:** "ما هي الأيام/ الأوقات التي تناسب الجميع بشكل واقعي؟"
- تشجيع أولياء الأمور على التفكير عمليًا في المكان وإمكانية الوصول إليه.
- دّهرهم بالبدء بصورة صغيرة، تكفي مجموعة أساسية مكونة من 2-3 من الآباء الملتزمين في البداية.
- اقترح عليهم أن يأخذوا في الاعتبار الالتزامات العائلية ومتطلبات التنقل عند وضع الجداول.

يقول الميسر

- الخطوة 1:** تنظيم حلقتك - قم بإنشاء مجموعة صغيرة ملتزمة تجتمع بانتظام وتستمر مع مرور الوقت.
- **ابدأ بصورة صغيرة:** ابدأ مع 2-3 من الآباء الذين تثق بهم واختر وقتًا منتظمًا للاجتماع.
 - **النمو معًا:** قم بدعوة المزيد من الآباء، حوالي 7-10، للانضمام فور بناء ايقاع العمل.
 - **كن عمليًا:** اختر يومًا ووقتًا ومكانًا يناسب الجميع.
 - **اجعل الوصول إليها متأكدًا:** تأكد من أن جميع الآباء يمكنهم الحضور بسهولة، مع الأخذ في الاعتبار وسائل النقل واحتياجات الأسرة والتوقيت.
 - **اسألوا أنفسكم:** "ما هي الأوقات التي تناسب الجميع بشكل أفضل؟" "هل من السهل الوصول إلى هذا المكان؟"
- تذكر:** بمرور الوقت، سوف يقوم الميسر الخاص بك بالانسحاب الى الوراء عندما تكتسب الثقة في إدارة مجموعتك الخاصة. لاحظ أنه سيتم تخطي هذه الخطوة إذا كانت المجموعة موجودة بالفعل.

الشريحة 30: قائمة مرجعية لحلقات مقدمي الرعاية، الخطوة 2



شريحة على الإنترنت

شريحة لوليء الأمور

30

قائمة حلقات أولياء الأمور

قوموا بقيادة حلقتكم
نفذوا حلقات تشاركية

1 نظموا حلقاتكم

2 قوموا بقيادة حلقتكم

3 امتلكوا حلقتكم

المحافظة على حلقات أولياء الأمور

الهدف

توضيح للآباء كيفية قيادة جلسات حلقات تكون جذابة ومنظمة ومركزة على الحلول. يتعلم أولياء الأمور كيفية استخدام النشرات والأدوات الخاصة بالاتفاقيات وجداول أعمال الجلسات ونصائح التيسير والأنشطة الختامية. الهدف هو إنشاء مساحة آمنة ومحترمة حيث يتم سماع صوت الجميع.

المواد المطلوبة

اطبع نسخة من نشرة مقدم الرعاية رقم 3: دوائر دعم مقدمي الرعاية الموجودة في القسم هـ.

تذكير: النشرات هي اختيارية. النسبة للناس ذوي المعرفة القليلة بالقراءة والكتابة، يرجى إعطاء الأولوية للإيصال اللفظي والوسائل البصرية، وتكييف المواد الخاصة بك وفقًا لذلك.

يسأل الميسر

الآباء والأمهات يتبادلون الأفكار معًا حول كيفية البقاء على اتصال خارج الاجتماعات. قد تشمل الأمثلة مجموعات واتساب، أو عبر الهاتف، أو اللقاءات الصغيرة أثناء تناول الشاي، أو طرق أخرى تناسب سياقها.

ملاحظات للميسر

- ذكّر أولياء الأمور باستخدام النشرة عند مغادرتهم الجلسة.
- اقترح طرقًا لادامة المشاركة: زيارات صغيرة، وكسر الجمود، و الإشادة بالإنجازات الصغيرة.
- تسليط الضوء على أهمية المرونة. كانت المناقشة تندفق بشكل طبيعي، اسمح بذلك مع وضع الأهداف في الاعتبار.
- شجعهم على تبادل الأفكار حول طرق البقاء على اتصال خارج الاجتماعات (واتساب، الوصول عبر الهاتف).

يقول الميسر

الخطوة الثانية: قم بقيادة حلقتك. تم تصميم هذا الدليل لمساعدتك على عمل حلقات تشاركية.

قم ببناء الثقة لتوجيه مناقشات مجموعتك وإنشاء مساحة آمنة وداعمة للتعلم. مع نمو حلقتك، ستبدأ في التناوب على قيادة أجزاء من كل اجتماع بينما يقدم لك الميسر الدعم من الجانب.

- **حدد أهدافًا واضحة:** تحدث عما تريد مجموعتك تحقيقه، وتبادل الخبرات، وتعلم أفكار جديدة، ودعم بعضكم البعض كأولياء أمور.
- **حافظ على البساطة:** ابدأ بالتحية والاطلاع، وناقش موضوعًا واحدًا في كل مرة، واختتم بالنقاط الرئيسية المستفادة.
- **تشجيع الجميع:** التأكيد من سماع جميع الأصوات واحترامها.
- **ابق آمنًا ولطيفًا:** حافظ على خصوصية المناقشات وإيجابيتها وعدم إصدار الأحكام.
- **ابق على اتصال:** ابق على تواصل بين الاجتماعات، من خلال الرسائل، أو المكالمات، أو التجمعات الصغيرة.

لا يزال بإمكان الميسر الخاص بك الانضمام أو الدخول من حين لآخر، ولكنك ستتولى زمام المبادرة أكثر فأكثر.

الشريحة 31: قائمة مرجعية لحلقات مقدمي الرعاية، الخطوة 3



الهدف

توجيه أولياء الأمور في تولي ملكية جلسات الحلقة وإدارة المجموعة بشكل مستقل. ويشمل ذلك تفويض المهام الصغيرة، وتعيين الأدوار، وبناء المهارات القيادية بين المشاركين. وينصب التركيز على التدريب والتغذية الراجعة والتمكين التدريجي لتحقيق الاستفادة على المدى الطويل.

الميسر يسأل

من يرغب في العمل معي لإنشاء حلقة مقدمي رعاية خاصة به؟ (اكتب الأسماء)



ملاحظات للميسر

- دُكر الآباء بأنهم يستطيعون تناوب المهام لبناء الثقة والملكية ولكن أيضًا تجنب إرهاق أحد الوالدين أثناء قيامه بكل شيء.

يقول الميسر

الخطوة 3: امتلك دائرتك.

قم بإدارة حلقة مقدمي الرعاية الخاصة بك من خلال القيادة المشتركة والاتصال الدائم. الآن أصبحت حلقتك جاهزة للعمل بشكل مستقل! يمكنك الاستمرار في الالتقاء والتطور وحتى مساعدة الآخرين على تشكيل مجموعاتهم الخاصة.

- **تناوب الأدوار:** تناوبوا على القيادة، أو افتتاح الجلسات، أو الاحتفال بالنجاحات.
- **ادعموا بعضكم البعض:** قدموا التشجيع والاقتراحات الصغيرة بعد كل اجتماع.
- **استمروا:** حافظوا على انتظام الاجتماعات، وقوموا بدعوة أعضاء جدد عندما تكون جاهزين، وشاركوا ما تعلمتموه مع أولياء الأمور الآخرين.
- **التواصل عند الحاجة:** لن يتولى الميسر الخاص بك قيادة الاجتماعات بعد الآن، ولكنه لا يزال متاحًا إذا كانت مجموعتك بحاجة إلى المشورة أو الموارد.
- **هذه هي مساحتك الآن:** بقيادة الوالدين، من أجل الوالدين، للحفاظ على سلامة الأطفال وقوة الأسر.

القسم ه

المصادر

نشرة مقدم الرعاية رقم 1: دليل الوالدين للرفاهية الرقمية



دليل الوالدين للسلامة الرقمية

العرفية وجدها لا تخفي دائماً عندما يفهم الأطفال مخاطر الإنترنت لكنهم يواجهون صعوبة في الالتزام بقراراتهم اليومية. نضع دعم مقدمي الرعاية أماماً جديداً لإيقظ عناية بناء رفاة رقمية من خلال بيئة داعمة ورسالة مشتركة.

تغيير البيئة

يمكن للوالدين المساعدة من خلال تغيير البيئة المنزلية والرقمية لخلق الخيارات الصحيحة في الوضع الافتراضي.

الاستراتيجية الأولى: إنشاء موقف سيارات رقمي

خصص سلة مركزية (في المطبخ أو غرفة المعيشة) لوضع جميع الأجهزة فيها في وضع السكون في وقت متحدد. هذا يمنع إلهاء وجود الهاتف في متناول اليد في غرفة النوم وهو سبب رئيسي للتصفح الليلي واضطراب النوم.

الاستراتيجية الثانية: تغيير شاشة الهاتف إلى تدرج الرمادي

ساعدوا أطفالكم على تغيير شاشة هواتفهم إلى اللونين الأبيض والأسود خلال ساعات محددة أو كجزء من روتين ما قبل النوم. إن إزالة الألوان الزاهية تجعل تطبيقات مثل تيك توك واستغرام أقل جاذبية للدماع. كما يقلل بشكل طبيعي من الرغبة في التصفح.

على نظام أندرويد



1. افتح الإعدادات
2. انقر على (Digital Well-being & Parental Controls)
3. قم بتفعيل (Bedtime Mode) له يسمى هنا (Wind Down) على بعض الهواتف
4. يمكنك تحويلها إلى بوي أو جدولة نفسها. تحت (Screen options) ، نكّض من الخيارات (Grayscale)

على نظام التشغيل iOS



1. افتح الإعدادات
2. انقر على (Accessibility)
3. قم بتفعيل (Display & Text Size)
4. إذهب إلى (Color Filters) و قم بتفعيل (On)
5. اختر (Grayscale) من القائمة



نشرة مقدم الرعاية رقم 2: اتفاقية السلامة عبر الإنترنت



اتفاقية سلامة العائلة على الإنترنت

اعملوا معاً للبقاء آمنين ومحترمين وواثقين على الإنترنت

لماذا هذا مهم؟

يستكشف الأطفال ويتعلمون ويتواصلون عبر الإنترنت يومياً. ويمكن أن تؤثر المخاطر الإلكترونية، مثل التحرش والاستغلال والتفرغ، على أي شخص. تساعد هذه الاتفاقية العائلات على الاستجابة ووضع الحدود وبناء الثقة مع الحفاظ على سلامة الأطفال.

الخطوة الأولى: الالتزامات

| التزامات ولي الأمر | التزامات المراهقين | التزامات مشتركة |
|---|---|---|
| كن قدوة في السلوك الآمن والمحترم عبر الإنترنت | فكر قبل نشر أو مشاركة المحتوى | تواصلوا بصراحة حول تحديكم عبر الإنترنت |
| اعطي توجيهات حول الخصوصية والأمان والتطبيقات الآمنة | احم كلمات المرور والمعلومات الشخصية | ادعوا بعضكم بعضاً إذا حدث خطأ ما على الإنترنت |
| راقب المحاضر عبر الإنترنت دون إلقاء اللوم | احترم خصوصية الآخرين وموافقهم عبر الإنترنت | ابعدوا عن المحتوى الضار معاً |
| شجع على تعلم التكنولوجيا | وإن بين الأسبطة عبر الإنترنت والأسبطة عبر المتصلة بالإنترنت | ابنوا ثقافة الاحترام واللطف والتسامح عبر الإنترنت |

الخطوة الثانية: قوموا بإعداد اتفاقكم الخاص

ركّز أولاً على قاعدة أو قاعدتين من قواعد السلامة:

- مثال: مشاركة الصور، مدة استخدام الأجهزة الذكية، أو الألعاب على الإنترنت

محاور للنقاش التالي:

- ما هو النجاح الذي يجب أن ننتهه معاً هذا الأسبوع فيما يتعلّق بالسلامة على الإنترنت؟
- كيف تدعم بعضنا البعض إذا حدث خطأ ما على الإنترنت؟
- هل هناك قواعد إضافية نود إضافتها من أجل عائلتنا؟

أكتب القواعد المتفق عليها هنا:

1. _____
2. _____
3. _____

الخطوة الثالثة: وقّع على الاتفاقية

ولي الأمر: _____
المراهق: _____
التاريخ: _____



اطبع نسخة من نشرة مقدم الرعاية رقم 3:
دوائر دعم مقدمي الرعاية



المحافظة على حلقات أولياء الأمور



نشرة مقدم الرعاية رقم 3:
ميزات السلامة الشائعة الاستخدام



خصائص السلامة الشائعة على التطبيقات

كيفية الإبلاغ مباشرة على منصات التواصل الاجتماعي

- 1. فيسبوك**
 - الخطوة الأولى: انتقل إلى المنشور الذي ترغب في الإبلاغ عنه.
 - الخطوة الثانية: انقر على النقاط الثلاث الموجودة بجوار المنشور.
 - الخطوة الثالثة: انقر على "الإبلاغ عن المنشور".
 - الخطوة الرابعة: من بين الخيارات المتاحة، اختر الخيار الذي يصف مشكلتك بشكل أفضل.
- 2. إنستغرام**
 - الخطوة الأولى: انقر على النقاط الثلاث الموجودة في الزاوية العلوية اليمنى من المنشور.
 - الخطوة الثانية: انقر على "التعليق".
 - الخطوة الثالثة: اختر سبب الإبلاغ عن المنشور.
 - الخطوة الرابعة: حدد ما إذا كنت تريد حظر الحساب الذي تقوم بالإبلاغ عنه أو تقييده.
- 3. تويتر**
 - الخطوة الأولى: انقر على النقاط الثلاث الموجودة في الزاوية العلوية اليمنى من المنشور.
 - الخطوة الثانية: انقر على "الإبلاغ عن هذا المنشور".
 - الخطوة الثالثة: اختر سبب الإبلاغ عن المنشور.
 - الخطوة الرابعة: أجب عن الأسئلة بالخيارات المتاحة.
 - الخطوة الخامسة: حدد ما إذا كنت تريد حظر الحساب الذي تقوم بالإبلاغ عنه أو كتمه.



الفصل

دليل جلسة مجموعة الأدوات
توعية الأطفال - البقاء
آمنين على الإنترنت وخارجه

يهدف هذا الدليل إلى استكمال الشرائح بمعلومات إضافية لتجهيز ودعم الميسرين لتقديم الجلسات الأكثر جاذبية وتأثيرًا. يتضمن كل قسم من الشرائح هدف الشريحة ونص الميسر والملاحظات للميسر.



القسم أ

فهم الإساءة
الالكترونية وحقوقك الالكترونية

80

80 تفصيل المحتوى من الشرائح

القسم ب

الخصوصية
والسلامة والاختيارات الإيجابية

95

95 تفصيل المحتوى من الشرائح

القسم ج

القوة والضغط
والاختيارات الإيجابية - الفتيات

101

101 تفصيل المحتوى من الشرائح

القسم د

القوة والضغط
والاختيارات الإيجابية - الفتيان

117

117 تفصيل المحتوى من الشرائح

القسم هـ

المراجع

139



الجلسة

- **الجلسة الأولى:** الرفع المنظم لمستوى الوعي (مختلط - القسم أ و ب)
- **مدة الجلسة: ساعتين**
- **عدد الجمهور:** من 15 إلى 20 طفلاً (ويجب أن يكون آباؤهم في الجلسة الأخرى)
- **الجلسة الثانية*:** رفع الوعي المنظم (واحدة للفتيات - القسم ج، وواحدة للبنين - القسم د)
- **مدة الجلسة: ساعة واحدة**
- **حجم الجمهور:** الحد الأقصى 20 مشاركاً من نفس الجنس في كل جلسة
- *من الناحية المثالية، يتم تشغيل الجلسة مباشرة بعد الجلسة الأولى (بينما يكون الآباء في جلسة مدتها ساعتان)



عدد الجمهور

- من 15 إلى 20 طفلاً



المواد اللازمة لهذه الجلسات

الشرائح



مختلطون



فتيات



فتيان

جهاز عرض وشاشة

نسخ مطبوعة من الموارد المخصصة للمشاركين (انظر القسم هـ)



الأهداف

- أنواع الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر التكنولوجيا
- التأثيرات في الإنترنت وخارج الإنترنت
- كيف يتم حمايتك بموجب القانون
- ما الذي يعتبر مخالفاً للقانون
- المؤسسات والجهات الحكومية ذات العلاقة بتنفيذ القانون

القسم أ

فهم الإساءة الالكترونية وحقوقك الالكترونية

تفصيل المحتوى من الشرائح

الشريحة 2: القواعد الأساسية



الهدف



إنشاء بيئة آمنة ومحترمة وشاملة حيث يشعر جميع المشاركين بالراحة في مشاركة تجاربهم. وتضمن هذه العملية التعاونية أن يفهم الجميع القواعد الأساسية للتفاعل، وتعزيز الثقة والمشاركة الفعالة طوال الجلسة.

إسأل (اختياري):



- ماذا نحتاج من بعضنا البعض لنشعر بالأمان والراحة في هذه المجموعة؟
- ما الذي يساعدك على التعلم والمشاركة بشكل جيد في إطار المجموعة؟



يقول الميسر



قبل أن نبدأ جلساتنا، دعونا ننشئ اتفاقية جماعية معًا. هذه قائمة بالسلوكيات التي نتفق جميعًا على اتباعها، للتأكد من أن الجميع يشعرون بالأمان والاستماع والاحترام. هذه هي اتفافتنا، ولكل شخص رأي فيها.

ملاحظات للميسر

- أكد على أن هذه هي قواعدنا، وليست قواعد المدرب فقط، لبناء شعور بالملكية المشتركة.

اكتب الاجابات على الورقة (فليبجارت). أضف اقتراحات إذا لزم الأمر.

أمثلة:

- احترموا آراء بعضكم البعض
- شخص واحد يتحدث بدون مقاطعة
- حافظ على سرية ما تتم مشاركته في المجموعة
- كن منفتحًا وغير انتقادي
- اطرح الأسئلة — لا توجد أسئلة خاطئة
- كن في الوقت المحدد وشارك بشكل كامل
- استمع بنشاط
- لا هواتف أو محادثات جانبية أثناء الأنشطة

الشريحة 3: ما هو الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر الإنترنت؟



الهدف

مساعدة الأطفال على فهم ما يشكل استغلالًا وإساءة إلكترونية جنسية للأطفال بشكل واضح، حتى يتمكنوا من التعرف على التفاعلات غير الآمنة وفهم أنها ليست خطأهم أبدًا.

ما هو الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر الإنترنت؟

ملاحظات للميسر

- هذه مفاهيم وكلمات تقنية، لذا حاول أن تجعلها بسيطة قدر الإمكان. استخدم لغة مناسبة للعمر وتجنب الأمثلة التي تثير الخوف.
- التأكيد على السلامة العاطفية: طمأنة الأطفال بأن التعرض للضغوط الإلكترونية ليس خطأهم.

الميسر يقول

هل تعلم؟ في جميع أنحاء العالم، يستخدم العديد من الأطفال في عمرك الهواتف أو وسائل التواصل الاجتماعي كل يوم، للدراسة مع الأصدقاء أو مشاهدة مقاطع الفيديو أو ممارسة الألعاب. لكن بعض الدراسات تظهر أن ما يصل إلى 2 من كل 3 أطفال يتحدثون مع غرباء أو أشخاص لا يعرفونهم بشكل يومي. في بعض الأحيان قد تبدو هذه التفاعلات غير ضارة، أو حتى مثيرة، ولكن ليس كل شخص على الإنترنت لديه نوايا حسنة.

ولهذا السبب من المهم أن نفهم ما يعنيه استغلال الأطفال وإساءة معاملتهم الإلكترونية، والذي يشار إليه أحياناً باسم 'العنف الإلكتروني'. يحدث ذلك عندما يستخدم شخص ما الإنترنت أو التطبيقات أو الهواتف لإيذاء الأطفال دون سن 18 عامًا أو الضغط عليهم أو استغلالهم. يمكن أن يشمل ذلك طلب صور خاصة، أو قول أشياء تجعلك غير مرتاح، أو محاولة خداعك أو السيطرة عليك. لكل شخص الحق في الشعور بالأمان على الإنترنت.

الشريحة 4: كسر الجمود - طيف العنف الإلكتروني



الهدف



مساعدة الأطفال على التعرف على المواقف الإلكترونية المختلفة على أنها آمنة أو غير مريحة أو غير آمنة وممارسة الاستجابة بوعي. الهدف هو تعزيز قدرتهم على ملاحظة ما يشعرون به، واتخاذ خيارات آمنة، ومعرفة متى يطلبون الدعم.

المواد المطلوبة:



نشرة مطبوعة للأطفال رقم 1: طيف العنف عبر الإنترنت، البطاقات موجودة في القسم هـ.

