



JUGEND UND MEDIEN

NATIONALES PROGRAMM
ZUR FÖRDERUNG VON
MEDIENKOMPETENZEN

الناشئة ووسائل الإعلام
البرنامج الوطني لتنفيذ
الكفاءات الإعلامية

الناشئة ووسائل
الإعلام
البرنامج
الوطني لتنفيذ
الكفاءات الإعلامية

النصائح المهمة للتعامل الآمن مع وسائل
الإعلام الرقمي

حماية الأطفال تعني أيضاً مراقبتهم في العالم الرقمي

**ينبغي على الأطفال تعلم كيفية التعامل
بحذر مع وسائل الإعلام الرقمي**

من المؤكد أنه ليس من الممكن أو من المفيد منع الأطفال عن عمل الأشياء. لقد أصبحت وسائل الإعلام الجديد عادية في المدرسة أو مكان العمل، وهي تساعد في حل الوظائف والواجبات كما تقدم مختلف الفرص التنموية والتعليمية. ولذلك يكون من المهم للناشئة تعلم التعامل بحذر مع المحتوى بحيث يتعرفون على الأخطاء المحتملة وكيفية الحماية منها. يتولى الوالدان والمعلمون مسؤولية كبيرة في رصد المحتوى الموثوق ويكونون متحاورين موثوقين مع الناشئة وأشخاص معنيين مباشرة بالموضوع.

**يحتاج الأطفال يومياً إلى مصاحبة
البالغين في وسائل الإعلام**

نريد تشجيع الوالدين والمربين في تفعيل متابعة التعامل اليومي للأطفال والناشئة مع وسائل الإعلام الرقمي. تقدم هذه النشرة نصائح مهمة تجب مراعاتها في التربية اليومية.

**وسائل الإعلام الرقمي هي جزء من حياتنا
اليومية**

ينشأ الأطفال والناشئة في عالم وسائل الإعلام المتنوعة. وهم يلعبون في أوقات فراغهم بألعاب الحاسوب، ويستعلمون ويتواصلون بوساطة الإنترنت ويتصلون مع أصدقائهم بوساطة الهاتف النقال. يمتلك 95 في المئة من الفئة العمرية 12-19 سنة هواتف ذكية تتوفر فيها الإنترنت. كما يتواصل الأطفال قبل دخولهم للمدرسة مع وسائل الإعلام الرقمي.

**لا تقدم وسائل الإعلام الرقمي الفرص
فحسب بل تتضمن المخاطر أيضاً**

كما هي حال الحياة دائماً، حيثما تكمن الفرص تقع المخاطر. يمكن أن تسبب الإنترنت الإدمان، ويمكن أن يتعرض الناشئة فيها للتهديد في الشبكات الاجتماعية، وتمكن إساءة استخدام بيناتهم الشخصية، كما يمكن أن يفغوا ضحية للاعتداء الجنسي. "كيف أستطيع حماية طفلي من هذه الأخطار؟ كم هو الوقت المعقول والسن المعقول لمتابعة وسائل الإعلام الرقمي؟" هذه هي الأسئلة الصحيحة التي يجب أن يطرحها الوالدان والمربون.

القوانين الذهبية

المرافقة أفضل من المنع

يحتاج الأطفال لتوجيه الوالدين ومتابعتهم في تعاملهم مع العالم الرقمي. تحدث مع طفلك عن تجاربه مع وسائل الإعلام الرقمي.

يحتاج الأطفال إلى نموذج لوسائل إعلام كفوّة

المربون هم قدوة الأطفال والناسئة في التعامل مع وسائل الإعلام. وبالتالي راجع تعاملك المعتاد مع وسائل الإعلام.

قاعدة 3-6-9-12

التلفزيون بعد عمر 3 سنوات، الألعاب الإلكترونية منفردًا بعد عمر 6 سنوات، الإنترنت بعد عمر 9 سنوات، الشبكات الاجتماعية بعد عمر 12 سنة.