السلطة على الإنترنت

وي الأطفال

ما هو العنف الإلكتروني؟

| | | |
|--|---|--|
| <p>غير آمن</p> <p>تشعر بالخوف أو الأذى أو التهديد</p> <p>مثال: يطلب منك شخص أشياء خاصة أو يحاول السيطرة عليك.</p> | <p>غير مرتاح</p> <p>تحسن أن هناك خطأ</p> <p>مثال: لست متأكدًا إذا كان الأمر جيدًا أم لا. لا تحب التفاعل أو تشعر بالضغط عليك.</p> | <p>آمن</p> <p>شعورك جيد و تمتلك السيطرة</p> <p>مثال: تعرف الشخص ويسود الاحترام على التفاعل الذي بينكم</p> |
|--|---|--|

ملاحظات للميسر



- اشرح بوضوح أنه لا توجد إجابات صحيحة أو خاطئة، يتعلق الأمر بالمشاعر والممارسة.
- شجع الأطفال على رفع بطاقتهم دون الحاجة إلى الشرح إلا إذا أرادوا ذلك.
- حافظ على النشاط ممتعًا وسريعًا وغير انتقادي.
- إذا شارك الطفل قصة شخصية أو تفاعل بقوة، اتني على ذلك بلطف واتبع إجراءات الحماية بعد الجلسة.

يقول الميسر



قد يكون من الصعب معرفة متى تكون التفاعلات الإلكترونية آمنة أو غير آمنة. لذا دعونا نحاول التدرب على كيفية ملاحظة المواقف الإلكترونية والاستجابة لها. لذلك نستخدم أداة تسمى طيف العنف الإلكتروني لمساعدتنا على التفكير فيما نشعر به في كل موقف.

لدينا ثلاث فئات لمساعدتك في معرفة ما إذا كنت آمنًا أم غير آمن. يمكنك تقسيمها على النحو التالي:

- **آمن:** تشعر بالارتياح والسيطرة عندما تكون على الإنترنت. أنت تعرف الأشخاص الذين تتفاعل معهم والوضع هو محترم لبعضكم البعض. هذه مساحة رائعة للتواجد فيها.
- **غير مريح:** هناك شيء لا يبدو جيدًا. أنت غير متأكد وقد تشعر ببعض الضغط من أي شخص تتفاعل معه عبر الإنترنت. إذا وجدت نفسك في هذا الموقف، فكر في التوقف والتفكير. أنت لست في ورطة، ولكن تحدث إلى شخص بالغ موثوق به لمساعدتك.
- **غير آمن:** تشعر بالخوف أو القلق أو الضغط. شخص ما يهدد ويطلب أسرارًا أو صورًا. وإذا وجدت نفسك في هذا الموقف فمن الأفضل أن تتوقف ولا ترد. أخبر شخصًا بالغًا موثوقًا به على الفور.

سنقوم الآن بلعبة سريعة حيث نقرأ بعض الأمثلة للأشياء التي قد تحدث في الإنترنت وبعد ذلك ستقرر ما تشعر به بالنسبة لك: آمن، أو غير مريح، أو غير آمن. لا يوجد صواب أو خطأ في ما تشعر به في موقف ما. نحن نتدرب فقط على كيفية التفكير في المواقف الإلكترونية بأمان وتعلم كيفية التنقل عبر الإنترنت مغلًا.

الشريحة 5 و 6: "ترسل رسالة إلى صديقك المفضل من المدرسة للتخطيط لواجباتك المنزلية معاً."



الهدف



إظهار أن المساحات الآمنة الالكترونية هي تلك التي يعرف فيها الأطفال الأشخاص الذين يتفاعلون معهم ويثقون بهم ويشعرون بالراحة معهم.

الميسر يقول



- **الشريحة 5:** السؤال الأول "ترسل رسالة إلى صديقك المفضل من المدرسة للقيام بتخطيط واجباتكم المنزلية معاً." هل يثير هذا مشاعر الأمان أو عدم الراحة أو عدم الأمان بالنسبة لك؟ يرجى رفع بطاقتكم للإجابة.
- **الشريحة 6:** هذا وضع آمن. أنت تعرف الشخص الذي تتحدث معه، وتثق به، وتشعر بالراحة. لا يوجد ضغط أو ارتباك. هذا ما نريد أن نشعر به جميع المساحات الإلكترونية، محترمة وتحت سيطرتك.

ملاحظات للميسر



- اثنى على هذا المثال باعتباره مثلاً إيجابياً وآمناً.
- **أكد:** "هذه هي الطريقة التي نريد أن نشعر بها في معظم تفاعلاتنا الالكترونية."



الشريحة 7 و 8: "يضيفك صديقك إلى المجموعة دون أن يطلب منك ذلك." "

الهدف



التدرب على التعرف على المواقف "غير المريحة" التي يتم فيها سحب الاختيار والسيطرة، وتعزيز قدرة الأطفال على التوقف مؤقتاً أو المغادرة أو التواصل مع شخص بالغ موثوق به.



يقول الميسر



- **الشريحة 7:** السؤال الثاني "يضيفك صديقك إلى المجموعة دون أن يسألك" هل يثير هذا مشاعر الأمان أو عدم الراحة أو عدم الأمان بالنسبة لك؟ يرجى رفع بطاقتك للإجابة.
- **الشريحة 8:** هذه الشريحة غير مريحة. على الرغم من أن صديقك أضافك، إلا أنك لم تحصل على فرصة للاختيار. يجب أن يتم سؤالك قبل إضافتك إلى مجموعة لأنك قد لا تعرف من هو الآخر في المجموعة أو ما الذي تتم مشاركته. هذا لا يعني أنه غير آمن على الفور، ولكنه إشارة للتوقف مؤقتاً والتحقق مما يحدث، وسؤال نفسك عما إذا كنت تريد حقاً أن تكون في هذه المجموعة.

ملاحظات للميسر



- الشعور بعدم الارتياح أمر طبيعي. إنه اختياريك اما ان تبقى أو تغادر.
- تشجيع فكرة أن من حقهم اختبار المجموعات التي ينتمون إليها. ولكن سلب الضوء أيضاً على أنه ليس خطأ الطفل أبداً إذا كان شخص آخر يفعل شيئاً خاطئاً عبر الإنترنت.
- إذا شعرت بعدم الأمان (الغريب، التنمر، التهديدات، المحتوى الضار): اترك المجموعة، ولا ترد على شئ أو تشارك أي شيء، أو تخبر شخصاً بالغاً موثوقاً به.



الشريحة 9 و 10: "يهددك أحد الأصدقاء بمشاركة رسائلك الخاصة ما لم تفعل ما يريد." —

الهدف



التعرف على التهديدات باعتبارها غير آمنة، وفهم أن هذا هو شكل من أشكال العنف الالكتروني، وممارسة الاستجابة الصحيحة.



يقول الميسر



- **الشريحة 9:** السؤال الثالث "يهددك أحد الأصدقاء بمشاركة رسائلك الخاصة ما لم تفعل ما يريد." هل يثير هذا مشاعر الأمان أو عدم الراحة أو عدم الأمان بالنسبة لك؟ يرجى رفع بطاقتك للإجابة.
- **الشريحة 10:** هذا غير آمن. إنه تهديد والتهديدات هي شكل من أشكال العنف. لا ينبغي لأحد أن يضغط عليك أو يخيفك للقيام بشيء ما، خاصة عبر الإنترنت. في هذا النوع من المواقف، من المهم التوقف عن الرد وإخبار شخص بالغ أو جهة موثوقة على الفور.

ملاحظات للميسر



- **أكد:** "التهديدات ليست مقبولة أبدًا وليس خطأك أبدًا".
- كرر خطة السلامة: توقف عن الرد وأخبر شخصًا بالغًا موثوقًا به.
- إذا كشف الطفل عن شيء من هذا القبيل، أجب بهدوء: "شكرا لك على المشاركة، هذا مهم. دعونا نتحدث على انفراد بعد ذلك حتى نتمكن من التأكد من أنك آمن." ثم اتبع خطوات الحماية.



الشريحة 11 و 12: "يساعدك شخص تثق به في ضبط إعدادات الخصوصية لحساباتك."

الهدف



التأكيد على أن طلب المساعدة وقبولها من البالغين الموثوق بهم هو جزء من البقاء آمناً في عالم الإنترنت، يظهر القوة وليس الضعف.



يقول الميسر



- **الشريحة رقم 11:** السؤال الرابع "يساعدك شخص تثق به في ضبط إعدادات الخصوصية لحساباتك." هل يثير هذا مشاعر الأمان أو عدم الراحة أو عدم الأمان بالنسبة لك؟ يرجى رفع بطاقتك للإجابة.
- **الشريحة 12:** هذا مثال آمن آخر. تساعد إعدادات الخصوصية على حماية معلوماتك وتمنحك التحكم. ووجود شخص تثق به، مثل أحد الوالدين أو المعلم أو الأخ الأكبر، يدعمك في هذا أمر جيد.

ملاحظات للميسر



- تشجيع الأطفال على رؤية البالغين الموثوق بهم كحلفاء.
- **وضح ما يعنيه "موثوق":** شخص يحترم اختياراتهم ويحافظ على سلامتهم، وليس شخصاً يضغط عليهم.
- اثنى على هذا الأمر بهذا باعتباره مثالاً إيجابياً وآمناً آخر.

الشريحة 13 و 14: "شخص لم تقابله من قبل يعرض عليك المال أو الهدايا للتحدث على انفراد."



الهدف



مساعدة الأطفال على التعرف على إدراك محاولة شخص ما عبر الإنترنت التلاعب بهم أو استمالتهم بعروض مالية أو هدايا، ومعرفة أن هذا سلوك غير آمن يتطلب إخبار شخص بالغ موثوق به.



يقول الميسر



- **الشريحة 13:** السؤال الخامس "شخص لم تقابله من قبل يعرض عليك المال أو الهدايا للتحدث على انفراد." هل يثير هذا مشاعر الأمان أو عدم الراحة أو عدم الأمان بالنسبة لك؟ يرجى رفع بطاقتكم للإجابة.
- **الشريحة 14:** هذا غير آمن. إنها رشوة تحايل، ويمكن أن تؤدي إلى العنف. قد يبدو الأمر لطيفًا أو جيدًا في البداية عندما يقدم لك شخص ما مجاملات أو يعرض عليك المال أو الهدايا، ولكن من المهم أن تتذكر أنه لا ينبغي عليك التحدث إلى الغرباء. عندما يعرض عليك شخص ما المال أو الهدايا، فإنه عادة ما يريد منك شيئًا في المقابل. في هذا النوع من المواقف، من المهم التوقف عن الرد وإبلاغ شخص بالغ أو جهة موثوقة على الفور.

ملاحظات للميسر



- تشجيع الأطفال على التعرف على أشكال التلاعب وعلامات الاستمالة.
- **كرر خطة السلامة:** توقف عن الرد وأخبر شخصًا بالغًا موثوقًا به.
- إذا كشف الطفل عن شيء مماثل، أجب بهدوء: "شكرًا لك على المشاركة، هذا مهم. دعونا نتحدث على انفراد بعد ذلك حتى تتمكن من التأكد من أنك آمن." ثم اتبع خطوات الحماية.



الشريحة 15 و 16: "يعلق شخص غريب على صورتك قائلاً، "أنت لطيف 😊"

الهدف



مساعدة الأطفال على إدراك أن التعليقات غير المرغوب فيها أو الشخصية من الغرباء عبر الإنترنت يمكن أن تكون غير مريحة وغير آمنة، وتعزيز حقيقة أن تجاهل شخص بالغ موثوق به وحظره وإخباره هي استجابات آمان مناسبة.



يقول الميسر



- **الشريحة 15:** السؤال السادس "يعلق شخص غريب على صورتك قائلاً، "أنت لطيف 😊" هل يثير هذا مشاعر الأمان أو عدم الراحة أو عدم الأمان بالنسبة لك؟ يرجى رفع بطاقتك للإجابة.
- **الشريحة 16:** هذه الشريحة غير مريحة. على الرغم من أن هذا قد يبدو وكأنه مجاملة، إلا أنك لا تعرف هذا الشخص. لا تشاركه الحديث. احظر الشخص إذا كنت تعرف الطريقة. من المهم أن تتذكر أنه لا ينبغي عليك التحدث مع الغرباء. في هذا النوع من المواقف، من المهم إخبار شخص بالغ أو منظمة موثوقة.

ملاحظات للميسر



- اشرح أن بعض التعليقات في الانترنيت قد تبدو ودية أو جذابة ولكنها قد تتجاوز الحدود، خاصة عندما تأتي من غرباء.
- أكد أن هذا السلوك قد يكون في بعض الأحيان علامة مبكرة على الاستمالة، وأن الحظر/الإبلاغ هو خطوة أولى آمنة.
- **حافظ على نبرة غير مهينة:** الهدف هو بناء الوعي، وليس إلقاء اللوم على الأطفال لنشر الصور.
- **إذا شارك الطفل تجربة شخصية، أجب بهدوء:** "شكراً لك على إخباري. هذا مهم حقاً. دعونا نتحدث على انفراد بعد ذلك للتأكد من أنك آمن."

الشريعة 17 و 18: "تقوم بالإبلاغ عن حساب مزيف يتظاهر بأنه شخص تعرفه، وتقوم المنصة بإزالته – تشعر بالفخر لقيامك بالشيء الصحيح."



الهدف



مساعدة الأطفال على التعرف على السلوك الإلكتروني الآمن ومدحه، وفهم أن الإبلاغ عن الحسابات الضارة أو المزيفة يعد إجراءً إيجابياً، وبناء الثقة في قدرتهم على حماية أنفسهم والآخرين عبر الإنترنت.



يقول الميسر



- **الشريعة 17:** السؤال السابع والأخير "تقوم بالإبلاغ عن حساب مزيف يتظاهر بأنه شخص تعرفه، وتقوم المنصة بإزالته. تشعر بالفخر لفعل الشيء الصحيح" هل يثير هذا مشاعر الأمان أو عدم الراحة أو عدم الأمان بالنسبة لك؟ يرجى رفع بطاقتك للإجابة.
- **الشريعة 18:** هذا مثال آمن آخر. من المهم اتخاذ الإجراءات اللازمة والإبلاغ عن سوء المعاملة عندما تراها.

ملاحظات للميسر



- أكد أن هذا مثال آمن وإيجابي - لحظة تصرف فيها الطفل بمسؤولية وقام بحماية شخص آخر.
- التأكيد على أن الإبلاغ هو إجراء أساسي للسلامة ويظهر الشجاعة والمسؤولية الرقمية.
- شجع المجموعة على التفكير: "ما هو شعورك عندما تساعد في جعل الإنترنت أكثر أمناً لشخص آخر؟"
- ذكّر المشاركين بأن الإبلاغ لا يعني أنه يتعين عليهم حل المشكلة بمفردهم. يمكن للبالغين أو المعلمين أو المنظمات المساعدة.
- اختتم بنبرة إيجابية: هذه نقطة جيدة للإشادة بتعلم المجموعة وتذكيرهم بأن السلامة الإلكترونية لا تتعلق فقط بتجنب الخطر، بل تتعلق أيضاً بكونهم مواطنين يتصرفون إلكترونياً بصورة طيبة وبقطة ومسؤولة.

الشريحة 19: المخاطر الالكترونية التي يواجهها الأطفال



الهدف



زيادة وعي الأطفال بالأشكال الشائعة للإساءة الالكترونية حتى يتمكنوا من تحديد المواقف الضارة المحتملة في وقت مبكر.

المخاطر التي تواجه الأطفال على الإنترنت

- صور وفيديوهات مضرة
- الخداع أو الضغط
- مشاركة الصور الخاصة بنا
- التهديد والابتزاز



ملاحظات للميسر



- هذه مفاهيم وكلمات تقنية، لذا حاول أن تجعلها بسيطة قدر الإمكان.
- طمأنة الأطفال بأن المساعدة متاحة وأنهم ليسوا وحدهم.
- تقديم أمثلة واقعية وقابلة للربط ولكن إبقاءها غير فاضحة. بعض الأمثلة:
 - صور/مقاطع فيديو ضارة للأطفال (مواد تخص الاعتداء الجنسي على الأطفال): يطلب منك شخص ما التقاط صورة لنفسك في أماكن خاصة.
 - الاستمالة (خداع الأطفال أو الضغط عليهم): يتظاهر شخص تقابله عبر الإنترنت بأنه في عمرك ويطلب الدردشة على انفراد كل يوم، ثم يطلب منك معلومات شخصية مثل مدرستك أو عنوانك.
 - التهديدات والابتزاز (الابتزاز الجنسي): يضغط عليك شخص غريب أو زميل لإرسال الصور قائلًا "إذا لم تفعل ذلك، فسأخبر الجميع بسررك".
 - المحتوى الجنسي الذي يتم إنشاؤه ذاتيًا: يشارك المراهقون صورًا خاصة لأن الأصدقاء يطلبون ذلك أو يحصل المراهقون على إعجابات على وسائل التواصل الاجتماعي.

يقول الميسر



بناءً على التمرين الذي قمنا به للتو، رأينا أن التواجد الإلكتروني يمكن أن يشعر بالأمان في بعض الأحيان، ولكنه أيضًا غير آمن في أوقات أخرى. سنتحدث اليوم عن كيفية البقاء آمنًا إلكترونيًا. لحماية نفسك، عليك أولاً أن تعرف ما الذي يجب أن تقف ضده.

هناك العديد من الطرق التي يمكن لأي شخص من خلالها محاولة إيذاء الأطفال أو الضغط عليهم عبر الإنترنت من خلال استغلال الأطفال وإساءة معاملتهم إلكترونيًا. سنركز اليوم على بعض الأمثلة المهمة، ولكن تذكر: أنت لست المسؤول أبداً، وهناك أشخاص وأدوات للحفاظ على سلامتك.

- الصور ومقاطع الفيديو الضارة للأطفال (المواد الإباحية المتعلقة بالاعتداء الجنسي على الأطفال): هذا يعني الصور أو مقاطع الفيديو لأي شخص يقل عمره عن 18 عامًا بطرق جنسية أو غير لائقة. حتى لو تم ذلك باستخدام التطبيقات أو التحرير أو الذكاء الاصطناعي، فهو غير قانوني. بعد إنشاء هذه الصور أو مشاركتها أو حتى الاحتفاظ بها جريمة، ولا يقع اللوم على الشباب أبداً.
 - خداع الأطفال أو الضغط عليهم (الاستمالة): عندما يحاول شخص ما كسب ثقتك للضغط عليك لمشاركة الصور أو القيام بأشياء عبر الإنترنت. قد يتظاهرون بأنهم في عمرك، أو أنه أحد المشاهير، أو شخص "يهتم"، لكن هذا غير قانوني، وطلب المساعدة أمر جيد ومطلوب دائمًا.
 - التهديدات والابتزاز (الابتزاز الجنسي): عندما يهددك شخص ما بمشاركة صورك أو رسائلك الخاصة ما لم ترسل المزيد، أو تدفع المال، أو تفعل ما يريد. هذا ليس خطأك أبداً، وطلب المساعدة هو الشيء الصحيح الذي ينبغي عمله.
 - عندما يشارك الأطفال صورًا خاصة لأنفسهم (محتوى جنسي تم إنشاؤه ذاتيًا يتضمن أطفالاً): في بعض الأحيان يلتقط المراهقون أو يشاركون صورًا أو مقاطع فيديو خاصة لأنفسهم بسبب الضغط أو التهديدات أو الرغبة في التأقلم. بمجرد مشاركة هذه الصور، يمكن بسهولة إساءة استخدامها، مثل تمريرها أو نشرها أو استخدامها لإبذالك أو السيطرة عليك.
- ملحوظة:** إذا حدث هذا، فأنت لست المسؤول. ويعتبر القانون أي شخص يقل عمره عن 18 عامًا في هذا النوع من الصور ضحية تستحق الحماية والدعم، وليس العقاب أبداً.

الشريحة رقم 20: عندما يؤثر العنف الإلكتروني عليك في الحياة الحقيقية



الهدف



مساعدة الأطفال على فهم كيف يمكن للعنف الإلكتروني أن ينتقل إلى العالم الخارجي وكيف يمكن أن يؤثر على صحتهم العاطفية وسمعتهم وسلامتهم في الحياة الحقيقية.

الميسر يسأل



كيف يمكن لشخص ما أن يشعر إذا تعرض للعنف الإلكتروني؟ (اختياري)



ملاحظات للميسر



- **تشجيع التعاطف:** مساعدة الأطفال على رؤية العلاقة بين الإجراءات عبر الإنترنت والعواقب في العالم الحقيقي.
- **تجنب إثارة الذعر:** التركيز على التمكين من خلال المعرفة والفعل.

يقول الميسر



هل فكرت يوماً كيف يمكن للأشياء التي تحدث عبر الإنترنت أن تؤثر على حياتك خارج الإنترنت؟ دعونا نلقي نظرة على بعض الطرق التي يمكن أن يحدث بها هذا الأمر.

- **الخوف والإحراج:** التعرض للأذى أو التنمر في الإنترنت يمكن أن يجعلك تشعر بالخوف أو الإحراج أو الانزعاج لفترة طويلة.
- **السمعة والتنمر:** إذا تمت مشاركة الصور أو مقاطع الفيديو الخاصة دون إذنك، فيمكن أن تنتشر بسرعة. يمكن أن يؤدي هذا إلى التنمر، أو حكم الناس عليك، أو الشعور بالاستبعاد في المدرسة أو في مجتمعك.
- **الخطر الجسدي:** في بعض الأحيان يحاول الأشخاص في الإنترنت خداع الشباب أو الضغط عليهم لمقابلتهم شخصياً. يمكن أن يكون هذا خطيراً حقاً ويمكن أن يؤدي إلى الاعتداء، لذلك من المهم توخي الحذر والبقاء آمناً.

ولهذا السبب فإننا نتأكد اليوم من أن لديك الأدوات المناسبة للتأكد من أنك تستطيع أن تكون آمناً قدر الإمكان إلكترونياً وفي العالم الحقيقي.

الشريحة 21: الحقوق والمسؤوليات الالكترونية



الهدف

عنوان الشريحة



الميسر يقول

الآن سوف نستعرض ما هي حقوقك ومسؤولياتك، وما هو قانوني وما هو غير قانوني.

الحق هو شيء يجب أن يتمتع به كل شخص أو يكون قادرًا على القيام به، وذلك ببساطة لأنه شخص. تساعدنا الحقوق في الحفاظ على سلامتنا واحترامنا وحريتنا في العيش والتعلم.

من الناحية الفنية، الحق هو شيء يحميه القانون. وهذا يعني أن الحكومات وغيرها من الجهات ملزمة باحترام وحماية ودعم هذه الحقوق، مثل حقك في السلامة والخصوصية والتعليم.

ولكن مع كل حق، لدينا أيضًا مسؤوليات، أشياء يجب علينا القيام بها لاحترام حقوق الآخرين أيضًا.

والآن، دعونا نلقي نظرة على ماذا يعني عندما نكون متصلين بالإنترنت: ما هي حقوقك الرقمية، وما هي المسؤوليات التي تأتي معها؟

الشريحة 22: حقوقك الالكترونية



الهدف

مساعدة الأطفال على فهم أن لديهم حقوقًا إلكترونية تمامًا كما هو الحال في الحياة الواقعية، وتهدف هذه الحقوق إلى الحفاظ على سلامتهم واحترامهم.



حقوقك على الإنترنت

- السلامة
- الخصوصية
- الحماية من الأذى

ملاحظات للميسر

- التأكيد على أن الحقوق ليست "مكتسبة" بل تُمنح لكل شخص يقل عمره عن 18 عامًا بموجب القانون.
- تجنب جعل الأمر يبدو تجريديًا — استخدم أمثلة بسيطة "يومية" (على سبيل المثال، "لا ينبغي لأحد مشاركة صورتك دون أن يسأل").
- إذا أعطى الأطفال أمثلة على الحالات التي تم فيها انتهاك حقوقهم، اثنى على ذلك وأعد التوجيه بلطف: "هذا مثال جيد، شكرًا لك. دعونا نتحدث أيضًا لاحقاً إذا كنت تريد الدعم".

يقول الميسر

تمامًا كما هو الحال في الحياة الواقعية، لديك حقوق رقمية أيضًا. وهذا يعني أنك تستحق أن تكون آمنًا، وأن تتمتع بخصوصيتك، وأن تكون محميًا من الأذى.

ونعني بهذا:

- **السلامة:** لا ينبغي لأحد أن يؤذيك أو يخدعك أو يضغط عليك إلكترونيًا.
 - **الخصوصية:** معلوماتك الشخصية وصورك ورسائلك هي ملكك—لا يحق لأحد مشاركتها دون إذنك.
 - **المتعة والتعلم:** يجب أن يكون الإنترنت مكانًا آمنًا للتعلم والاستمتاع والتواصل مع الأصدقاء.
- إذا كان شخص ما سيئًا، أو يطلب معلوماتك الشخصية، أو يشارك أشياء دون إذنك، فهذا يعد انتهاكًا لحقوقك—ويمكنك الحصول على المساعدة.

الشريحة 23: مسؤولياتك الرقمية

الهدف

تشجيع الأطفال على رؤية أنفسهم كحماة نشطين لسلامتهم الرقمية. سلط الضوء على أن احترام الآخرين عبر الإنترنت لا يقل أهمية عن حماية أنفسهم.

23

مسؤولياتك على الإنترنت



التفكير قبل النقر



التبليغ عن الأذى



حماية نفسك



احترام الآخرين

يقول الميسر

- مثلما لديك حقوق إلكترونية، لديك أيضًا مسؤوليات. إن التواجد على الإنترنت أمر ممتع، لكنه يأتي مع بعض القواعد للحفاظ على سلامتك وسلامة الآخرين.
- **احترم الآخرين:** لا تشارك صورًا خاصة أو رسائل أو معلومات شخصية عن شخص آخر دون إذنه.
- **حماية نفسك:** حافظ على سرية كلمات المرور الخاصة بك، واجعل حساباتك خاصة، وفكر قبل مشاركة الصور أو مقاطع الفيديو.
- **الإبلاغ عن الأذى:** إذا قام شخص ما بتخويفك أو تهديك أو الضغط عليك —أو على طفل آخر—، فأخبر شخصًا بالغًا موثوقًا به أو استخدم أداة الإبلاغ.
- **فكر قبل النقر أو النشر:** ما تشاركه عبر الإنترنت يمكن أن يستمر لفترة طويلة ويؤثر على الآخرين، لذا كن حذرًا.

ملاحظات للميسر

- التأكيد على أن المسؤوليات تتعلق بالسلامة، وليس العقاب، فهي تمنح القوة لحماية نفسك والآخرين.
- إذا شارك الطفل أمثلة على سلوك غير لطيف قام به أو رآه، فاحرص على أن يبقى الأمر خفيًا واستخدمه كنقطة تعلم دون إحراج.
- ذكّرهم أنه حتى الإجراءات الصغيرة (مثل عدم مشاركة صورة دون السؤال) تحدث فرقًا كبيرًا.

الشريحة 24: ما الذي يعتبر مخالفاً للقانون



الهدف



مساعدة الأطفال على فهم الإجراءات الالكترونية غير القانونية بشكل واضح. بناء الوعي بوجود قوانين حمايتهم ووقف السلوك الضار.



ملاحظات للميسر



- **أكد:** إذا تعرضوا لهذه الأشياء أو تعرضوا للضغط للقيام بها، فهم ضحايا وليسوا مجرمين.
- **حافظ على بساطة اللغة:** وتجنب الدخول في المصطلحات القانونية.
- إذا سئل "ماذا يحدث إذا خالف شخص ما هذه القوانين؟" — اشرح أن هناك سلطات لوقف السلوك الضار والحفاظ على سلامة الأطفال.

الميسر يقول



بعض الأفعال مخالفة للقانون، أي أنها غير قانونية:

مشاركة الصور الخاصة أو الجنسية لأي شخص يقل عمره عن 18 عامًا.

مثال: يقوم شخص ما بإرسال صورة خاصة لزميل في الصف، سواء حقيقية أو مزيفة (معدلة). هذا أمر غير قانوني، حتى لو لم يلتقطوا الصورة بأنفسهم.

طلب صور أو مقاطع فيديو أو معلومات جنسية من الطفل.

مثال: يطلب شخص بالغ عبر الإنترنت صورًا أو يقول "لا تخبر أحدًا". هذا غير قانوني وليس خطأ الطفل أبدًا.

التنمر أو التهديد أو ابتزاز شخص ما عبر الإنترنت.

مثال: يقول أحد الأشخاص "سأنشر هذا ما لم تفعل ما أقوله". هذا عنف إلكتروني وهو مخالف للقانون.

التظاهر بأنك شخص آخر لخداع طفل أو إيذائه.

مثال: يقوم شخص ما بإنشاء حساب مزيف للتقرب من شخص آخر. هذا خداع وغير قانوني.



الاهداف

- إعدادات السلامة والخصوصية الأساسية الإلكترونية
- فهم الموافقة والحدود
- ميزات الأمان الخاصة بالمنصة، كيفية إدارة إعدادات الخصوصية والإبلاغ عنها
- آليات الإبلاغ وطلب المساعدة
- كيفية التعرف على المواقف غير المريدة أو غير الآمنة الاللكترونية

القسم ب

الخصوصية والسلامة والاختيارات الإيجابية

تفصيل المحتوى من الشرائح

الشريحة 25: الخصوصية والسلامة والتحكم



الهدف



شريحة العنوان - مساعدة المراهقين على التعرف على السلوكيات الآمنة وغير الآمنة من خلال الأمثلة.

يقول الميسر



الآن سنتقل إلى شيء عملي للغاية، وهو كيف يمكننا حماية أنفسكم إلكترونياً من خلال التعرف على ما هو آمن وما هو غير آمن. تهدف هذه الجلسة إلى تزويدكم بالأدوات والمعرفة اللازمة لاكتشاف المواقف الخطرة والتحكم في خصوصيتكم وسلامتكم. سنستخدم الأمثلة لجعلها حقيقية وقابلة للربط، حتى تتمكنون من رؤية الفرق بين السلوكيات الآمنة وغير الآمنة بوضوح.



الشريحة 26: حماية أنفسكم من المخاطر الإلكترونية



الهدف



تعليم الأطفال عادات السلامة الإلكترونية العملية التي تمنحهم السيطرة وتقلل من المخاطر.

المواد المطلوبة



نشرة مطبوعة للأطفال رقم 1: طيف العنف عبر الإنترنت، البطاقات موجودة في القسم هـ.

النشرة المطبوعة رقم 2 للأطفال: دليل الرفاهية الرقمية الخاص بك، موجودة في القسم هـ.



يقول الميسر



كل بطل خارق لديه درع أو قوة تحافظ على سلامته. الكترونيا، درعكم هو الطريقة التي تحمون بها معلوماتكم وخصوصيتكم، فهو يتيح لكم الاستكشاف والدراسة والنشر بأمان، دون تعريض أنفسكم للخطر.

إن كونك آمناً الكترونياً لا يعني تفويت شيء ما. من خلال استخدام درعك — حماية حساباتك ومعلوماتك الشخصية —، يمكنك البقاء آمناً من الغرباء والتتمر والاهتمام غير المرغوب فيه، مع الاستمرار في القدرة على الاستكشاف واللعب والتواصل بحرية.

كيفية حماية نفسك

- الحفاظ على خصوصية حساباتك حتى يتمكن الأشخاص الذين تعرفهم فقط من رؤية منشوراتك
 - قبول المتابعين الذين تعرفهم فقط
 - لا تشارك كلمات المرور الخاصة بك أبداً إلا مع الوالدين أو مقدمي الرعاية
 - لا تشارك أبداً التفاصيل الشخصية مثل عنوان منزلك أو اسم مدرستك أو رقم هاتفك
 - ادم صحتك الرقمية من خلال الحفاظ على عادات صحية والانتباه إلى الوقت الذي تمضيه في استخدام الشاشة
- الآن دعونا نتدرب على استخدام بطاقتنا مرة أخرى. هذه المرة، سنستخدم فقط (امن - الأخضر) أو (غير امن - الأحمر)

مثال 1 - مشاركة كلمات المرور

- **قل:** "قم بإعطاء كلمة مرور حسابك لصديق حتى يتمكن من النشر لك."
- **اطلب:** ارفعوا بطاقتكم بناءً على ما إذا كانوا يعتقدون أنها آمنة أم غير آمنة.
- **بعد رفع البطاقات اشرح:** "الإجابة غير آمنة. كلمات المرور هي أشياء خاصة. إن مشاركتها قد تسمح لشخص آخر بالتحكم في حسابك أو رؤية معلوماتك الشخصية، هذا غير آمن. إن القيام بذلك يعرض خصوصيتك للخطر، ولهذا السبب لا تفعل ذلك."

مثال 2 - الحفاظ على خصوصية الحسابات

- **قل:** "لقد قمت بجعل حساباتك على وسائل التواصل الاجتماعي على أنها خاصة، حتى يتمكن الأشخاص الذين تعرفهم فقط من رؤية منشوراتك."
- **اطلب منهم:** ارفعوا بطاقتكم بناءً على ما إذا كانوا يعتقدون أنها آمنة أم غير آمنة.
- **بعد رفع البطاقات اشرح:** "الإجابة آمنة. يساعد الحفاظ على خصوصية الحسابات على حماية معلوماتك ويمنحك التحكم في ما تشاركه. هذا سلوك إلكتروني آمن. ولهذا السبب فهو مهم؛ فهو يقيك مسيطراً ويقلل المخاطر."

ملاحظات للميسر

- ابقاء نشاط البطاقة نشاطاً سريعاً وممتعاً وشجع المشاركة دون ضغط.
- إذا اختلف الأطفال، اترك مساحة: "لا بأس إذا لم تكن متأكدًا، ولهذا السبب نتدرب."
- سلط الضوء على أن السلامة تتعلق بالسيطرة، وليس بالخوف.

السلامة الرقمية شيء، ولكن التأكد من أننا نحافظ على حياة رقمية صحية شيء آخر. في بعض الأحيان، حتى لو كنت تعرف مخاطر الاتصال الإلكتروني وترغب في الحد من الوقت الذي تمضيه في الشاشة، فقد يكون من الصعب حقاً الحفاظ على هذه العادة. قد تجد صعوبة في البقاء متسقاً بعد انتهاء هذه الجلسة. ولهذا السبب، قمنا بإعداد قائمة بالاستراتيجيات التي يمكنك استخدامها والعمل عليها مع والدك لمساعدتك في تحقيق أهدافك.

الشريحة 27: قم بحماية مساحتك الشخصية: نصائح حول سلامة التطبيقات



الهدف



تعليم الأطفال كيفية استخدام أدوات خاصة بالمنصة لحماية الخصوصية والتحكم في مساحتهم الإلكترونية. شجعهم على اتخاذ خطوات صغيرة وعملية لجعل حساباتهم أكثر أماناً.

إسأل



خذ لحظة الآن للتفكير في حساباتك الخاصة. أي من ميزات الأمان هذه تستخدمها بالفعل؟ ما هي الميزات التي يمكنك تشغيلها اليوم لجعل مساحتك على الإنترنت أكثر أماناً؟

السلامة على الإنترنت
وي الأطفال
27

حماية المساحة الخاصة: إرشادات السلامة على التطبيقات

- جعل الحسابات خصوصية
- عند الشك، قم بالحظر
- سيطر على من يعلق ويتحدث معك.

ملاحظات للميسر

- **اطلب رفع الأيدي:** "من يستخدم الإعدادات الخاصة بالفعل؟ من يقوم بحظر الناس؟" تجنب أن تستغرق الاستئالة وقتاً طويلاً.
- لا تفترض أن جميع الأطفال يستخدمون نفس التطبيقات. دعهم يشاركون التطبيقات التي يستخدمونها أكثر.
- بيّن لهم ان ميزات الأمان هي "امر اعتيادي" و يطبقه المستخدمون الأذكياء في الإنترنت.

يقول الميسر



عندما تذكرنا لعبة البطاقات التي لعبناها للتو، رأينا أن وجود حسابات عامة أو نشر الكثير قد يكون غير آمن. الآن دعونا نلقي نظرة على بعض الطرق الحقيقية لحماية نفسك على المنصات التي تستخدمها كل يوم.

مميزات السلامة الخاصة بالمنصات:

- **فيسبوك، اسنغرام، سناب جات:** اضبط الحسابات على الضبط الخاص (Private)، وتحكم في من يمكنه التعليق، قم بحظر أو الإبلاغ عن أي شخص يزعجك.
- **واتساب، تيلغرام:** تحكم في من يمكنه رؤية رقمك، وحظر الرسائل غير المرغوب فيها، وتجنب إضافتك إلى المجموعات من قبل الغرباء.
- **يوتيوب:** قم بتشغيل الوضع المقيد لحظر المحتوى الضار والإبلاغ عن مقاطع الفيديو غير الآمنة.
- **ألعاب مثل PUBG / Fortnite:** قم بإيقاف تشغيل الدردشة الصوتية مع الغرباء والعب فقط مع الأشخاص الذين تعرفهم.

تعتبر ميزات الأمان هذه بمثابة طبقات إضافية من درع البطل الخارق الخاص بك، فهي تساعد على البقاء مسيطراً وحماية معلوماتك الشخصية والاستمتاع بوسائل التواصل الاجتماعي وتطبيقات المراسلة والألعاب دون مشاكل غير مرغوب فيها.

الشريحة 28: حماية مساحتك الشخصية: قل نعم أو لا



الهدف



تعليم الأطفال مفهوم الموافقة والحدود في المساحات الإلكترونية. تعزيز قدرتهم على قول (لا) عندما يشعرون أن هناك خطأ أو ضغطًا.

المواد المطلوبة



نشرة الطفل رقم 2: شجرة قرار إبداء الموافقة لتقديمها للأطفال لأخذها إلى المنزل والدعم في هذا الشأن؛ موجودة في القسم ه، وورقة وأقلام رصاص أو ماك ملون متنوع للنشاط الاختياري.

الساحة على الإنترنت

وي الأطفال

28

حماية المساحة الخاصة: قل نعم أو لا

- هل أريد ذلك؟
- هل أفهم ذلك؟
- هل أستطيع الرفض؟
- هل هو آمن؟

تذكير: النشرات هي اختيارية. بالنسبة للناس ذوي المعرفة القليلة بالقراءة والكتابة، يرجى إعطاء الأولوية للإيصال اللفظي والوسائل البصرية، وتكييف المواد الخاصة بك وفقًا لذلك.

يقول الميسر



مثلما يحمي درعك معلوماتك، فإن حدودك تحميك أيضًا. يمكنك وضع الحدود من خلال إعطاء موافقتك، أي الاختيار بحرية، وقول نعم فقط عندما تشعر بالراحة، ولا عندما لا تشعر بذلك. إن احترام حدودك الخاصة يساعدك على البقاء مسيطرًا على الإنترنت، والحفاظ على مساحتك آمنة ومنع أي شخص من الضغط عليك أو خداعك.

فهم الموافقة والحدود - قائمة التحقق من الموافقة: هل يمكنني أن أقول نعم؟

- هل أريد ذلك؟ أشعر بالراحة عندما أقول نعم، وليس تحت الضغط.
- هل أفهم؟ أعرف ما أوافق عليه وما قد يحدث.
- هل يمكنني أن أقول لا؟ أستطيع أن أرفض دون أن يغضب أحد أو ينزعج.
- هل هو آمن؟ قول نعم لن يعرضني أو معلوماتي أو خصوصيتي للخطر.
- على سبيل المثال، تخيل أن صديقك يطلب منك إرسال صورة خاصة على سناب شات.. هل ستوافق وترسلها؟

دعونا نستخدم قائمة التحقق من الموافقة لاتخاذ القرار:

- هل أريد ذلك؟ لا، هذا يجعلني غير مرتاح.
- هل أفهم؟ نعم، أعرف ماذا يمكن أن تعني مشاركة هذه الصورة.
- هل يمكنني أن أقول لا؟ نعم، أستطيع أن أرفض دون أن أقع في مشكلة.
- هل هو آمن؟ لا، مشاركته قد يعرض خصوصيتي أو سلامتي للخطر.
- بما أن بعض هذه الإجابات هي لا، فهذا يعني أنه لا ينبغي عليك إعطاء الموافقة. إن قول «لا» هو جزء من درعك و حماية مساحتك الشخصية وخياراتك الإلكترونية.

نعم، قد يبدو وضع الحدود أمرًا صعبًا في بعض الأحيان، خاصة مع الأصدقاء أو الضغط الإلكتروني، ولكنها مهارة ستساعدك في العديد من جوانب حياتك. وتذكر أن استخدام درعك يعني حماية نفسك مع الاستمرار في الاستمتاع بعالمك الإلكتروني بأمان.

النشاط
(اختياري):

قم بتوزيع أوراق وأقلام ماك أو أقلام رصاص واطلب من المشاركين رسم "درع"، وداخل هذا الدرع يكتبون أو يوضحون الجهود التي يبذلونها أو سيبدلونها لحماية أنفسهم من الأذى الإلكتروني. اسمح لعدد محدد من المتطوعين بالمشاركة مع المجموعة إذا سمح الوقت بذلك.

ملاحظات للميسر

- التأكيد على أن قول "لا" عبر الإنترنت هو قوة وليس ضعفًا.
- استخدم أمثلة ضغط الأقران بعناية. لا تخص بالذكر شخصًا محددًا.
- إذا ذكر طفل مثالاً شخصيًا، فقم بالثناء على ذلك: "كان هذا اختيارًا جيدًا لقول لا" (أو) "هذا موقف صعب. شكرًا لك على المشاركة."

الشريحة 29: احصل على المساعدة عندما تحتاج إليها



الهدف



إظهر للأطفال أن أنظمة الدعم موجودة وأنهم ليسوا وحيدين أبدًا. إعطاء جهات اتصال واضحة يمكنهم استخدامها في المواقف غير الآمنة.

أحصل على المساعدة عند الحاجة

| | |
|---|---|
|  116 خط مساعدة الأطفال |  0770 390 62 15 الأمن |
|  119 مديرية مناهضة العنف ضد المرأة والعائلة |  104 الشرطة |

يقول الميسر

إذا كان هناك شيء في الإنترنت يجعلك تشعر بعدم الأمان أو عدم الارتياح، فهناك أشخاص يمكنك التواصل معهم للحصول على الدعم، ولكننا نفكر دائمًا في محاولة معرفة ما إذا كان بإمكانك التحدث إلى شخص بالغ موثوق به أولاً.