تصنيف الفئات العمرية

للأفلام (svv-video.ch) ولألعاب الحاسوب (pegi.ch).

تحديد أوقات البقاء أمام الشاشة

حدد مع طفلك مقدار الوقت المسموح له قضاؤه في اليوم أو في الأسبوع أمام الشاشة. ضع له حدودًا واضحة وانتبه للالتزامه بذلك.

التوازن بين قضاء أوقات الفراغ مع الوسائط المتعددة ومع غيرها

اهتم بعمل أنشطة ترفيهية لطفلك بدون وسائل الإعلام الرقمي.

التلفاز والحاسوب ولعبة وحدة التحكم لا تشكل جانبًا من غرفة الطفل

ضع هذه الأجهزة في غرفة مشتركة مع الآخرين. انتبه إلى استخدام الهواتف الذكية والأجهزة اللوحية.

اعرف بالضبط من يدرش مع طفلك في الحاسوب

تعرف الأطفال عبر الإنترنت يجب أن يكون بمرافقة من الراشدين مع تحديد أماكن عامة للقاء.

انتبه على البيانات الخاصة في شبكة الإنترنت

أخبر طفلك أنه من غير المسموح له إعطاء أي بيانات شخصية مثل الاسم والعنوان والعمر ورقم الهاتف في شبكة الإنترنت إلا بعد أخذ إذنك مسبقًا.

مناقشات منفتحة أفضل من برامج التحكم والحجب

تكلم مع طفلك عند العمر المناسب عن الجنس والعنف. برامج التحكم والحجب مفيدة ولكنها لا تؤمن حماية كاملة.

هذه القواعد موجهة لوالدي الأطفال من الفئة العمرية 0-13 سنة. وبعضها أيضًا مهم جدًا لمربي الأطفال والناسئة.

المزيد من المعلومات

الناشئة ووسائل الإعلام (Jugend und Medien)

هو البرنامج الوطني لنشر الاستخدام التربوي لوسائل الإعلام. ويهدف إلى إتاحة الاستخدام الآمن والمسؤول لوسائل الإعلام الرقمي وكيفية استخدام الأطفال والناشئة لها. يقدم الوالدان والمربون والمختصون هذا البرنامج التوعوي لدعم ونصح ومتابعة الأطفال والناشئة.

يدعم المكتب الاتحادي للضمان الاجتماعي هذا البرنامج بالنيابة عن المجلس الاتحادي بالتعاون مع الجمعية Entertainment Swiss Interactive Association وشركة Swisscom AG ومؤسسة .Jacobs Foundation

• على الإنترنت : www.jugendundmedien.ch

• معلومات ومشورة بالقرب منك
www.jugendundmedien.ch/beratung-und-angebote

• نشرات "نصائح لاستخدام الآمن في وسائل الإعلام الرقمي":

تجدونها على شكل وثيقة بصيغة البي دي إف في الموقع www.jugendundmedien.ch أو نشرات مجانية يمكن الحصول لدى طلبها من البريد الإلكتروني verkauf.zivil@bbl.admin.ch (رقم الطلب (318.850.d, f, i)

في حالة الطوارئ

• هاتف الطوارئ للوالدين 0848 35 45 55
www.elternnotruf.ch

• نصائح مجانية على مدار الساعة من الموقع www.147.ch بواسطة الرسائل القصيرة في الهاتف المحمول بالإضافة إلى دردشة خاصة بالأطفال والناشئة.

القوانين الذهبية موضوعة بالتعاون مع المعهد العالي للعلوم التطبيقية (ZHAW)، فريق علم النفس الإعلامي بإدارة البروفسور د. Daniel Süss

توزيع: BBL, Verkauf Bundespublikationen, CH-3003 Bern: www.bundespublikationen.admin.ch
verkauf.zivil@bbl.admin.ch
Art. No. 318.851.ara 3.2015 1'000 860304993

Zürcher Hochschule
für Angewandte Wissenschaften

zhaw Angewandte
Psychologie



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI
Bundesamt für Sozialversicherungen BSV