في إقليم كردستان العراق يمكنك التواصل مع:

الرقم 116 خط مساعدة الطفل

- دعم مجاني وسري باللغتين العربية والكوردية
- متاح عبر الهاتف والفيديو والبريد الإلكتروني
- العمل من الأحد-الخميس، 9 صباحًا-6 مساءً
- يقدم النصح والإرشادات ويساعدك في الإبلاغ عن المخاوف

الرقم 119 خط مساعدة دائرة العنف ضد المرأة

- الاستشارة والإحالة والدعم النفسي والاجتماعي والقانوني على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع
- يقدم الاستشارات والتوجيه القانوني والإحالات
- يمكن أن يساعدك في اكتشاف طرق آمنة للرد على الإساءة الإلكترونية

الرقم 07703906215 إدارة مكافحة الجرائم الإلكترونية- أسايش

- يحقق في التهديدات والابتزاز والمضايقات والجرائم الأخرى الإلكترونية

الرقم 104 الشرطة المحلية

- للخطر المباشر أو التهديدات العاجلة لسلامتك

في العراق الاتحادي، يمكنك الاتصال بـ:

1. رقم الطوارئ المركزي (911)
 - خط مجاني يجمع 26 خطًا سابقًا في هذا الرقم الواحد، والذي يتلقى التقارير من المواطنين والمقيمين بعدة لغات، بما في ذلك العربية والإنجليزية والتركية والفارسية والكوردية.
2. الشرطة النظامية (104)
 - طلب المساعدة والحماية.
3. الشرطة المجتمعية (497)
 - طلب المساعدة في حالات العنف الأسري.
4. مديرية حماية الأسرة والطفل (139)
 - الإبلاغ عن التحرش بالنساء والفتيات المراهقات وحالات التعذيب.
5. مكتب الأمن الوطني (131)
 - الإبلاغ عن الابتزاز الإلكتروني.

ملاحظات للمبتدئ

- ركز على أن الخيار الأفضل هو دائمًا الذهاب إلى أحد الوالدين أو شخص بالغ موثوق به أولاً للحصول على الدعم والمساعدة.
- التأكيد على السرية وأن طلب المساعدة هو أمر شجاع.
- تشجيع حفظ الأرقام أو التقاط صورة للشريحة لاستخدامها لاحقًا.
- كن مستعدًا. أحضر بطاقات الإحالة أو المعلومات الخاصة بك، بالإضافة إلى المعلومات الخاصة بالمنظمات غير الحكومية الأخرى التي تقدم خدمات الإحالة في المنطقة الجغرافية ذات الصلة.
- اذكر فقط السلطات التي يتم التبليغ إليها (الشرطة، أسايش) كخيارات إذا كان هناك خطر حقيقي، تجنب إثارة الخوف.



الاهداف

- التعرف على التلاعب والضغط القسري والعاطفي في العلاقات الالكترونية واختيار الإجراءات التي تحمي الكرامة والوكالة وسلامة الأقران
- الرد على التحرش القائم على النوع الاجتماعي
- استراتيجيات إدارة الاهتمام غير المرغوب فيه
- بناء الثقة في الفضاءات الرقمية
- إدارة المخاوف المتعلقة بالخصوصية والسمعة
- آليات الإبلاغ التي تعالج مخاوف الشرف

القسم ج

القوة والضغط والاختيارات الإيجابية - الفتيات

تفصيل المحتوى من الشرائح

الشريحة 1 مرحباً بكم:



الهدف



الترحيب بالمشاركين واجلاسهن في أماكنهن خلال الساعة التالية للمناقشة.

إسأل



ما هو الشيء الوحيد الذي تحين القيام به عبر الإنترنت؟ (إجابات سريعة).



الميسر يقول

مرحباً بالجميع. اليوم نتحدث عن السلامة الالكترونية، وخاصة بالنسبة للفتيات.

ستساعدكم هذه الجلسة على:

- التعرف على تلك العلامات الحمراء (التحذيرية)
- التعامل مع الاهتمام غير المرغوب فيه
- بناء الثقة
- حماية خصوصيتكم
- ومعرفة من أين تحصلون على الدعم

الشريحة 2: لماذا تعتبر السلامة الالكترونية مهمة؟



الهدف



التعريف بموضوع السلامة الالكترونية للفتيات من خلال الاعتراف بالجوانب الإيجابية والسلبية لاستخدام الإنترنت. بين حقيقة أن العديد من الفتيات يتلقين رسائل غير مرغوب فيها أو غير مريحة عبر الإنترنت، وقم بتأطير الجلسة على أنها تتعلق ببناء الوعي والسيطرة.

أسأل



ارفعوا أيديكم إذا طلب منكم مشاركة صورة أو موقعك أو الحفاظ على سر. كيف شعرتن حيال ذلك؟

ملاحظة

(دع المشاركات يرون أن العديد من الأيدي ترتفع. وهذا يجعل التجربة طبيعية ويظهر لهن أنهن لسن وحيدات. يمكنك أن تقول: "انظرن، لقد حدث هذا للكثير منا. ولهذا السبب من المهم جداً أن نتحدث عن هذا الأمر معاً).

يقول الميسر

نحن جميعاً نستخدم الإنترنت، لمشاهدة مقاطع الفيديو، أو أداء الواجبات البيتية، أو الدردشة مع الأصدقاء على واتساب، أو لعب ألعاب مثل Roblox أو PUBG، أو متابعة المشاهير المفضلين لدينا على انستغرام، أو مشاركة الصور والقصص على سناب جات وتيك توك.. لكن في بعض الأحيان يستخدمه الناس بطرق ضارة، خاصة تجاه الفتيات. قد يحاولون الضغط عليك للقيام بأشياء لا تريدين القيام بها، أو تعلمين أنها خاطئة، أو يتوقعون منك إخفاءها عن والديك. هذا ليس صحيحاً.

الأمر المفرج هو: بمجرد تعرفك على العلامات، يمكنك البقاء مسيطرة، والحفاظ على سلامتك، ومشاركة المعلومة مع أصدقائك.

ملاحظات للميسر

- ابدأ بملاحظة إيجابية من خلال تسليط الضوء على الجوانب الجيدة للإنترنت قبل مناقشة المخاطر.
- جعل تجربة تلقي الرسائل غير المرغوبة يبدو على أنه وارد الحدوث. الهدف هو تقليل الخجل، وليس زيادة الخوف.
- إذا تم رفع بعض الأيدي، طمأنهن: "حتى لو لم تجربوا ذلك، فمن المحتمل أنك تعرفن شخصًا جربه. ولا يزال من المفيد معرفة ذلك."
- حافظ على نبرة الصوت هادئة وداعمة. تجنب اللغة المثيرة للقلق.
- ضع هذا في إطار التمكين: "معرفة الحيل التي يستخدمها الأشخاص عبر الإنترنت تساعدك على البقاء مسؤولاً عن اختياراتك."

الشريحة 3: العلامات الحمراء التحذيرية...

الهدف



مساعدة الفتيات على التعرف على العلامات الحمراء (العزلة، والإلحاح، وعدم قبول 'لا' كإجابة) كمؤشرات حقيقية على أن شيئاً ما قد يكون غير آمن عبر الإنترنت.

العلامات التحذيرية

- كثرة وسرعة إطلاق المدائح
- طلب الإفشاء عن الأسرار
- يجعلك تشعرين بالذنب
- يعزلك عن أصدقائك
- لا يقبل الرفض كجواب

يقول الميسر



عندما تدرشن على الإنترنت، انتبهن لما يطلب منكن الشخص الآخر القيام به. في بعض الأحيان يحاول أشخاص غير آمنين إجباركن على القيام بأشياء تتجاوز الحدود.

- هل يطلبون منكن إبقاء محادثاتكن سرية أو إخفائها عن والديكم أو أصدقائكم؟
- هل يطلبون صوراً أو مقاطع فيديو أو معلوماتكن الشخصية؟
- هل ينزعجون أو يتوقفون عن الكلام إذا لم تجيبوا بسرعة أو تقولوا لا؟
- هل يحاولون نقل الدردشة إلى تطبيق آخر أو مكالمة فيديو خاصة؟

هذه علامات تحذيرية تشير إلى أن الشخص قد لا يكون آمناً، حتى لو تصرف بشكل ودي أو قال إنه يهتم بكن.

نشاط:



"علامة حمراء أم لا؟"

اطلب من المشاركات وضع الإبهام للأسفل إذا كان علامة حمراء، و وضع الإبهام للأعلى إذا بدا الأمر آمناً.

ابدأ بـ: "يقول شخص غريب عبر الإنترنت، أنتي ناضجة جداً بالنسبة لعمرك."

ناقش بإيجاز: لماذا يعتبر هذا علامة حمراء؟ (لأنهم يركزون على العمر ويحاولون طمس الحدود).

استخدم 2-3 أمثلة سريعة أخرى (مزيج من العلامات الحمراء والتعليقات الآمنة) للحفاظ على التفاعل.

ملاحظات للميسر

- استخدم تعابير ذات صلة: قارن "الحدس" بجرس الإنذار، أو ضوء التحذير في لعبة فيديو، أو إشارة المرور التي تتحول إلى اللون الأحمر.
- بين أن التجربة طبيعية: اشرح أنه من الشائع الشعور بعدم اليقين، لكن مشاعر الانزعاج هي إشارات مهمة.
- إذا تبادل المشاركون الخبرات، اشكرهم وأبقِ الردود قصيرة حتى تبدو المناقشة آمنة وليست ثقيلة جدًا.
- تعزيز حقيقة أن الحدس لا يحتاج إلى دليل: "إذا شعرتن أن الأمر خاطئ، فلا داعي للانتظار الأدلة."
- انتقل بسلاسة إلى طلب المساعدة في الشرائح اللاحقة: "عندما تلاحظن هذه المشاعر، فهذا هو الوقت المناسب لطلب الدعم."

الشريحة 4: التحايل أو 'الاستمالة'



الهدف



مساعدة الفتيات على التعرف على العلامات الحمراء الشائعة للتحايل في الانترنت، وفهم أن هذه السلوكيات هي علامات تحذيرية، والتدرب على التعرف عليها بطريقة آمنة وتفاعلية.

يسأل الميسر



- ما هي بعض الأشياء التي قد يقولها شخص ما عبر الإنترنت لتجعلك تشعرين بأنك شخص مميز أو مذبذب؟
- لماذا تعتقدن أن أشخاصًا مثل هؤلاء يحاولون إخبارك على الاحتفاظ بالأسرار؟

أكد على أن الأصدقاء الحقيقيين والبالغين الآمنين لا يطلبون أبدًا أسرارًا أو صورًا أو محادثات خاصة.

التلاعب أو (الاستدراج)

- يبدأ بإبلاء الاهتمام والكلمات اللطيفة
- يتحول إلى أسرار وأسئلة شخصية
- يحاول أن يجعلك تشعرين بالذنب أو الخصوصية
- يقول "لا تخبري أحداً" أو "يمكنك الوثوق بي"
- يضغط عليك ولا يقبل الرفض كإجابة.

يقول الميسر



الاستمالة لا تبدأ عادةً بشيء مخيف، فهي تبدأ صغيرة وودودة ولطيفة. قد يبدأ شخص ما بتقديم المجاملات: "أنت جميلة"، "أنت مختلفة عن الفتيات الأخريات." قد يبدو هذا الاهتمام لطيفًا في البداية، ولكن ببطء، يبدأون في طرح أسئلة أكثر شخصية مثل: عمرك، أو عائلتك، أو صورتك. ثم قد يقولون أشياء مثل "لا تخبري والديك؛ لن يفهموا" أو "إذا كنتي تحبينني، فسوف ترسلين لي تلك الصورة." هذه علامات التلاعب — إنهم يحاولون السيطرة عليك باستخدام مشاعرك.

إذا جعلك شخص ما في الإنترنت تشعرين بأنك مدينة له، أو لا تستطيعين أن تقولي لا، أو تحتاجين إلى الاحتفاظ بالأسرار، فهذه ليست صداقة أو حبًا — هذا تحايل.

ملاحظات للميسر

- استخدم لغة يومية واضحة — اجعل الأمثلة قصيرة وقابلة للتصديق.
- التأكيد على أن علامة حمراء واحدة لا تعني أن الطفل هو المسؤول عن ذلك؛ بل تعني أن سلوك الشخص الآخر غير آمن.
- تشجيع الاستجابات السريعة أثناء النشاط. اجعل الأمر ممتعًا ولكن ذا معنى.
- كن مستعدًا للضحك المتوتر أو المزاح، أقبل ذلك برحابة صدر، ثم أعد التركيز: "لا بأس أن تضحكن، لكن تذكرن أن هذه الحيل خطيرة."

الشريحة 5: التحرش الإلكتروني قد يكون...



الهدف



مساعدة الفتيات على التعرف على الأشكال العديدة التي يمكن أن يتخذها التحرش الإلكتروني، من التحرش الجنسي إلى السلوك المتسلط، والتأكيد بوضوح على أن التحرش ليس خطأهن أبدًا.



يقول الميسر



التحرش هو عندما يستهدفك شخص ما بسلوك مؤذي أو متسلط أو غير لائق.

قد يبدو الأمر على أنه:

- تحرش جنسي: التعليقات، طلبات الصور (عادية أو عاربة)، إرسال صور جنسية، أو مشاركة صور خاصة دون موافقتك.
- تعليقات وضيفة حول مظهرك.
- الأكاذيب أو الشائعات التي تضر بسمعتك.
- التحكم في السلوك، مثل التحقق من الأشخاص الذين تتحدثين معهم، أو تعقب حساباتك، أو توجيه التهديدات.

لا شيء من هذا مقبول. تذكرني: هذا ليس خطأك أبدًا.

نشاط:



لعبة التخمين (اختياري)

- ما الذي تعتقدن أنه يحدث أكثر للفتيات اللواتي هن في اعماركن»
- دع المشاركات يظمنون بصراحة.
- اثني على كل إجابة: "نعم، هذا يحدث بالفعل. والكثير من الفتيات يبلغن عن ذلك.
- اختتم بتعبير يعزز الكلام: "التحرش يأتي في أشكال عديدة. سواء كان الأمر يتعلق بالتعليقات الجنسية، أو التحكم في السلوك، أو نشر الشائعات، فكل ذلك يعد تحرشًا وليس خطأك."

ملاحظات للميسر

- حافظ على نبرة جادة ولكن داعمة. تجنب التشهير أو استهداف أي شخص دون غيره.
- جعل حقيقة أن التحرش أمر شائع و وارد للأسف، ولكن أكد على التمكين: "الاعتراف به هو الخطوة الأولى لوقفه."
- إذا كانت المشاركات يمزحن أو يقللون من أهمية الأمر، قم بإعادة توجيهه بلطف: "في بعض الأحيان يضحك الناس لأن الأمر غير مريح، لكن هذه مشكلة خطيرة تواجهها العديد من الفتيات."
- وضح أن المسؤولية تقع دائمًا على عاتق المتحرش، وليس على الضحية أبدًا.
- الانتقال بسلاسة إلى التأقلم/طلب المساعدة في الشريحة التالية: "إذن ماذا يمكننا أن نفعل عندما يحدث التحرش؟"

الشريحة 6: إليك ما يجب عليك فعله على الفور

الهدف



تزويد الفتيات بخطوات واضحة وعملية يجب اتباعها إذا تعرضن للتحرش الإلكتروني: توثيقه، ووضع الحدود، والحصول على المساعدة بسرعة. أكد أن طلب المساعدة هو قوة.

إليك ما يجب فعله مباشرة

- قومي بخزن كل شيء، خذي لقطات للشاشة!
- احظريهم
- بلئي عنهم وتحدثي مع شخص بالغ تثقين به

ملاحظات للميسر

- اجعل الأمر ملموسًا: ركز على الإجراءات العملية القابلة للتنفيذ (أخذ صور للشاشة، والحظر، والتبليغ).
- جعل طلب المساعدة يبدو أمراً طبيعياً: قل صراحة أن هذا خطأ المتحرش، وليس خطأ الضحية، وأن الأشخاص الأقوياء يطلبون الدعم.
- توقع منهم التردد: قد تشعر بعض الفتيات بالدرج أو الخوف من إلقاء اللوم عليهن. اطمئن: "أنت لست مخطئة أبدًا، وتستحقين المساعدة دائمًا."
- تشجيع دعم الأقران: ذكّرهن بأنهن قادرات على مساعدة الأصدقاء من خلال الاستماع إليهن والتحقق من صحتهن وتشجيعهن على إخبار شخص بالغ موثوق به.
- اختتم بتعابير تحت على التمكين: "أنت لست عاجزة — لديك الأدوات والأشخاص الذين يمكنهم مساعدتك."

يقول الميسر



إذا تعرضت للتحرش الإلكتروني، فإليك ما يجب عليك فعله:

1. احفظ الأدلة

التقطي لقطات شاشة للرسائل أو التعليقات أو المنشورات السيئة قبل حظر الشخص. تأكدي من ظهور التاريخ والوقت. احتفظي بها في مكان آمن، أو شاركها مع شخص بالغ موثوق به.

2. ضعي حدودًا واضحة

يمكنكي أن تكون مباشرة: قولي "توقف عن مراسلتي" أو "تركني وحدي". لا يتوجب عليك أن تكوني لطيفة مع شخص يتصرف بقسوة. قومي بحظرهم مباشرة بعد ذلك. لا تجادلي أو تشرحي، فقط قومي بالحظر.

3. احصلي على المساعدة على الفور

تحدثي إلى شخص بالغ موثوق به مثل أحد الوالدين أو المعلم أو مستشار المدرسة. اعتمدي على الأصدقاء الذين يمكنهم دعمك. الإبلاغ عن التحرش على المنصة. وتذكري: طلب المساعدة لا يعني الضعف، بل يعني القوة.

الشريحة 7: التعامل مع الاهتمام غير المرغوب فيه...



الهدف



إظهار طرق عملية للفتيات لحماية خصوصيتهن ووضع حدود سليمة في الإنترنت، مع تعزيز سيطرتهم على مساحتهن الرقمية.

إسأل



ما هو الشيء الوحيد الذي لا تريد أن يراه المعلم أو أحد الأقارب عبر الإنترنت؟ (شجع الإجابات المضحكة لإبقاء النشاط خفيفاً. يساعد الضحك على تطبيع فكرة أن المنشورات تدوم إلى الأبد.)

ملاحظات للميسر



- حافظ على نبرة إيجابية: اعتبر الخصوصية بمثابة القوة والسيطرة، وليس الخوف.
- تشجيع الفكاهة: افسح المجال للأهتلة المضحكة، وهذا يجعل الرسالة تلتصق بالذاكرة.
- أكد على حرية التفويض: التأكيد على أنهم يستطيعون اختيار من يكون في عالمهم الإلكتروني.
- اعط مثلاً يفتدى به: شارك إجابتك المرحبة (على سبيل المثال، "لا أريد أبداً أن يرى صاحب العمل صورة لي وأنا أرثدي بيجامتي وأتناول بيتزا كاملة").
- الختام: ذكّر المشاركات: "مساحتك على الإنترنت هي ملكك. أنت المسؤولة عن من يرى ذلك وما الذي يذهب إلى تلك المساحة."

يقول الميسر



إحدى أفضل الطرق للبقاء آمناً عبر الإنترنت هي تأمين خصوصيتك ووضع حدود واضحة. تأمين خصوصيتك:

- اجعلي حساباتك خاصة حتى يتمكن الأشخاص الذين تعرفينهم فقط من متابعتك.
- قومي بإيقاف تشغيل مشاركة الموقع. لا يحتاج أحد إلى معرفة مكان وجودك.
- تحقق من إعدادات الخصوصية الخاصة بك بانتظام لأن التطبيقات تغير قواعدها.
- فكري قبل أن تنشري. تذكر أن أي شخص يمكنه التقاط صورة شاشة لما تشاركينه.

ضعي حدوداً واضحة:

- ليس عليك الرد على الجميع. لا بأس بتجاهل الرسائل أو طلبات الصداقة.
- ثقي بحدسك — إذا كان شخص ما يجعلك غير مرتاحة، قومي بحظره.
- كوني انتقائية بشأن الأشخاص الذين تتحدثين معهم. يمكنك اختيار من يتواجد في مساحتك الإلكترونية.

الشريحة 8: ماذا تفعلين إذا لم يتوقفوا



الهدف



تزويد الفتيات بخطوات واضحة يجب اتخاذها عندما يستمر شخص ما في إزعاجهن عبر الإنترنت، سواء كان الأمر مزعجًا فقط، أو تهديدًا حقيقيًا، أو يمتد إلى حياتهن الحقيقية. التأكيد على أن المسؤولية تقع دائمًا على عاتق المتحرش، وليس الضحية.

ما يجب فعله إذا لم يتوقفوا

- مزعج... قولها مرة واحظرهم
- مهدد... التقط صور الشاشة ثم أخبري شخصًا بالغًا موضع ثقة
- يؤثرون على حياتك... أحصلي على الدعم

السلاطة على الإنترنت

شهادات

8



ملاحظات للمبتدئين

- **أكد على التصعيد:** وضح أن المواقف ليست كلها متشابهة، في بعض الأحيان يكون الأمر مزعجًا، وفي بعض الأحيان يكون خطيرًا.
- **التأكيد على مشاركة البالغين:** كرر أنه لا ينبغي عليهم محاولة التعامل مع التهديدات بمفردهم.
- **بين أن الحظر/الإبلاغ هو أمر اعتيادي:** قم بتصنيفها على أنها وسائل ذكية، وليست "بذئبة".
- **التمكين، لا الإخافة:** تجنب جعلهم يشعرون أنه يجب عليهم ترك الإنترنت، ركز على أن المتحرش هو المشكلة.
- **انشر الطمأنينة:** أخبر المشاركين أن تغيير أسماء المستخدمين أو الملفات الشخصية هو الملاذ الأخير ولكنه يمكن أن يستعيد الأمان.
- **الانتقال بسلاسة:** "إذا واجهت هذا الأمر يومًا ما، تذكر أنك لست وحدك. لديك الأدوات والأشخاص لمساعدتك.

يقول الميسر



في بعض الأحيان لن يتوقف الناس مهما حدث. إليك ما يجب عليك فعله، اعتمادًا على الموقف:

إذا كانوا مزعجين ولكن ليسوا مخيفين:

- أرسلني رسالة واحدة واضحة: 'لست مهتمًا بالحديث. من فضلك توقف عن مراسلتي.'
- قومي بحظرهم على الفور — لا تنتظري ردهم.
- لا تشرحي نفسك — أنتي لا تدينين لأحد بإعطاء تفسير طويل.

إذا كانوا يشكلون تهديدًا أو مخيفًا:

- في البداية قومي بالتقاط صورة للشاشة لكل شيء، ستحتاجين إلى دليل.
- أخبري شخصًا بالغًا موثوقًا به على الفور. لا تتعاملتي مع هذا الأمر بمفردك.
- الإبلاغ عنهم على المنصة. يحتوي كل من انستغرام وتيك توك وغيرها على أدوات إعداد التقارير.
- خذي استراحة من التطبيق إذا كنت بحاجة إلى الشعور بالأمان.

إذا بدأ الأمر يؤثر على حياتك الحقيقية:

- تحدثي إلى شخص بالغ موثوق به حول ما يجعلك تشعر به.
- لا تتوقفي عن فعل الأشياء التي تستمتعين بها عبر الإنترنت — المشكلة فيهم، وليس فيك.
- إذا استمر الأمر، فقد تحتاجين إلى تغيير اسم المستخدم أو الملف الشخصي الخاص بك.

الشريحة 9: تذكري حقوقك الالكترونية...



الهدف



تذكير الفتيات بأن لهن حقوقًا في الفضاءات الرقمية، تمامًا كما هو الحال في الحياة الواقعية. تمكينهن من ممارسة تلك الحقوق من خلال وضع الحدود وطلب المساعدة ورفض اللوم.



تذكري حقوقك على الإنترنت...

- لديك الحق في الشعور بالأمان على الإنترنت
- يمكنك حظر أو التبليغ أو تجاهل أي شخص يقوم بإزعاجك
- يمكنك تغيير رأيك بشأن ما تنشره أو مع من تتحدثين
- تستحقين المساعدة دون أن يتم لومك

الميسر يقول



- لديك حقوق عبر الإنترنت، تمامًا كما هو الحال في الحياة الواقعية.
- لديك الحق في الشعور بالأمان.
- يمكنك حظر أو الإبلاغ عن أي شخص يجعلك تشعرين بعدم الارتياح.
- يمكنك تغيير رأيك — أنت لا تدينين لأحد بصورك، أو محادثاتك، أو وقتك.
- ولديك الحق في الحصول على المساعدة دون أن يلومك أحد.
- لديك السيطرة على مساحتك على الإنترنت، ولكن العائلة والبالغين الموثوق بهم موجودون هنا لدعمك.

ملاحظات للميسر



- استخدم نبرة تمكينية — الأمر يتعلق بالحقوق، وليس بالقواعد.
- التأكيد على أن ممارسة الحقوق الالكترونية أمر طبيعي وصحي: الحظر/الإبلاغ ليس شيئًا وقائيًا، بل وقائيًا.
- التأكيد على الاستقلالية: التأكيد على أنه يمكنهم دائمًا تغيير رأيهم، حتى لو قالوا نعم من قبل.
- جعل طلب المساعدة يبدو أمرًا طبيعيًا: "إذا كنت بحاجة إلى المساعدة، فهذا لا يجعلك ضعيفًا، بل يعني أنك تدافع عن حقوقك."
- اختتم بتذكير إيجابي: "عندما تعرف حقوقك، يمكنك استخدامها لحماية نفسك وأصدقائك."

الشريحة رقم 10: سيطر على الأمور



الهدف



تمكين الفتيات من السيطرة على مساحتهن الالكترونية الشخصية من خلال تنظيم المحتوى الإيجابي، والابتعاد عن الحسابات الضارة، ودعم بعضهن البعض لإنشاء مجتمعات رقمية أكثر أمانًا.



خذي زمام السيطرة

- تابعي الحسابات الإيجابية
- اكتفي التنبيهات/ التي متابعة الحسابات السلبية
- ادعي الخبرات

يسأل الميسر



المشاركة السريعة - اذكري حسابًا واحدًا تتابعينه وبجعلك تشعرين بالسعادة. (اختياري)

(دع المشاركون يشاركون أمثلة مرحة — قصص ممتعة أو إبداعية أو ملهمة. تطبيع فكرة أنه من الذكاء اختيار محتوى راقٍ).

الميسر يقول

أنت لست عاجزة في الإنترنت. يمكنك اختيار من تتابعينه ونوع المحتوى الذي يملأ صفحتك. تابعي الحسابات التي تلهمك وترفع من معنوياتك. قومي بإلغاء متابعة أو كتم الحسابات التي تسبب لك الإحباط. وتذكري — أنه يمكنك دعم الفتيات الأخريات أيضًا. إذا رأيت شخصًا يتعرض للمضايقة، قفي بجانبه. معًا، يمكننا أن نجعل المساحات الإلكترونية أكثر أمانًا وإيجابية.

الشريحة 11: تذكر حماية خصوصيتك...



الهدف

مساعدة الفتيات على فهم حدود الخصوصية الإلكترونية وتشجيعهن على التفكير بعناية قبل مشاركة التفاصيل الشخصية أو المحتوى الذي قد يؤثر على مستقبلهن.



تذكري حماية خصوصيتك...

- لا يوجد شيء خاص كلياً
- لا تضعي التفاصيل الشخصية ضمن اسم المستخدم
- يمكن تسجيل المكالمات الفيديوية

ملاحظات للميسر

- حافظ على نبرة عملية، وليس مخيفة. الرسالة تتعلق بالاختيارات الذكية، وليس الخوف.
- قم بالرجوع إلى نشاط الشريحة 7 لتعزيز الاستمرارية وتذكيرهم بأنهم يعرفون بالفعل ما قد يكون محفوقًا بالمخاطر.
- **تشجيع التأمل الذاتي:** "هل سأكون بخير لو كان هذا الشيء معروضًا على شاشة كبيرة في المدرسة؟"
- التأكيد على أن حماية الخصوصية لا تعني إخفاء شخصيتك — بل يتعلق باختيار ما هو آمن للمشاركة.
- **اختتم بشكل إيجابي:** "أنت المسؤول عما تشاركه. الاختيارات الذكية اليوم تحمي مستقبلك غدًا."

يقول الميسر

تحدثنا سابقًا عن أشياء لا تريد أن يراها المدرس في الإنترنت. لهذا السبب بالضبط من المهم جدًا التفكير قبل النشر، لأنه بمجرد ظهور شيء ما فإنه لا يمكنك دائمًا استرجاعه.

- **تذكر:** لا يوجد شيء خاص على الإنترنت بنسبة 100%.
- يمكن أن تستمر الصور التي تؤخذ للشاشة إلى الأبد.
- لا تقومي بتضمين اسمك الكامل أو عمرك أو موقعك (بما في ذلك مدرستك) في أسماء المستخدمين الخاصة بك. على الرغم من أنه لا ينبغي عليك إنشاء اسم مزيف، إلا أنه ليس من الضروري أبدًا تضمين اسمك الكامل.
- كوني حذرة مع مكالمات الفيديو — يمكن تسجيلها دون علمك.
- فكري دائمًا في مستقبلك: هل يمكن أن يؤذيك هذا المنشور في المدرسة أو العمل؟

المفتاح هو تحقيق التوازن بين كونك على طبيعتك والبقاء آمنة.

الشريحة 12: الحصول على المساعدة بصورة آمنة



الهدف



تمكين الفتيات من السيطرة على مساحتهن الإلكترونية من خلال تنظيم المحتوى الإيجابي، والابتعاد عن الحسابات الضارة، ودعم بعضهن البعض لإنشاء مجتمعات رقمية أكثر أماناً.

إسأل



من قد يكون في نظرك شخصاً بالغاً موثوقاً به من خارج عائلتك؟



ملاحظات للميسر



- كن حساساً عند مناقشة الأسرة: تجنب افتراض أن المشاركين يشعرون بالأمان في المنزل. قد يتردد الأطفال أو يصمتون عندما يُطلب منهم تحديد هوية "شخص موثوق به" خارج الأسرة بسبب الخوف من عقاب الوالدين إذا أبلغوا عن مشكلة.
- قبل تقديم الجلسة، حدد الأطراف الموثوقة واستشرها مثل قادة المجتمع أو كبار السن المحترمين أو المدافعين عن الشباب المحليين للحصول على فهم واضح لديناميكيات المجتمع المحلي ومعايير وحساسياته المحتملة. يضمن هذا الإعداد أن تكون تيسيرك حساساً ثقافياً ويسمح لك بالتنقل في المناقشات بأمان دون تعريض الأطفال للخطر أو التعارض مع القيم المحلية.
- إذا كان الأطفال هادئين أو خجولين بشأن تحديد البالغين الموثوق بهم أثناء الجلسة، فيمكنك استخدام الأفكار المكتسبة من قادة المجتمع هؤلاء لاقتراح أمثلة محلية آمنة (مركز شباب أو معلم لطيف معروف) للمساعدة في كسر الجمود.

يقول الميسر



هناك العديد من الطرق الآمنة للحصول على المساعدة إذا كنت تواجهين مضايقات أو إساءة إلكترونية:

الإبلاغ عن التطبيقات بدون ذكر الاسم

- استخدم زر الإبلاغ على تطبيقات الوسائط الاجتماعية - يمكنك الإبلاغ بشكل مجهول
- التقطي صورة للشاشة أولاً - احفظي الأدلة قبل الإبلاغ

احصلي على مساعدة سرية بصورة احترافية

- تقدم منظمات مثل مديرة العنف ضد المرأة الدعم للعنف الإلكتروني مع الحفاظ على هويتك آمنة.
- يُطلب من الأخصائيين الاجتماعيين الحفاظ على سرية معلوماتك
- يمكنك الحصول على المساعدة دون علم عائلتك
- هم يفهمون مخاطر العنف القائم على الشرف

ابحثي عن بالغين موثوقين خارج عائلتك

- اختاري البالغين الذين تثقين بهم للحفاظ على سرية المعلومات - المعلمين أو قادة المجتمع
- اطلبي منهم مساعدتك في التفكير في خياراتك دون اتخاذ القرارات نيابة عنك

قبل إشراك العائلة - أسألي نفسك:

- هل تشعرين بالأمان حقاً عندما تخبرين عائلتك بهذا الوضع؟
- هل سبق لأفراد الأسرة أن تفاعلوا بغضب أو عنف بشأن قضايا السمعة؟
- هل تثقين بأن عائلتك ستركز على سلامتك بدلاً من سمعة العائلة؟

تذكري: سلامتك تأتي دائماً في المقام الأول.

الشريحة 13: الأشخاص الموثوق بهم



الهدف



تمكن الأطفال والآباء من خلال تحديد دور «الشخص البالغ الموثوق به» بشكل واضح في سياق السلامة الإلكترونية. يهدف هذا القسم إلى مساعدة الأطفال على تحديد الأفراد الذين يمكنهم اللجوء إليهم للحصول على الدعم دون خوف من اللوم، مع تعزيز الرسالة المهمة للغاية والتي مفادها أن طلب المساعدة هو دلالة على القوة. ومن خلال الأنشطة التفاعلية، يشجع الأطفال على تصور شبكة الدعم الخاصة بهم وممارسة التمييز بين الاستجابات الآمنة والداعمة وردود الفعل الضارة من البالغين.

من هو الشخص الموثوق؟



- يستمع دون إلقاء اللوم أو العقاب
- يصدق الطفل ويأخذ مخاوفهم بجدية
- يساعد الطفل على إيجاد الحلول والدعم
- يحافظ على مصلحة الطفل الفضلى في جميع الأوقات
- هو شخص ثابت ومهتم وصادق

المواد المطلوبة



ورق رسم واقلام

إسأل



مع من يمكنني التحدث معه عن المشاكل الإلكترونية ؟

- إذا حدث شيء عبر الإنترنت يجعلك غير مرتاح، فمن ستحدث معه أولاً؟
- من أيضاً يمكنه مساعدتك إذا لم يكن الشخص الأول متاحاً؟

قم بدعوة المتطوعين للمشاركة (إذا كان ذلك آمناً ومناسباً). عزز حقيقة أن الأطفال قد يختارون أشخاصاً مختلفين موثوق بهم، وهذا أمر جيد.

النشاط:

دائرتي من الأشخاص الموثوق بهم (اختياري)



ارسم الدائرة

اطلب من الأطفال رسم دائرة كبيرة وكتابة "انا" في المنتصف.

الأشخاص الموثوق بهم من حولي

اشرح: من حولك، هناك أشخاص يمكنهم مساعدتك ودعمك عندما تشعر بعدم الأمان أو القلق.

اطلب من الأطفال رسم أو كتابة أسماء الأشخاص الذين يتقنون بهم حول الدائرة. وقد تشمل:

- الوالد أو مقدم الرعاية
- معلم
- مرشد المدرسة
- احد الاقارب
- قائد في المجتمع

يقول الميسر



الشخص الموثوق به هو شخص بالغ داعم، مثل أحد الوالدين أو المعلم أو مقدم الرعاية أو المستشار الذي يستمع دون إصدار أحكام، ويتصرف بما يحقق مصلحة الطفل العليا، ويهتم بسلامة الطفل، ويساعده عندما يشعر بشيء خاطئ أو غير آمن. ويتضمن ذلك الحالات الإلكترونية.

الشخص الموثوق به هو الشخص الذي يمكن للطفل أن يلجأ إليه إذا شعر بالخوف أو الارتباك أو عدم الأمان، خاصة عندما يحدث شيء ما على الإنترنت.

الشخص الموثوق به:

- يستمع بهدوء دون إلقاء اللوم أو العقاب
- يصدق الطفل ويأخذ مخاوفه على محمل الجد
- يساعد الطفل على إيجاد الحلول والدعم
- يحمي مصالح الطفل العليا في جميع الأوقات
- هو شخص ثابت ومهتم وصادق

في بعض الأحيان قد يلتقي الأطفال بأشخاص عبر الإنترنت أو يرون أشياء تجعلهم يشعرون بعدم الارتياح أو القلق. من المهم أن تعرف أنك لست وحدك أبداً، وأن هناك بالغين يمكنك الوثوق بهم لمساعدتك.

الرسالة الرئيسية: الأشخاص الموثوق بهم مهمون لأنهم يساعدون في الحفاظ على سلامتك. إذا حدث شيء ما عبر الإنترنت أو خارج الإنترنت يجعلك تشعر بعدم الأمان أو الارتباك أو الخوف، فيجب عليك دائمًا إخبار شخص بالغ موثوق به. أنت لست وحدك أبدًا، وطلب المساعدة هو علامة على القوة.

ملاحظات للميسر

- جعل طلب المساعدة خارج الأسرة يبدو طبيعيًا.. التأكيد على أن هذا أمر ذكي وليس مخزيًا.
- حافظ على الأمثلة بسيطة وقابلة للربط (المعلم، المدرب، المستشار).
- طمأنة المشاركين بأن المهنيين والمنظمات موجودة لحمايةهم، وليس للحكم عليهم.
- **شدد على أن:** "أنت تستحق الدعم. أنت لست وحدك في هذا أبدًا."
- كن مستعدًا. أخضر بطاقات الإحالة أو المعلومات الخاصة بك، بالإضافة إلى المعلومات الخاصة بالمنظمات غير الحكومية الأخرى التي تقدم خدمات الإحالة في المنطقة الجغرافية ذات الصلة.

نشاط:

سيناريوهات (اختياري)

- الآن سوف نقرأ عن مواقف مختلفة. بعد كل واحدة منها، ستقرر: هل هذه استجابة موثوقة أم ليست استجابة آمنة من شخص بالغ؟
1. طفل يخبر معلمه أنه تلقى رسالة إلكترونية مخيفة. يستمع المعلم بهدوء ويساعده في العثور على الدعم.
 2. يفتاح طفل أن شخصًا ما عبر الإنترنت طلب صورًا شخصية. يقول الكبار: هذا خطأ، لا تخبر أحدًا.
 3. يخبر طفل مقدم الرعاية أنه يشعر بعدم الارتياح تجاه صديق في الإنترنت. يشكره مقدم الرعاية على المشاركة ويقدم المساعدة.
 4. يقول طفل أن شيئًا ما في الإنترنت جعله خائفًا. يتجاهله الشخص البالغ ويقول إنه يبالغ في رد فعله.
 5. يشرح المعلم كيفية البقاء آمنًا إلكترونيًا ويذكر الطفل بأنه يمكنه دائمًا التحدث إذا شعر أن هناك خطأ ما.

قرار المجموعة

بعد كل سيناريو، اطلب من الأطفال التحرك إلى الجانب الذي يعتقدون أنه صحيح (أو رفع أيديهم إذا كان افتراضيًا).

توضيح الميسر

- بعد كل رد، اشرح بإيجاز:
- لماذا هو موثوق به أو غير موثوق به
- ما الذي يجب على الشخص البالغ الآمن فعله بدلاً من ذلك
- أكد أن البالغين الآمنين هم يستمعون ويؤمنون ويدعمون ولا يقومون بإلقاء اللوم أو التجاهل

قل: الشخص الموثوق به يستمع إليك دائمًا، ويصدقك، ويساعدك على البقاء آمنًا. إذا كان رد فعل شخص ما ضارًا أو رافضًا، فمن المهم العثور على شخص بالغ آخر موثوق به حتى تحصل على المساعدة.

الشريحة 14: المساعدة في حالات الطوارئ



الهدف



مساعدة الفتيات على التعرف على متى يتحول التحرش الإلكتروني إلى حالة طوارئ، ومعرفة الفرق بين الدعم العام والإجراءات العاجلة، والشعور بالثقة في أن سلامتهن تأتي دائماً في المقام الأول.



ملاحظات للميسر

- **تحدث بهدوء ووضوح** — لا تبالغ، ولكن شدد حيثما دعت الحاجة.
- تأكد من أن المشاركين يتذكرون رقم الطوارئ (كرره: "190، 24 ساعة في اليوم").
- **أكد على أن التصرف بسرعة هو نقطة قوة:** "أنت لا تبالغ في رد فعلك. حالات الطوارئ تحتاج إلى اتخاذ إجراء."
- **كن حساساً عند ذكر المنازل غير الآمنة أو احترام المخاوف.** حافظ على نبرة واقعية، وليس انتقادية.
- **تعزيز السرية:** "هناك متخصصون مدربون على حمايتك دون تعريضك للخطر."
- **اختتم بالتمكين:** "أنت تستحق أن تكون آمناً، ولن تكون وحيداً أبداً في حالات الطوارئ."

يقول الميسر

في بعض الأحيان تتجاوز المواقع التحرش وتصبح حالات طوارئ حقيقية، مثلاً إذا هدد شخص ما بالعنف، أو قال إنه سيشارك صورك الخاصة، أو إذا كنتي تشعرين بعدم الأمان في المنزل.

إذا كنتي في خطر مباشر، فاتصلي بالرقم 119 — وهو خط مساعدة يعمل على مدار 24 ساعة في إقليم كردستان العراق، أو 139 في العراق الاتحادي. لا تنتظري. تصرفي بسرعة.

إذا لم تكوني آمنة في المنزل بسبب ردود أفعال الأسرة أو مخاوف الشرف، فمن المهم بشكل خاص طلب المساعدة المهنية الخارجية، مثل مديرية مكافحة العنف ضد النساء. ستبقى معلوماتك سرية.

في حالات الطوارئ، سلامتك تأتي دائماً في المقام الأول. لا يوجد منشور، ولا تهديد، ولا سر أكثر أهمية من الحفاظ على سلامتك.

الشريحة 15: خطة السلامة الإلكترونية الخاصة بي



الهدف



مساعدة الفتيات على الانتقال من التعلم إلى العمل من خلال إنشاء خطة أمان إلكترونية مخصصة. شجعهم على كتابة الخطوات العملية، والبالغين الموثوق بهم، والحدود حتى يشعروا بالاستعداد في حالة حدوث أي شيء.

المواد المطلوبة



نشرة الطفل رقم 4: خطة السلامة الخاصة بي على الإنترنت موجودة في القسم هـ.

تذكير: النشرات هي اختيارية. بالنسبة للناس ذوي المعرفة القليلة بالقراءة والكتابة، يرجى إعطاء الأولوية للإيصال اللفظي والوسائل البصرية، وتكييف المواد الخاصة بك وفقاً لذلك.

ملاحظات للميسر



- قم بتوضيح أن هذا تمكين، وليس مخيفاً — "أنت تتحكم في عالمك الإلكتروني".
- قم بتوفير النشرة ("خطة السلامة الإلكترونية الخاصة بي") وامنح المشاركين 5-7 دقيقة لمثلها بهدوء.
- تقديم إرشادات بسيطة لأولئك الذين يواجهون مشكلة:
- من تثق به أكثر في المدرسة؟
- ما هو الشيء الوحيد الذي لن تشاركه عبر الإنترنت أبداً؟
- ذكّرهم بأن الخطة شخصية — ولا يتعين عليهم مشاركتها إذا لم يرغبوا في ذلك.
- شجعهم على الاحتفاظ بالنشرة في مكان آمن ومراجعتها بانتظام.
- اختتم بالتعزيب: "التخطيط للمستقبل هو علامة على القوة، يعني أنك مستعد لحماية نفسك ودعم الآخرين."

يقول الميسر



- هذا الجزء يتعلق بوضع سلامتك موضع التنفيذ. لقد تحدثنا عن العلامات الحمراء والمضابيق والحصول على المساعدة — الآن دعنا نضع خطة السلامة الخاصة بك الإلكترونية.
- اكتب أسماء البالغين الموثوق بهم لديك.
- قرري متى ستتحققين من إعدادات الخصوصية الخاصة بك.
- ضع حدوك: ما تريد مشاركته وما لا تريد مشاركته عبر الإنترنت.
- قومي بإدراج شبكة الدعم الخاصة بك — الأصدقاء والمجموعات والموارد التي يمكنك اللجوء إليها.
- إن وجود خطة يجعل التصرف أسهل بكثير إذا حدث شيء ما، لأنك لن تتفاجئين، ستعرفين خطواتك بالفعل.

الشريحة رقم 16: تذكري، لديك الحق في:



الهدف



ترك رسالة ختامية قوية وإيجابية للفتيات تعمل على تعزيز حقوقهن وتقديرهن لذاتهن وقدرتهن على وضع الحدود في الإنترنت. اختتم نشاطك بنشاط جماعي يساعدهم على الالتزام بفكرة واحدة ملموسة.

إسأل



دعنا ننهى بالتجول داخل الغرفة. تحدثي عن حد واحد ستلتزمين به في الانترنت بعد اليوم. قد يكون الأمر مثل: 'لن أرد على الغرباء'، 'سأحافظ على خصوصية حساباتي'، أو 'سأحظر أي شخص يجعلني أشعر بعدم الارتياح'.

تذكري!
لديك الحق في:

- أن تقولي لا
- الحظر والتبليغ
- الحصول على الدعم دون لوم
- أن تكوني آمنة وقوية على الإنترنت

ملاحظات للميسر



- حافظ على الطاقة إيجابية ومشجعة. يتعلق الأمر بالتمكين وليس الخوف.
- أعط أمثلة على حدود بسيطة لمساعدة المشاركين الذين يشعرون بالخلج.
- التحقق من صحة جميع الإجابات والحفاظ على وتيرة التحرك.
- إذا كان الوقت قصيرًا، اطلب متطوعين بدلاً من الذهاب الى الجميع.
- اختتم ببيان موحد: "كل واحد منكم لديه القدرة على جعل مساحاتك الإلكترونية آمنة ومحترمة وإيجابية. شكرًا لك على شجاعتك وصدقك اليوم."

يقول الميسر



- أهم شيء يجب تذكره هو التالي: أنت لست مسؤولة أبدًا عن تصرفات شخص آخر في الإنترنت.
- لديك الحق في أن تقولي لا.
- لديك الحق في الحظر.
- لديك الحق في الإبلاغ.
- ولديك الحق في الحصول على الدعم.
- ابقِي آمنًا، ثقي بحدسك، وتذكري دائمًا أن التحرش أو سوء المعاملة ليس خطأك أبدًا.



الاهداف

- فهم الموافقة والتواصل المحترم
- تمييز التلاعب في سياقات مختلفة (الألعاب، الخ.)
- مقاومة ضغوط الأقران للانخراط في سلوكيات ضارة
- أن نصيح حلفاء نشطين ضد التحرش الالكتروني
- طلب المساعدة بشكل آمن لمعالجة الصور النمطية الذكورية

القسم د

القوة والضغط والاختيارات الإيجابية - الفتيان

تفصيل المحتوى من الشرائح

الشريحة 1: القوة والضغط والاختيارات الإيجابية: السلامة الالكترونية للفتيان



السلامة على الإنترنت
القوة، الضغوطات،
والخيارات الإيجابية:
السلامة على الإنترنت
للفتيان

اسم مقدم البرنامج | ٢٠١٦ | سويد

الهدف



حدد مكان المشاركين خلال الساعة التالية من المناقشة.

إسأل



أخبرني بكلمة واحدة تتبادر إلى ذهنك عندما تفكر في الألعاب الالكترونية أو وسائل التواصل الاجتماعي؟
(إجابات سريعة وفورية)

ملاحظات للميسر

- ابدأ بملاحظة إيجابية من خلال تسليط الضوء على الجوانب الجيدة للإنترنت قبل مناقشة المخاطر.

يقول الميسر

سنستكشف اليوم كيف يمكن للفتيان البقاء آمنين على الإنترنت مع بقائهم أيضًا قذوة محترمة وواثقة وإيجابية في المساحات الرقمية.

سننحدث عن:

- الضغوط التي قد تواجهها
- كيفية التعامل معهم
- كيفية دعم الآخريين

الشريحة 2: ما هو الاستغلال والاعتداء على الأطفال عبر الانترنت؟



الهدف



تحديث ذاكرة المشاركين من الجلسة أ و ب، وتذكيرهم بأن العنف الإلكتروني يشمل السلوكيات الضارة اليومية والاستغلال والاعتداء الجنسي الخطير، وفهم كيف يمكن أن يحدث لأي شخص — بما في ذلك الفتيان — وتحدد علامات التحذير المبكر مثل التلاعب أو الاستمالة أو الضغط من أجل المحتوى الجنسي.

ما هو الاستغلال والاعتداء الجنسي على الأطفال عبر الإنترنت؟

يقول الميسر

لقد تعلمت بالفعل أن استغلال الأطفال وإساءة معاملتهم إلكترونياً يحدث عندما يستخدم شخص ما الإنترنت أو التطبيقات أو الهواتف لإيذاء الأطفال دون سن 18 عامًا أو الضغط عليهم أو استغلالهم. في بعض الأحيان نسمي هذا العنف الإلكتروني.

لكن العنف الإلكتروني لا يعني فقط الحالات القصوى أو الأعمال الإجرامية. يمكن أن يشمل أيضًا السلوكيات اليومية التي تسبب الأذى أو الضغط، مثل نشر الشائعات، أو مشاركة الصور الخاصة، أو إهانة شخص ما في دردشة جماعية، أو التظاهر بأنه شخص آخر.

يمكن أن يحدث العنف الإلكتروني بين الغرباء، ولكن أيضًا بين الأشخاص الذين يعرفون بعضهم البعض، مثلًا زملاء الدراسة، وزملاء الفريق، وحتى الأصدقاء. يمكن أن يحدث ذلك من خلال الصور، أو الرسائل، أو مقاطع الفيديو، أو التعليقات.

في هذه الجلسة، سنركز مرة أخرى على الاستغلال والاعتداء الجنسي الإلكتروني على الأطفال. يحدث ذلك عندما يستخدم شخص ما الإنترنت أو التطبيقات أو الهواتف للحصول على صور أو مقاطع فيديو أو سلوكيات جنسية من طفل أو لاستهدافه لأغراض جنسية.

قد يبدو هذا مختلفاً في الحياة الواقعية:

قد يقدم شخص ما هدايا أو أموالاً أو محاولات لمحاولة الحصول على صور خاصة.

قد يتظاهر شخص ما بأنه في عمرك أو يقول "لا تخبر أحداً".

قد يقوم شخص ما بمشاركة صور خاصة أو التهديد بمشاركتها للسيطرة على شخص آخر أو إجراجه.

من المهم معرفة أنه يمكن استهداف الفتيان والفتيات على حد سواء، وفي بعض الأحيان يحاول الأشخاص عبر الإنترنت جعل الفتيان يعتقدون أن الأمر "عادي" أو "ممتع" لكنه في الواقع تحايل أو استمالة.

ملاحظات للميسر

- هذه مفاهيم وكلمات تقنية، لذا حاول أن تجعلها بسيطة قدر الإمكان.

الشريحة 3: لماذا تعتبر السلامة الالكترونية مهمة؟



الهدف

توضح أن هناك فرصاً إيجابية وضغوطاً ضارة سيواجهها الفتيان في الإنترنت، حتى يتمكنوا من التعرف على المخاطر واتخاذ خيارات أكثر أماناً.

إسأل

ما نوع الضغط الذي لاحظت أن الفتيان يواجهونه على الإنترنت؟



ملاحظات للميسر

- تأكد من أن الفتيان لا يشعرون بأنهم معزولون أو يتم إلقاء اللوم عليهم. قم بتأطير الضغوط كشيء يعاني منه العديد من الشباب.
- تشجيع المشاركة المفتوحة. إذا شعرت أن أفراد المجموعة لا يشاركون، أعط مثلاً بنفسك (على سبيل المثال، "يقول بعض الفتيان إنهم يشعرون بالضغط كثيراً لاطلاق الشتائم في الألعاب، حتى لو لم يرغبوا في ذلك").
- كن مستعداً للردود الساخرة أو المضحكة. امدح هذه المواقف، ثم عد بلطف إلى الأمثلة الجادة.
- حافظ على استمرار المناقشة. فليكن هدفك 2-3 رد، ثم اختتم بالتأكيد على أن ملاحظة هذه الضغوط هي الخطوة الأولى لاتخاذ خيارات أكثر أماناً.

يقول الميسر

المساحات الإلكترونية تمنحنا:

- الألعاب
- التعليم
- الإبداع
- الصداقة

لكنها المساحات أيضاً فيها ضغط: التصرف بقوة، أو إثبات أنك "رجل بما فيه الكفاية"، أو القيام بأشياء لا تشعر أنها صحيحة.

إن التعرف على هذه الضغوط يساعدك على اتخاذ خيارات أفضل.

الشريحة رقم 4: يحدث التحايل عندما...



الهدف



مساعدة الفتيان على فهم تكتيكات التحايل والتلاعب الشائعة والتعرف على متى يحاول شخص ما الضغط عليهم أو السيطرة عليهم عبر الإنترنت.



يقول الميسر



لقد تحدثنا عن كيف يشعر الفتيان أحياناً بالضغط في الإنترنت. اما للتأقلم، أو إثبات أنفسهم، أو الظهور بمظهر واثق. يستخدم بعض الأشخاص هذه الضغوط للتلاعب بالفتيان أو السيطرة عليهم للقيام بأشياء لا يريدون القيام بها.

هؤلاء الأشخاص ليسوا أصدقاء، إنهم متلاعبون، وغالبًا ما يستخدمون حيلًا مثل هذه:

• **الضغط تحت عبارة «كن رجلاً»:** قول أشياء مثل "الفتيان الحقيقيون سيرسلون ذلك" أو "لا تخف".

إنهم يحاولون جعلك تثبت نفسك، لكن القوة الحقيقية تعني قول لا.

• **خطوات صغيرة تكبر:** البدء بشيء صغير مثل طلب صورة عادية، ثم طلب المزيد من الصور الخاصة أو الجنسية ببطء.

إنهم يختبرون حدودك لمعرفة إلى أي مدى يمكنهم الذهاب.

• **الهدايا أو المكافآت المزيفة:** تقديم الهدايا، أو نقاط اللعبة المجانية، أو قول "سأجعلك مشهورًا".

إنهم يحاولون جعلك تشعر بأنك مميز حتى تثق بهم.

• **"أخبر أحداً":** يطلب منك إخفاء الأسرار عن عائلتك أو أصدقائك.

إنهم يريدون عزلك حتى يتمكنوا من البقاء مسيطرين.

• **جعلك تشعر بالذنب ويهددونك:** قول "أنت من بدأ ذلك" أو "سأري الجميع إذا لم تفعل ذلك".

إنهم يلومونك أو يخيفونك ليجعلوك تطيع.

إذا تحدث إليك شخص ما بهذه الطريقة، فأنت لست في ورطة، بل هو في ورطة. أفضل ما يمكنك فعله هو التوقف عن الرد و التقاط صور للشاشة و إخبار شخص بالغ أو منظمة موثوقة على الفور.



الهدف



مساعدة الفتيان على إدراك كيف يستخدمون عبارة "كن رجلاً" للضغط والتلاعب بهم أو السيطرة عليهم، وفهم أن القوة الحقيقية تعني ضبط النفس والاحترام، وممارسة مقاومة ضغط الأقران أو الضغط الإلكتروني، وذلك من خلال لعب الأدوار.



بعد ذلك اسأل

- كيف كان شعورك عندما قلت لا؟
- ما الأمر الذي نجح مقاومة الضغط؟
- ما الذي جعل من الصعب تجاهل الضغط؟

اسأل



اثنان من المتطوعين يقومان بلعب الأدوار. يحاول أحد الأشخاص الضغط على الآخر باستخدام لغة "كن رجلاً"، ويقول الشخص الآخر (لا) ويتدرب على الوقوف ثابتاً باحترام. شجع المستجيب على استخدام لغة حازمة ولكن محترمة ("لا، أنا لا أفعل ذلك،" "هذا ليس مناسباً لي").

ملاحظات للميسر



- حافظ على نبرة الصوت هادئة وآمنة، لا صراخ أو عنف.
- أعد صياغة الأمر، لا ترفض الرجولة. أكد على أن كونك رجلاً يمكن أن يعني أن تكون محترماً ومسؤولاً ومتحكماً في اختياراتك. تجنب السخرية من القيم الثقافية للقوة أو الشجاعة. بدلاً من ذلك، قم بإعادة تعريفها بشكل إيجابي: "القوة الحقيقية هي القدرة على الابتعاد عن الأذى، وليس إثبات نفسك من خلال المخاطرة."
- الاعتراف بأن "أن تكون رجلاً" يمكن أن يُستخدم أيضاً كإهانة أو شكل من أشكال التشهير. وضح أن استخدام هذه الكلمات لإهانة شخص ما هو أمر مؤلم وليس علامة على القوة.
- جعل التعرض للاستضعاف يبدو أمراً اعتيادياً. اشرح أن الجميع يشعرون بالضغط في بعض الأحيان، القوة هي معرفة حدودك، وليس إخفاء مشاعرك.

يقول الميسر



في بعض الأحيان يحاول الناس استخدام كلمات مثل "كن رجلاً" أو "الرجال الحقيقيون لا يتراجعون" للضغط على الفتيان للقيام بأشياء لا يريدون القيام بها مثل الشجار، أو إرسال صور خاصة، أو المخاطرة الإلكترونيّة.

يُسمى هذا بالتحابل، عندما يحاول شخص ما السيطرة عليك عن طريق جعلك تشعر بالضعف أو الخوف أو الخجل إذا قلت لا.

في الواقع، القوة الحقيقية تعني التحكم في أفعالك واتخاذ الخيارات الصحيحة والأمانة بالنسبة لك.

أمثلة على التحابل:

"الرجال الحقيقيون لا يقولون لا."

"لا تكن ضعيفاً."

"ما الذي تخاف منه؟"

المزاح أو وصم شخص بالخل لوضعه حدوداً، أو لاحترامه الآخرين.

الأشخاص الذين يستخدمون هذه الكلمات لا يظهرون القوة، إنهم يحاولون سلب قوتك.

الشريحة 6: من الأشياء الصغيرة إلى الكبيرة



الهدف



مساعدة الفتيان على التعرف على كيف يبدأ التلاعب الإلكتروني في كثير من الأحيان صغيراً ويتطور تدريجياً، وفهم أن التفاعلات المبكرة "الودية" يمكن أن تصبح غير آمنة بمرور الوقت، والتدرب على تحديد علامات التحذير المبكر من الاستمالة أو الاستغلال.

المواد المطلوبة



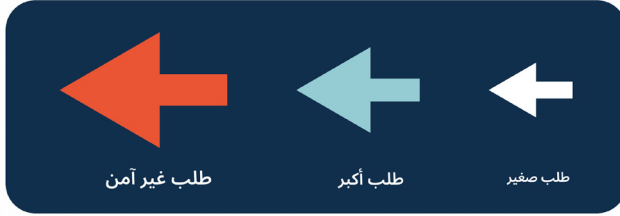
أوراق ملاحظات لاصقة وأقلام لكل مشارك

إسأل



"ما هي الطلبات الصغيرة التي قد تتحول إلى علامات حمراء كبيرة؟" اجمع الإجابات على ورق ملاحظات لاصق واطلب من أحد المشاركين قراءتها.

صغير ثم كبير



ملاحظات للميسر

- تطبيع الوعي. أكد على أنه يمكن استهداف أي شخص، فالأمر لا يتعلق بالسذاجة، وينصب التركيز على تعلم ملاحظة الأنماط مبكراً والتصرف بأمان.
- استخدم أمثلة ذات صلة. تواصل مع التجارب الشائعة مثل محادثات الألعاب أو نكات وسائل التواصل الاجتماعي أو مزاح الرسائل الجماعية. اذكر المنصات التي يستخدمها الشباب في منطقتك فعلياً، على سبيل المثال: تيك توك، واتساب، انستغرام، PUBG.
- تشجيع التأمل، وليس الخوف. حافظ على هدوء النعمة. أنت تقوم بتعليم الوعي والتفكير النقدي، وليس تخويفهم وإبعادهم عن التواجد على الإنترنت.
- اربط الأمر بالسلامة. شدد أن الإجراء المبكر يحميك، إيقاف الاتصال والحظر وحفظ الرسائل وأخبار شخص بالغ أو مؤسسة موثوقة كلها استجابات قوية وذكية.
- إذا وصف أحد المشاركين موقفاً حقيقياً، اشكره على المشاركة وتحدث على انفراد بعد الجلسة باتباع خطوات الحماية.

يقول الميسر

نادراً ما يبدأ الاستغلال أو التحايل الإلكتروني فجأة. يبدأ الأمر غالباً بطرق تبدو غير ضارة، مثل اللعب، أو المزاح، أو مشاركة معلومات بسيطة. مع مرور الوقت، قد يضغط الشخص للحصول على مزيد من التفاصيل الخاصة، أو يتنمر على الآخرين، أو يبدأ محادثات غير لائقة. هذا التراكم البطيء هو ما يجعل الأمر صعباً، يبدو طبيعياً في البداية. ولهذا السبب من المهم ملاحظة العلامات مبكراً.

أمثلة:

- في دردشة الألعاب، يبدأ شخص ما بالقول، "مرحباً أخي، ما اسمك؟" ← ثم يسأل، "أين تعيش؟" ← ثم يقول، "هل يمكنك إرسال صورة لمكانك أو غرفتك؟"
- يبدأ صديق "جديد" في المجموعة بالمزاح حول أجزاء الجسم أو العلاقات ثم يرسل رسائل خاصة حول تلك المواضيع.
- يشارك شخص ما صورة ساخرة عن الفتيات أو الجنس ← ثم يسألك عما ستفعله في هذا الموقف.
- يعرض شخص ما رصيماً مجانياً للعبة أو بيانات ← ثم يقول إنه يتعين عليك "القيام بشيء صغير أولاً".

تبدأ هذه الامور بصورة صغيرة ولكنها تتحرك نحو التحكم أو الضغط أو المحتوى الجنسي، وهذه علامات حمراء تشير إلى أن الشخص ليس موضع ثقة.



الهدف



مساعدة الفتيان على إدراك أن عروض الهدايا أو المكافآت أو السرية هي علامات على التلاعب، وليس الصداقة، وتعزيز أن العلاقات الصحية تقوم على الصدق والاحترام والمساواة، وليس الضغط أو السيطرة.



الميسر يقول



الأصدقاء الحقيقيون لا يحتاجون إلى رشاوى أو أسرار.

قد يقدم المتلاعبون عناصر ألعاب، أو وصولاً خاصاً إلى المجاميع، أو مدحاً مثل "أنت أكثر نضجاً من الرجال الآخرين." وسيطالبون أيضاً بالسرية: "لا تخبر والديك." الصداقات الصحية لا تتطلب السرية. قد تشمل الأمثلة الأخرى ما يلي:

"سأعطيك 1000 قطعة نقدية من اللعبة إذا أرسلت لي تلك الصورة."

«إذا قمت بذلك، سأجعلك مشهوراً في مجموعتنا.»

«فقط الأطفال الرائعون يحصلون على هذه المكافآت.»

ملاحظات للميسر



• اشرح ببساطة:

- الرشاوى = "إذا فعلت هذا، سأعطيك ذلك."
- السرية = "لا تخبر أحداً."
- كلاهما علامات تحذيرية تشير إلى أن شخصاً ما يحاول الاستفادة.
- اشرح أن هذه الحيل شائعة. لكن من الممكن أن يقع فيها بعض الأشخاص الأذكياء. المفتاح هو التعرف على الأنماط في وقت مبكر.
- في السياقات التي يكون فيها الكرم أو تقديم الهدايا أمراً طبيعياً، وضح الفرق: "الهدايا المقدمة لتجعلك تشعر بعدم الأمان أو الضغط أو السرية ليست لطفاً حقيقياً."
- تعزيز حقيقة أن "الرجال الحقيقيين" و "الأصدقاء الحقيقيين" يظهرون الاحترام والانفتاح، وليس السيطرة.
- تشجيع المناقشة: إسأل:
- هل سبق لك أن رأيت شخصاً يقدم مكافآت إلكترونية للحصول على ما يريد؟
- كيف يمكنك التمييز بين الصديق الحقيقي والمتلاعب؟
- اربط الأمر بالتمكين. أكد أن قول لا وأخبار شخص تثق به ليس ضعفاً، بل هو حماية لحقوقك وسلامتك.
- إذا شارك أحد المشاركين مثلاً من الحياة الواقعية، اشكره بهدوء واتبع بروتوكول الحماية على انفراد.

الشريحة 8: يجعلك تشعر بالذنب



الهدف



مساعدة الفتيان على التعرف على الابتزاز العاطفي كشكل من أشكال التلاعب، وفهم أنهم ليسوا مسؤولين أبداً عن مشاعر أو تهديدات شخص آخر، والتدرب على قول لا بطريقة محترمة ولكن واثقة، دون الشعور بالذنب أو الخوف.

إسأل



ما هي الطريقة المحترمة لقول لا دون الشعور بالذنب؟



جعلك تشعر بالذنب

"لست شاباً عصياً"

"الكل يفعل هذا..."

"سأقوم بإيذاء نفسي إذا لم..."

ملاحظات للميسر



- اجعل الأمثلة بسيطة وقابلة للربط (على سبيل المثال، "إذا قال شخص ما، 'كن رجلاً حقيقياً وأرسل لي تلك الصورة، فهذا استخدام للرجولة ضدك')."
- التأكيد على أن التلاعب يمكن أن يبدأ دون إيذاء ("شيء صغير واحد فقط...") ثم يتصاعد.
- **أكد على أن السرية هي علامة حمراء.** إذا طلب منك شخص ما ألا تخبر أحداً، فهذه علامة تحذير.
- **تجنب الشعور بالخجل.** اشرح أن المتلاعبين ماهرون في جعل الأطفال يشعرون بالمسؤولية عندما لا يكون ذلك خطأهم.
- **راقب لغة الجسد:** إذا بدا المشاركون غير مرتاحين، بين بأن هذا قد يكون موضوعاً صعباً وطمئنهم إلى أن التعرف على هذه الحيل يجعلهم أقوى.
- **أنهي القسم بتعزيز التمكين:** "بمجرد أن تعرف هذه الحيل، يصبح من الأسهل اكتشافها، ويمكنك حماية نفسك وأصدقائك."

الميسر يقول



الابتزاز العاطفي ليس مسؤوليتك.

قد يقولون: "اعتقدت أنك رائع،" "الجميع يفعلون هذا،" أو حتى يهددون بإيذاء أنفسهم. قد تشمل الأمثلة الأخرى ما يلي:

«إذا لم تفعل هذا، فلن أكون صديقك بعد الآن.»

«أنت الشخص الوحيد الذي أستطيع أن أتق به بشأن هذا السر.»

«لقد فعل الجميع ذلك مسبقاً. لماذا لا تفعل ذلك؟»

تذكر: أنك لست مسؤولاً عن مشاعرهم.



الهدف



مساعدة الفتيان على التعرف على علامات التحذير المبكرة للتفاعلات الالكترونية غير الآمنة أو الالكترونية التلاعبية، وتشجيعهم على الثقة في غرائزهم عندما يشعرون أن هناك خطأ ما.



يقول الميسر



في بعض الأحيان يعرف جسمك أن هناك خطأ ما قبل أن يعرفه عقلك. إذا كنت تشعر بالتوتر، أو الضغط للحفاظ على الأسرار، أو التوتر بعد اللعب أو الدردشة، فهذه علامات حمراء. هذه هي غريزتك التي تخبرك: هناك شيء ليس على ما يرام. الأصدقاء الحقيقيون لا يجعلونك تشعر بالخوف، أو الذنب، أو أنك مضطر لإخفاء الأشياء. ثق في داخلك. الأصدقاء الحقيقيون يحترمون حدودك.

قد تتضمن الأمثلة على ذلك أيضاً ما يلي:

الشعور بعقدة في معدتك عندما يرسل لك شخص ما رسالة.

القلق من أن شخصاً ما قد يغضب إذا قلت لا.

أن يُطلب منك القيام بأشياء لا تريد أن يراها والديك أو معلموك.

حين تفكر وتقول في نفسك: "لا أريد ذلك، ولكن قد أفقدهم كصديق إذا قلت لا."

ملاحظات للميسر



- **تطبيع الشعور.** اشرح أن كل شخص لديه "إنذار في داخله ونفسه"، مثل مستشعر الأمان مدموج في داخلك.
- **اجعل الأمر خفيفاً ولكن جاداً.** قارن علامات التحذير بـ "تنبيهات اللعبة" أو "إشارات الخطر" التي يعرفها الأطفال بالفعل.
- شجع الأطفال على الاستماع إلى حدسهم والتحدث إلى شخص بالغ موثوق به إذا شعروا بعدم الارتياح.
- **تجنب اللغة التي تلقي باللوم:** أكد على أنه إذا شعروا بعدم الأمان، فهذا خطأ المتلاعب وليس خطأهم.
- **إغلاق القسم من خلال تعزيز التمكين.** "إذا شعرت أن هناك شيئاً غير طبيعي، فلا داعي لانتظار الدليل. ثق بحدسك، واحصل على المساعدة من شخص تثق به."

الشريحة 10: 5 شروط أساسية للموافقة

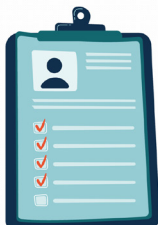


الهدف



تعليم الأطفال أن الموافقة تكون واضحة ومستمرة وتعلق بالاختيار. ساعدهم على فهم الأجزاء الخمسة للموافقة بلغة سهلة: المعطى بحرية، والقابل للاسترجاع، والمستنير، والمتحمس، والمحدد.

الموافقة = متحتم



- م - محددة
- ت - تراجعية (يمكن التراجع عنها)
- ح - حرة (تعطى دون ضغوط)
- ت - تتحمس به
- م - مستنيرة

الميسر يقول



الموافقة ليست معقدة، إنها تتعلق بالاحترام. لكي نعرف ما إذا كانت الموافقة حقيقية، لا نحتاج إلى رمز سري. نحتاج فقط إلى التحقق مما إذا كان قد تم استيفاء خمسة شروط. إذا كان هناك شرط واحد مفقود، فالموافقة ليست موجودة. دعونا نلقي نظرة على هذه الأساسيات الخمسة.

الأساسيات الخمسة:

- **مجاني:** يُمنح دون ضغوط أو تهديدات أو حيل.
- **قابل للانعكاس:** يمكنك أن تقول «لا» في أي وقت، حتى بعد قول «نعم» من قبل.
- **مستنيرة:** كل شخص يعرف بالضبط الذي هو يوافق عليه (لا أكاذيب).
- **متحمس:** يبدو الأمر وكأنه قول كلمة نعم بسعادة، وليس قول «أظن» بتردد.
- **محدد:** قول نعم لشيء واحد لا يعني نعم لكل شيء آخر.

ملاحظات للميسر



- استخدم أمثلة إيجابية وبسيطة يرتبط بها الأطفال (على سبيل المثال، "إذا قلت نعم لمشاركة وجبتك الخفيفة، فهذا لا يعني أنك قلت نعم للتخلي عن غداءك أيضاً").
- التأكيد على أن جميع الأساسيات الخمسة مطلوبة — إذا كان هناك واحد مفقود، فهذه موافقة حقيقية.
- تجنب التشهير؛ حافظ على نبرة التشجيع: "الأصدقاء الحقيقيون والأشخاص الآمنون يتحققون دائماً من الموافقة."
- أكد أن "لا" هو دائماً خيار، ويجب احترام قول "لا" في كل مرة.



الهدف



مساعدة الفتيان على فهم شكل الاحترام في الانترنت وخارجه، وتشجيعهم على التحقق من أفعالهم من خلال وضع أنفسهم في مكان الشخص الآخر.



الإحترام على الإنترنت

- الطلب قبل المشاركة
- إحترام ال (لا)
- لا صور غير مرغوب بها
- لا ضغط

ملاحظات للميسر



- **استخدم أمثلة واقعية مناسبة للأطفال:** "هل يعجبك أن ينشر شخص ما صورتك المضحكة دون أن يسأل؟ ربما لن يعجبك. ولهذا السبب نسأل أولاً."
- **اجعل التحقق يبدو طبيعياً:** اشرح هذا السؤال "هل هذا جيد؟" هي علامة النضج والقوة، وليس الضعف.
- تعزيز أن الاحترام يبني الثقة والصداقات الأقوى.
- إذا ضحك الأطفال أو مزحوا بشأن "محتوى جنسي غير مرغوب فيه"، اعترف بذلك باستخفاف ولكن قم باعادتهم الى الموقف الحقيقي: "حتى لو بدا الأمر مضحكاً، فإنه يمكن أن يؤدي شخصاً ما أو يخرجه حقاً. هذا ليس احتراماً."
- **اختتم بتشجيع التعاطف:** "الاحترام عبر الإنترنت لا يختلف عن الاحترام في الحياة الواقعية. إنها نفس القاعدة: عامل الآخرين بالطريقة التي تريد أن يعاملوك بها."

يقول الميسر



الاحترام يعني معاملة الناس بالطريقة التي تريد أن يعاملوك بها. عبر الإنترنت، هذا يعني التأكد من عدم تجاوز حدود شخص ما.

الاحترام يبدو هكذا:

عدم الضغط على الأصدقاء.

- السؤال قبل مشاركة معلومات أو صور شخص ما.
- عدم إرسال محتوى جنسي أو وقح لم يطلبوه.
- إعطاء مساحة إذا بدا شخص ما غير مرتاح.

قبل أن [أدخل مثالاً]، اسأل نفسك: هل سأكون على ما يرام إذا فعل شخص ما هذا بي؟ إذا كانت الإجابة لا، فهذا ليس احتراماً.

الشريحة 12: ضغط الأقران



الهدف



أظهر للفتيان أن الضغط يمكن أن يتخذ أشكالاً عديدة عبر الإنترنت، بدءاً من التنمر والتحديات وحتى مشاركة النكات المؤذية، وساعدهم على التعرف على الوضع الذي يتم فيه دفعهم للقيام بأشياء لا يريدون القيام بها.



ملاحظات للميسر



- اشرح أن الجميع يواجهون ضغوطاً على الإنترنت في مرحلة ما. إنها ليست نقطة ضعف شخصية.
- اشرح أن الضغط هو علامة حمراء: إذا شعرت أنه "عليك" أن تفعل شيئاً لكي تشعر بالانتماء الى مجموعة ما، فهذا ليس خياراً حقيقياً.
- تجنب تمييز الأطفال عن غيرهم. احتفظ بالأمثلة على أنها أمثلة عامة، ولكن دع المشاركين يشاركون الآخريين الذين لاحظوهم.
- كن مستعداً للضحك على بعض الأمثلة (النكات/التحديات). امدحها بابتسامة، ثم استرجعها وقل: "قد يبدو الأمر مضحكاً، لكنه في الواقع قد يؤذي الناس."
- اختتم بالتأكيد على التمكين: "القوة الحقيقية هي معرفة متى تقول لا للضغوط، حتى لو كان الآخرون يسرون على نفس النهج."

يقول الميسر



يمكن أن تكون المساحات الالكترونية ممتعة، ولكنها تأتي أيضاً مصحوبة بالضغط. قد يحاول الناس دفعك إلى القيام بأشياء فقط من أجل التأقلم أو الظهور بمظهر رائع. يمكن أن يتخذ الضغط أشكالاً عديدة، ومن المهم ملاحظة وقت حدوثه.

أمثلة على الضغط على الإنترنت:

التنمر على الفتيات اللابعات أو السخرية منهن.

إرسال صور أو رسائل جنسية.

التصيد للآخرين للحصول على رد فعل.

مشاركة النكات العنصرية أو الجنسية.

القيام بالتحديات التي تجعلك أو تجعل شخصاً آخر يشعر بعدم الارتياح.



الهدف



منح الفتيان عبارات عملية والثقة لقول لا في المواقف الالكترونية التي تشكل ضغطاً، والسماح لهم بالتدرب على الاستجابة في بيئة آمنة وداعمة.



كيفية المقاومة

"ليس هذا جيداً"

"سأقوم بتسجيل الخروج"

"لنقم بشيء مختلف"

ملاحظات للميسر



- قدم نموذجاً لـ "لا" بنفسك أولاً، حتى يرى الأطفال كيف يبدو الأمر.
- تشجيع نبرة الصوت ولغة الجسد: الهدوء، والحزم، وعدم الاعتذار.
- حافظ على السيناريوهات مناسبة للعمر وليست ثقيلة للغاية؛ ركز على الضغوط اليومية الإلكترونية.
- التأكيد على عدم وجود صياغة "مثالية". أي رفض واضح، أو المغادرة من الموقف هو أمر جيد.
- اثني على الإبداع: قم بتبسيط الضوء على العبارات البسيطة، أو المحترمة، أو المضحكة بطريقة تخفف الضغط.
- **اختتم بالتذكير:** "الهدف ليس إرضاء الجميع عبر الإنترنت. الهدف هو الحفاظ على سلامتك."

يقول الميسر



عندما يضغط عليك شخص ما في الانترنت، لا يتعين عليك الجدل أو شرح نفسك. إن الرد القصير والقوي يكفي. يمكنك أن تقول أشياء مثل: 'هذا ليس رائعاً، دعنا نفعل شيئاً آخر، هذا الامر غريب، أو يمكنك فقط المغادرة. القوة الحقيقية تكمن في الابتعاد عن السلوك السام، وليس الانضمام إليه.

نشاط:



ضع المشاركين في أزواج (كل مجموعة تتألف من شخصين).

- أعط كل زوج سيناريو ضغط قصير (على سبيل المثال، "يتحدك صديقك لإرسال صورة"، أو "يستمر شخص في اللعبة بإلقاء النكات اللئيمة بخصوص لاعب آخر").
- اطلب منهم أن يتوصلوا إلى طريقة واحدة قوية لقول لا ويتدربوا عليها.
- بعد 2-3 دقيقة، قم بدعوة بعض الأزواج لمشاركة أفضل الأمثلة الخاصة بهم مع المجموعة

الشريحة 14: كن حليفاً



الهدف



تشجيع الفتيان على رؤية التحالف كشكل من أشكال القوة الحقيقية وممارسة الطرق التي يمكنهم من خلالها دعم الآخرين بنشاط عبر الإنترنت من خلال التحدث والإبلاغ عن الأذى وخلق مساحات إيجابية.

إسأل



ما هي إحدى الطرق التي يمكنك من خلالها جعل مساحة الألعاب أو التواصل الاجتماعي الخاصة بك أكثر إيجابية هذا الأسبوع؟



ملاحظات للميسر



- **التأكيد على أن التحالف نشط** — لا يكفي مجرد عدم التنمر؛ كونك حليفاً يعني اختيار المساعدة.
- **تطبيع الخطوات الصغيرة:** حتى إرسال رسالة داعمة مثل "لا تقلق، أنت رائع في هذه اللعبة" يعد تحالفاً.
- **تشجيع تأثير الأقران:** اشرح أنه عندما يقف شخص ما ضد أمر معين، فإن الآخرين غالباً ما يتبعونه.
- إذا بدأ الأطفال مترددين في "التحدث" عن التنمر، فقم بتسليط الضوء على خيارات أكثر أماناً مثل الإبلاغ عبر المنصة أو التواصل بشكل خاص مع صديق تم استهدافه.
- **وقت المشاهدة:** دع 3-4 مشاركين يشاركون الأمثلة، ثم يلخصونها من خلال التعزيز: "القوة الحقيقية هي جعل المساحات الإلكترونية آمنة وممتعة للجميع."

يقول الميسر



القوة الحقيقية لا تتعلق بإحباط الآخرين، بل تتعلق بحمايتهم. أن تكون حليفاً يعني الوقوف عندما ترى شخصاً يُعامل بشكل غير عادل. قد يعني ذلك فضح التنمر، أو الإبلاغ عن التحرش، أو دعم اللاعبين المستهدفين، أو استخدام صوتك لجعل مساحتك الإلكترونية ترحيبية للجميع. كل عمل صغير يحدث فرقاً.

الشريحة 15: الحصول على المساعدة = القوة



الهدف



تحد الخرافة القائلة بأن طلب المساعدة هو ضعف، وإظهار للفتيان أن القوة الحقيقية تعني التواصل مع الأشخاص أو الخدمات الموثوقة عندما يشعرون بعدم الأمان في الإنترنت.

يسأل الميسر



من الذي ستتواصل معه إذا شعرت بعدم الأمان على الإنترنت؟

صفحة من الإنترنت

الهدف

الحصول على المساعدة = القوة

"الرجال الحقيقيون يطلبون المساعدة"

- شخص بالغ محل ثقة
- خط مساعدة الأطفال رقم (١١٦) الذي يعمل على مدار الساعة
- الأصدقاء
- الخدمات الطارئة عند الشعور بالخطر
- مديرية مناهضة العنف ضد المرأة والعائلة - دعم سري

إذا شعرت بالخطر في المنزل -> إبحث عن المساعدة خارج المنزل

ملاحظات للميسر



- قد يتردد الأطفال أو يصمتون عندما يُطلب منهم تحديد هوية "شخص موثوق به" خارج الأسرة بسبب الخوف من عقاب الوالدين إذا أُبلغوا عن مشكلة.
- قبل تقديم الجلسة، حدد الأطراف الموثوقة واستشرها مثل قادة المجتمع أو كبار السن المحترمين أو المدافعين عن الشباب المحليين للحصول على فهم واضح لديناميات المجتمع المحلي ومعاييرته وحساسياته المحتملة. يضمن هذا الإعداد أن يكون تيسيرك حساساً ثقافياً ويسمح لك بالتنقل في المناقشات بأمان دون تعريض الأطفال للخطر أو التعارض مع القيم المحلية.
- إذا كان الأطفال هادئين أو حذوليين بشأن تحديد الأشخاص البالغين الموثوق بهم أثناء الجلسة، فيمكنك استخدام الأفكار المكتسبة من قادة المجتمع هؤلاء لاقتراح أمثلة محلية آمنة (مركز شباب أو معلم لطيف معروف) للمساعدة في كسر الجمود.

يقول الميسر



في بعض الأحيان يقول الناس أن الرجال والفتيان يجب أن يتعاملوا مع المشاكل بأنفسهم؛ هذه خرافة. طلب المساعدة ليس ضعفاً، بل هو تصرف ذكي. القوة الحقيقية تكمن في معرفة متى تحتاج إلى الدعم والتواصل. هناك دائماً أشخاص يمكنهم المساعدة، اشخاص بالغون موثوق بهم، أو مرشدون مدرسيون، أو خطوط مساعدة، أو أصدقاء داعمون.

عندما تتجاوز المواقف التحرش وتصبح حالات طوارئ حقيقية، مثل إذا هدد شخص ما بالعنف، أو قال إنه سينشر صورك الخاصة، أو إذا شعرت بعدم الأمان في المنزل، فمن الشجاعة طلب المساعدة.

إذا كنت في خطر مباشر، فاتصل بخدمات الطوارئ أو 116. وهو خط مساعدة يعمل على مدار 24 ساعة. لا تنتظر. تصرف بسرعة.

الشريحة 16: الأشخاص الموثوق بهم



الهدف



تمكين الأطفال والآباء من خلال تحديد دور «الشخص البالغ الموثوق به» بشكل واضح في سياق السلامة الالكترونية. يهدف هذا القسم إلى مساعدة الأطفال على تحديد الأفراد الذين يمكنهم اللجوء إليهم للحصول على الدعم دون خوف من اللوم، مع تعزيز الرسالة المهمة التي مفادها أن طلب المساعدة هو علامة على القوة، ومن خلال الأنشطة التفاعلية، يشجع الأطفال على تصور شبكة الدعم الخاصة بهم وممارسة التمييز بين الاستجابات الآمنة والداعمة وردود الفعل الضارة من البالغين.



المواد المطلوبة



ورق رسم واقلام جاف

يقول الميسر



الشخص الموثوق به هو شخص بالغ داعم، كأن يكون أحد الوالدين أو المعلم أو مقدم الرعاية أو المستشار الذي يستمع دون إصدار أحكام من عنده، ويتصرف بما يحقق مصلحة الطفل الكبرى، ويهتم بسلامة الطفل، ويساعده عندما يشعر بشيء خاطئ أو غير آمن. ويتضمن ذلك المواقف التي تحدث له في الإنترنت.

الشخص الموثوق به هو الشخص الذي يمكن للطفل أن يلجأ إليه إذا شعر بالخوف أو الارتباك أو عدم الأمان، خاصة عندما يحدث شيء ما على الإنترنت.

الشخص الموثوق به:

- يستمع بهدوء دون إلقاء اللوم أو العقاب
- يصدق الطفل ويأخذ مخاوفه على محمل الجد
- يساعد الطفل على إيجاد الحلول والدعم
- يحمي مصالح الطفل العليا في جميع الأوقات
- هو شخص ثابت ومهتم وصادق

في بعض الأحيان قد يلتقي الأطفال بأشخاص عبر الإنترنت أو يشاهدون أشياء تجعلهم يشعرون بعدم الارتياح أو القلق. من المهم أن تعرف أنك لست وحدك أبداً، وأن هناك اشخاصاً بالغين يمكنك الوثوق بهم لمساعدتك.

نشاط:



دائرتي من الأشخاص الموثوق بهم (اختياري)

ارسم الدائرة

اطلب من الأطفال رسم دائرة كبيرة وكتابة "انا" في المنتصف.

الأشخاص الموثوق بهم من حولي

اشرح: من حولك، هناك أشخاص يمكنهم مساعدتك ودعمك عندما تشعر بعدم الأمان أو القلق.

اطلب من الأطفال رسم أو كتابة أسماء الأشخاص الذين يثقون بهم حول الدائرة. وقد يشمل هؤلاء:

- الوالد أو مقدم الرعاية
- معلم
- مرشد المدرسة
- احد الاقارب
- زعيم في المجتمع

إسأل: مع من يمكنني التحدث عن المشاكل الإلكترونية؟

- إذا حدث شيء عبر الإنترنت يجعلك غير مرتاح، فمن ستتحدث معه أولاً؟
- من آخر يمكنه مساعدتك إذا لم يكن الشخص الأول متاحاً؟

قم بدعوة المتطوعين للمشاركة (إذا كان ذلك آمناً ومناسباً). عزز حقيقة أن الأطفال المختلفين قد يختارون أشخاصاً مختلفين موثوق بهم، وهذا أمر جيد.

الرسالة الرئيسية: الأشخاص الموثوق بهم مهمون لأنهم يساعدون في الحفاظ على سلامتك. إذا حدث شيء إذا كنت متصلاً بالإنترنت أو غير متصل بالإنترنت يجعلك تشعر بعدم الأمان أو الارتباك أو الخوف، فيجب عليك دائماً إخبار شخص بالغ موثوق به. أنت لست وحدك أبداً، وطلب المساعدة هو علامة على القوة.

ملاحظات للميسر

- اجعل طلب المساعدة خارج الأسرة يبدو انه طبيعي. التأكيد على أن هذا أمر ذكي وليس مخزياً.
- حافظ على الأمثلة بسيطة وقابلة للربط (المعلم، المدرب، المستشار).
- طمأن المشاركين بأن المهنيين والمنظمات موجودة لحمايتهم، وليس للحكم عليهم.
- **شدد على العبارة:** "أنت تستحق الدعم. أنت لست وحدك في هذا أبداً."
- كن مستعداً. أحضر بطاقات الإحالة أو المعلومات الخاصة بك، بالإضافة إلى المعلومات الخاصة بالمنظمات غير الحكومية الأخرى التي تقدم خدمات الإحالة في المنطقة الجغرافية ذات الصلة.
- **الشخص الموثوق به** هو شخص بالغ داعم، مثل أحد الوالدين أو المعلم أو مقدم الرعاية أو المستشار الذي يستمع دون إصدار أحكام، ويتصرف بما يحقق مصلحة الطفل العليا، ويهتم بسلامة الطفل، ويساعده عندما يشعر أن هناك خطأ ما أو غير آمن. ويتضمن ذلك الحالات الالكترونية.
- **الشخص الموثوق به** هو الشخص الذي يعكن للطفل أن يلجأ إليه إذا شعر بالخوف أو الارتباك أو عدم الأمان، خاصة عندما يحدث شيء ما على الإنترنت.

الشخص الموثوق به:

- يستمع بهدوء دون إلقاء اللوم أو العقاب
- يصدق الطفل ويأخذ مخاوفه على محمل الجد
- يساعد الطفل على إيجاد الحلول والدعم
- يحمي مصالح الطفل العليا في جميع الأوقات
- هو شخص ثابت ومهتم وصادق

قبل النشاط ابدأ محادثة بسيطة ومفتوحة:

في بعض الأحيان قد يلتقي الأطفال بأشخاص عبر الإنترنت أو يرون أشياء تجعلهم يشعرون بعدم الارتياح أو القلق. من المهم أن تعرف أنك لست وحدك أبداً، وأن هناك بالغين يمكنك الوثوق بهم لمساعدتك.

ثم قم بتوجيه مقدمي الرعاية (إذا كانوا موجودين) بالرسائل الرئيسية:

- تحدث مع طفلك بانتظام عن تجاربه الالكترونية
- اطرح أسئلة مفتوحة مثل: مع من تتحدث عبر الإنترنت؟ أو هل هناك أي شيء عبر الإنترنت يقلقك؟
- ابق هادئاً واستمع وتجنب اللوم أو العار
- ذكّر الأطفال بأن الأفعال الالكترونية يمكن أن تؤثر على الآخرين والعكس صحيح
- شجع الأطفال على طلب المساعدة دائماً إذا شعروا أن هناك خطأ ما

نشاط: سيناريوهات (اختياري)

الآن سوف نقرأ عن مواقف مختلفة. بعد كل واحدة منها، ستقرر: هل هذه استجابة موثوقة أم ليست استجابة آمنة من شخص بالغ؟

1. طفل يخبر معلمه أنه تلقى رسالة الكترونية مخفية، يستمع المعلم بهدوء ويساعده في العثور على الدعم.
2. إفصح طفل أن شخصاً ما عبر الإنترنت طلب صوراً شخصية. يقول رجل بالغ: هذا خطأك، لا تخبر أحداً.
3. يخبر طفل مقدم الرعاية أنه يشعر بعدم الارتياح تجاه صديق عبر الإنترنت. يشكره مقدم الرعاية على المشاركة ويقدم المساعدة.
4. يقول طفل أن شيئاً ما عبر الإنترنت جعله خائفاً. يتجاهله الشخص البالغ ويقول إنه يببالغ في رد فعله.
5. يشرح المعلم كيفية البقاء آمناً عبر الإنترنت ويذكر الطفل بأنه يمكنه دائماً التحدث إذا شعر أن هناك خطأ ما.

قرار المجموعة

بعد كل سيناريو، اطلب من الأطفال التحرك إلى الجانب الذي يعتقدون أنه صحيح (أو رفع أيديهم إذا كان افتراضياً).

توضيح الميسر

بعد كل رد، اشرح بإيجاز:

- لماذا هو موثوق به أو غير موثوق به
- ما الذي يجب على الشخص البالغ الآمن فعله بدلاً من ذلك
- تعزيز أن البالغين الآمين يستمعون ويؤمنون ويدعمون وليس إلقاء اللوم أو التجاهل

قل: الشخص الموثوق به يستمع إليك دائماً، ويصدقك، ويساعدك على البقاء آمناً. إذا قام شخص ببرد فعل ضار أو رافض، فمن المهم العثور على شخص بالغ آخر موثوق به الى ان تحصل على المساعدة.

النشاط 1: دائرتي من الأشخاص الموثوق بهم

ارسم الدائرة

اطلب من الأطفال رسم دائرة كبيرة وكتابة "انا" في المنتصف.

الأشخاص الموثوق بهم من حولي

اشرح: من حولك، هناك أشخاص يمكنهم مساعدتك ودعمك عندما تشعر بعدم الأمان أو القلق.

- اطلب من الأطفال رسم أو كتابة أسماء الأشخاص الذين يثقون بهم حول الدائرة. وقد تشمل هذه:
- الوالد أو مقدم الرعاية
- معلم
- مرشد المدرسة
- احد الاقارب
- قائد في المجتمع

من يمكنني التحدث معه بشأن المشاكل على الإنترنت؟

اسأل على وجه التحديد:

- إذا حدث شيء في الإنترنت يجعلك غير مرتاح، فمن ستحدث معه أولاً؟
 - من هو الشخص الآخر الذي يمكنه مساعدتك إذا لم يكن الشخص الأول متاحاً؟
- قم بدعوة المتطوعين للمشاركة (إذا كان ذلك آمناً ومناسباً). عزز حقيقة أن الأطفال المختلفين قد يختارون أشخاصاً مختلفين موثوق بهم، وهذا أمر جيد.

الرسالة الرئيسية: الأشخاص الموثوق بهم مهمون لأنهم يساعدون في الحفاظ على سلامتك. إذا حدث شيء ما سواء كنت متصلاً بالإنترنت أو غير متصل يجعلك تشعر بعدم الأمان أو الارتباك أو الخوف، فيجب عليك دائماً إخبار شخص بالغ موثوق به. أنت لست وحدك أبداً، وطلب المساعدة هو علامة على القوة.

النشاط 2:

بطاقات السيناريو (أو يقرأ الميسر بصوت عالٍ في حالة عدم وجود مواد)

وضع النشاط

قل: الآن سنقرأ عن مواقف مختلفة. بعد كل واحدة منها، ستقرر: هل هذه استجابة موثوقة أم ليست استجابة آمنة من شخص بالغ؟

- طفل يخبر معلمه أنه تلقى رسالة مخيفة عبر الإنترنت. يستمع المعلم بهدوء ويساعده في العثور على الدعم.
- يشارك طفل أن شخصاً ما عبر الإنترنت طلب صوراً شخصية. يقول الكبار: هذا خطؤك، لا تخبر أحداً.
- يخبر طفل مقدم الرعاية أنه يشعر بعدم الارتياح تجاه صديق عبر الإنترنت. يشكره مقدم الرعاية على المشاركة ويقدم المساعدة.
- يقول طفل أن شيئاً ما عبر الإنترنت جعله خائفاً. يتجاهله الشخص البالغ ويقول إنه يبالغ في رد فعلهم.
- يشرح المعلم كيفية البقاء آمنًا عبر الإنترنت ويذكر الطفل بأنه يمكنه دائماً التحدث إذا شعر أن هناك خطأ ما.

قرار المجموعة

بعد كل سيناريو، اطلب من الأطفال التحرك إلى الجانب الذي يعتقدون أنه صحيح (أو رفع أيديهم إذا كان افتراضياً).

- توضيح الميسر
- بعد كل رد، اشرح بإيجاز:
- لماذا هو موثوق به أو غير موثوق به
- ما الذي يجب على الشخص البالغ الآمن فعله بدلاً من ذلك
- تعزيز أن البالغين الآمنين يستمعون ويؤمنون ويدعمون وليس إلقاء اللوم أو التجاهل

الرسالة الرئيسية: الشخص الموثوق به يستمع إليك دائماً، ويصدقك، ويساعدك على البقاء آمناً. إذا أظهر شخص ما رد فعل صار أو رافض، فمن المهم العثور على شخص بالغ آخر موثوق به حتى تحصل على المساعدة.



الهدف



توجيه الفتيان للتفكير فيما تعلموه وإنشاء خطة عمل شخصية لسلوك أكثر أماناً واحتراماً عبر الإنترنت. تشجيع الملكية والوعي الذاتي والخطوات الملموسة لحماية الذات ودعم الآخرين.

المواد المطلوبة



نشرة الطفل رقم 5: خطة خطة العمل الخاص بي موجودة في القسم هـ.

تذكير: النشرات هي اختيارية. بالنسبة للناس ذوي المعرفة القليلة بالقراءة والكتابة، يرجى إعطاء الأولوية للإيصال اللفظي والوسائل البصرية، وتكييف المواد الخاصة بك وفقاً لذلك.



ملاحظات للميسر



- **ضبط النغمة:** قم بتأطير النشاط على أنه نشاط تمكيني، وليس مثل الاختبار المدرسي. التأكيد على الخصوصية، لا يتعين على المشاركين مشاركة أي شيء لا يريدونه.
- **أعط أمثلة:** قدم 1-2 عينة من الاستجابات (على سبيل المثال، "يمكن أن تكون القيمة هي اللطف" أو "سلوك لن أشارك فيه: السخرية من اللاعبين الآخرين"). يساعد هذا الأطفال على البدء دون الحاجة إلى النسخ.
- **تشجيع الصدق:** ذكّر المشاركين بأن الخطة خاصة بهم وحدهم. بإمكانهم الاحتفاظ بها خاصة أو مشاركة أجزاء منها إذا أرادوا ذلك.
- **دعم التأمل:** قم بالتجول في الغرفة بهدوء أثناء الكتابة. إذا واجه شخص ما مشكلة، أسأله أسئلة لطيفة مثل، "ما هو الشيء الوحيد عبر الإنترنت الذي لا ترغب في القيام به أبداً؟"
- **اختتم بشكل إيجابي:** بعد الانتهاء، اطلب من عدد قليل من المتطوعين مشاركة فكرة واحدة من خططهم (على سبيل المثال، عمل حليف أو شخص داعم). اختتم بالتعزيز: "كل واحد منكم لديه القدرة على جعل المساحات الإلكترونية أكثر أماناً واحتراماً. خطة العمل الخاصة بك هي الخطوة الأولى."

يقول الميسر



لقد تحدثنا عن الضغوط والاحترام والتحالف وطلب المساعدة. والآن حان دورك لتجميع كل ذلك معاً في خطة العمل الخاصة بك. هذا بمثابة خريطة طريق لكيفية التصرف في الإنترنت — بناءً على قيمك وحدودك والدعم الذي تعرف أنه يمكنك الاعتماد عليه.

خذ بضع دقائق لملء هذا بصراحة. لا توجد إجابات صحيحة أو خاطئة. هذا من أجلك — لمساعدتك على التفكير في كيفية التعامل مع المواقف الصعبة وكيف يمكنك جعل مساحاتك الإلكترونية أكثر إيجابية.

تذكر: أن تكون قوياً عبر الإنترنت لا يعني إثبات قوتك. القوة الحقيقية تعني حماية نفسك والآخرين، واحترام الحدود، ومعرفة متى تطلب المساعدة.

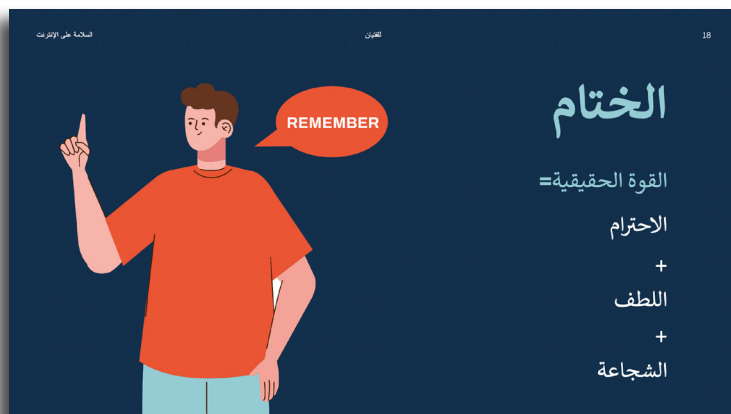
الشريحة 18: اختتام



الهدف



إنهاء الجلسة بتعزيز الدروس الرئيسية: الاحترام، والحدود، والتحالف، وطلب المساعدة. اترك المشاركين مشجعاً إياهم بأن لديهم القدرة على جعل المساحات الالكترونية أكثر أماناً لأنفسهم وللآخرين.



ملاحظات للميسر



- انتهى بالتشجيع وليس بالخوف، ركز على الأطفال' والقوة والاختيارات.
- قم بدعوة 1-2 متطوع لأن يتحدثوا عن درس معين استفادوا منه إذا سمح الوقت بذلك.
- ذكّر المشاركين بأن الأشخاص البالغين والمستشارين وخطوط المساعدة الموثوقة متاحة دائماً.
- **حافظ على نبرة الأمل:** "أنت لست وحدك على الإنترنت — وأنت أقوى مما تعتقد."

يقول الميسر



تحدثنا اليوم عن كيفية اكتشاف الضغط، ووضع الحدود، وقول لا، والدفاع عن الآخرين. لقد تعلمنا أن القوة الحقيقية لا تتعلق بإثبات نفسك عبر الإنترنت، بل تتعلق بحماية نفسك وبناء مساحات إيجابية للجميع.

تذكر خطة العمل الخاصة بك. احتفظ بها في مكان آمن وانظر إليها عندما تحتاج إلى تذكير بقيمك وشبكة الدعم الخاصة بك وخطواتك التالية.

يتمتع كل منكم بالقدرة على إحداث فرق عبر الإنترنت، وذلك من خلال احترام الآخرين، وقول لا للسلوك الضار، وأن تكون طيفاً، وطلب المساعدة عندما تحتاج إليها. هكذا تبدو القوة الحقيقية.

أشكركم على صدقكم ومشاركتكم اليوم. أتمنى أن تغادروا وأنتم تشعرتم بمزيد من الثقة والاستعداد لتشكيل مساحاتكم الالكترونية إلى مساحات إيجابية.

القسم ه

المراجع

نشرة مطبوعة للأطفال رقم 1: طيف العنف عبر الإنترنت، البطاقات

| | | |
|--|---|--|
|  <p>آمن</p> <p>تشعر بالراحة وبأنك متحكم في الموقف.</p> <p>مثال:</p> <p>أنت تعرف الشخص، والتعامل بينكما يسوده الاحترام.</p> |  <p>غير مرتاح</p> <p>تشعر بأن هناك شيئاً ما ليس على ما يرام.</p> <p>مثال:</p> <p>لست متأكد أن كان الموقف مقبولاً أم لا، أو أنك لا تحب هذا التعامل أو تشعر بالضغط.</p> |  <p>غير آمن</p> <p>تشعر بالخوف، أو بالآذى، أو بالتهديد.</p> <p>مثال:</p> <p>يطلب منك شخص ما أموراً خاصة أو يحاول السيطرة عليك.</p> |
|  <p>آمن</p> <p>تشعر بالراحة وبأنك متحكم في الموقف.</p> <p>مثال:</p> <p>أنت تعرف الشخص، والتعامل بينكما يسوده الاحترام.</p> |  <p>غير مرتاح</p> <p>تشعر بأن هناك شيئاً ما ليس على ما يرام.</p> <p>مثال:</p> <p>لست متأكد أن كان الموقف مقبولاً أم لا، أو أنك لا تحب هذا التعامل أو تشعر بالضغط.</p> |  <p>غير آمن</p> <p>تشعر بالخوف، أو بالآذى، أو بالتهديد.</p> <p>مثال:</p> <p>يطلب منك شخص ما أموراً خاصة أو يحاول السيطرة عليك.</p> |



النشرة المطبوعة رقم 2 للأطفال: دليل الرقاهية الرقمية الخاص بك

نشرة الطفل رقم 2: شجرة قرار إبداء الموافقة

شجرة قرار إبداء الموافقة

البداية

هل تريد ذلك؟

لا ← هذا موافقة، توقف، ليس

نعم ↓

هل أفهم؟

لا ← قف، اسأل بالغاً محل ثقة

نعم ↓

هل أستطيع الرضا؟

لا ← قف، الضغط = عدم الموافقة

نعم ↓

هل هو آمن؟

لا ← توقف، يمكن أن يمرضك للحظ،

نعم ↓

يمكنك الاختيار، الموافقة الحقيقية هي حرة وأمنة ومستمرة.

دليلك للرقاهية الرقمية

يمكنك "اختراق" عالمك لتسهيل تركيز عمك واستراتيجته.

إن معرفة كيفية الحفاظ على سلامتك على الإنترنت أمر مهم. لكن بناء عادات صحية هو السبيل الأمثل لإنعاش المهنة عندما تتعاون أنت ووالدك. يمكنك جعل العالم الرقمي مكاناً ممتعاً وآمناً وهيناً دون الشعور بالرهق أو التعب.

لماذا هذا مهم؟

عندما نتحكم في وقت استخدامك للشاشة، نتحكم على المزيد من الطاقة، ونوم أفضل، والمزيد من الوقت للأشياء التي تحب القيام بها بالشمس - مثل قضاء الوقت مع الأصدقاء، أو ممارسة الرياضة، أو إتقان هواية جديدة.

اخترق بينك

يمكنك "اختراق" عالمك لتسهيل تركيز عمك واستراتيجته.

الاستراتيجية الأولى: موقف (كراج) الأجهزة

سواءً كنت تدرّس في المدرسة أو عملاً، معرفة كيفية إدارة وقتك بشكل جيد "تأثير" أجهزةك ليلاً.

الهدف: إيجاد العتاف من تجربة نوم يساعد عمك على الاسترخاء، تنظيم وقتك وأنت تشعر بالراحة والنشاط والاستعداد لليوم.

الاستراتيجية الثانية: استخدم اللون الرمادي للتركيز

أضبط التطبيقات بألوان زاهية وحددة لخداع عمك وجعله يهني لفترة أطول. بتحويل هاتفك إلى وضع التدرج الرمادي، تستعيد زمام الأمور.

الهدف: يصبح تطبيقك تذكيراً وإستمراراً أقل "إدماناً" بكثير، مما يجعل من السهل جداً وضع العتاف جانباً عند الانتهاء.



نشرة الطفل رقم 5:
خطة خطة العمل الخاص بي



خطة العمل الخاص بي

القيم والحدود الشخصية

القيم الأساسية الخاصة بي التي توجّه سلوكي على الإنترنت:

السلوك الذي لن أخطر فيه على الإنترنت:

كيف أجاوب عندما يُضغَط عليّ للقيام بأشياء غير لائقة:

شبكة الدعم الخاص بي:

البالغون محلّ الثقة الذين أستطيع التحدث معهم بشأن مخاوف الإنترنت:



نشرة الطفل رقم 4:
خطة السلامة الخاصة بي على الإنترنت



خطة السلامة الخاصة بي على الإنترنت

هذه خطتك الشخصية للحفاظ على سلامتك على الإنترنت. يمكنك استخدامه لوضع الحدود وتذكّر شبكات الدعم الخاصة بك ومعرفة ما الذي يجب القيام به إذا ساء أمرٌ ما. احفظ الخطة هذه في مكان آمن وجدد المعلومات بشكل منتظم.

البالغون محلّ الثقة

الاتصال الرئيسي:

الاتصال الثانوي:

الاتصال الطارئ:

إعدادات الخصوصية والسلامة

جدول المراجعة الخاص بي (التاريخ الشهري):

المنصات الواجبة مراجعتها:



