

إدارة الصناديق الوقفية: الأمانة العامة للأوقاف

سلسلة تربية الأبناء العاشرة

الآثار السلبية والإيجابية لوسائل التواصل الاجتماعي الإلكتروني على المجتمع

# الأسرة

أ.د. لطيفة حسين الكندري      أ.د. بدر محمد ملك

1441هـ - 2019م

من خواص العصر الحديث انتشار قنوات التواصل الاجتماعي الإلكتروني بصورة متصاعدة، واكتساح الأجهزة الرقمية المتطورة حتى اقتحمت البيوت في معظم أنحاء العالم. ولهذا تهدف هذه السلسلة التربوية - بأجزائها الثلاثة - إلى تنمية الوعي العام عبر استعراض موثق للاتجاهات الموجبة والسالبة لوسائل التواصل الاجتماعي الإلكتروني، كما تهدف في الوقت ذاته إلى تشجيع جميع الجهود الداعمة لاستثمار التكنولوجيا الرقمية والبيانات الضخمة في تعزيز التنمية الشاملة المستدامة، وذلك ضمن ثلاثة مستويات رئيسة؛ أسرية، ومدرسية، ومجتمعية. إن الأسرة والمدرسة والمجتمع بيئات تعليمية أساسها المنفعة المشتركة، والمصير الواحد في ظل وطن متكافل مُحاط بعالم متعدد الثقافات.

ومن أجل تحقيق وعي ديني وخلق وتقني أفضل يُعين على الإسهام الفاعل في تطوير المهارات الحياتية ورفع الكفاءة الاجتماعية سنتناول السلسلة الراهنة مجموعة من الأصول والضوابط والارشادات والمعايير الأخلاقية المستمدة من مبادئ التربية الإسلامية السمحة من جهة، ومن معطيات الدراسات الحديثة والخبرات الإنسانية المتدفقة من جهة أخرى. إن الوسائط الاجتماعية (social media) الإلكترونية وسيلة ميسرة، وذات جودة عالية، ومتاحة لمعظم الناس فينشرون ويستقبلون يومياً العديد من المعلومات والابداعات على شبكة الانترنت بطريقة تفاعلية (الصوت، والصورة الثابتة والمتحركة، والأرقام، والخرائط، والأشكال، والرسومات والكلمة المكتوبة). وبما أن الإنسان كائن اجتماعي بالطبع فإن التربية عملية دائمة لملاحقة تطورات الحياة، وتحسين أنماط المعيشة، والتوافق مع متطلباتها الجديدة، ودعم جميع الجهود الرامية إلى تحقيق قدر أكبر من السعادة الإنسانية.

وفي عصر الاتصالات التقنية الغنية بالوسائط التعليمية والثقافية دخلنا الفضاء السيبراني (Cyber Space) الذي يتوسع ويتمدد بثبات في كل ثانية دون أدنى مبالغة. إنه عصر مذهل يشهد تقدماً نوعياً وكمياً وهو زمن له خصائصه الواضحة، ونقائصه الفاضحة. وبالتوازي مع ذلك، اقتحمت التكنولوجيات الرقمية وكاميرات الويب وغيرها حياتنا اليومية، وأثرت على آدابنا العائلية بشتى الطرق، وبشكل غير مسبوق. إنها تربطنا بسلاسة ببيئات عنكبوتية في أحشائها شبكات جاذبة تتضخم باستمرار وتؤثر في مسار بلايين البشر يومياً. نعيش في عصر

شاع فيه استخدام الحاسوب، والتابلت، والواي فاي، والوتس أب، والفيسبوك، والتويتتر، والانستغرام، والتيلغرام، والسناپ شات، ومنتديات الويب Web Forums... وتطبيق آزار (Azar) للتعارف، وتطبيق بارلور (Parlor) الاجتماعي. لقد أصبح الهاتف النقال والغلاف المعلوماتي ظلا لا يفارقنا إلى أن يحين وقت النوم في غالب الأحوال. هذا الوضع الإنساني الجديد يزداد حضورا وتناقضا وقوة على النطاق العالمي خاصة إذا أضفنا برامج الألعاب التفاعلية التي تثير القلق والمخاوف، ويتطلب الأمر أخذ أقصى درجات الحيطة والحذر من المعوقات المتوقعة.

وفي هذا المنحى الثقيفي يتسم هذا الإصدار بأنه يقدم دعوة للتفكر في واقعنا ويستعرض الاتجاهات والاعتبارات ذات الصلة، ويقودنا عبر ثنائيات استعراض المنافع والمساوى نحو محفزات حتمية لفهم المشهد الاجتماعي بمنظار نقدي، ومراجعة حدود التعامل العائلي المجدي مع الآلات في حياتنا اليومية بحيث تصبح الشبكات العنكبوتية سندا لنا لا قيادا يكبل نطاق حركتنا. ومن الوجهة التربوية التطبيقية فإن هذا الإصدار دعوة منهجية للتحكم بالذات وتوجيه الأسرة وفقا لمحددات كفيلة بالارتقاء بمستوى الاتصال الاجتماعي الإيجابي، والتفكير المنطقي المنتج، وتغذية غريزة الإحساس بنعمة الأسرة شكرا وحمدا لله سبحانه من جانب، وحماية لهذه النعمة العظيمة من آفات المشتتات العصرية من جانب آخر.

وبعيدا عن صخب الواقع وأمواجه المتلاطمة بالتقنية الحديثة، تهدف هذه السلسلة التربوية بكل مقاصدها وتفصيلاتها وتطلعاتها إلى تنظيم سلوكياتنا، وتوسيع ثقافتنا بما يحقق التماسك الأسري المنشود بعون الله تعالى. قال المولى سبحانه "مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ"<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> سورة النحل: 97.

## الباب الأول

### أهداف هذه السلسلة التربوية

- 1- مشاركة القارئ الكريم في التوعية المنهجية بتداعيات التحولات المتشعبة التي تموج حولنا من جرّاء استخدام وسائل التواصل الاجتماعي الإلكتروني، ومناقشة أثرها في بناء أو تشويه الشخصية، وتعمير أو تدمير التنشئة الأسرية، وتعزيز أو تثبيط فاعلية المدرسة، ونهضة أو تأخر المجتمع. هل التقنية الحديثة من دوافع أو موانع الابداع؟ في هذا المجال الجدلي الواسع سنستعرض الاتجاهات والاحتمالات والتطلعات والمعوقات والمقاربات بما يلائم اعتبارات العصر من جهة، ومقتضيات بناء الذات الإسلامية من جهة أخرى.
- 2- تنمية الكفاءة الاجتماعية من خلال تشجيع المهتمين على انتقاء وتطوير الاستراتيجيات الملائمة لهم في ظل تدفق المعلومات لاستثمارها على نحو ملائم في نطاق الأسرة والمدرسة والمجتمع مع تجنب العقبات المرتقبة والانتقادات الثقافية التي تعترض طريق البناء والتقدم.
- 3- توليد الإرادة القوية اللازمة لإدارة الوقت، وصيانة الإمكانيات والممتلكات بقصد التعامل الرشيد مع التحديات الأخلاقية المتعلقة بالمستجدات التكنولوجية في حياتنا اليومية، وبيان سبل تسخيرها وفقا لمبادئ التربية الإسلامية العظيمة. قال ابن الجوزي "مَنْ عَلِمَ أَنَّ الْعُمَرَ بِضَاعَةٌ يَسِيرَةٌ يُسَافِرُ بِهَا إِلَى الْبَقَاءِ الدَّائِمِ فِي الْجَنَّةِ لَمْ يُضَيِّعْهُ".
- 4- مناقشة مجموعة قضايا اجتماعية من منظور أصول التربية وصولا إلى بلورة اتجاهات إيجابية لإثراء منظومة الأسرة، والمدرسة، والمجتمع، وبغرض تنمية الناشئة، وترسيخ المودة، ومنع هدر الأوقات، ودرء الفتن، وحماية الممتلكات، وبث النزعة الإنسانية واعلاء شأن المشاعر والعودة للعناية بالبيئة لمواجهة طوفان الآلات الرقمية، وطغيان العالم الافتراضي.
- 5- تعميق التفاؤل بالنواتج الإيجابية لشبكات التواصل الاجتماعي مع الشعور بالقلق إزاء مساوئ التقنية المؤدية للإضرار بالقيم النبيلة. إن تأصيل الاعتدال العاطفي في كل الأحوال أساس النجاح لأن التوازن منهاج نجاة. الطيران الآمن في العالم الرقمي بحاجة إلى جناحين؛ الحذر والتفاؤل، والوجل والأمل، والخوف والرجاء، والترهيب

والتزغيب. قال تعالى "وَلَا تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُولَةً إِلَىٰ عُنُقِكَ وَلَا تَبْسُطْهَا كُلَّ الْبَسْطِ فَتَقْعُدَ مَلُومًا مَّحْسُورًا"<sup>1</sup>.

6- المسارعة عمليا إلى توظيف التقنية الحديثة لتحقيق المنفعة للأسرة والمدرسة والمجتمع وللشعر جميعا، والمبادرة في تحويل مسارات التواصل الاجتماعي الإلكتروني إلى قوة نابضة بالحياة والنشاط والأمل والأمان؛ "أُولَئِكَ يُسَارِعُونَ فِي الْخَيْرَاتِ وَهُمْ لَهَا سَابِقُونَ"<sup>2</sup>. وفي الحديث النبوي الشريف "مَنْ سَنَّ فِي الْإِسْلَامِ سُنَّةً حَسَنَةً فَلَهُ أَجْرُهَا وَأَجْرُ مَنْ عَمِلَ بِهَا مِنْ غَيْرِ أَنْ يَنْقُصَ مِنْ أَجْرِهِمْ شَيْئًا"<sup>3</sup>.

7- تقديم مجموعة تصورات ومرئيات واستراتيجيات للجيل الرقمي لبناء فلسفة عصرية متنامية تساعده على مواجهة التساؤلات الأخلاقية، وترشده نحو تسخير شبكات التواصل الاجتماعي الإلكتروني فيحكمها ويخضعها لمنافعه بإرادة قوية، ورؤية ثاقبة. نريد جميعا المشاركة في بناء فلسفة متفائلة ومرنة وحذرة تتيح لنا وللجيل الجديد فهم نفسه، ورسم أهدافه، والمحافظة على صفاء هويته، ونقاء انتمائه الأسري والوطني كي يتفاعل مع من حوله على بصيرة وهداية.

8- تقديم قائمة (ببليوجرافيا) تتضمن أبرز المصادر والمراجع والقراءات والمنصات الإلكترونية ذات صلة بوسائل التواصل الاجتماعي الإلكتروني. من الأهمية بمكان الاطلاع على ثمره الدراسات والخبرات العربية والأجنبية على حد سواء تمهيدا للإفادة منها، والمساهمة الفاعلة في عملية تشكيل ثقافة تربوية إلكترونية متينة.

<sup>1</sup> سورة الإسراء: 29.

<sup>2</sup> سورة المؤمنون 61.

<sup>3</sup> رواه النسائي: المجتبى من السنن = السنن الصغرى للنسائي، باب التَّحْرِيزِ عَلَى الصَّدَقَةِ.

## مفردات أساسية

- 1- الإتيكيت الإلكتروني: التحلي بممارسات وأنماط أخلاقية مقبولة وفقا للمقاييس الاجتماعية، ومراعية للذوق العام. إتيكيت النت: مجموعة آداب اجتماعية يتحتم على الفرد مراعاتها أثناء الإبحار في بيئات الإنترنت. وعكس الإتيكيت كل سلوك غير اجتماعي يناقض القيم الحميدة، ويضايق الناس ويزعجهم.
- 2- السايبر (cyber) مصطلح منتشر في الأدبيات الغربية والعربية ويرتبط بالفضاء السيبراني أي المجال الإلكتروني.
- 3- إدمان استخدام قنوات التواصل: ملازمة الإنترنت والإفراط في استخدام المنصات الاجتماعية على نحو مضر مع التفريط في أداء الواجبات الأسرية مما يؤدي إلى التقصير في ممارسة الحياة الطبيعية.
- 4- قلق المعلوماتية عكس إدمان الإنترنت. "قلق المعلوماتية Informatics Anxiety: حالة من الشعور بالخوف والتهيب والتهديد الغامض عندما ينوي الفرد استخدام الحاسوب، ومن شأن هذه الحالة أن تجعل الفرد أكثر ميلاً لتجنب استخدام الحواسيب"<sup>1</sup>.
- 5- "ثورة المعلومات/ ثورة المعلوماتية: التقدم الهائل في تكنولوجيا المعلومات والاتصالات، الذي أعطى قدرة فائقة للحركة المعلوماتية على المستوى العالمي بتجاوز كل حواجز القوميات"<sup>2</sup>. الثورة المعلوماتية قد تسمى أيضا بالطوفان الرقمي، وعصر البيانات الضخمة، وثورة الاتصالات، والعصر المعلوماتي، والثورة الرابعة، والغلاف المعلوماتي.
- 6- التربية الاجتماعية: تهدف إلى توفير الرعاية الاجتماعية في الأسرة والمدرسة والمجتمع، والاهتمام بعملية التنشئة وتعلم المعايير السليمة، وتنمية المسؤولية والذكاء الاجتماعي، مع الاهتمام بالقيم الخلقية والروحية بما يساعد على حل المشكلات وتحقيق النضج والتوافق الاجتماعي<sup>3</sup>.
- 7- تعد الوسائط الاجتماعية الإلكترونية من ضمن المصطلحات الشاملة التي تشير إلى مجموعة متنوعة من تطبيقات الإنترنت التي تسمح للمستخدمين بإنشاء محتويات تفاعلية بين

<sup>1</sup> معجم المصطلحات التربوية والنفسية، 2016م، ص 223.

<sup>2</sup> عمر وآخرون، 2008، معجم اللغة العربية المعاصرة (1/ 336).

<sup>3</sup> حامد عبد السلام زهران، التوجيه والإرشاد النفسي (ص: 469). ط3، عالم الكتب.

مجموعة أو أكثر. يمكن أن يتخذ هذا التفاعل أشكالاً عديدة، لكن بعض الأنواع الشائعة تشمل: نقل البيانات بدقة وسهولة، ومشاركة فورية للصور والرسائل الصوتية، والنقل المباشر، وتداول الأشكال والجداول والرسومات والخرائط وبث مقاطع الفيديو والتعليق عليها ومتابعة التحديثات والروابط التفاعلية التي نشرها الآخرون<sup>1</sup> والتعليق عليها، وابداء الإعجاب بها أو الاستياء منها.

8- ويتم تعريف الشبكة الاجتماعية (social network) بأنها أداة تجمع الاتصالات الشخصية الإلكترونية لعدد من الأفراد. يعد توسيع صلات المرء مع الأشخاص الآخرين تقنية يمكن استخدامها لأسباب شخصية أو اجتماعية، أو تجارية. ويمكن استخدام ذلك للالتقاء بأصدقاء جدد والتواصل مع الأصدقاء القدامى، مثلما يفعل الكثيرون على صفحات الفيسبوك (Facebook)<sup>2</sup>.

9- "يشير مصطلح الكفاءة الاجتماعية إلى أن الوالدين والأطفال لديهم مجموعة من المهارات التي تعمل على تيسير تفاعلاتهم مع الآخرين؛ بحيث تركز علاقاتهم على أساس متين ومباشر للتواصل يعكس الاهتمام بالنفس وبالآخرين. وتشير هذه الكفاءة في كثير من الأحيان إلى أن الأطفال ينعمون بتقدير ذاتي كبير وأقل عرضة للإصابة بأعراض الإحباط أو القلق، علاوة على تمتعهم بمستوى أعلى من الرضا عن الحياة مقارنة بالأطفال الذين لا يتمتعون بهذه الكفاءة"<sup>3</sup>.

---

<sup>1</sup> Techopedia – The IT Education Site (2019). Techopedia, 2019.

<sup>2</sup> ميغري، 2018م ص 619، فلوح، 2019، ج 11، ص 564، بتصرف، المعيقل، 1440هـ، متطلبات الأمن التربوي للمجتمع في وسائل التواصل الاجتماعي، ص 21.

<sup>3</sup> هول، 2016، تنشئة الأطفال في القرن الحادي والعشرين، الفصل الخامس النمو الاجتماعي والعلاقة بالأقران، بتصرف.

## لماذا الأسرة؟ ما المبررات؟

الأسرة من أعظم مصادر البقاء والنماء والابتهاج في عالمنا. إن الانتماء للأسرة هو انتماء لشبكة الروابط الإنسانية ولهذا فإن حماية الأسرة خطوة حاسمة لإصلاح النسيج المجتمعي بل لتحسين الأوضاع العالمية وتطوير نمط المعيشة الإنسانية. يقول الحكيم الصيني كونفوشيوس "إذا قام البيت على أساس سليم أمن العالم وسلم".

ينبغي أن تتلاءم التقنية الرقمية مع مضامين الأصول النفسية والاجتماعية للأسرة وتخدم وظائفها وترسخ خصائصها. وتعدّ الأسرة المكان الأساسي لنماء تلك العواطف الإيجابية، ومحل تفريغ شحنة التوترات النفسية الناجمة عن الحياة الاجتماعية وضغوطها، فتوفّر بذلك للإنسان السكن النفسي، وتعيده إلى حال الانسجام الضرورية لأداء أدواره الحيوية بفاعلية ونجاح. ولا شك في أن حدوث خلل في أداء هذه الوظيفة يضع الأسرة أمام مشكلات كبيرة تهدد بانحلالها، لذلك أخذت المشكلات النفسية للأسرة تحظى باهتمام متزايد من الباحثين. وتحتل الأسرة منزلة وسطاً بين الفرد والمجتمع وتؤدي وظائف حيوية على صعيد المجتمع أهمها الحفاظ على النوع الإنساني، ورفد المجتمع بالأفراد الإنسانيين، وإعدادهم للحياة الاجتماعية، وحفز إسهاماتهم، وتقويم الانحراف الاجتماعي أو ضبطه، وحفظ الموروث الحضاري وضمان نقله بين الأجيال<sup>1</sup>.

ولأن شبكات الإنترنت ذات قوة هائلة فإن سوء استخدامها يمنع التكيف ويشغب على أخلاقيات جميع أفراد الأسرة. فيما يلي مجموعة اعتبارات تقنية تحيط بمسيرة التربية الأسرية:

- 1- يشهد العالم ثورة معلوماتية تعيد تشكيل الواقع، وتحظى قنوات التواصل الاجتماعي الإلكتروني بإقبال واسع من جميع الشرائح المجتمعية علماً بأن الصغار والمراهقين من أكثر الناس إقبالاً على التقنيات الحديثة.

- 2- تمتلك الأسرة سلطة وجدانية وفكرية واجتماعية كفيلة بتطويع التقنية الحديثة لمسايرة حاجاتها وتطلعاتها مع تقليص لحجم المضار الممكن حدوثها.

- 3- الفضاء الإلكتروني المتشعب بالشبكات العنكبوتية لم يعد خياراً بل ربما حتمية عصرية ينبغي التكيف معها لتوفير احتياجات الأبناء النمائية في ظلها، وتنمية طاقاتهم واستعداداتهم العقلية والجسدية والنفسية والاجتماعية.

<sup>1</sup> هاني عمران (2019). الأسرة، ج2، ص 261. موقع الموسوعة العربية: دمشق (arab-ency.com).



4- الفجوة بين الأجيال منعت الآباء من فهم الأبناء على نحو سليم، وجعلت كثير من الأطفال يتصرفون على شبكة الانترنت بشكل مختلف عما يفعلون في حياتهم العادية، ويشعرون بالقوة والثقة أكثر، ولهم ولع مفرط بالحاسوب. وتقلصت دائرة نشاط الطفل بالمنزل وخارجه مقارنة بفترة السبعينات من القرن الماضي. وصاحب ذلك تبدل في النظم الغذائية وتناول النوع والكمية الخطأ من الطعام، وتم التخلي عن اللعب في الهواء الطلق. وهذه بالفعل قضية أساسية ساهمت في شيوع الحياة الخاملة وزيادة الوزن وانتشار ظاهرة السمنة<sup>1</sup>.

5- معظم الذين يستخدمون شبكة الإنترنت يستخدمونها لأغراض اجتماعية. وفي دراسة استطلاعية<sup>2</sup> عن الهدف من استخدام شبكات التواصل الاجتماعي تبين الآتي:

41% ثقافي

8% تجاري

51% اجتماعي

6- إن الطبيعة السريعة لتطور تقنيات الشبكات الاجتماعية، صنعت حاجة ملحة إلى الاهتمام بهذه الظاهرة لأنها تعيد تشكيل صياغات علاقات البشر، وأنماط تفكيرهم، وتوجه الأخلاقيات اليومية. ويعتقد الباحثون أن الرابطة الاجتماعية المتمثلة بتربية الوالدين وعلاقتها بالطفل على رأس القضايا المستجدة على ساحة البحث سعياً لفهم أبعادها والتصدي لتبعاتها.

7- هناك حيرة تنتاب الآباء والأمهات، بل حيرت الناس جميعاً في كيفية التعامل مع الجوال، والآيباد، والحاسب الآلي، والتلفاز، وكيفية التعامل مع الفيسبوك وتويتر، واليوتيوب ومنتديات التعارف وغيرها كثير. لا ريب أن الناس يجدون للغلاف المعلوماتي بعض المنافع، ويلمسون بعضاً من أضرار الشبكات الإلكترونية، وهم فعلاً حائرون في تقييم هذه وتلك. يدرك الجميع أنهم اليوم ليسوا مخيرين بين إبقائها في البيوت، وإخراجها منها، فقد صارت هذه الوسائل والمواقع جزءاً من حياتهم، إنها مثل الفراش والوسادة والثلاجة والكرسي والملعقة... بل إن

<sup>1</sup> غرينفيلد، 2017، تغير العقل: كيف تترك التقنيات الرقمية بصماتها على أدمغتنا. ص 22-29-34.

<sup>2</sup> موقع التويتز للهيئة العامة للاتصالات وتقنية المعلومات (@CitraKuwait).

التصاقهم بها أشد بكثير، لأن المرء لا يدمن حمل الملعقة بيده، لكن كثيرين منا قد أدمنوا إمساك الجوال باليد، وفتحته كل خمس دقائق أو أكثر أو أقل<sup>1</sup>.

8- إننا نعيش وسط ثقافة قائمة على المزج والتركيب للصور والكلمات والأصوات. من السهل في هذا الزمن القيام بعملية الانتحال، والذي فيه يمكن لطفل في سن الدراسة أن يحصل على نسخة من برنامج فوتوشوب فيقوم بتنزيل صورة لأحد الزعماء أو الأصدقاء ثم يتلاعب بها بالكيفية التي يرغب فيها ثم يرسل إلى أصدقائه صورة خادعة ومُضِلَّة وكأنها صورة حقيقية أو هزلية؛ وهذا مجال للمرح كما أنه باب للشر.

9- "إن المسؤولين الإعلاميين أنفسهم يقولون إن ما ينتجونه من برامج لا يناسب الأطفال على الدوام، وإن مسؤولية مراقبة البرامج الإعلامية تقع على عاتق الأفراد البالغين في حياة الأطفال. لا يوفّر التلفزيون أو الفيديو أو الكمبيوتر الرعاية المناسبة للأطفال؛ بل لا يستطيع توفيرها سوى الأفراد البالغين الذين يراقبون التأثيرات الإعلامية ويحددونها للأطفال الذين في كنفهم. ويمكن استغلال جميع الوسائل الإعلامية لتعزيز نمو الأطفال والارتقاء بصحتهم النفسية الجيدة، وهناك العديد من الوسائل الكفيلة بمساعدة الأشخاص البالغين المنوطة بهم مراقبة التأثيرات الإعلامية والتصرف إزاءها"<sup>2</sup>.

10- أشارت دراسة من الدراسات إلى أن بعض البالغين يخصصون في المتوسط مزيدا من الوقت لاستخدام الأجهزة التكنولوجية يوميا أكثر مما يخصصونه للنوم كل ليلة. يتم استقبال وارسال 2272 رسالة نصية في المتوسط شهريا بواسطة الهاتف النقال. المراسلات النصية وحساب شبكات التواصل الاجتماعي تتكفل بـ 64% من استخدام الهاتف المحمول<sup>3</sup>.

11- تشير الدلائل الطبية إلى أنّ التّواصل الاجتماعي من خطوات بلوغ العافية النفسيّة وأنه يجب على المرء أن يتواصل مع الناس من حوله: العائلة والأصدقاء والزملاء والجيران. كما يجب أن يقضي بعضَ الوقت في تطوير هذه العلاقات<sup>4</sup>، إن الإفراط في التواصل بالإنترنت من موانع العافية. هناك دراسات متزايدة، تثبت أن الاستمتاع بوقت جيد مع أصدقائك وأفراد عائلتك

<sup>1</sup> بكار، عبدالكريم (2017م). أولادنا ووسائل التواصل الاجتماعي. ط1، الرياض: دار وجوه، ص 2-3، 12.

<sup>2</sup> هول، 2016، تنشئة الأطفال في القرن الحادي والعشرين، الفصل الثالث: النمو المعرفي خارج المنزل.

<sup>3</sup> ديكينسون، 2017، كيف تفصل: تخر من أجهزتك الإلكترونية وانعم بحياتك، ص 3، واطسون 2016م، عقول المستقبل، ص 25.

<sup>4</sup> موسوعة الملك عبدالله بن عبد العزيز للمحتوى الطبي (2017م). نصائح حول الصحة النفسية. kaahe.org

يجعلك بالفعل أكثر سعادة. إن قضاء وقت مع أشخاص نحبهم أو تجمعنا بهم علاقات شخصية وروابط اجتماعية صحية بلغة علم النفس، يعزز من سعادتك بشكل كبير. الأمر لا يتطلب الكثير، فقط تأكد من أنك تعيش اللحظة، وكن واعيا أو مدركا أنك تمضي هذا الوقت مع من تحب، وعليك أن تعرف كيف تمضي وقتك. تصورك عن الوقت مهم للغاية بالنسبة لسعادتك، نحن غالبا ما نربط الثروة بالمبلغ المالي الذي نمتلكه، لكن الدراسات تظهر أن الثروة ترتبط أكثر بما نملكه من وقت. إذا كنت ترغب حقا في أن تكون سعيدا في حياتك، ابدأ بأن تكون أكثر امتنانا، ونم ساعات كافية، وصف ذهنك، وامض وقتا مع الأشخاص الذين تحبهم، وخذ فترات راحة من مواقع التواصل الاجتماعي<sup>1</sup>. الأمن الأسري أساس السعادة، والسعادة مرتبطة بالقيم والمجتمع والأصدقاء وإيجابية العمل<sup>2</sup> والتحرر من هيمنة القنوات الرقمية.

12- هناك من يلغي حسابه على الانستغرام ويمسح في ثوان معدودة كل ما نشره خلال سنوات على النت لأنه شعر بالإحباط والتوتر لكثرة الضغوطات النفسية؛ أين أصور؟ وماذا ألبس؟ ومع من أصور؟ مثل هذه الاعتبارات الاجتماعية على شبكة الإنترنت غيرت نظرتنا لأنفسنا وسعادتنا ونظرتنا إلى طبيعة الذات الاجتماعية.

13- قضايا الأسرة تم المجتمع كله وتشغل أذهان المرين. في عام 2019 وفي دولة الكويت عقدت المنظمة العالمية لحماية الطفل مؤتمرا عن الحماية الاجتماعية والنفسية والتربوية للطفل وتم التطرق في أبحاث المؤتمر إلى دور الأسرة في حماية ورعاية الأبناء في العصر الرقمي، ومن تلك الأبحاث التي نوقشت: دور الأسرة في حماية الأطفال من مخاطر التقنية الحديثة، والحتمية الرقمية للطفل في ظل تغير المنظومة القيمية للأسرة الحضرية وانعكاساتها على التنشئة الاجتماعية، والحماية الاجتماعية للأطفال في العالم الرقمي. ناقش المؤتمر التقدم التقني وتأثيراته على منظومة التنشئة الاجتماعية.

14- "تعتبر شبكة الإنترنت من ضروريات الحياة في وقتنا الحالي حيث تدخل في جميع المجالات الاجتماعية والسياسية والاقتصادية، كما تدخل بقوة في المجال التربوي والتعليمي ولا يمكن إغفال الجانب الترفيهي". الانترنت وسيلة متضخمة تلتهم وسائط الاتصال الأخرى.<sup>3</sup>

<sup>1</sup> بي بي سي (2019). اليوم العالمي للسعادة: خمس نصائح تجعلك أكثر سعادة.

<sup>2</sup> Gauntlett, D (2018). Making is Connecting. UK: Polity. p. 118, 257, 258.

<sup>3</sup> الترا صوت، 2017، إيجابيات وسلبيات الإنترنت؛ ميغري، 2018، سوسيولوجيا الاتصال والميديا، ص 536.

15- 67% من الناس يستخدمون هواتفهم الذكية للمكالمات والرسائل النصية ومتابعة وسائل التواصل الاجتماعي لعدة ساعات يوميا مما قد يؤدي إلى اضطراب إدمان الإنترنت. 44% من أصحاب الهواتف الذكية ينامون مع هواتفهم بجوار سريرهم للتأكد من عدم تفويت أي رسالة أو اتصال وفقا للدراسات. ادمان استعمال الهواتف الذكية من أسباب العزلة الاجتماعية (Social isolation) والاضطرابات النفسية<sup>1</sup>.

16- توصلت دراسة عربية إلى قصور معرفة أولياء الأمور بمضامين مواقع التواصل الاجتماعي وتأثيرها على الأبناء، وتقصيرهم في الرد عن استفسارات الأبناء المتلاحقة المتعلقة بمواقع التواصل الاجتماعي، بجانب جهل أولياء أمور الطلاب بإمكانية تفعيل إعدادات الخصوصية لهذه المواقع، ومن ثم قصور الدور الفعلي لأولياء الأمور لحماية الأبناء ورعايتهم من خطر التأثيرات المتلاحقة لمواقع التواصل الاجتماعي. هدفت الدراسة إلى الوقوف على واقع التنشئة الأسرية للأبناء في ضوء تأثير مواقع التواصل الاجتماعي عليهم والمعوقات، وقد طبقت الدراسة أولياء الأمور لطلاب في المرحلة المتوسطة والثانوية<sup>2</sup>.

17- ينادي خبراء مواقع التواصل الاجتماعي بحرية الانترنت، ولكن ليس بأي ثمن. نحن نريد لأجهزتنا أن تخدمنا وتجعلنا في حال أفضل كأباء وأمهات ومفكرين ومعلمين أكفاء. أعظم واجب أمام الحضارة اليوم أن تجعل المكنائن خادمة لمصالحنا لا أسيادا للبشر. إنسانيتنا أثن ما نملكه من مدخرات تتعرض الآن للخطر. لا بد من الاهتمام بتأثر النزعة الإنسانية بالتغيير التكنولوجي<sup>3</sup>.

18- لم تعد التغريدة الهزلية الخاطئة في التويتز مثلا كلمات تمثل صاحبها حينما يتفوه بها في مواقع التواصل الاجتماعي بل أصبحت مسئولية قد تصل بصاحبها إلى السجن. بعد ارسال التغريدة تكون خرجت من دائرة سيطرة الفرد. تلاحق القوانين كل قول وفعل يخل بالأمن ومن هنا فإن الكتابات التي ينشرها الناشئة في الواتس أب أو الفيسبوك من ألفاظ ومعلومات يجب

---

<sup>1</sup> Thompson, P. (2018). Nomophobia & Smartphone Addiction Among Children. *Psych Central*.

<sup>2</sup> هاله حجاجي، 2016م، التنشئة الأسرية للمراهقين في ضوء تأثير مواقع التواصل الاجتماعي، ص 571. دراسات عربية في التربية وعلم النفس. العدد 75، يوليو.

<sup>3</sup> آيكن، 2017م، التأثير السيرياني: كيف يغير الانترنت سلوك البشر؟ ص 418 - 419، بتصرف.

أن تكون في نطاق المجالات المسموح بها اجتماعية وقانونيا ودينيا وإلا تعرض المخطف للمساءلة القانونية. هذه الاعتبارات الحساسة تمس جميع أفراد الأسرة وعليهم الترفع عن سفاسف الأمور والحذر من خرق القوانين، والحذر أيضا من خدش مشاعر الناس.

19- ثمة ملاحظة تحذيرية تتعلق بانتشار شبكات التواصل الاجتماعي على نطاق واسع بين الأطفال من كافة الفئات العمرية في الوقت الحالي؛ ففي الوقت الذي قد لا يلاحظ فيه البالغون محتوى العنف أو المحتوى الجنسي بداخل هذه الشبكات الاجتماعية، قد ثبت وجود كلا المحتويين. ينشر الأطفال صور العنف والصور الجنسية والمحتوى اللفظي أيضًا في المساحات الخاصة بهم في هذه المواقع الاجتماعية، ويفعل البالغون الذين يتظاهرون بأنهم أطفال على الشبكات الاجتماعية الأمر نفسه. ويجب أن يدرك الآباء والمعلمون المسؤولون عن رقابة هذه المحتويات الإعلامية والحذر منها أن جهاز الكمبيوتر ما هو إلا أحد مصادر التأثيرات السلبية المحتملة<sup>1</sup>.

20- يشير الواقع إلى أن عادات تربية خاطئة أخذت تنتشر ومن أخطرها أن الألواح الإلكترونية المحمولة أصبحت كالجليسات يلعبن دور الشغالات في الجلوس عند الأطفال<sup>2</sup>. ليس من السهل انتزاع الآياد من يد طفل صغير منهمك في لعبة من الألعاب المفضلة لديه.

21- بدأت الجلسات الأسرية تصبح باهتة يعترئها الملل في كثير من الأحيان بسبب الانشغال المفرط بمتابعة برامج الهواتف النقالة، ومن الحكمة مناقشة هذا الأمر بشكل تربوي ومنهجي.

22- يجهل كثير من الآباء والبنات فن إدارة الوقت وترتيب الأولويات مما يؤدي بهم إلى مواجهة مشاكل متراكمة ناتجة عن سوء استغلال قنوات التواصل على نحو صحيح.

23- لم يطلع كثير من الآباء والأمهات والشباب على مجمل الدراسات الحديثة والخبرات المستفيضة المعنية بمنصات التواصل الاجتماعي سلبا وإيجابا مما يتطلب تقديم إصدارات تربوية خاصة تتناول بإسهاب جوانب وحجم هذا الموضوع الحيوي.

<sup>1</sup> هول، 2016، تنشئة الأطفال في القرن الحادي والعشرين، الفصل الثالث: النمو المعرفي خارج المنزل.

<sup>2</sup> آيكن، 2017م، التأثير السيبراني: كيف يغير الانترنت سلوك البشر؟ ص 174.

## الأصول والضوابط

تقدم الأصول موجّهات عامة ومعينات لازمة لتوسيع نطاق النفع من قنوات التواصل الاجتماعي الإلكتروني باعتبارها بيئات جديدة. تنبثق هذه الأصول والضوابط المبدئية من أخلاقيات التواصل المنصف مع المحيطين بنا في الفضاء الإلكتروني. ولا ريب أن الأصول التربوية في محصلتها ومقاصدها تقي الفرد والمجتمع من المساوئ - بعون الرحمن - وتعزز الظاهرة الخلقية وتقوم بتأصيل القواعد القيمة التي ينبغي أن تسود تصوراتنا، وتحكم ممارساتنا. وقدما قالوا: "من حُرّم الأصول حُرّم الوصول". هذه الموجّهات تشد من أواصر الجماعة وتصلح لضبط سلوكيات الأسرة، وتسهم في رفد بناء المجتمع وارساء دعائم الفضيلة، وإشاعة روح المحبة وفق منظومة فكرية تربوية متجانسة. تقوم الأصول والضوابط بتوجيه الوعي العام، وإنضاج الرؤية والرسالة والرأي ويترتب على ذلك كله تحسين مستوى السلوك الفردي والأسري. فيما يلي طائفة من الأصول والضوابط الكفيلة بتوجيه وتطوير تعاملنا مع العالم الإلكتروني:

- 1- من أهم وظائف الأسرة، وقوامها الأبوان، تنمية الذكاء الاجتماعي للأطفال وإلا فإن المغريات الإلكترونية قد تجعلهم غرباء داخل بيوتهم، ويميلون للعزلة والعدوانية. تنمية الذكاء الاجتماعي Social Intelligence أساس مهم لتكيف الفرد مع الآخرين والارتقاء بالكفاءة الاجتماعية من أجل تطوير الذات، والتفاعل مع المحيطين، والتصدي للصراعات والاحباطات.
- 2- تحثنا النوازل والمستجدات التكنولوجية على اللجوء إلى التفكير بطرائق جديدة، واستحداث أساليب تعليمية، ومقاربات فكرية تتسم بالمرونة لحفظ وتنمية مسارات النسق الاجتماعي، والهوية الدينية، والترابط الأسري، والأمن النفسي.
- 3- الحواسيب، وبرامجها، هي أكثر الآلات تعقيداً في التاريخ، وجدلياً أكثرها فائدة، حيث تعتمد المجتمعات الحديثة على الحواسيب في البيت، والمدرسة، والعمل، والمقاهي، والملاهي، والأسواق والأماكن العامة. وكلما ازدادت الحواسيب قوة وتأثيراً وانتشاراً، زادت الحاجة إلى التعليم والتدريب في هذا المجال<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> الموسوعة العربية العالمية (2004). الحاسوب، ط2، الرياض.

4- نحتاج باستمرار إلى تطوير مناهج وقوانين ومعايير أكثر شمولاً في تناول أخلاقيات المعلومات بصفقتها أخلاقيات واسعة النطاق؛ قابلة للتطبيق<sup>1</sup>. إن استخلاص المبادئ الأساسية من الخبرة المتاحة حولنا واستنباط الأنماط المعيشية الجديدة والإحاطة بمعالم الواقع ضرورة لفهم وتوجيه وتطوير حياتنا وأداء الواجبات وممارسة الحقوق.

5- تأثير التكنولوجيات الرقمية اليوم ذو حدين، وكما هو الحال في كل تجديد تكنولوجي يقوم في المجتمع بوتيرة سريعة يظهر في الواقع كأنه ذو وجهين أو بعبارة أدق دواء وسم في الوقت نفسه. وهكذا فالتكنولوجيا ليست مسألة جيدة أو رديئة في ذاتها. إنها شيء محايد بكل بساطة هذا يعني أن البشر يمكنهم استخدامها بطرق جيدة أو سيئة. هذا مفهوم أساسي<sup>2</sup>.

6- شبكة الإنترنت تمثل منظومة اتصالات تمس حياتنا وذات أغراض عدة. "شبكة الإنترنت ليست صفحات ويب وبيدًا إلكترونيًا وصورًا رقمية بقدر ما أن الخدمة البريدية عبارة عن مجلات وطرود ورسائل تُرَدُّ إليك من أقاربك، والإنترنت ليست خفنة من الأسلاك والكابلات، بقدر ما أن الخدمة البريدية عبارة عن مجموعة من الشاحنات والطائرات. الإنترنت عبارة عن نظام، خدمة توصيل للأكواد الرقمية، وبصرف النظر عن كيفية نقلها من مكان إلى آخر، من المهم أن نعرف كيف تعمل [شبكة] الإنترنت لنذكر لماذا تعمل بشكل جيد جدًا، ولنفهم السبب في أنه يمكن استخدامها لأغراض مختلفة كثيرة"<sup>3</sup>.

7- ليس من الحكمة التقليل من قدر الانتقادات الموجهة إلى التقنية العصرية كما أنه لا ينبغي تغافل الإيجابيات. الانتفاع من المزايا التقنية والمكاسب الجليلة والبعث عن السلوكيات السلبية عين العقل؛ الوسط خير الأمور. "لكل جديد إيجابيات وسلبيات يجب التنويه لها، والذي يحدد مقدار الفائدة أو الضرر من شبكة الإنترنت هو الشخص نفسه وطريقة استخدامه للإنترنت"<sup>4</sup>. إن فاعلية الفرد مدار الأمر فالفرد له

<sup>1</sup> انظر فلوريدي، 2014، المعلومات: مقدمة قصيرة جدًا، الفصل الثامن: أخلاقيات المعلومات.

<sup>2</sup> ريفيل، 2018م، الثورة الرقمية، ثورة ثقافية؟ ص 176، بتصرف، آيكن، 2017م، التأثير السيبراني، ص 24.

<sup>3</sup> أبلسون وآخرون، 2015، الطوفان الرقمي، ملحق الكتاب، شبكة الإنترنت: النظام والروح، باختصار.

<sup>4</sup> الترا صوت، 2017، إيجابيات وسلبيات الإنترنت.

دور كبير في تحديد مساره ومصيره والإفادة من أخطائه وصياغة منظومة أخلاقه وتحديد عمق ثقافته.

8- عرض إيجابيات وسلبيات التكنولوجيا الرقمية اجتماعيا من غير تضخيم ولا تحجيم من مقاصد هذه السلسلة، ومن أبرز مرتكزات النجاح والموازنة الحكيمة.

9- اهمال الضوابط الشرعية والخوض في مسائل غير مهذبة من أسباب الانحرافات مما يفتح باب ارتكاب المعاصي، والمخالفات المدنية، ويؤدي حتما إلى افساد تربية الأبناء، وبالتأكيد يبرر الخيانات الزوجية الالكترونية وغيرها من التجاوزات. " يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَتَّبِعُوا خُطُواتِ الشَّيْطَانِ وَمَنْ يَتَّبِعْ خُطُواتِ الشَّيْطَانِ فَإِنَّهُ يَأْمُرُ بِالْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَوْلَا فَضْلُ اللَّهِ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَتُهُ مَا زَكَّى مِنْكُمْ مِنْ أَحَدٍ أَبَدًا وَلَكِنَّ اللَّهَ يُزَكِّي مَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ"<sup>1</sup>. وصدق القائل: "من قارب المعاصي ودنا منها قرب وقوعه فيها".

10- مخالطة الناس والصبر على أذاهم من أبواب الخير والعزلة التامة آفة نفسية. يتوق البشر للاتصال والانتماء والمؤانسة والدعم الاجتماعي مما يعزز الصحة العقلية الإيجابية. وقد أشارت الدراسات إلى التأثير العاطفي السلبي للوحدة، وكشفت أن الأشخاص الذين تقل علاقاتهم الاجتماعية يموتون في وقت أبكر في المتوسط مقارنة بأصحاب العلاقات الاجتماعية الصحية. ولكن مع ظهور وسائل الإعلام الاجتماعية، هناك مخاوف من الاندفاع نحو الاتصالات الافتراضية عبر الإنترنت والتفريط بالعلاقات الاجتماعية الحقيقية.

11- أهم فائدة للأصول والضوابط تنظيم الواجبات والحقوق، وتوطيد العلاقات في الأسرة، وتوحيد المعايير، والرجوع إليها عند وقوع النزاع. ونحن نعلم جميعا أنه حتى في المباريات الرياضية لا بد من الالتزام بقوانين محددة لممارسة الرياضة واللعب على نحو سليم، فكيف بأمور الحياة الأسرية التي ينبغي أن تقوم على ميثاق غليظ لضمان تدفق المودة والرحمة من حنايا المحبة، فإذا انفرط عقد النظام فسد الأمر كله.

12- "تمثل الكفاءة الاجتماعية للأطفال أحد المسارات التي تؤدي إلى تمتع الأطفال بالصحة النفسية الجيدة، كما أن قدراتهم في البحث عن الآخر الاجتماعي والتفاعل جيدا معه تُعد مؤشرات على تطورهم العام ونجاحهم لاحقا كأشخاص بالغين. إن

<sup>1</sup> سورة النور: 21.



التدرب على قيم الولاء والالتزام في العلاقات بين الأصدقاء يساعد الأطفال على مدار مراحل النمو والنضوج فيما يتعلق بعلاقات الشراكة التي ستظهر في مرحلة المراهقة والشباب. تعتمد الصحة النفسية للأطفال إلى حدٍ بعيدٍ على علاقاتهم بصفة عامة، بما في ذلك تفاعلاتهم في البيئات الاجتماعية خارج المنزل؛ فالأقران والأصدقاء يعكسون للأطفال معلومات عن أنفسهم والعالم<sup>1</sup>.

13- إن منع قنوات التواصل تماما وعلى طول الخط مع الأبناء سياسة عقيمة لا تقل خطرا عن السماح المطلق باستخدامها داخل الأسرة. الرقابة الوالدية المتزنة تدرك أن التعامل بكفاءة مع المستجدات العصرية أمر لا بد منه ولكن بميزان تبني الخبرات الإيجابية وتقليل المخاطر.

14- في عالم الواقع الفعلي قد نفع في الأخطاء وتعلم منها مع مرور الوقت وكذلك في العالم الافتراضي.

15- يساهم الإفراط في استخدام ألعاب الفيديو على الإنترنت في ادمان الناشئة عليها وتتحول الألعاب من مادة ترفيهية إلى حياة مضطربة مليئة بالتوتر والقلق بسبب غياب المراقبة الأسرية، والتساهل في اختيار نوعية برامج الترفيه.

16- لا يستغني العاقل عن الاستشارات وتبادل الخبرات وأخذ الدورات التدريبية للتعامل مع نوازل الحياة. كان النبي صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يقول: «أَشِيرُوا عَلَيَّ»، وفيه دليلٌ لِاسْتِحْبَابِ مُشَاوَرَةِ أَهْلِ الْفَضْلِ وَالْمَعْرِفَةِ فِي الْأُمُورِ الْمُهَمَّةِ<sup>2</sup>.

17- استشارة الشباب من أولي الألباب من مصادر الثراء والقوة والنهضة في جميع الأمم، ومن هنا أشرفت عبارة ابن شهابٍ عندما قال لمجموعة من الغلمان ممن يطلبون العلم "لَا تَحْفَرُوا أَنْفُسَكُمْ لِحِدَاثَةِ أَسْنَانِكُمْ، فَإِنَّ عُمَرَ بْنَ الْخَطَّابِ رَضِيَ اللهُ عَنْهُ كَانَ إِذَا نَزَلَ بِهِ الْأَمْرُ الْمُعْضِلُ دَعَا الْفَتَيَانَ فَاسْتَشَارَهُمْ، يَبْتَغِي حِدَّةَ عُقُولِهِمْ". يعرف الشباب اليوم مداخل ومخارج هذه التقنية الحديثة ولديهم مقترحات تطويرية للتعامل معها وهم ركيزة الخطط التنموية الطموحة.

<sup>1</sup> هول، 2016، تنشئة الأطفال في القرن الحادي والعشرين، الفصل الخامس النمو الاجتماعي والعلاقة بالأقران.

<sup>2</sup> تفسير السمرقندي = بحر العلوم (6/2)؛ شرح النووي على مسلم (92/9).

18- من الجميل على منصات التواصل الاجتماعي الثناء على المحسنين في أعمالهم، ومشاركة الآخرين التجارب الإيجابية، والخبرات الإنسانية، والابداعات بغرض الاقتداء ونشر مظاهر الخير. إن ذكر الإنجازات وعرض شهادات التقدير التي نحصل عليها أو يحصل عليها الأبناء، ونشر الصور الخاصة بالمناسبات المهمة والسارة لها أهمية تربوية بالغة لكن من الأهمية بمكان عدم تضخيم الذات، والابتعاد عن الولع في التركيز على النفس، ويجب ترك إبراز أدق التفاصيل في كل شاردة وواردة بحثا عن ثناء الناس أو تعاطفهم مما يفتح باب الرياء<sup>1</sup>. الإفراط والتفريط من أشد آفات النفوس. إن اعتياد الأبناء على تصوير كل شئون حياتهم وعرضها على الناس من دواعي الرياء والكبر والغرور والغرق في مغريات العالم الافتراضي. الرياء داء عظيم يظهر من خلال الحرص على التمسك بمخصال الخير من أجل الحصول على ثناء الناس عبر قنوات التواصل الاجتماعي الإلكتروني. الرياء قد يكون بالقول والفعل واللبس وبيان كثرة الأصحاب والتفاخر بملازمة الوجهاء.

19- الاطلاع على البيانات الشخصية والأوراق الرسمية الخاصة، والتفاصيل اليومية من الأمور التي لا يليق تبادلها على الهواء إلا في أضيق نطاق وللضرورة أحكام، ويجب أن ترسل إلى جهات مأمونة.

20- من لوازم الانتماء الأسري "مساعدة الأطفال في إدراك مسئوليتهم نحو الآخرين ونحو أنفسهم، والمشاركة بفعالية في تعلّم اتخاذ القرار باستقلالية؛ فالقيم الواضحة التي تنتقل في مودة من جيل لآخر تساعد الأطفال في صنع القرارات"<sup>2</sup>.

21- لإيجاد ثقافة رصينة في المحيط الأسري لا بد من تدريب الأبناء والبنات على تحري مصداقية الخبر، ومعرفة مصدره. "وَمِنْ ضَوَابِطِ التَّعَامُلِ مَعَ الْأَجْهَزَةِ الْحَدِيثَةِ وَأُصُولُهَا: (إِنْ كُنْتَ نَاقِلًا فَالصِّحَّةَ، أَوْ مُدْعِيًا فَالدَّلِيلَ): وَهَذِهِ قَاعِدَةٌ مُهِمَّةٌ فِي تَمْحِصِ الْأَقْوَالِ وَالْأَخْبَارِ وَعَدَمِ قَبُولِهَا عَلَى عَوَاهِنِهَا، فَمَنْ كَانَ نَاقِلًا لِقَوْلٍ أَوْ حَبْرٍ فَعَلَيْهِ إِثْبَاتُ

<sup>1</sup> "رياء: تظاهر بخلاف ما في الباطن" قال رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِنَّ أَخْوَفَ مَا أَخَافُ عَلَيْكُمُ السِّبْكَ الْأَصْغَرُ، قَالُوا: وَمَا السِّبْكَ الْأَصْغَرُ يَا رَسُولَ اللَّهِ؟ قَالَ: الرِّيَاءُ، معجم اللغة العربية المعاصرة (2/ 840).

<sup>2</sup> هول، 2016، تنشئة الأطفال في القرن الحادي والعشرين. الفصل الخامس النمو الاجتماعي والعلاقة بالأقران.

صِحَّتِهِ، أَوْ مُدْعِيًا لِشَيْءٍ فَعَلَيْهِ بِحُجَّتِهِ؛ فَلَا يَعْتَمِدُ عَلَى قَيْلٍ وَقَالَ وَيَقُولُونَ؛ وَإِلَّا لَمْ يَكُنْ لِنَفْسِهِ أَوْ إِدْعَائِهِ أَيُّ قِيَمَةٍ، قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «بِئْسَ مَطِيئَةُ الرَّجُلِ زَعْمَا»<sup>1</sup>.

22- أساس تربية الطفل تقوية إرادته بحيث يسيطر على وسائل التواصل الاجتماعي الإلكتروني فيخضعها لمصلحته، لا أن يخضع لها فتتحكم فيه. "القصود من التربية أن تجعل من غلامك فتى يحكم نفسه لا آلة يتحكم فيها الغير" كما يقول هربرت سبنسر. لا بد من غرس قيم الصبر والتعلم والتثقيف والتطوير الذاتي (self-development) والتحلي بأخلاقيات حميدة لاستخدام التكنولوجيا الحديثة.

23- تحتاج عملية تربية الأطفال "إلى جهد ومشقة، ولن يتم هذا إلا في ظل أبوة حانية، وأمومة رحيمة لديها الوعي الكامل بأهمية وخطورة ما يقومون به. لذا فإن مرحلة تثقيف الآباء يجب أن تأتي قبل وأثناء تربية الأبناء. إن هذا يستدعي أن يتمثل الآباء والأمهات القيم الإسلامية، ويستعينوا بالحكمة والأناة والصبر، فالتربية لا تأتي بين يوم وليلة، وإنما بمجاهدة الأيام والليالي، وليس لسياسة الزجر والعنف، لأنها تدفع بالطفل إلى التطلع للممنوع، وإشباع حاجاته من هذا الممنوع، بالتمرد على توجيه الأبوين، أو بالظهور بمظهر الخضوع الكاذب، وربما انتهى الأمر إلى ازدواج في شخصية الناشئ، مما يؤدي في النهاية إلى ضعف شخصيته، وهو المرض الفردي الاجتماعي الذي نشكو منه مر الشكوى"<sup>2</sup>.

24- إن شكر النعمة عبادة تستمر وتبارك، والتكنولوجيات الرقمية نعمة كبيرة تعيننا على الاتصال بالأبناء في حلهم وترحالهم، والسؤال عن أحوالهم وتحقيق الترابط. ومن أوجه الشكر الاحسان في استقبال واستعمال هذه الأجهزة المتطورة "أن الإنسان حين يضع كل المسائل في ضوء منهج الله، فالله شاكر وعليم؛ لأن الله يرضى عن العبد الذي يسير على منهجه، وعندما يرضى الرب عن العبد فهو يعطي له زيادة. فالله شاكر بمعنى أن البشر إن أحسنوا استقبال النعمة بوضع كل نعمة في مجالها فالله

<sup>1</sup> أخرجهُ أَبُو دَاوُدَ، انظر: مكتب الشؤون الفنية، سُبُلُ التَّعَامُلِ مَعَ وَسَائِلِ التَّوَاصُلِ. وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية. الكويت.

<sup>2</sup> نظرة النعيم في مكارم أخلاق الرسول الكريم - صلى الله عليه وسلم، ج1، ص 167-168 بتصرف.

يرضى عن العباد... ويعطي الإنسان من جنس الأشياء ويسمو عطاؤه، مصداقا لقوله الحق: {لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ} <sup>1</sup>.

25- يجب أن لا تشغلنا قنوات التواصل الاجتماعي الإلكتروني عن ممارسة الواجبات الشرعية، والتمارين الرياضية. تشير الدلائل الطبية إلى أن من خطوات بلوغ العافية النفسية المحافظة على النشاط ومن الأفضل المواظبة على المشي أو السباحة أو ركوب الدراجة أو ممارسة لعبة كرة القدم، أو العثور على النشاط الذي يستمتع به الشخص، وجعله جزءاً من حياته <sup>2</sup>. الرياضة مهمة لجميع أفراد الأسرة ويجب تسخير التكنولوجيا لهذه الغاية النبيلة.

26- مواقع الشبكات الاجتماعية غير ضارة للدماغ عند استخدامها باعتدال، ولكنها ضارة فعلاً إذا أفرطنا في استخدامها <sup>3</sup>.

27- "التربية الإسلامية هي تنمية فكر الإنسان، وتنظيم سلوكه، وعواطفه، على أساس الدين الإسلامي، وبقصد تحقيق أهداف الإسلام في حياة الفرد والجماعة، أي في كل مجالات الحياة. فالتربية الإسلامية على هذا عملية تتعلق قبل كل شيء بتهيئة عقل الإنسان، وفكره وتصوراته عن الكون والحياة، وعن دوره وعلاقته بهذه الدنيا، وعلى أي وجه ينتفع بهذا الكون وهذه الدنيا، وعن غاية هذه الحياة المؤقتة التي يحيها الإنسان، والهدف الذي يجب أن يوجه مساعيه إلى تحقيقه <sup>4</sup>".

28- في ظل الضوابط السابقة من المهم التحلي بالمرونة في إعطاء الأبناء والبنات حيزاً أكبر من الحريات وتحمل المسؤولية كلما كبروا في السن وأبدوا استعداداً أكبر لتحمل تبعات سلوكهم، وعلينا أن لا نجبرهم في كل الأمور على اختياراتنا، والتقييد بأذواقنا. ورؤي عن فلاسفة اليونان وعن سيدنا علي رضي الله عنه "لا تقسروا أولادكم على آدابكم، فإنهم مخلوقون لزمان غير زمانكم". يستفاد من ذلك "مراعاة أمور العادات والأخلاق، والمروءات، التي لا تتعلق بنص شرعي، وإنما مبناها على عادات الناس،

<sup>1</sup> سورة إبراهيم: 7، تفسير الشعراوي (5/ 2756).

<sup>2</sup> موسوعة الملك عبد الله بن عبد العزيز للمحتوى الطبي (2017م). نصائح حول الصحة النفسية. kaahe.org

<sup>3</sup> غرينفيلد، 2017، تغير العقل: كيف تترك التقنيات الرقمية بصماتها على أدمغتنا، ص 129.

<sup>4</sup> النحلوي، عبد الرحمن (2007). أصول التربية الإسلامية وأساليبها في البيت والمدرسة والمجتمع، ص: 28،

وأعرافهم؛ وهذا أمر يختلف باختلاف الزمان والمكان، فينبغي أن يراعي المرابي فيه تغير الأعراف، وتغير العادات؛ فلا يحمل أولاده على عادة أو عرف اختلف زمانه، ما لم يكن ذلك مصادما لنص شرعي واضح"<sup>1</sup>.

29- هل منع الهواتف النقالة الذكية عملية مجدية مع الناشئة؟ تطرق كاتبان من روسيا إلى هذا الأمر، ولهما رؤية أساسها تكريس روح القيم الأخلاقية الخالدة عن طريق تسليط الضوء على الممارسات الإيجابية في التعامل مع الانترنت. في نهاية كتاب "تاريخ الثقافة العالمية"<sup>2</sup>، يشير المؤلفان إلى ضرورة الابتعاد عن التركيز على السياسات المادية، فالمهم في مسائل التنشئة ليس زيادة المنع والقيود، وحظر كل ما هو سيئ؛ لأن القيود غالبا تزيد من جاذبيه المحظور. إن الاعتماد على مبدأ المنع - رغم وجاهته - سياسة غير مجدية عمليا. البديل الصحيح لمواجهة سلبيات الشاشات الجديدة بكافة تجلياتها هو إظهار ميزات كل ما هو جيد ونافع، وتشجيع الجيل الجديد على التقيد بالقيم الأخلاقية الإنسانية الرفيعة لمجاوزة العقبات<sup>3</sup>.

---

<sup>1</sup> موقع الإسلام سؤال وجواب (islamqa.info)، السؤال رقم: 192789

<sup>2</sup> تشييكالوف، دينيس وكوندراشوف، فلاديمير (1435هـ - 2014م). تاريخ الثقافة العالمية، مشروع «كلمة» للترجمة، أبوظبي.

<sup>3</sup> من مقالات أ.د. لطيفة حسين الكندري في جريدة القبس.

## فلاشات: التطلعات والمخاطر

ثمة الكثير من الكلمات المفتاحية (الفلاشات) والمؤشرات الدالة على محاسن وإشكاليات شبكات التواصل الاجتماعي الإلكتروني عائلها ومجتمعها. فيما يلي إشارة مقتضبة وخاطفة لبعض منها ثم لاحقاً سنتناول مجموعة من هذه السلبيات والإيجابيات بمزيد من الشرح والتفصيل:

مؤشرات التفاؤل	مؤشرات التشاؤم
إبراز مواهب الأبناء والبنات - سرعة نقل الأخبار- تمكين المعرفة لكافة المستويات - توسيع وتنوع دائرة الترفيه - الهاشتاقات العالمية تحشد الطاقات- تنوع مصادر الرأي العام-الإفادة من المواقع الدينية- التوعية التربوية والسياسة للناشئة؛ (رؤية مظاهر الديمقراطية الإلكترونية) - توثيق العلاقة بين البيت والمدرسة-حرية التعبير- التعايش- ترشيد البيع والشراء- توثيق الصلات العائلية- تعزيز المهارات التعليمية والمعرفية- ازدهار العمل الخيري وتحديد آلياته وسعة الانتشار- المواطنة العالمية-تستقطب جميع الأعمار والتجمعات-تبادل الصور والأفلام والرسومات والمقطوعات الموسيقية والترفيهية-زيادة الوعي- التعلم الذاتي- حفظ المعلومات- نمو التشريعات القانونية في منع الصور الفاحشة والمخللة بالأمن والمضرة بالتربط الأسري-التكاتف المجتمعي.	التفكك الأسري- الحوادث المرورية الناشئة عن الانشغال بالمحمول- تغلغل الصراع القيمي- المد المتزايد من الاشاعات- تضليل الرأي العام- تشجيع الاستهلاك - الإدمان على الانترنت- تناقض المضامين الاعلامية- تزايد وتيرة الجرائم الالكترونية المرعبة- ضمور المشاعر وذبول التواصل في اللقاءات الأسرية- صراع الأجيال - سهولة الحصول على الصور الإباحية - استغلال الأطفال - اختراق الخصوصية - عدم الاستمتاع بجماليات الطبيعة (الاكتفاء بالتصوير لإرضاء المتابعين)-الاختراقات الأمنية- شيوع آفات نفسية مثل التوتر والاكتئاب والقلق -انتشار التحرش الجنسي- زيادة النزاعات الاجتماعية-القرصنة التكنولوجية -ترويع المجاهرة بالمعاصي- اهدار الأوقات- شيوع الشتائم والقول الفاحش، التنافس الشرس.

## سلبيات مواقع التواصل

1- الانشغال بالإنستغرام، والانغماس بالتويتير والانكباب على الفيسبوك والواتس أب ظاهرة عالمية آخذة في الانتشار عند الكبار قبل الصغار، وباتت متكررة في الجلسات الأسرية وغابت الحوارات الهادئة، وقلّت الأحاديث الجانبية العذبة، وذبلت الابتسامات الجميلة العفوية. ومن النادر رؤية الأبناء منغمسين في اللعب والجري في فناء المنزل والساحات الكبيرة المجاورة للبيوت.

2- "بدل أن تسمع الأم صوت أبنائها كل صباح، وهم يلقون التحية عليها أو العكس اكتفوا بـ«صباح الخير يمة»، حتى النكتة ضاعت معها بهجة الضحكة وجمال الصوت وانشرح الوجه، فاستبدل ذلك بوجه إلكتروني رُسمت عليه علامات الضحك، لم نعد نشعر بدفء الكلمات وبهجة الضحكات، ولم نعد نشعر بلحمة المواساة وتأثير الطبطبة على الاكتاف أو المسح على الرأس. لكننا في النهاية يجب أن ندفع ضريبة التطور وثورة الاتصالات من مشاعرنا وأحاسيسنا، ومن نسيج العلاقات الأسرية والاجتماعية وتقاربها إلا أن دفء الكلمة وشعور الرؤية لا يعوضهما كم الكلمات والصور والأشكال المرسلة عبر مواقع التفكك الاجتماعي!"<sup>1</sup>

3- "وَمِمَّا يَبْعَثُ عَلَى الْأَسَى: وَجُودُ هَذِهِ الْأَجْهَزَةِ [الإلكترونية] لَدَى الْأَطْفَالِ الصِّغَارِ يَعْثُونَ بِهَا وَيُضَيِّعُونَ أَوْقَاتَهُمْ وَكَثِيرًا مِنْ صِحَّتِهِمْ وَأَخْلَاقِهِمْ، وَهُمْ لَا يُمَيِّزُونَ بَيْنَ الْعَثِّ وَالسَّمِينِ فِيهَا، فَالْوَجِبُ عَلَيْنَا نُصَحِّهِمْ وَإِرْشَادُهُمْ لِمَا يَضُرُّ فِيهَا وَمَا يَنْفَعُ"<sup>2</sup>.

4- من أخطار هذه المنصات الاجتماعية على فكر الناشئة تعرضهم لمعلومات مشوشة. التسرع في نقل الأخبار والحرص على كسب السبق الإعلامي ظاهرة ملموسة إذ يتم تناقل الخبر دون تحقق كامل من صدق المعلومات ومن دون تحري الدقة ومدى صلاحيتها للنشر.

5- نشاهد شيوع الأخطاء النحوية والإملائية مما يهدد سلامة اللغة العربية لا سيما لدى الناشئة ممن يستخدمون الوجوه أو الرموز التعبيرية الإلكترونية بكثافة في مواقع التواصل الاجتماعي وبرامج المحادثات الإلكترونية. إن العجز في التعبير عقبة كبيرة في طريق نماء الذائقة اللغوية والقدرة على التواصل الإنساني الخصب.

<sup>1</sup> اقبال الأحمد (2019). مواقع تفكك وليست "تواصل اجتماعي". باختصار، جريدة القبس: العدد: ١٦٤٣٤، ص ٣٢.

<sup>2</sup> مكتب الشؤون الفنية، 2018، سُئِلَ التَّعَامُلُ مَعَ وَسَائِلِ التَّوَاصُلِ. وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية.

6- "إن انتشار المنصات الاجتماعية عبر الإنترنت والتطبيقات المعتمدة على الإدراك المكاني للتفاعل مع المجتمعات المحلية والفضاءات العامة، يقود إلى مخاوف متزايدة من فقدان الخصوصية والسيطرة على الفضاءات الشخصية<sup>1</sup>". ضعف الحس الأمني لدى بعض الناشئة يدفع إلى تقديم معلومات شخصية ورسمية للغرباء.

7- إن الاستئناس بالناس فطرة طيبة ولكن فقدان الخصوصية مصيبة واطهار العداوة تكسر فقار الظهر من قوة هولها، ولقد بلغ البعض اعلان قرار الطلاق على الملأ انتقاما من الطرف الآخر. وقد تقوم المطلقة بالإعلان عن سعادتها البالغة بالنبا فتحتفل مع صديقاتها وقربياتها على الهواء نكايه بالزوج السابق! هذه العلنية - رغم ندرتها- تورث الأحقاد في قلوب الأبناء، وتهدم هيبة البناء العائلي، وتنافي أبسط قواعد الدين والأدب واللطف. الفجور في الخصومة نذير شؤم؛ "عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عَمْرٍو بْنِ الْعَاصِ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: "أَرْبَعٌ مَنْ كُنَّ فِيهِ، كَانَ مُنَافِقًا خَالِصًا، وَمَنْ كَانَتْ فِيهِ حَصَلَةٌ مِنْهُنَّ، كَانَ فِيهِ حَصَلَةٌ مِنَ التَّفَاقِي حَتَّى يَدْعَهَا: إِذَا أُؤْتِمِنَ خَانَ، وَإِذَا حَدَّثَ كَذَبَ، وَإِذَا عَاهَدَ غَدَرَ، وَإِذَا خَاصَمَ فَجَرَ"<sup>2</sup>.

8- الاستخفاف أو التهاون بأخلاقيات غض البصر أثناء تصفح الشاشات الإلكترونية. قال سبحانه "قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَعْضُوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ أَزْكَى لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ حَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ"<sup>3</sup>. هناك من يحرص على تتبع قنوات التواصل الإعلامي حبا في رؤية الجنس الآخر، واصطياد الصور المثيرة للاستمتاع أو لإقامة صداقات غير محترمة. قال الشاعر:  
كلّ الحوادث مبداهها من النظر ... ومعظم النار من مستصغر الشرر

9- استنزاف ميزانية الأسرة. إن الشركات العملاقة عابرة القارات في الإنترنت هدفها مادي بحت فتقوم بتزيين عملية الشراء واستدراج الناس إلى حد الإدمان من أجل الشراء من دون تمييز للضروريات والكماليات والرغبات والحاجات.

<sup>1</sup> جوردون وسيلفا، 2017م، المكانية الرقمية. الفصل الخامس: المجتمع.

<sup>2</sup> متفق عليه، رياض الصالحين ط الرسالة (ص: 449).

<sup>3</sup> سورة المؤمنون: (30).



- 10- "غياب رقابة الأهل عن مواقع التواصل الاجتماعي وبالتالي دخول الأطفال والمراهقين لمواقع غير أخلاقية بالكامل، وهذا يسبب أخطارًا كبيرة على الأطفال والمراهقين"<sup>1</sup>.
- 11- من التهديدات التي تواجه أعضاء الأسرة تسلسل الأفكار الإرهابية الآتية للبيوت الآمنة. "إن إخفاء الهوية وسهولة الوصول إلى الإنترنت يسمحان للمنظمات الإرهابية باستخدام الشبكات الاجتماعية لجمع الأموال من الأشخاص الذين يتعاطفون معها. إن الشبكات الاجتماعية تُستخدم على نطاق واسع من قبل المنظمات الإرهابية من أجل تعزيز وإقامة اتصالات مع الأشخاص الذين يتعاطفون معهم كما ويمكن للمنظمات الإرهابية جمع كمية كبيرة من المال باستخدام الإنترنت وكما تقوم بنشاطات دعائية وإعلامية بين عدد كبير من الأشخاص عبر الوسائل الاجتماعية"<sup>2</sup>.
- 12- إذا كانت الدراسات الميدانية في عالمنا العربي تقول إن أكثر من نصف الشباب يعتقدون بفائدة الانترنت للشباب فهناك دراسات وجدت أن نسبة تقارب من "75% من أفراد العينة يرون بأن الانترنت يعزز الرذيلة وينمي اتجاهات سلبية تتنافى مع الدين. ولعل ذلك يعود إلى الانتشار السريع لمقاهي الإنترنت بدون توعية كافية لأبنائنا"<sup>3</sup>.
- 13- الإدمان على شبكات الانترنت يغير أدمغتنا كيميائياً كما يغير أنماط حياتنا اليومية، والاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي يقلل من نضج التعاطف والهوية ذاتها<sup>4</sup>، ويحرماننا من متعة الحياة الطبيعية والحركة الرياضية، والارتباط بالواقع.
- 14- كثير من الناس تولّع بقنوات التواصل الاجتماعي بما فيها من قصص ضافية الذبول تُذهل العامة، وتجلب المتابعين، ويذيعها القاصي والداني وقد تتضمن لقطات تؤذي المشاعر ولا تتفق مع المنطق والعقل. هذا الوضع ومع مرور الوقت يشكل عقلية هشّة تتصف بالتسرع في نقل الأوهام ملهوفة لنقل الأخبار التي لا نصيب لها من الصحة بل تؤدي إلى قساوة القلب، وبلادة الحس، وتعطيل العقل. يحدث هذا مع من الكبار والصغار على حد سواء دون وقفات تأمل فضلاً عن غياب مهارات نقدية تعمل على رفضها سنداً ومتنا.

<sup>1</sup> الترا صوت، 2017، ما هي إيجابيات وسلبيات مواقع التواصل الاجتماعي؟

<sup>2</sup> أضيفي، ميثاق بيات (2019). السيرانية الإرهابية: المشكلة والحل؟ شبكة النبا: annabaa.org

<sup>3</sup> سعيد، 2005م، أثر الإنترنت والبت الفضائي على القيم الخلقية في المدرسة، ص 20، 31.

<sup>4</sup> غرينفيلد، 2017، تغير العقل: كيف تترك التقنيات الرقمية بصماتها على أدمغتنا. ص 18.

15- المادة التي يتناولها كثير من الناس في مواقع التواصل لا تصلح لإيجاد جيل رفيع القدر يتذوق الفن ويتمتع بالأدب، ويتمتع بالفكر. إن تراجع المستوى الفكري وتقلص ميادينه يشمل المجتمع بأكمله؛ فلا يقضي معظم الناس - سواء كانوا أطفالاً أو كباراً، متزوجين أو غير متزوجين - فترات المساء في القراءة (واختفت كتابة المذكرات تمامًا لدى البعض) بل أصبحت أشهر البرامج هي برامج المسابقات، وبرامج الألعاب، والمسلسلات التلفزيونية الدرامية الاجتماعية، وبرامج الثرثرة التي لا طائل منها<sup>1</sup>.

16- الاقبال على الفضاء الإلكتروني يجرم الناشئة بل الآباء والأمهات من تمارين المشي اليومية وتشغلهم عن واجباتهم وتجبب لهم الكسل وتبرر لهم الجلوس والخمول. "يمكن للتمارين الرياضية أن تقلل من خطر الإصابة بالأمراض الخطيرة، كأمراض القلب والسكتة الدماغية والسكري والسرطان بنسبة تصل إلى 50٪، وتُخفّض خطر حدوث الوفاة المبكرة بنسبة تصل إلى 30٪. ممارسة الرياضة عادة مجانية لا تكلف شيئاً، وسهلة الإجراء وتأثيرها سريع. التمارين الرياضية هي العلاج السحري الذي بين أيدينا دائماً، ولكننا أهملنا أن نأخذ منه الجرعات اليومية منذ فترة طويلة جداً؛ وصحتنا، نتيجة لذلك، تدفع الثمن. ومهما يكن عمر الشخص، هناك أدلة علمية قوية على أنّ ممارسة النشاط البدني يمكن أن تساعد على عيش حياة أكثر صحّةً وأكثر سعادة"<sup>2</sup>.

17- ومن سلبيات تويتر "انكسار القيمة، يظل المرء في بوتقة الاحترام لنفسه وبذاته وتحيطه تقديرات محبيه ويجري حجب أو إهمال أي مساس يمس بمقامه إلى أن يدخل في تويتر، وحينها سيسكن في بيت من الزجاج ويتكشف على الناس كل الناس وستضرب الحجارة والعيون معاً على أسوار داره التويترية حتى لا يبقى له من خاصة نفسه شيء، وسيأتيه من يكيل له كل أنواع القول، من نقد يهشم حصانة رأيه، ومن ذم وشتم وقذح .. ولن يسلم أحد من هذا مهما تحصن بعفة اللسان وسماحة التواصل وسعة الصدر. وهناك من يجرّك متابعيه للتعامل مع الشتم بمثل الفعل، وهناك من يحجب (Block) المسيء، وهناك من خرج من تويتر وتركها هارباً مما حصل لمقامه"<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> باسترناك، 2017م، جوهر الإنسانية، الفصل 14: انقراض الفضول العلمي، بتصرف.

<sup>2</sup> موسوعة الملك عبدالله بن عبدالعزيز العربية للمحتوى الصحي، 2017م، فوائد التمارين الرياضية، بتصرف.

<sup>3</sup> عبدالله الغدامي (2016)، ثقافة التويتر: حرية التعبير أو مسؤولية التعبير، ص 52-53، باختصار.

18- أثبت بعض الباحثين أنه يمكن أن يزيد استخدام الفيس بوك من حالات الاكتئاب<sup>1</sup> والقلق. من منظور الفلسفة الأخلاقية، من الشائع التمييز بين الواجبات تجاه النفس والواجبات تجاه الآخرين فهل هذه الشبكات تعمق المحبة أم الكراهية؟ الاعتماد على الانترنت أوجد نقاشا حادا بين عامة الناس وجمهرة المختصين وثمة انتقادات جوهرية للإنترنت سواء على مستوى الأمومة أو الصداقة أو المال أو الأخلاق عموما<sup>2</sup>.

19- الشباب طاقة جبارة متوقدة بالحماس والاندفاع إذا لم توجه نحو الأنشطة الحقيقية الحركية فإن البحث عن الراحة وقضاء أوقات الفراغ سيقودان إلى خسارة كبيرة لا سيما أن الفيسبوك ومساحات الدردشة وغيرها تكتسح الفضاء السيبراني، وتستقطب الناس، وتستهلك الأوقات وتستنزفها استنزافا.

20- من التناقضات المجتمعية الصارخة في الفضاء الإلكتروني تبادل الرسائل المهذبة وأحيانا الحميمية مع مجهولين<sup>3</sup> أما التعامل مع الأهل والأقارب فتتحول المحادثات إلى رسائل عادية. تميل علاقات التواصل الاجتماعي أحيانا نحو رغبة جامحة في الانتشار الرقمي لزيادة دائرة المعارف (المتابعين) وإشباع الغرور الناتج من تضخم الذات مما يشجع النفاق الاجتماعي.

21- تنامي ظاهرة التفاخر بالممتلكات، وكثرة الأسفار، وشراء السلع، وحب الشهرة وتوظيف وسائل التواصل الاجتماعي لكسب المؤيدين وإظهار الحياة المترفة وجماليات رشاقة الجسد وتسويق الفكر المثالي. ولا شك أن مثل ذلك يشعل فتيل الغيرة وهمسات التحاسد والتفاخر ويشكل خطرا على الخطط المستقبلية للأسرة لا سيما إذا كانت هذه الجهات السياحية مثلا تحتاج لميزانية فوق طاقة الأسرة ماليا.

22- "واحدة من أصعب الوقائع بالنسبة للآباء والأمهات والأجداد قبول حقيقة أن هناك صناعة من المنتجات التي تم انشاؤها لخداعك فيما يتعلق بأنشطة طفلك على الانترنت. وهناك تطبيقات للهواتف والكمبيوتر هدفها الوحيد هو السماح للأطفال بالمراسلة أو ارسال صور جنسية صريحة أو رسائل عبر الهاتف المحمول أو الدردشة أو المشاركة في أنشطة مختلفة من دون علمك. حتى إذا كنت مجتهدا في تفحص هواتفهم أو حواسيبهم بانتظام، يمكن أن

<sup>1</sup> برايس، 2019، كيف تقطع علاقتك بماتفك، ص 42.

<sup>2</sup> Liao, 2019. Russell, H., & , K. P. 11, Ormerod, 2018.

<sup>3</sup> ريفيل، 2018، الثورة الرقمية، ثورة ثقافية؟ ص 65.

تكون هناك برامج خطيرة خفية ومخبأة. كما أن تطبيقات مثل انستغرام وفيسبوك وسناب شات وواتس اب وديسكورد تفتح أعينهم على عالم غير آمن<sup>1</sup>.

23- لم يجد الباحثون علاقة سببية مباشرة بين الأنشطة المستندة إلى شاشات العرض الإلكترونية وبين مشاكل الصحة العقلية ولكن هناك بعض البحوث أكدت على الآثار السلبية للأفراد في استخدام هذه القنوات الاجتماعية فقد تؤدي إلى زيادة خطر القلق أو الاكتئاب أو التوحد الظاهري؛ نقص الأصدقاء وضعف التواصل الاجتماعي<sup>2</sup>.

24- من افرازات ملازمة وسائل التواصل الاجتماعي التكاسل والانصراف عن ممارسة الشعائر الدينية. لا شك أن المحافظة على الشعائر الدينية وعلى رأسها الصلاة من ركائز الإيمان. توعد المولى سبحانه من يفرط بالصلاة فقال "فَخَلَفَ مِنْ بَعْدِهِمْ خَلْفٌ أَضَاعُوا الصَّلَاةَ وَاتَّبَعُوا الشَّهَوَاتِ فَسُوفَ يَلْقَوْنَ عَذَابًا"<sup>3</sup>.

25- هناك من بدأ في استخدام التقنية الحديثة في التواصل الاجتماعي بصور صحية طبيعية ثم استفحل أمر تواجهه في العالم الافتراضي وانعكس سلبا على الانضباط العائلي، والالتزام الديني، والمستوى الدراسي. وفي مثل هذه الحالات تزيد الحجج التبريرية - بقصد أو من غير قصد - للسهر والعزلة والاتصال بالإنترنت.

26- زيادة حالات الطلاق لأسباب الخيانات الزوجية الإلكترونية أو نقص التوافق أو لتوافه لا يمكن تصورها وقصصها منشورة في وسائل الإعلام حتى احتار فيها القضاة ممن يفصلون في المنازعات الزوجية. ومن المخجل ظهور حالات اعلان الطلاق على الإنستغرام من باب الانتقام. أمر الإسلام بالإمسك بالمعروف أو التسريح بإحسان فهل نتهاون بهذه القيم الإنسانية لمسوغات تافهة؟ إن قسوة القلب قد تدفع إلى الطلاق بطريقة لا تليق بتاتا مع قيم الإسلام. لا ريب أن ذلك يمزق العلاقات والأرحام ويورث الأبناء بل الأحفاد الأحقاد.

---

<sup>1</sup> عطية، 2019، ص 13، باختصار يسير. "الديسكورد برنامج تواصل اجتماعي مجاني صمم خصيصًا لمجتمع الألعاب، والذي يتخصص في الاتصالات النصية والفيديو والصوتية بين المستخدمين في قناة الدردشة. يعمل الديسكورد على نظام مايكروسوفت ويندوز... ومتصفحات الويب". ديسكورد (7 فبراير 2019). ويكيبيديا.

<sup>2</sup> Davies and others, 2019, Billington, 2017.

<sup>3</sup> سورة مريم: 59.

27- أكد باحثون بأنحاء مختلفة من العالم على خطورة الهواتف الذكية وقاموا ببيان أضرار متابعة الوسائط المتعددة على التركيز. يقول جيم تايلور، مؤلف كتاب "تنشئة جيل التكنولوجيا"، إن هناك "كما متناميا من الأدلة الواضحة - حتى وإن لم تثبت تماما واختلفت حولها الآراء - على أن التكنولوجيا والتواصل الاجتماعي والوصول الفوري للإنترنت والهواتف الذكية تضر بقدرة الأطفال على التركيز. إننا نحدث تغييرا جذريا على الطريقة التي يفكر بها الأطفال وطريقة نمو مخمهم"<sup>1</sup>.

28- منذ اختراع الإنترنت قبل أقل من خمسين سنة تقريبا، وهذا الاكتشاف الفذ يتقدم ويتوسع على نحو خارق أربك الحسابات. تجدد الحكومات والشركات ومؤسسات التنشئة الاجتماعية صعوبة بالغة في تقليص الآثار السلبية لهذا الاختراع المفيد والمخيف. أما اليوم فالتنافس على قنوات السوشيال ميديا جعل الشركات المتخصصة بالسينما والإعلام والتجارة والتعليم والترفيه تتسابق لإرضاء المتابعين وخدمة الأكرية الساحة. بلايين البشر يستخدمون شبكات الإنترنت طلبا للمعلومات، والتماسا للتواصل الاجتماعي، والترفيه. ولقد ساهمت التقنية المعلوماتية في تحسين الخدمات الصحية والتعليمية وتشكيل ثقافة عالمية جديدة تتضخم في كل لحظة تمثييا مع رغبات الرأي العام. وأمام ذلك التقدم المطرد لا توجد في الوقت الراهن آليات اجتماعية كافية لحماية الناشئة من الإفرازات السلبية لتلك التقنيات المتقدمة والمتداولة<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> بيتيل، نيكولاس مانكول (2019). كيف تُعلم جيلا "تأثر سلبا" بالتكنولوجيا الحديثة؟ موقع البي بي سي (bbc.com).

<sup>2</sup> من مقالات أ.د. لطيفة حسين الكندري في جريدة القبس.

## إيجابيات مواقع التواصل

1- تقدم الشبكات الاجتماعية تسهيلات سريعة لا حصر لها ولم تكن تخطر على البال منها التواصل السهل بين أفراد العائلة، وتنوع وسائط التوعية والإرشاد، وتنظيم المتطلبات المنزلية وتوزيع المهام، والتذكير بموعد الاجتماعات العائلية، وتبليغ المستجدات، والشعور بالانتماء، وإدارة النقاشات، ونقل الأخبار على وجه السرعة مجاناً، وزيادة فرص تقديم الدعم ومعرفة الاحتياجات وتنمية العلاقات.

2- يؤمن الشباب العربي في دراسة من الدراسات أن شبكة الإنترنت قد قربتهم من الالتزام بتعاليم الدين بعكس الاعتقاد السائد<sup>1</sup>.

3- إِنَّ مِنْ عَظِيمِ فَضْلِ اللَّهِ - سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى - عَلَيْنَا، وَمِنْ فَيْضِ نِعْمِهِ الَّتِي لَا تُعَدُّ وَلَا تُحْصَى فِي كُلِّ مَا لَدَيْنَا: هَذِهِ الْأَلَاتُ الَّتِي بَيْنَ أَيْدِينَا، فَكَمْ - بِفَضْلِ اللَّهِ - قَرَّبَتْ مِنْ بَعِيدٍ، وَأَخْدَتَتْ مِنْ جَدِيدٍ، وَهَوَّنَتْ مِنْ عَسِيرٍ. وَفِي حِينِ كَانَتْ الرِّسَالَةُ تَسْتَعْرِقُ أَيَّاماً وَأَسَابِيعَ لِتَصِلَ إِلَى مَنْ أُرْسِلَتْ إِلَيْهِ: صَارَتْ تَصِلُ فِي لِحْظَاتٍ مَحْدُودَةٍ، وَمِنْ تِلْكَمُ الْوَسَائِلِ الَّتِي جَدَّتْ فِي هَذَا الْعَصْرِ وَكَانَتْ وَلِيدَةَ التَّقَدُّمِ وَالثَّقِينَةِ وَالثَّوْرَةَ الْعِلْمِيَّةَ: مَا يُعْرَفُ بِوَسَائِلِ التَّوَاصُلِ الْإِجْتِمَاعِيِّ؛ وَهِيَ وَسَائِلٌ مُفِيدَةٌ جِدًّا، وَفِي الْوَقْتِ نَفْسِهِ ضَارَّةٌ جِدًّا أَيْضًا، وَإِنَّمَا تَكُونُ مَنَافِعُهَا وَمَضَارُّهَا بِحَسَبِ مُسْتَحْدِمِهَا<sup>2</sup>.

4- يعتقد أغلب الآباء أن الطفل يتعلم من تقنية الهواتف تحمل المسؤولية ومهارات حل المشاكل استناداً لإحدى الدراسات العربية<sup>3</sup>.

5- "فَكَمْ مِنْ إِنْسَانٍ اسْتَحْدَمَهَا فَأَحْسَنَ اسْتِحْدَامَهَا فِي نَشْرِ الْحَيْرِ وَالِدَّعْوَةِ إِلَى الْحَقِّ، وَالْأَمْرِ بِالْمَعْرُوفِ وَالنَّهْيِ عَنِ الْمُنْكَرِ بِإِحْلَاصٍ وَصِدْقٍ، وَإِقَامَةِ الْحُجَجِ وَإِصْلَاحِ الْأَخْبَارِ الصَّادِقَةِ وَتَبَادُلِ الْمَعْلُومَاتِ النَّافِعَةِ، وَبَدَلِ نَتَائِجِ الْعُقُولِ وَالْمُخْتَرَعَاتِ وَتَلَافُحِ الْأَفْكَارِ الْيَانِعَةِ، وَصِلَةِ الْأَرْحَامِ وَالتَّوَاصُلِ مَعَ الْأَصْدِقَاءِ، وَالْإِطْلَاحِ عَلَى كُلِّ جَدِيدٍ نَافِعٍ فَوْقَ كُلِّ أَرْضٍ وَتَحْتَ كُلِّ سَمَاءٍ"<sup>4</sup>.

<sup>1</sup> مينا ناجي (2012). 20 إحصائية لم تكن تعرفها عن الشباب العربي والإنترنت! موقع ديجيتال قطر (digitalqatar.qa).

<sup>2</sup> مكتب الشؤون الفنية، 2018، سُئِلَ التَّعَامُلُ مَعَ وَسَائِلِ التَّوَاصُلِ. وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية. الكويت.

<sup>3</sup> Time Out UAE Kids (2019), p. 27.

<sup>4</sup> مكتب الشؤون الفنية، 2018، سُئِلَ التَّعَامُلُ مَعَ وَسَائِلِ التَّوَاصُلِ. وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية. الكويت.

6- أتاحت التقنية الحديثة للمتخصصين وغيرهم فرصة مشاهدة الاكتشافات العلمية المدهشة وقدرتها على رفد الحياة اليومية وإعادة توجيهها. "تعتبر مواقع التواصل الاجتماعي من أهم مظاهر وثمار التطور العملي والتكنولوجي الحديث، والمعلوم أن الجميع يستخدم مواقع التواصل الاجتماعي سواءً للترفيه أو لأسباب أخرى تعليمية أو اجتماعية، والأکید أن مواقع التواصل الاجتماعي أصبحت من ضروريات الحياة الحديثة لكنها للأسف سلاح ذو حدين يجب استخدامها والتعامل معها بحذر كبير"<sup>1</sup>.

7- إن سرعة نقل المعلومات وإمكانية التقاطها بيسر داخل المنازل عبر شبكة المعلومات (الإنترنت) العالمية أصبحت وسيلة فعّالة لوضع برامج العلوم الإسلامية وخاصة ما يتعلق منها بعلوم القرآن الكريم والسنة النبوية المطهرة والأخلاق النبوية الكريمة على قدم المساواة مع بقية العلوم الأخرى، وبذلك تتاح فرصة أكبر لكل تواق إلى المعرفة، باحث عن الحقيقة كي يصل إلى غايته بيسر ويتناقلها بسهولة<sup>2</sup>.

8- "تساهم مواقع التواصل الاجتماعي في البقاء على تواصل دائم مع الأهل والأصدقاء وإزالة الحدود والمسافات، كما تتيح البقاء على تواصل مع أهم المواقع الإخبارية لمعرفة ما يدور حولنا من أحداث مهمة تؤثر في مسار حياتنا"<sup>3</sup>.

9- **تُشكك دراسة حديثة في العلاقة بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي وبين خطر الاكتئاب.** "شاع في الأوساط العلمية والاجتماعية مؤخرًا بأن استخدام وسائل التواصل الاجتماعي ينطوي على زيادة في خطر الإصابة بالاكتئاب، وقد استندت تلك الفرضية أو المقولة لعدة دراسات علمية أظهرت بأن الإدمان على استخدام وسائل التواصل الاجتماعي هو أمر شائع بين الشباب خصوصًا، وأن ذلك يرتبط مع قلة النوم، وتراجع الثقة بالنفس، والإصابة بمشاكل نفسية، مثل القلق والاكتئاب. إلا أن دراسة حديثة فنّدت تلك المقولة، وأرجعت سبب تباين النتائج التي خلصت إليها مع نتائج الدراسات السابقة إلى أن

<sup>1</sup> الترا صوت، 2017، ما هي إيجابيات وسلبيات مواقع التواصل الاجتماعي؟

<sup>2</sup> نضرة النعيم في مكارم أخلاق الرسول الكريم - صلى الله عليه وسلم (المقدمة/ 33).

<sup>3</sup> الترا صوت، 2017، ما هي إيجابيات وسلبيات مواقع التواصل الاجتماعي؟

الباحثين فيها اعتمدوا مقارنة بحثية طويلة الأمد، في حين أن الدراسات السابقة تناولت الموضوع ضمن إطار زمني ضيق<sup>1</sup>.

10- تعطي منصة تويتر "دروسًا في كسر الغرور النفسي وفي كشف القدرة على التعامل مع الاستفزاز"<sup>2</sup>.

11- منصات التواصل يمكن أن تدرب الأبناء على حب الخير للغير، والمشاركة في نشر كل أمر جميل وأصيل وجليل حتى تتوطن نفوسهم على محبة الفضائل، وبغض الرذائل.

12- تهدف فلسفة الشركات الكبرى على شبكة الانترنت إلى مشاركة الجمهور بالمعلومات نشرًا للفائدة. تقول شركة جوجل: تكمن مهمتنا في تنظيم المعلومات وتوفيرها للجميع في أنحاء العالم بشكل يعود عليهم بالفائدة. في الوقت الحاضر على الأقل سوق محركات البحث لها اليد العليا<sup>3</sup>. لا ريب أن هذه الشركات لها مآرب أخرى.

13- تقدم التطبيقات التقنية العصرية المتمثلة في المكالمات المرئية والرسائل النصية، ومقاطع الفيديو جسرا متينا لتواصل الآباء مع أبنائهم المسافرين ومن خلاله يتفاعل الآباء مع فلذات الأكباد وجها لوجه مما يقلل لوعة الشوق ويخفف مشاعر الغربة وفراق الأهل ويتيح مساحات كافية للتواصل والمتابعة والتنفيس. كانت الأجيال السابقة تدفع شهريا مبالغ كبيرة نظير الاطمئنان على أولادهم وأهلهم في الخارج وهم يطلبون العلم أو العلاج أو التجارة والسياحة. إذا كانت الغربة فعلا قطعة من الآلام نظرا لفراق الوطن وفقدان مؤانسة الأهل، والحرمان من الخلان فإن وسائل التواصل الاجتماعي والفضاء الإلكتروني من أجنحة الرحمة الخافقة بالشوق بين الآباء والأبناء في أسفارهم لتخفف لوعة الفراق. وعن مشاعر المغترب وقلبه المحترق يقول الشافعي:

إنَّ الغريبَ له مخافةٌ سارقٍ وخضوعٌ مديونٍ وذلةٌ موثِّقٍ  
فإذا تذكَّرَ أهلهً وبلادهً ففؤاده كجناح طيرٍ خافقٍ

<sup>1</sup> موسوعة الملك عبدالله بن عبد العزيز للمحتوى الطبي (2019م). دراسة حديثة تُشكك في العلاقة بين استخدام وسائل التواصل الاجتماعي وخطر الاكتئاب. kaahe.org

<sup>2</sup> عبدالله الغدامي (2016)، ثقافة التويتر: حرية التعبير أو مسؤولية التعبير، ص 53.

<sup>3</sup> أبلسون وآخرون، 2015، الطوفان الرقمي، الفصل الرابع.



14- تقدم أغلب مؤسسات المجتمع المدني برامج إثرائية لخدمة الأسرة عبر بوابة الشبكات الإلكترونية وهذا في حد ذاته يساهم في تحسين الحياة العائلية، ويُحدث تأثيراً طيباً في النفوس. تقدم شركات الاتصال الوطنية "مشاريع اجتماعية وتعليمية من مثل مشروع البوابة الإلكترونية "طالب"، الحاصل على جائزة أفضل موقع إلكتروني في الكويت، وهو عبارة عن موقع إلكتروني يعزز من صلة التواصل بين المعلمين وأولياء الأمور والطلبة في الكويت بهدف تقوية العلاقة فيما بين بيئة المدرسة وبيئة المنزل. يمكن للجميع الدخول إلى الموقع ومتابعة مختلف القضايا التعليمية وآخر مستجداتها إلى جانب البرامج والجدول المدرسية الأخرى. أكثر من 80 مدرسة في منطقة حولي التعليمية قامت بتبني المشروع وتطبيقه بنجاح في مختلف المدارس. عدد المسجلين في موقع "طالب" 8,000 مدرس و 12,000 ولي أمر ممن يتابعون تحصيل أبنائهم العلمي من خلال الموقع<sup>1</sup>.

15- تشير الدراسات إلى أن أهم إيجابيات الشبكات الاجتماعية الثقة بالنفس، والمبادرة والرضا عن الذات، وعدم الشعور بالانطواء والوحدة، وتقدير الذات والصدق في التعبير عن النفس، وخلق الصداقات، وتطوير العلاقات<sup>2</sup>، وشكر المحسنين والمبدعين والتواصل مع الفضلاء ودعم مشاريعهم التنموية.

16- تصاعدت حالات التعارف لأغراض الزواج عبر مواقع التواصل الاجتماعي (مواقع الزواج)، وتحبيب الناس بالزواج وتكوين الأسرة، وتقليل عوائق التعارف بين المقبلين على الزواج داخل البلد الواحد وخارجه أيضاً.

17- "وجد باحثون في بريطانيا أن نسبة إدمان المخدرات والسجائر والكحول بين المراهقين عمر 11 إلى 15 عاماً انخفضت إلى النصف خلال العقد الماضي طبقاً لإحصائيات NHS نظام الخدمات الصحية الوطنية في بريطانيا. وفي الولايات المتحدة، شهدت نسبة التدخين والكحول أدنى مستوياتها منذ أربعين سنة طبقاً لتقرير ورد في صحيفة النيويورك تايمز. ويجد الباحثون أن السبب في هذا الانخفاض هو استخدام الهواتف الذكية والمتعة والإثارة التي تقوم بها تلك الأجهزة في الدماغ، وقد أكد عدد من الباحثين والمختصين علاقة ألعاب الفيديو والهواتف الذكية بالمتعة والإثارة التي ترسلها إلى الدماغ، والتي قد تكون بديلاً عن التدخين

<sup>1</sup> زين، 2019، قطاع التعليم (kw.zain.com/ar/community).

<sup>2</sup> رفعت، 2018م، الرأي العام في الواقع الافتراضي وقوة التعبئة الافتراضية، ص 27-40، هتيمي، 2005م، ص 101.

والكحول والمخدرات، إلا أن الأبحاث ما زالت مستمرة لفهم طبيعة العلاقة بشكل علمي مفصل<sup>1</sup>.

18- قنوات التواصل أدوات إبداع وكنوز ابتكار. قال بيل غيتس "أعتقد أنه من الإنصاف القول أن أجهزة الكمبيوتر الشخصية أصبحت أكثر أداة تمكينية صُنعت.. إنها أدوات الاتصال، وإنها أدوات الإبداع".

19- إن باستطاعة الوسائل الرقمية تنمية القدرات العقلية بشرط أن يكون الاستعمال في حدود المعقول وأن يكون مناسباً لعمر المستخدمين. ووفق المختصين في علم النفس التنموي وتربية الأطفال فإن تكيف الدماغ البشري مع الشاشات ليس فيه أي شك. وفقاً لسن الطفل فإن استعمال الحاسوب، والألواح الرقمية والألعاب الإلكترونية يمكن أن يكون مفيداً بشكل ما<sup>2</sup>.

20- هذه الشبكات مشجعة للعديد من صور المؤانسة، ومحفزة للمقدرة على التعبير وتوسيع المدارك وتوثيق علاقة القرابة والصدقة داخل الأسرة وخارجها. إن تصاعد اقبال الناس على اقتناء أجهزة التواصل علامة قاطعة على الإيمان بقدراتها الفائقة في ترسيخ التكافل الاجتماعي إذا تم استخدامها في دائرة القيم الصحيحة.

21- هناك الكثير من الجهات الحكومية وغيرها تحرص على تقديم استشارات هاتفية مجانية تخدم الأهداف الأسرية يمكن التواصل معها والإفادة منها. ومثال ذلك مركز الاستماع في الأمانة العامة للأوقاف. تتيح هذه الخدمة الاستماع لمشاكل الأشخاص والمساعدة في تقديم التوجيه والإرشاد التربوي والاجتماعي بسرية تامة<sup>3</sup>. الحوار والاستشارة من علامات الاستنارة.

22- رصد سلبيات الإنترنت وتلافي الأخطاء وسيلة لتعزيز الإيجابيات. إن وجود السلبيات دلالة على قوة هذا الاختراع وضرورة الانتفاع منه بالخير، وهذا النزاع في خطورة التقنية الرقمية

---

<sup>1</sup> السالم، فاطمة (2017). مواقع التواصل تزيد الشعور بالنقص والحرمان. جريدة القبس، برايس، 2019، كيف تقطع علاقتك بماتفك، ص 36.

<sup>2</sup> ريفيل، 2018، الثورة الرقمية، ثورة ثقافية؟ ص 124.

<sup>3</sup> الاتصال هاتفياً على الرقم التالي 1804447 من الأحد إلى الخميس؛ من الساعة 4:30 إلى 8:30.

يحدث تاريخياً مع ظهور كل مُنتج جديد، وهذه ظاهرة مجتمعية صحية في بعض جوانبها كي يحذر الإنسان من المساوئ ويتحرى المنفعة.

23- تزيد الشبكات الاجتماعية ذوي الاحتياجات الخاصة الثقة بأنفسهم والمطالبة بحقوقهم، ورفع همهم.

24- التوظيف الحسن للتكنولوجية الرقمية نعمة - لا تقدر بثمن - لذوي الاحتياجات الخاصة وخدمة لذويهم فعبق قنوات التواصل يجدون الدعم والدمج المجتمعي مما يتيح الفرصة لتكوين علاقات إيجابية وتنظيم فعاليات مشتركة تخدم المجتمع بأسره وتكسر طوق العزلة بين شرائح المجتمع.

25- تتواصل منظمات حماية الطفل مع الآباء والأمهات لبناء شراكة مجتمعية.

26- تتجه الحكومة الكويتية في سياساتها نحو ربط المواطن والمقيم بالبوابة الالكترونية التي تقدم خدمات كثيرة للأسرة؛ خدمات صحية تثقيفية، اجتماعية وغيرها. يبين الشكل التالي عدد زوار البوابة في بداية السنة الحالية<sup>1</sup>:



<sup>1</sup> <https://www.e.gov.kw/sites/kgArabic/Pages/InfoPages/Statistics/Statistics.aspx#>

## الباب الثاني

### الألعاب الإلكترونية الجماعية

تواصل وسعادة أم استئصال وإبادة؟

تقدم منصات التواصل أعلى مستويات الترفيه والتسلية للأطفال والكبار على حد سواء، حيث تتوفر مجموعة من الألعاب في مواقع متنوعة وضخمة وعالمية، وهذه الألعاب إما أن تكون فردية أو جماعية<sup>1</sup>. كثير من هذه الألعاب نافعة للعملية التعليمية والتربوية من مثل مؤازرة التعلم الذكي، وتنمية مهارات حل المشكلات، وتوثيق العلاقات الاجتماعية. وتمتد الفوائد لعلاج حالات مرضية عديدة<sup>2</sup> استنادا للدراسات الطبية الرصينة. وعلاوة على ذلك تساعد الألعاب في اكتساب اللغات، والتواصل مع الثقافات.

إن "برمجيات الألعاب التعليمية Instructional Games Programs نمط شائع من البرمجيات، يقدم للمتعلم المتعة والإثارة في التعلم من خلال ألعاب تعليمية، يمكن للمتعلم أن ينافس فيها متعلماً آخر، كما يمكن له أن ينافس جهاز الحاسوب نفسه، ويمكن أن تتم عبر شبكة الإنترنت، ولها فوائد عديدة، ولها مخاطر جمة ينبغي على المعلمين وأولياء الأمور الوعي بها، والحذر منها"<sup>3</sup>. ويذهب البعض إلى أن الممارسة المكثفة لألعاب الفيديو تحسن الكفاءات البصرية للأشخاص مما يعمل على نمو وتحفيز البنى الدماغية المتعلقة بالعلاقات الاجتماعية<sup>4</sup>. وتنشط الألعاب الإلكترونية في المنصات الاجتماعية وتنتشر ممارسة وتسويقاً وثقافة. لا جدال في أن الكثير من الألعاب التعليمية موجهة للطفل، وترفه عنه وتسليه، وتزوده بمعلومات ثقافية عديدة، وتجعله يحل المشاكل المتنوعة، وتحفزه ليتخذ خطوات ذكية للتخلص من المصاعب، وتحقيق الأهداف في فترات قياسية. توفر الألعاب المشتركة بيئات تعليمية وأنشطة ترفيهية مشحونة بإيقاعات الإثارة والتنافس والمتعة الجماعية. ولكن إذا استحوذت تلك البرامج التواصلية على العقل وذوق الطفل لذتها لفترات طويلة ولم يتم اختيارها بعناية - طبقاً لمقاييس

<sup>1</sup> الترا صوت، 2017، إيجابيات وسلبيات الإنترنت.

<sup>2</sup> حجازي، 2010، ص 66، 68، غرينفيلد، 2017، تغير العقل. ص 198، ص 193.

<sup>3</sup> معجم المصطلحات التربوية والنفسية (2016م). ص 61.

<sup>4</sup> ريفيل، 2018، الثورة الرقمية، ثورة ثقافية؟ ص 124.

العمر والثقافة المجتمعية- وصارت الألعاب الشغل الشاغل للناشئة فهنا نحن فعلا أمام مشهد رهيب بمعنى الكلمة.

يا لها من ألعاب طاحنة على شاشات الانترنت عند رؤية سيل من التصويبات النارية ضد الأطراف الأخرى...اصابات وقتلى وغم واكتئاب في أعقاب الهزيمة وبمجرد الخروج من اللعبة... المهمل الشعور بلذة الانتصار بعد معارك ضارية، وختامها رقصات الفوز بطريقة غير مألوفة مجتمعيًا حيث يقوم بها الناشئة في البيت والمدرسة والمجمعات التجارية تعبيرًا عن نشوة الفرح المستقبح. هذه الألعاب الإلكترونية التواصلية أبعد ما تكون عن تربية الوجدان إذا أدمن الطفل اللعب فيها بعيدا عن الأصول والضوابط. لعبة أبكس لجندس (Apex Legends) وبوبجي (PUBG) ولعبة فورت نايت (Fortnite)، وكول أوف ديوتي الحربية المعروفة بنداء الواجب (Call of Duty)، ولعبة فورزا لسباق السيارات (forza) وفيفا الرياضية (Fifa) وغيرها من الألعاب اكتسحت دنيا الناشئة عالميا، واقتحمت برامجها البيوت، وأخذت تحرق أوقات الناشئة والكبار، وتشوه هويتهم، وتستنزف طاقتهم، وتستهلك أموالهم، وتشغل أرواحهم في مباريات قد تزرع العنف والبغضاء بين المتسابقين والمتفاعلين معها. الآباء غالبا أو أحيانا في غفلة تامة عن خطورة الوضع صحيا وثقافيا ودينيا وأمنيا.

وفي دولة عربية وتحديدًا في عام 2018 وقعت مشاجرات عنيفة في أماكن متفرقة وتوفي من جرائها 3 أشخاص و800 مصاب في 3800 مشاجرة ومن أبرز أسبابها: التأثير بالألعاب الإلكترونية العنيفة وأفلام الرعب<sup>1</sup>. وهناك دراسات أوروبية وأمريكية وفي كوريا الجنوبية واليابان<sup>2</sup> تدل على الآثار السلبية الناجمة عن الإفراط في الألعاب الإلكترونية ومن جملتها الألعاب التي تستقطب ملايين البشر على منصات التواصل الإلكتروني. وفي تاريخ 22 أبريل 2019 تقدم أحد أعضاء مجلس الأمة في دولة الكويت باقتراح برغبة حظر الألعاب المحرّضة على العنف مثل الحوت الأزرق وبوبجي وفورتنيت. وكثير من الدول بدأت تنادي باتخاذ قرارات حاسمة للحد من هذه الألعاب التي جعلت قنوات التواصل ذات خطورة بالغة.

وتُعدُّ شبكات التواصل الاجتماعي المعتمدة على المواقع وألعاب الأجهزة المحمولة بيئات اجتماعيةً شبكيةً لتشمل «ألعاب الإنترنت الكثيفة اللاعبين». وأصبح تأثير مواقع الألعاب

<sup>1</sup> محمد إبراهيم (2019). السلوك العدواني. ص 3، القبس: عدد 16413-السنة 47. الكويت.

<sup>2</sup> هاشيموتو يوشي أكي (2013). مكافحة ادمان... الإنترنت. nippon.com - غرينفيلد، 2017، ص 209.

الإلكترونية على التفاعلات الاجتماعية أمرًا شديد الوضوح. "ومع أن الألعاب والعوالم الافتراضية كانت تُتهم بأنها تعزل الناس بعضهم عن بعض وعن العالم «الواقعي»، فإن الأمكنة الرقمية تتحدّى ذلك الافتراض؛ فالشبكات الرقمية تربطنا بالعالم المادي وتقدّم إطارًا للتفاعلات الاجتماعية مُحَدَّدة الموقع جغرافيًا<sup>1</sup> بدقة متناهية.

وهكذا يعيش اللاعب في الميدان الحقيقي فهي ألعاب هجينة تجمع بين الخيال والآلات وبين الحقيقة. لعبة البوكيمون قد يلعبها أكثر من شخص عبر الهاتف النقال بتطبيقات الواقع المعزز وربما تطلبت اللعبة التجسس على الجار، وتصوير المرافق العامة وفتح الكاميرا داخل المنزل وفي الشوارع والطرق. وجدت هذه اللعبة رواجًا بين الناشئة وانتشرت في العالم العربي أيضا وظهرت ميول عالية لإدمان هذه الألعاب.

أنتج اليابانيون كتب المغامرات والقصص المصورة؛ المانغا وقدموا البوكيمون؛ لعبة وحش الجيب؛ التي عادت من جديد بتقنية حديثة متأقلمة مع تقنية الواقع المعزز ومرتبطة بالهواتف المتنقلة. حظيت لعبة البوكيمون باهتمام الشباب في جميع أنحاء العالم. وغدت الدوائر التربوية والأمنية والدينية في حالة استنفار لشيوع هذه اللعبة المسلية التي لا تخلو من المخاطر لأنها قد تكشف عن خصوصيات الناس، وتتعارض مع قيمهم، بل قد تشكل خطرا على مرافق وأمن البلاد. دعمت شركة "نتندو" مصمم لعبة البوكيمون ساتوشي تاغيري المغرم بعالم الحشرات والحيوانات حتى لاحت له فكرة مفادها أن الكائنات الغريبة المتشكلة بأشكال متنوعة ستغزو العالم قادمة من الفضاء الخارجي وينبغي البحث عنها، واخضاعها لسيطرة البشر. حققت الشركة منذ التسعينات من القرن الماضي المليارات من الدولارات واليوم انتعشت اللعبة بصورة جنونية مكتسحة العالم الافتراضي مما أذهل جميع المراقبين، وأبهر العالم بأسره، وأفزح المرين خشية من الإدمان عليها.

في التسعينات من القرن الماضي كتبت الصحف العالمية عن لعبة البوكيمون باعتبارها ظاهرة جديدة مخيفة تهدد فناء المدرسة (New Scourge of the Schoolyard) لأن المراهقات

---

<sup>1</sup> جوردون وسيلفا، 2017، المكانية الرقمية. الفصل الرابع: الشبكات والألعاب الاجتماعية، باختصار، سيل، 2017م، الكون الرقمي، الفصل 13: العالم الافتراضي والمعزز.

سببت مشكلات عديدة بين الطلبة وأهاليهم كما أن هذه اللعبة حجبت الطلبة عن الحركة في ساحة المدرسة. هيمنت اللعبة على أذهان التلاميذ لدرجة قيام بعض المدارس بمنعها تماما. واليوم تعد لعبة فيديو الإنترنت (Fortnite) الأكثر شعبية في العالم وهي لا تكلف شيئاً للعب، كما أنها متوفرة على سبع منصات مختلفة، ولديها أكثر من 200 مليون لاعب مسجل في جميع أنحاء العالم. وتتيح هذه الألعاب مزايا إضافية يستطيع المتسابق بسهولة دفع مبالغ مالية كي يشتري امتيازات أفضل وتصبح متاحة له فتزداد اللعبة مع مرور الوقت بهجة وولعا وادمانا نفسيا وماليا. يدخل الشباب في سلسلة من المغامرات التكنولوجية العارمة تجعلهم أسرى سجن الحياة الافتراضية وكثير منهم لا يشعرون بهول هذا السجن الذي يجرهم من أداء واجباتهم والاستمتاع بحقوقهم في العالم الحقيقي. وهكذا بكل بساطة يتعلق الأبناء والبنات بالحياة التقنية؛ الألعاب الإلكترونية التي تتطلب هدر الساعات للتمكن من مهارات اللعب والفوز، وأصبحت هذا المنافسات الآن على النت قد تتخللها الإعلانات والمدخلات الخاطفة والمخيفة والصور التي تخدش الحياء يصاحبها كلمات تمجُّها الأسماع، وتستهنجنها النفوس.

ثمة اقبال غير مسبوق على الألعاب الإلكترونية؛ لعبة أيبكس ليجند (Apex legends) وهي لعبة تشاركية عسكرية قام بتنزيلها 10 ملايين مستخدم في 72 ساعة فقط من بعد نزولها، والفورت نايت خلال أسبوعين حصدت نفس العدد. وفي خلال أسبوع قام 25 مليون لاعب باستخدام لعبة أيبكس ليجند (أساطير أيبكس) التي أذهلت المراقبين في انطلاقتها، حتى بدأت هذه الانطلاقات تتكرر مع الألعاب العالمية الجديدة والممتعة<sup>1</sup>. باعت الشركة من لعبة نداء الواجب (Call of Duty) أكثر من 27 مليون نسخة في الأشهر الأولى من إطلاقها فما أسباب دخول عالم غير واقعي هل بسبب حب التفوق أو الهروب من أعباء الحياة أو الغرض الصحيح هو التواصل الاجتماعي رغم أن مثل هذه الألعاب قد تولد القلق والغضب والعصبية؟

تشير الدراسات إلى أن 9% على الأقل يمارسون الألعاب الإلكترونية بشكل مرضي وتفرز عقولهم مادة الدوبامين مما يسبب الإدمان على الألعاب.<sup>2</sup> إن الدوبامين في أجسادنا

<sup>1</sup> Paul Tassi, 2019, 'Apex Legends' Just Hit 25 Million Players In A Week, How On Earth Is This Happening? (forbes.com).

<sup>2</sup> غرينفيلد، 2017، تغير العقل: كيف تترك التقنيات الرقمية بصماتها على أدمغتنا. ص 177-179، 181-185.

يجعلنا نشعر بالإثارة؛ ونحن نحب الشعور بالإثارة. وبالتالي فإن إفراز الدوبامين شيء سنريد أن نمر به مرة أخرى<sup>1</sup>. يساهم الدوبامين في برمجتنا وقبول المزيد من الأفعال المحفزة لإفراز هذه المادة<sup>2</sup>. إن لوسائل التواصل الاجتماعي تأثيراً على إفراز الدوبامين، والمسؤول عن مكافأة السلوكيات، وله دور رئيسي في الإحساس بالمتعة والإدمان، ويتم تحفيزه من خلال التوقع والمكافأة كما في تجربة العالم الشهير بافلوف وتجربته المشهورة على الكلب<sup>3</sup>. فعندما تكون بانتظار سيل من الإعجاب بصورتك السيلفي مثلاً، أثناء ذلك يتم تدريبك على انتظار المكافأة وإفراز عقلك للدوبامين. مع العلم أن نفس المناطق في المخ تنشط عند تناول الهيروين وغيره من المخدرات المسببة للإدمان<sup>4</sup>.

وفي هذا السياق الواسع المريب انشغل جمع غفير من الأبناء والبنات بالمصارعة وسباق السيارات ومباريات كرة القدم والمعارك القتالية والحربية. وجد الباحثون أن مشاهد العنف المقدمة في ألعاب الفيديو جيم تتمثل في: القتل بنسبة 18.03 %، إطلاق الرصاص بنسبة 16.19 %، الضرب بنسبة 15.57 %، الاعتداء على الممتلكات بنسبة 14.55 %، السطو والسرقة 8.4 %، وتمثلت أهم الأسلحة والأدوات المستخدمة في ألعاب الفيديو جيم في: الأسلحة النارية بنسبة 40.57 %، قنابل ومتفجرات بنسبة 13.52 %، تصادم سيارات بنسبة 11.07 %، أسلحة بيضاء بنسبة 9.02 %، وتوزع مدى تعرض المراهقين لألعاب الفيديو جيم كما يلي: التعرض دائماً 61.60 %، التعرض أحياناً 28.80 %، التعرض نادراً 9.60 %<sup>5</sup>. إن ألعاب الفيديو العنيفة تشكل ما يقرب 60 % من مبيعات ألعاب الفيديو<sup>6</sup>.

تناولت وسائل الاعلام الاجتماعي في غضون السنوات الماضية لعبة البوكيمون والبوجي والفورت نايت والحوت الأزرق وأبيكس وكتبت مقالات وتغريدات كثيرة لا يمكن حصرها

<sup>1</sup> برايس، 2019م، كيف تقطع علاقتك بهاتفك، ص 25، 29.

<sup>2</sup> Morgan, 2018, The Teenage Guide to Life Online. p. 25, 27.

<sup>3</sup> McLeod, S. A. (2018, Oct 08). *Pavlov's dogs*. simplypsychology.org

<sup>4</sup> مروة عبدالله (2016). وسائل التواصل الاجتماعي مفيدة للعقل! (sasapost.com).

<sup>5</sup> عبد الصادق، 2015م، التعرض لألعاب الفيديو جيم الالكترونية وعلاقته بالعنف لدى المراهقين. المعقل، 1440هـ، متطلبات الأمن

التربوي للمجتمع في وسائل التواصل الاجتماعي، ص 17، 18.

<sup>6</sup> غرينفيلد، 2017م، تغير العقل: كيف تترك التقنيات الرقمية بصماتها على أدمغتنا. ص 220.



ورصدها وتصنيفها فضلا عن تحليلها تحليلا دقيقا. لا نغالي إن قلنا إن الجيل الجديد متأثر بالتكنولوجيا إلى حد قد يصل إلى مرحلة الهوس بل الأطفال منذ سنواتهم الأولى وكذلك الشباب اليوم يعشقون الألعاب الالكترونية على نحو مخيف يشكل هاجسا للأهل، وكابوسا للمربين.

### الإدمان الإلكتروني: المشكلة والمقترحات

كل أمر يدمن عليه الإنسان يدمر عليه حياته، ويفقده صلته بالواقع، ويكبت قدرات الخير فيه، ويمنعه من الانطلاق فيصير المدمن شيئا فشيئا شارد الذهن، متقلب المزاج، تائه التأمّلات، حسير النظرات، متعثر في الممارسات. هذا الانحدار والاضطراب في النضج يصيب الفرد المفرط في لعب البرامج الرقمية الفردية والجماعية ويؤدي إلى مشكلات نفسية وسلوكية منها نقص المهارات الاجتماعية. وهذا الداء يبدأ تدريجيا ويتضخم مع غياب الرقابة الأسرية وعجزها عن المواجهة.

إن الإفراط في استخدام وسائل التواصل داء ينمو مع مرور الوقت حتى يصعب اقتلاعه وكلما زاد التأخير والتسويف في العلاج والمواجهة استفحل الأمر. ولا ريب أن الإهمال والغفلة والتجاهل وغياب دور رب الأسرة وتعاونه من أسباب تفشي واستفحال هذا الداء عند الصغار والكبار. والمدمن على شبكات التواصل تتصاعد في عقله دقات الدوبامين<sup>1</sup> (Dopamine) وقد تتحول إلى حالات حادة مع زيادة الإفراط لا قدر الله. إن إبعاد الطفل في هذه المرحلة من الإدمان على التابلت حماية له من النكوص والتأزم العصبي الحاد. وعليه يجب تحصين الطفل وتدريبه على المعايير الإرشادية (الأصول والضوابط) بحيث يكون معتدلا في ممارسة هواياته، وملتزما في أداء واجباته.

إن مستخدمي الهواتف المحمول وبشكل متصاعد يستعملون أجهزتهم قرابة 1500 مرة في الأسبوع، وقد يتصفحون مواقع التواصل الاجتماعي على مدار الدقائق والساعات. إن

---

<sup>1</sup> دوبامين: ويُسمى هرمون السعادة والمتعة. الدوبامين مادة كيميائية تتفاعل في الدماغ لتؤثر على كثير من الأحاسيس والسلوكيات بما في ذلك الانتباه، والتوجيه وتحريك الجسم. ويؤدي الدوبامين دورًا رئيسيًا في الإحساس بالمتعة والسعادة والإدمان. إن الدوبامين أحد المجموعات الكيميائية التي تسمى الناقلات العصبية التي تحمل المعلومات من عصبون خلية عصبية، إلى آخر. وتكون مستويات الدوبامين في الدماغ عالية في مراحل الطفولة الأولى وتنخفض بمرور الزمن وتقدم الحياة. انظر الموسوعة العربية العالمية، وأيضا أيكن، 2017م، ص 436. غرينفيلد، 2017، تغير العقل: كيف تترك التقنيات الرقمية بصماتها على أدمغتنا. ص 59، 107 - 109.

تفاعلات شبكات التواصل الاجتماعي تحفز إطلاق دفعات من الدوبامين والمواد الكيميائية التي تجعل الإنسان سعيداً. في الشبكات قد يظن الفرد أنه وجد الاحتياجات الفسيولوجية التي يبحث عنها؛ الأمان والحب والانتماء والتقدير وإثبات الذات. فإذا كان الناشئ محروماً من الحاجات الضرورية داخل البيئة الأسرية فإنه سينهض للبحث عن البدائل خارج الأسرة حتى لو كانت البدائل من نسج السراب وفيها متعة زائفة إلا أنه يتعلق بها في الإنترنت.

والإفراط في النظر في برامج الألعاب الترفيهية في الهواتف المحمول قد يسبب نوبات فزع أثناء اللعب؛ سلوك غير عقلائي أو هستيري بسبب فقدان التحكم بالنفس، ويرتبط بالانغماس الكامل باللعب. إن سلوك الإدمان على الإنترنت: سلوك قسري ينتج عن تزايد الاعتماد على خدمات الإنترنت أو الحاجة لإشباع الرغبات في مواد متوفرة على الإنترنت، يتضمن مشاعر الكآبة والنكوص. تشير بعض الدراسات أن قرابة 13% من الناس يعانون من مشكلة تتعلق بالاستخدام المفرط للإنترنت، وأن 61% ينامون وهواتفهم بقرب السرير<sup>1</sup> من شدة الحرص والتعلق.

وهناك اضطراب ألعاب الإنترنت<sup>2</sup> رهاب فقدان الهاتف المحمول؛ اضطرابات نفسية معروفة بـ"نوموفوبيا nomo-phobia وهو الشعور بالخوف والاضطراب من الابتعاد عن الهاتف النقال بسبب الإفراط في استخدامه. تشير الدراسات النفسية وغيرها إلى أن الإفراط في العيش في العالم السيبراني يجعل الشخصية مضطربة وتشعر بالقلق الدائم خوفاً من ضياع المحمول. هذه الاضطرابات الشخصية لها مظاهر شتى منها "عدم التكيف الاجتماعي والانطوائية وسرعة الغضب وعدم المرونة في التفكير"<sup>3</sup>. ومن آثار إدمان استخدام مواقع الشبكات الاجتماعية: الكذب والاكتئاب والقلق<sup>4</sup> والتمحور حول الذات والنفاق الاجتماعي.

"اضطراب الآيفون هو نوع من الضيقة والعصبية وعدم الراحة، التي تصيب الفرد حين يتعد عن هاتفه الذكي، والذي يمدّه بالإنترنت ومواقع التواصل الاجتماعي. وفي دراسة جرت في مختبر خاص أجريت تجربة على مجموعتين، وتبين أن المجموعة التي تم أخذ هواتفها الذكية

<sup>1</sup> آيكن، 2017م، ص 89، 90، ص 437، ص 439. هتيمي، 2005م، ص 104.

<sup>2</sup> آيكن، 2017، التأثير السيبراني: كيف يغير الإنترنت سلوك البشر؟ ص 439.

<sup>3</sup> عمر وآخرون، 2008م، معجم اللغة العربية المعاصرة (2/ 1175).

<sup>4</sup> رفعت، 2018م، ص 27-40، هتيمي، 2005م، ص 101.

منها، قد عانت من اضطرابات نفسية وشعور بالقلق والعصبية. وإذا ما فكر الشخص بنتائج تلك الدراسة، وطبقها على نفسه حين يفقد هاتفه لبضع دقائق، أو حين تنتهي بطارية الهاتف، فإن الشعور بالضيق والفقد والزعل هو المرض الجديد، الذي اكتشفه العلماء وأسموه: اضطراب الآيفون. إن مواقع التواصل أفقدتنا ذواتنا<sup>1</sup>.

إن جيل "السوشيال ميديا" وصف أصبح يطلق على الأطفال والمراهقين من مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي، لكن الاسم يضم في طياته الكثير، فالعالم الافتراضي الذي يشغل عقول المراهقين هو سبب مباشر لحالات الاكتئاب ويتعداه ليصل إلى حد إيذاء النفس الناتج عن الاضطراب النفسي، وفقا لخبراء. ورصدت الجمعية الوطنية البريطانية خلال العام الماضيين زيادة بنسبة 14% في عدد الأطفال الذين أدخلوا إلى المستشفيات جراء جرح أو تسميم أنفسهم، وأظهرت البيانات أن قرابة 19 ألف طفل ألحقوا الأذى بأنفسهم خلال تلك الفترة.<sup>2</sup> "شجعت الهواتف الذكية أيضا على إدمان منصات التواصل الاجتماعي وذلك بحكم التصاقها بالأطفال والمراهقين حتى أصبحت المنتم الأول في حالة الاكتئاب والانعزال عن الحياة الاجتماعية الطبيعية والعيش داخل أسوار متخيلة لا تمت إلى الواقع بصلة. وقد تكون أكثر الأعراض انتشارا لهوس السوشيال ميديا عند المراهقين هي التعلق الشديد بأشخاص وهميين ونجوم وسائل التواصل والأذى النفسي الناتج عن التنمر الإلكتروني"<sup>3</sup>.

تشير بعض الدراسات إلى أن نسبة عالية من الأطفال يعانون من درجة من درجات الإدمان على الانترنت<sup>4</sup>. ويذهب بعض المهتمين إلى القول بأن "إدمان الإنترنت ليس قاتلا؛ إذ علينا عدم المبالغة، إلا أنه يقتل شعورنا في الحياة ويأخذنا من عوائلنا وأصدقائنا واستمتعنا بالفن والمسرح والطبيعة. وكشفت دراسة قام بها مجموعة باحثين من جامعة بنسلفانيا الأمريكية على 1787 شابا وشابة أميركية، تتراوح أعمارهم بين 19 و32 عاماً أن الشباب الذين يقضون أكثر من ساعتين يوميا على مواقع التواصل الاجتماعي يشعرون بالعزلة الاجتماعية وعدم الرغبة في الاختلاط بالعالم. ووصف الباحثون العزلة الناشئة عن إدمان مواقع

<sup>1</sup> السلام، فاطمة (2015). وسائل التواصل الاجتماعي بين الإدمان والنوموفوبيا، جريدة أجيال الإلكترونية.

<sup>2</sup> الجزيرة، 2017، مواقع التواصل الاجتماعي تزيد خطر إيذاء الأطفال لأنفسهم.

<sup>3</sup> الجزيرة، 2017، مواقع التواصل الاجتماعي تزيد خطر إيذاء الأطفال لأنفسهم.

<sup>4</sup> الفيلكاوي، أحمد - العنزي، عبدالعزيز (2017م). موسوعة تكنولوجيا التعليم، ص 124.

التواصل الاجتماعي بأنها تؤدي إلى الانفصال عن العالم وتساهم في إيجاد علاقات اجتماعية متقطعة<sup>1</sup>.

### من علامات الإدمان الرقمي

1. الجلوس لساعات طويلة أمام شاشات الانترنت.
2. تدمير الأهل من كثرة جلوس الابن أمام شاشات التواصل.
3. اهمال الصحة البدنية وعدم ممارسة التمرينات الرياضية التي تُعد ضرورة حياتية.
4. تدهور التركيز الذهني نظرا لكثرة المشتتات Distracters في حياة الأبناء اليومية بسبب كثرة الرسائل والانشغال بمتابعة منتديات الدردشة الالكترونية أو ادمان الألعاب الإلكترونية.
5. اهمال الواجبات الدينية والاجتماعية والدراسية والتفريط بالفرائض؛ الصلاة.
6. عدم القدرة على الابتعاد عن الجوال لساعات معدودة.
7. لا يكثر بالاستماع للنصيحة.
8. لا يشعر بوجود مشكلة لديه رغم أنه غارق في الافراط في مشاهدة شاشات التواصل.
9. قد يفتح المدمن حسابات كثيرة على شبكات التواصل الاجتماعي الالكتروني باسمه أو بأسماء مستعارة كي يتخلص من مراقبة الأسرة.
10. تشغيل الاشعارات الصوتية أو الحركية (وضع الهزاز) في تطبيقات الهاتف المحمول لمتابعة كل رسالة جديدة. لا شك أن الوضع الصامت للإشعارات في معظم تطبيقات النقال يقلل من دربكة التشتت الذهني.
11. يرفض رفضا تاما أن يعاقبه ولي أمره بسحب هاتفه النقال لعدة أيام، وقد يصاب بالتوتر أو باهتزاز عصبي إذا فقد أو انكسر أو تعطل الهاتف الذكي.
12. يتهرب من اللقاءات الأسرية ويختلق الأكاذيب والأعذار للبقاء مع الهاتف الذكي كي لا يقوم بالوفاء بالالتزامات الاجتماعية.
13. تفضيل العزلة والانزواء والانطواء كلما سنحت الفرصة. "ووفقاً للإحصاء الذي أجراه مركز هاشيموتو [في اليابان] للأبحاث بالاشتراك مع شركة كبرى لإدارة مواقع

<sup>1</sup> السلام، فاطمة (2015). وسائل التواصل الاجتماعي بين الإدمان والنوموفوبيا، جريدة أجيال الإلكترونية، بتصرف.

التواصل الاجتماعي عام ٢٠١٠ على ٥٦٢٧٢ شخص وجد أن ٥٢,١٪ من الأشخاص المعرضين للإدمان "يشعرون بعبء العلاقات الإنسانية من خلال مواقع التواصل الاجتماعي". أي أن الكثير من الأشخاص يظلون متصلين بمواقع التواصل الاجتماعي ليس لأنهم يستمتعون بذلك ولكن لا يستطيعون الخروج من تلك الدائرة<sup>1</sup>.

14. الانغماس في مواصلة ألعاب الإنترنت والتمكن من مهاراتها.

15. الشعور بالحزن والإحباط في حال خسارة اللعب وقد يفقد المدمن الروح الرياضية فلا يتقبل الهزيمة.

16. يفضل المدمن استخدام الإنترنت على الخروج للفسحة مع الأهل أو الأصدقاء<sup>2</sup>.

17. يشعر بالأرق، والقلق ونوبات غضب.

18. قد تظهر تغيرات في الوزن (زيادة الوزن أو العكس) وعدم الانتظام في مواعيد تناول الطعام.

فيما يلي بعض الاجراءات التي يمكنك الاستعانة بها لمساعدة الصغار والكبار في تجاوز مرحلة إدمان الأجهزة الذكية:

أ- البحث عن الأسباب التي أدت إلى الانحراف عن السلوك السوي، ومعالجة المشكلة من جذورها. دقة تشخيص المشكلة بعد رصد مظاهرها وإدراك عواقبها ذات أهمية قصوى لمنع تفاقمها ومعالجة دوافعها. تحدث مشكلة الإدمان الإلكتروني في كثير من الأحيان بسبب الفراغ، وانشغال الأبوين، وعدم معرفتهما بعواقب هذه الاضطرابات النفسية وما يتبعها من ضعف الكفاءة الاجتماعية، وتداعيات هائلة على أخلاقيات الطفل، وتدني التحصيل الدراسي، والفتور الإيماني.

ب- وضع أهداف إجرائية لتنمية مواهب الأبناء وتفريغ طاقاتهم لأن غياب الرؤية الريادية للآباء وعجزهم من أسباب ضياع الناشئة وجهلهم. لا بد من تدريب الناشئة وتشجيعهم على صياغة أهداف طموحة لحياتهم الاجتماعية والدراسية وبما يوظف التقنية الرقمية لتحقيق المنفعة الذاتية. من المؤكد أن غياب الأهداف من دواعي الضياع والتفاس في النضال اليومي.

<sup>1</sup> هاشيموتو يوشي أكي (2013). مكافحة ادمان... الإنترنت. nippon.com

<sup>2</sup> المرجع السابق.

- ت- المحافظة على الأصول التربوية أساس ديمومة الشخصية السوية. أي تفريط في الأصول ينتج عنه خلل شديد فعندما يفرط الإنسان مثلا في المواظبة على الصلاة في وقتها أو يُقصر في صلة الأرحام أو يتجنب مصاحبة الأسوياء فإنه يفرط في تأمين متطلبات الحياة في جانب أو أكثر من جوانبها. فتش عن الأسباب وستجد أصلا ساقطا، وقيمة مهجورة.
- ث- توفير أكبر قدر من المحبة والدعم لاحتواء وتطوير المدمن الإلكتروني بالعواطف التي تبين له أهميته لجميع أفراد الأسرة. يقول أحد الأطفال المدمنين على الإنترنت "إنني سأبذل جهدي لتحسين عاداتي في استغلال شبكة الإنترنت ومن أقوى الدوافع لهذه العزيمة الدعم العاطفي الذي رأيته من والدي ووالدي واخوتي كي اجتاز مشكلة الإدمان الإلكتروني".
- ج- من الأمور البالغة الأهمية أن يشعر الفرد بنفسه بوجود مشكلة لديه ويبحث عن علاجها بكل أحاسيسه وطاقاته الكامنة. ايقاظ الفرد عقليا وعاطفيا أساس تحرير الإرادة وإدارة السلوك، وانهاء الأزمة.
- ح- يتم ايقاظ إرادة المدمن عبر بيان المخاطر والمضار، وتحبيبه بجمال الحياة الطبيعية والاعتدال في كل الأحوال، واسعافه بالمحبة والاهتمام والاستقرار.
- خ- عدم السماح بتشغيل الهواتف الذكية في غرف معينة مثل غرفة الجلوس وغرفة النوم وغرفة الطعام.
- د- المحافظة على الصلاة تروض وتوطن الأبناء والبنات والكبار على الصبر وقوة الإرادة لترتيب الأولويات، واحترام الوقت، وحسن استثماره، والخوف من التفريط فيه.
- ذ- تقديم البدائل المتاحة لكي يشغل الطفل نفسه بها، ويستمتع منها ويحقق التوافق النفسي، وقد يما قال علماءنا "والنفس إن لم تشغلها بالحق شغلتك بالباطل"؛ "الوقت كالسيف إن لم تقطعه قطعك".
- ر- دعاء الأب والأم لصلاح الأبناء مع بذل الأسباب من أعظم دواعي النجاح والتوفيق. ومن الناس من يبذل كل الأسباب الدنيوية المادية في حل مشاكله ثم يغفل عن الدعاء مع أنه دواء عظيم، ومدد متصل. عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: "الدُّعَاءُ هُوَ الْعِبَادَةُ"<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> رواه أبو داود والترمذي وقال حديث حسن صحيح. انظر: النووي: رياض الصالحين ط الرسالة (ص: 413).

ز- مشاركة الأبناء في الأنشطة المحببة لديهم. توثيق علاقاتنا بالناشئة يفتح باب الحوارات الهادئة المتأنيئة القادرة على تصويب المفاهيم الخاطئة، ويقربنا الحوار إليهم على نحو يساعد في تكوين مدركات سوية تقلص المشكلات وتعالج الجفوة التي تتعرض لها العلاقات الأسرية من حين لآخر.

س- تقديم القدوة الحسنة فخير عطاء نقدمه لأبنائنا أن نصلح ذواتنا، ونقدم لهم السلوك الحميد المعتدل ازاء استخدام نعمة التكنولوجيا. القيادة عبر الاستقامة أساس القدوة. ش- الابتعاد عن الإنترنت لبعض الوقت والعودة للأصل؛ الإحساس بالواقع الحقيقي من حين لآخر. الإفراط في الانغماس بالفضاء السيبراني أساس ضمور النفس، وفتور العلاقات. يجب على الفرد تقنين استخدامه من التقنية المتاحة واختيار ما يناسبه، "وأخذ دقائق للاسترخاء والابتعاد تماما عن مواقع التواصل الاجتماعي حيث أن العقل يعمل بنشاط أكبر عند استخدام مواقع التواصل والأجهزة الإلكترونية"<sup>1</sup>. الذهاب للحديقة المنزلية من غير حمل الهاتف، وهذا تمرين على التخلص من ملازمة التقنية ونزع قيودها لفترة من الوقت في كل يوم.

ص- يؤكد المتخصصون في وسائل التواصل الاجتماعي والإدمان الإلكتروني، على أنه يجب علينا مراقبة استخدامنا وسلوكياتنا لمواقع التواصل حيث أن هناك عدة إشارات سلوكية تجب مراقبتها مثل تغيير تصرفاتنا بسبب وسائل التواصل الاجتماعي كطلب أطباق معينة من الطعام فقط بغرض التصوير والمشاركة عبر وسائل التواصل الاجتماعي، والشعور بالضغط النفسي عند رؤية إنجازات وحياة الآخرين، والشعور بالحاجة إلى نقل وقائع حياتك لمتابعيك والشعور بالاضطراب في حال عدم تمكنك من استخدام هاتفك. في تلك الحالات يجب على الفرد أن يحدد وقتا معيناً للاستخدام، ويجب الابتعاد شيئاً فشيئاً عن تلك الوسائل لبعض الوقت حتى يرى الفرد مدى تأثيرها في حياته وحتى تحدث توازناً بين واقعه وحياته الافتراضية.<sup>2</sup>

ض- الحزم من الأبوين في تطبيق ضوابط أسرية (تحديد فترة استخدام الإنترنت في اليوم). الحزم من الأبوين (وليس من أحدهما) يجلب المصالح ويثبتهما، ويدفع المفاصد ويستأصلها. تحديد أوقات خاصة لاستخدام الهاتف الذكي والتذكير الدائم بالآداب المتفق عليها عائلياً من

<sup>1</sup> السالم، فاطمة (2015). وسائل التواصل الاجتماعي بين الإدمان والنوموفوبيا، جريدة أجيال الإلكترونية.

<sup>2</sup> المرجع السابق، باختصار وتصرف.

العوامل الواقية لانحرافات النشء. الرحمة تقتضي الحزم لا الإهمال. قال ابن القيم: إنّ الرّحمة صفة تقتضي إيصال المنافع والمصالح إلى العبد، وإن كرهتها نفسه وشقت عليها. فهذه هي الرّحمة الحقيقيّة. فأرحم النّاس من شقّ عليك في إيصال مصالحك ودفع المضارّ عنك. فمن رحمة الأب بولده: أن يكرهه على التّادّب بالعلم والعمل، ويشقّ عليه به في ذلك ... ويمنعه شهواته التي تعود بضرره، ومتى أهمل ذلك من ولده كان لقلّة رحمته به، وإن ظنّ أنّه يرحمه ويرقّه ويربّحه. فهذه رحمة مقرونة بجهل ولهذا كان من تمام رحمة أرحم الرّاحمين تسليط أنواع البلاء على العبد، فابتلاؤه له وامتحانه ومنعه من كثير من أغراضه وشهواته: من رحمته به<sup>1</sup>.

ط- اجعل الطفل يناقش أو يكتب الفوائد التي يمكن أن يجنيها في حال نجاحه في تقليل ساعات اللعب الإلكتروني. اطلب منه كتابة أو مناقشة الأهداف وتحديد مراحل التطبيق وتابعه في الإشراف على هذا البرنامج مع تقديم الارشادات والتشجيع والعون.

ظ- احذف تطبيقات وسائط التواصل الاجتماعي المشتتة لوقتك من على هاتفك المحمول<sup>2</sup> واستعن بمتصفح الانترنت في حال تنزيل تطبيق للألعاب الإلكترونية أو طلب الطعام مثلا وبذلك تغلق نافذة الإعلانات وتقل فرص الوصول السريع لرغباتك. هذه الاستراتيجية قد تُحدث فعلا فرقا هائلا لدى المدمنين على الإنترنت.

ع- أفضل سيناريو لتغيير تركيز انتباه أطفالك هو العثور على شيء صحي يجذبهم أكثر من ألعاب الفيديو. ساعدهم في العثور على المتعة والأنشطة الصحية التي تعادل أو تفوق المتعة التي يحصلون عليها من اللعبة. إذا كان بإمكانك تقليل الوقت الذي يقضونه يوميًا ببطء، وربما بدون معرفتهما، فقد تكون قادرًا على خفض مستوى الوحش (الإدمان) إلى حجم يمكن التحكم فيه إذا كان سيستمر في اللعب على الإطلاق.<sup>3</sup>

غ- إذا كان الأطفال متحدين وغاضبين لدرجة أنهم لن يستجيبوا بأي حال من الأحوال لأي حدود، فأوقف تشغيل الإنترنت. يجب على الأهل أن يتذكروا أنهم هم الذين يسيطرون، وليس من المعقول تسليم عجلة القيادة للأطفال خوفًا أو كسلاً أو لعدم رغبة الآباء في التصعيد والتصادم مع الأبناء. يجب على الآباء فعل ما يجب القيام به. قد يستغرق الأمر عدة تكرارات

<sup>1</sup> نضرة النعيم في مكارم أخلاق الرسول الكريم، - صلى الله عليه وسلم (6/ 2064)، باختصار يسير.

<sup>2</sup> برايس، 2019، كيف تقطع علاقتك بهاتفك، ص 95.

<sup>3</sup> Kane, 2019. More Evidence Fortnite Is Bad for Your Child's Health.



لوضع حدود قبل أن يفهم أطفالك الحدود الحقيقية لما هو مقبول، وسيضع الآباء عملياً معياراً جديداً وطبيعياً لكيفية استعمال شاشات التواصل.<sup>1</sup>

ف- استخدام الحاسوب في التواصل قد يقلل الإدمان على جهاز النقل ويقلل أوقات الهدر. إن "استخدام التواصل الاجتماعي على الجهاز المكتبي ليس بنفس القدر من التسلية وهذا شيء إيجابي، حسب ما يقول الأستاذ د. آدم آلتر من جامعة نيويورك سترن للأعمال ومؤلف كتاب [لا يقاوم] "إرريستبل Irresistible"، والذي يرصد الارتفاع في استخدام التكنولوجيا التي تأسر المستخدمين وتجعلهم يدمنون استخدامها. كما أضاف الدكتور: "تغذية الأخبار لا تناسب بسلاسة مقارنة بحركة بسيطة لأصابع اليد". أما في الحاسوب المكتبي، "يجب عليك أن تحرك الفأرة أو تفعل شيئاً يتطلب بعض الجهد الإضافي، وحتى هذا المقدار الضئيل من الجهد يمكن أن يكون له تأثير على كيفية اختبارنا للتجربة" يقول الأستاذ الدكتور آلتر: "جزء من المعركة هو تعليم نفسك أنك لست بحاجة إلى هذه التطبيقات بالقدر التي تعتقد."<sup>2</sup>

ق- استشارة متخصص طلباً للدعم التربوي والنفسي من الخيارات التي يقدرها الأبوان إذا استفحل أمر الإدمان الإلكتروني، وزاد الضرر وعجز الأهل عن منعه وتجنبه.

---

<sup>1</sup> Kane, 2019. More Evidence Fortnite Is Bad for Your Child's Health.

<sup>2</sup> العمارة، 2017، هل تصفحك مواقع التواصل الاجتماعي تحول لإدمان؟ موقع الترا صوت.

## الطفل وشاشة التواصل

من أبرز توصيات المجامع الطبية العالمية إبقاء الرضع دون 18 شهرًا بعيدًا عن الشاشات، وتقييد الوقت الذي يقضيه الأطفال الصغار في استخدام وسائل الإعلام. تشير تقارير من وادي السليكون (أكبر موقع أمريكي لصناعة الإلكترونيات) إلى أنه حتى الأشخاص الذين يشتغلون في صناعة أحدث التقنيات الرقمية كانوا قلقين بشأن تعرض أطفالهم للشاشات الإلكترونية. بعض العائلات هناك استأجرت المربيات للحفاظ على أطفالهم لضمان وضع عدم الاتصال<sup>1</sup>. فيما يلي مجموعة نصائح عالمية يمكن الإفادة من بعض مساراتها حسب الحاجة:

- 1- الأطفال الذين تقل أعمارهم عن 18 شهرًا يجب إبعادهم عن استخدام شاشة التواصل<sup>2</sup> باستثناء استخدام دردشة الفيديو مع الآباء والأمهات للضرورة.
- 2- يجب على آباء الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 18 و 24 شهرًا والذين يرغبون في إدخال الوسائط الرقمية اختيار برامج عالية الجودة ومشاهدتها مع أطفالهم.
- 3- للأطفال من عمر 2 إلى 5 سنوات، يمكن الاستعانة بالشاشة لمدة ساعة واحدة يوميًا لمتابعة برامج عالية الجودة. يجب على أولياء الأمور رؤية وسائل الإعلام مع الأطفال لمساعدتهم على فهم ما يرونه وتطبيقه على العالم من حولهم.
- 4- بالنسبة للأطفال الذين تبلغ أعمارهم 6 سنوات فما فوق، ضع حدودًا ثابتة على الوقت الذي يقضونه في استخدام الوسائط، وأنواع الوسائط، وتأكد من أن وسائل الإعلام لا تؤثر على النوم الكافي والنشاط البدني والسلوكيات الأخرى الضرورية للصحة.
- 5- لا بد من الحوار والتواصل المستمر مع الأبناء حول ضوابط الأمان الإلكتروني، بما في ذلك التذكير بآداب معاملة الآخرين باحترام عبر الإنترنت<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> Karasz, P (2019). U.K. Doctors Call for Caution in Children's Use of Screens and Social Media. The New York Times – February 15, 2019.

<sup>2</sup> استنادًا للأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال، برايس 2019، كيف تقطع علاقتك بمتفك، ص 171.

<sup>3</sup> American Academy of Pediatrics, 2016.

- 6- اجعل وقت تصفح الشاشة عملية نشطة أكثر من كونها عملية سلبية، وناقش الأطفال في المحتوى المناسب لمستواهم<sup>1</sup>.
- 7- يجب وضع خطة استخدام التكنولوجيا لكل طفل حسب قدراته التمييزية مع وضع قيود على الساعات المسموح بها لتصفح الشاشة الرقمية.
- 8- يجب مراعاة التوسط في درجة صوت الأجهزة وتجنب الأصوات المرتفعة المضرة بالأذن.
- 9- تؤكد إحدى الدراسات الميدانية على أهمية "عدم السماح للأبناء بالمكوث على الإنترنت والتصفح أكثر من ساعتين يومياً. ويجب تشجيعهم على استخدام الإنترنت في المنزل، ومنحهم جهاز موبايل إذا احتاجوا له، مع مراقبتهم عند استخدامهم للإنترنت في المنزل مع إثارة الدافعية لدى الأبناء لتبصيرهم بالأضرار المترتبة على سوء استخدام الإنترنت. ومن واجب أولياء الأمور تشجيع الأولاد على قضاء وقت فراغهم في الأشياء المفيدة خلال استخدامهم للإنترنت في المجال التعليمي. ويمكن أن يكون الإنترنت جزءاً من برنامج الإجازة في أيام العطلات لأن من أهم المعوقات التي تواجه الآباء والأمهات [كثرة] خروج الأبناء مع أصدقائهم خارج المنزل مما يصعب عليهم المراقبة خارج المنزل". يجب عمل برامج توعوية للآباء والأمهات لتنويرهم بمخاطر ومساوئ الإفراط في ملازمة الإنترنت، وحث الجمعيات الأهلية على عقد دورات توجيه وإرشاد للآباء والأمهات لتوعيتهم<sup>2</sup>.
- 10- يجب متابعة الأبناء والاتصال بهم عند خروجهم من المنزل أو تأخرهم، وعلى الآباء استخدام الحوار الهادئ معهم، وإتاحة الوقت للخروج معهم للرحلات والأندية، والاتصال بأولياء أمور أصدقاء الأبناء.
- 11- ديمومة الرقابة الأسرية المعتدلة على الأبناء في مجال الإنترنت ذات قيمة كبيرة في التقليل من مخاطر الإنترنت.

<sup>1</sup> Panepinto, 2019, Losing Touch.

<sup>2</sup> المطيري، سعود (2018)، دور الرقابة الأسرية على الأبناء في مجال الإنترنت: دراسة ميدانية. بتصرف.

## اللمسة الحانية

الوقت المستغرق على شاشات التقنيات الرقمية وألعابها بالتأكيد منع التدفق العاطفي وأبعد الأطفال عن اللعب مع الوالدين وضاءل التفاعل الاجتماعي المباشر في حيز مكاني واسع. ولهذا ومن يوم لآخر قلّت الإيماءات اللطيفة، وتناقصت لغة الجسد والتواصل التفاعلي، وتقلصت الحركة الصحية التي طالما تمتع بها الأطفال في الأجيال الماضية في فناء المنزل أو ساحات المدرسة. إن فقدان أو نقصان القرب العائلي واللمس والاتصال الجسدي، والمرافقة اللصيقة، وغياب أو ندرة اشرافة تعابير الوجه وضمة الصدر من علامات تعثر النمو العاطفي، وظهور الجفوة النفسية، والفجوة الاجتماعية. وقد قيل "ليس في العالم وسادة أنعم من حضن الأم".

يحتاج الأطفال إلى "الكثير من الحب والحنان. وهم يحتاجون حملهم ومعانقتهم، حين يشعرون بالانزعاج، أو عند إصابتهم بأذى، كما يحتاجون طوال الوقت أن يُعامَلوا باحترام وتفهم. ويمكن للأبوين أن يساعدوا الطفل على اكتساب الشعور بالثقة والأمان، إذا ما استجابا لاحتياجاته بحرص وثقة. غير أن الآباء والأمهات الذين يُبدون الكثير من القلق والعصبية، قد ينقلون هذه المشاعر والأحاسيس للطفل<sup>1</sup>".

إن قراءة الواقع بعناية تتطلب اتباع نهج التربية العاطفية المتزنة القائمة على أهمية اللمس واللعب البدني ومزاولة المشي والتنزه وركوب الدراجة وقراءة كتاب لأنها أساسيات تنمية الطفولة. يحتاج الطفل صحيا إلى اللمسة الحانية وممارسة الرياضة داخل وخارج المنزل. في السنوات الأخيرة، انخفضت أشكال اللعب، ونقصت الفرص المتاحة للأطفال للانخراط في اللعب فقلت فرص التواصل الطبيعي النابع من الارتباط العاطفي الاجتماعي.

الجلد هو أكبر عضو في الجسم واللمس أمر حيوي للتنمية الصحية. إن اللمس في أوانه أقوى بعشر مرات من الاتصال اللفظي أو العاطفي... ونحن ننسى أن اللمس ليس فقط من الأركان الأساسية لتهديب مشاعر الإنسان، بل هو حاجة للإحساس بإنسانيتنا أيضاً. اللمس

<sup>1</sup> الموسوعة العربية العالمية، 2004م، الطفل.

أمر حيوي للتعبير عن القرب والرعاية والاتصال، وهو مهم لتطوير البناء العائلي<sup>1</sup>. الجلد عضو استقبال حسي والقرب المباشر بين الرضيع والأم نعمة تتبارك بالقرب وشم الرائحة وسماع الصوت والملاسة.

لا يحتاج الطفل إلى تكنولوجيا شديدة التعقيد. وفي كثير من الأحيان، اتضح أن التكنولوجيا لا فائدة لها في نمومهم وصحتهم. حتى هذا الوقت، لا توجد وسيلة إلكترونية أو تطبيق يمكن أن يحل محل احتضان الطفل ومداعبته ومعانقته، والضحك معه، وحمله بين الذراعين، وقراءة كتاب يناسب سنه، وتلبية رغبته باللعب معه، والبقاء بقربه. يجب ترك الشاشات الرقمية وقضاء المزيد من الوقت مع الأبناء<sup>2</sup>. كل ساعة يمضيها الطفل أمام الشاشة مهما كانت رائعة هي ساعة تُقضى من دون امساك بيد شخص ما أو استنشاق نسيم البحر، أو ركوب الدراجة. كلما تناقص وقت لعب الأطفال في الهواء الطلق، انخفض ما يتعلمونه لمواجهة المخاطر والتحديات التي سيواجهونها كبالغين<sup>3</sup>. تشير الدراسات الحديثة وبصورة قاطعة إلى أن أطفال السيريرية (الفضاء الإلكتروني) بحاجة إلى حنان الأم للاستمتاع بالرضاعة والعناق واللمس والملاعبة والاتصال البصري<sup>4</sup> والصوتي بصفة منتظمة. ولا ريب أن الأب أيضا من ركائز توصيل العاطفة الاجتماعية.

تتفق الدراسات على أن الاتصال الجسدي بين الأم والطفل منذ اللحظة الأولى من الولادة من الأهمية بمكان فقد يؤدي تلامس الجلد بالجلد (skin-to-skin) مباشرة بين الأم والرضيع إلى زيادة مناعة الطفل، وتقليل مخاطر اكتئاب ما بعد الولادة، وتعزيز الترابط الأسري نفسيا وذهنيا. اللمسات الحانية الناتجة من اتصال البشرة بين الأم والطفل لحظات ذهبية مشبعة بالطمأنينة والقرب، وتطلق هرمون الأوكسيتوسين (oxytocin) في الأم، والذي يشجع على تعلق الرضيع بالأم، ويزيد من الشعور بالراحة والاسترخاء والارتباط. تشير دراسة في دورية طب

---

<sup>1</sup> Panepinto, J. (2019). Losing Touch: Revisiting the Importance of Touch and Physical Play in Childhood Development. (psychcentral.com).

<sup>2</sup> آيكن، 2017م، التأثير السيريري: كيف يغير الانترنت سلوك البشر؟ ص 162 بتصرف.

<sup>3</sup> غرينفيلد، 2017، تغير العقل: كيف تترك التقنيات الرقمية بصماتها على أدمغتنا. ص 34.

<sup>4</sup> آيكن، 2017م، التأثير السيريري: كيف يغير الانترنت سلوك البشر؟ ص 129.

الأطفال إلى أن ملامسة الجلد للجلد لمدة ثلاث ساعات في اليوم يمكن أن تقلل من بكاء الرضع بنسبة 43 في المائة.

علاوة على ذلك، تساعد ملامسة البشرة؛ الجلد للجلد الأطفال على النوم بسهولة أكبر، وكذلك النوم لفترة أطول من الوقت. هذا يسمح للأم الجديدة الحصول على مزيد من الراحة مع تقليل لمستويات التوتر. مستويات الأوكسيتوسين ترتفع بشدة خلال التلامس الجسدي المباشر ومن الواضح أن العزلة تثبط هذه الآلية الدفاعية الطبيعية.<sup>1</sup> وهذا التوجه الصحي الحديث حول ملامسة الجلد للجلد (skin-to-skin) وضرورة سماع صوت الأم والأب والمعانقة والتقارب البدني يمثل توجه منظمة اليونيسف الدولية المتخصصة بحماية ورعاية الطفل<sup>2</sup>، وهو توجه يوافق المقاصد الإنسانية السمحة.

تتحمل الأسرة، مسئولية رحمة الأولاد، ومحبتهم والعطف عليهم؛ لأن اشباع هذه الغريزة من أهم أسس نشأتهم ومن مقومات نموهم النفسي والاجتماعي والصحي. "فإذا لم تتحقق المحبة للأولاد بالشكل الكافي المتزن، نشأ الطفل منحرفاً في مجتمعه، لا يحس التآلف مع الآخرين، ولا يستطيع التعاون أو تقديم الخدمات والتضحيات، وقد يكبر فلا يستطيع أن يكون أبا رحيماً، أو زوجاً متزناً حسن المعشر، ولا جاراً مستقيماً لا يؤذي جيرانه، وهكذا دواليك. لذلك ضرب لنا رسول الله صلى الله عليه وسلم مثلاً أعلى في محبة الأطفال ورحمتهم، والصبر على مداعبتهم"<sup>3</sup>، وتقبيلهم وحملهم وأحياناً يقوم بالالتفات للطفل أثناء صلاته أو أداء خطبة الجمعة وهو على المنبر وفي ذلك توجيه نبيل ونصيب وافر في رعاية وتكريم الطفل. مهما كانت الشواغل الدينية فهي لا تشغل المسلم عن حسن رعاية الطفل.

وعن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قَبَّلَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ الْحَسَنَ بْنَ عَلِيٍّ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا، وَعِنْدَهُ الْأَقْرَعُ بْنُ حَابِسٍ، فَقَالَ الْأَقْرَعُ: إِنَّ لِي عَشْرَةً مِنَ الْوَلَدِ مَا قَبَّلْتُ مِنْهُمْ أَحَدًا فَنَظَرَ إِلَيْهِ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَقَالَ: "مَنْ لَا يَرْحَمُ لَا يُرْحَمُ". وعن عائشة رضي الله عنها قَالَتْ: قَدِمَ نَاسٌ مِنَ الْأَعْرَابِ عَلَى رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، فَقَالُوا: أَتَقْبَلُونَ

<sup>1</sup> غرينفيلد، 2017، تغير العقل: كيف تترك التقنيات الرقمية بصماتها على أدمغتنا. ص 119 – 120.

<sup>2</sup> Wood, J. (2018), UNICEF, <https://www.unicef.org.uk>

<sup>3</sup> النحلوي، عبد الرحمن (2007). أصول التربية الإسلامية وأساليبها في البيت والمدرسة والمجتمع، ص: 113.

صِبْيَانِكُمْ؟ فَقَالَ: "نَعَمْ"، قالوا: لَكِنَّا وَاللَّهِ مَا نُقْبَلُ، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: "أَوْ  
أَمْلِكُ إِنْ كَانَ اللَّهُ نَزَعَ مِنْ قُلُوبِكُمُ الرَّحْمَةَ"<sup>1</sup>. قال أبو القاسم الشابي:  
"الأمُّ تلثم طفلها وتضمه \*\*\* حرّم سماويّ الجمال مُقدس"<sup>2</sup>

وفي هذا السياق فإن الخبرات الحسية مداخل لتغذية التطور والاندماج الاجتماعي،  
وتقوية العقل، وتمارين الجسم، وتكوين الخلق، وتجويد لغة التواصل وهي جميعا خطوط متممة  
لبناء الشخصية بصورة دائمة لمسيرة مختلف مراحل النمو الإنساني، وتحفيز إنتاج الإبداع الذاتي.  
الخبرات الحسية الطبيعية حياة واسعة تكفل السعادة ونمو الذكاء الاجتماعي الذي يكسبنا  
مهارات القدرة على حسن التصرف في المواقف المختلفة. اللمسة الحانية ذات آثار طيبة في  
توليد الدافعية وتحسين خبراتنا نحو البقاء والتعلم والارتقاء. قُبلة الأم على خدّ ابنتها لغة مليئة  
بالحبة ونور الحياة. واللعب مع الأطفال من مصادر تقوية وتغذية الحواس والعاطفة والعقل.  
وتشتد حاجتنا يوما بعد يوم إلى اللعب مع الأطفال فإذا كانت شاشة الآيباد ومنصات  
التواصل الاجتماعي الإلكتروني تعيق وتزاحم ذلك التلاحم أو تقلله فالخسارة التربوية  
فادحة جدا.

مهما كانت الشواغل والبرامج والأعذار فإنه يجب عدم تفويت الفرص للجلوس بقرب  
أطفالنا. قد يطلب الطفل الالتصاق بالشاشة الإلكترونية التي تصده عن التفاعل الطبيعي مع  
من حوله لكن حاجته العاطفية في الحقيقة تحتاج لنا أكثر من أجهزتنا. يحتاج الكبار للعب مع  
أبنائهم أكثر من الإبحار في قنوات التواصل الإلكتروني لإشباع نداء الفطرة الكامن في أعماقنا  
وأعماقهم. الانغماس في الفضاء السيبراني لن يسمح لنا بتنمية الناشئة تنمية نقية وقوية وسوية.  
اللعب الحر مع الأطفال فرصة ثمينة لتطوير العلاقات وكسب الخبرات وكسر الجمود لإيجاد  
شخصية مستقلة تتمتع بسلامة الحواس، ورهافة الإحساس، ورحابة الفكر. امنح طفلك وقتك  
ومارس اللعب معه بما يلائم عمره وميوله وامدح مهاراته وشجاعته. وامسك يده في نزهة قصيره  
ودربه بنفسك على ركوب الدراجة، وعبر له عن حبك له، واجعل الرضيع في حضنك ليستمتع  
بمطالعة كتاب مصور، أو احمله لينظر من النافذة ويتأمل الطبيعة من حوله واجعلها لحظات

<sup>1</sup> متفقٌ عَلَيْهِ، انظر النووي: رياض الصالحين ط الرسالة (ص: 106).

<sup>2</sup> محمد رجب السامرائي، صورة الأم في ذاكرة الشعراء. موقع صيد الفوائد (saaid.net).

مرح وتأمل وحوار. بالنسبة للأطفال الأكبر سنًا، تعتبر القراءة نشاطًا رائعًا ونحن نجلس معهم جنبًا إلى جنب. عيّن مكانًا خاصًا في مكتبة المنزل أو صالة الجلوس لمشاركة المساحة والجلوس بالقرب من طفلك بما يكفي لمس الكتفين ومشاركة الضحك واللعب معه بينما هو يلعب بنشاط بألعابه المفضلة. الأشياء الصغيرة تهم وتزيد قيمتها مع مرور الوقت. اللمسة الحانية لغة الحب، فإنها لا تزال تعبيراً مهماً عن الاهتمام والرعاية والحماية والمودة، وتدفقات الحياة الطبيعية. طفل اليوم في أمس الحاجة إلى الابتعاد عن التعلق بالأجهزة والإلكترونيات مهما بلغت جودتها ومغرياتها. الطفل بحاجة إلى التقرب للأبوين كي يشعر بلغة الحب والتّرب والمودة الإنسانية الحانية. ولا شك أن رواية القصة وتصفح الكتب وتقليب الأوراق ومحاكاة بعض الفقرات وتمثيلها وتنويع درجات الصوت المنخفض والمرتفع أثناء سرد القصة من دوافع تلّهف الطفل إلى سماع وقراءة المزيد من القصص باعتبارها بصمات من عالم الطفولة، ولوازم عهود الصبا التي تسكن وتُطبع في الذاكرة وربما لا تفارقها للأبد. ومع مرور الزمن قد ينسى الطفل تفاصيل القصص التي سمعها وينسى شخصياتها وأحداثها وربما نهاياتها لكن تبقى بقاياها الحميدة منقوشة في جدران الشعور واللاشعور. يحتاج الطفل إلى قصص عصرية تتناغم مع مجريات العصر وتشير بذكاء إلى أخلاقيات التعامل مع قنوات التواصل.

وفي عصر الانفجار المعرفي يجب أن تبدأ رحلة اللمسة الحانية الساحرة بصورة مكثفة مع رحيق الرضاعة الطبيعية. ولا ريب أن الرضاعة من نفحات الخير واتصال أشبه بالخيال. "ومن حكمة الله أنّ حليب الأمّ، يحتوي على موادّ وعناصر مختلفة، بنسب معلومة، توافق حاجات الطفل، ممّا جعله خير غذاء، يتناوله الطّفل مدّة رضاعته. ولكي تقوم الأم برسالتها العظيمة على أكمل قيام، فعليها إرضاع ولدها رضاعة طبيعيّة، مادامت قادرة على ذلك. أمّا إذا تخلّت عن هذه المهمّة طلبًا للراحة والرّفاهية، أو لغير ذلك، فقد جنت على طفلها وعلى نفسها، لأنّها خالفت أمر الله وحرمت طفلها أنفع غذاء خصّصه الله تعالى له. وأمّا إذا كانت للأمّ أعذار شرعيّة، فليس عليها أن ترضع ولدها. لُوَحظ أن بعض الأمهات يفظمن أولادهن قبل موعد الفطام الذي حدّده الله سبحانه وتعالى بدعوى الحفاظ على شباهن، وتكون نتيجة هذا



السلوك الأناني اعتلال صحة المولود، وحرمانه من النمو الطبيعي. وخير نصيحة لمثل هؤلاء الأمهات هي الحرص على إرضاع أولادهن، مادام حليهنَّ جيّدًا، وهنَّ بصحة طيبة"<sup>1</sup>. وتستمر الرحلة لتسع معانقة الأب والإخوة ثم تبدأ رحلة تقبيل الابن لرأس ويد الأم، وتجد صور المحبة تتجلى عند مصافحة الناس، وتتفحصها عند إقامة الصفوف في صلاة الجماعة؛ إِرَاقِ الْمُنْكَبِ بِالْمُنْكَبِ، وَالْقَدَمَ بِالْقَدَمِ فِي الصَّفِّ، وتسمعها بصوت أمين بعد الفاتحة بصوت واحد، وتتألق مع الابتسامة والاتصال البصري والسؤال عن الحال. وفي الحديث الشريف "أَنَّ رَجُلًا شَكَاَ إِلَى رَسُولِ اللَّهِ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - قَسْوَةَ قَلْبِهِ، فَقَالَ لَهُ: إِنَّ أَرَدْتَ أَنْ يَلِينَ قَلْبُكَ فَأَطْعِمِ الْمِسْكِينَ، وَامْسَحْ بِرَأْسِ الْيَتِيمِ"<sup>2</sup>.

هذه اللمسات العفوية الفطرية الزكية بعقب التراحم والتلاحم تضيء السعادة علينا جميعا، وهي غذاء للأرواح الرحيمة، ومقدمات مستحقة للاندماج الاجتماعي، والراحة القلبية. لا شك أن الذين تتجه وجوههم نحو شاشات التواصل الاجتماعي ويحبون الجلوس في الغرف المظلمة لأوقات طويلة آناء الليل وأطراف النهار لتزجية الوقت من أجل اللعب الإلكتروني والتواصل يخسرون مظاهر العافية الإنسانية التي تنبثق جمالياتها مع نعمة اللمسة الحانية والخبرة المباشرة.

## الأطفال ومصيدة الغرائز الجنسية

يتعين علينا التكاثر لحماية الناشئة تقنيا وعقليا ونفسيا ودينيا وثقافيا لا سيما أن الإفراط في الملذات يتزامن مع التمتع بالحريات في عصر لم يشهد المجتمع البشري انفجارا معرفيا متسارعا مثله في الكيفية والكمية. ومن هنا فإن تفعيل الأصول، وتطبيق الضوابط، وإنعاش النزعة الإنسانية وسيلة من الوسائل العائلية المجدية لتوجيه العلاقات بين الجنسين وتنظيمها، وصون الأطفال من مصيدة المنحرفين، وبرائن<sup>3</sup> المتربصين. إن قراصنة الإنترنت صنف محتمل في غاية

<sup>1</sup> الموسوعة العربية العالمية، 2004م، الرضاعة، باختصار.

<sup>2</sup> رواه أحمد، والبيهقي، والهيثمي: رجاله رجال الصحيح، وحسنه الألباني في (صحيح الجامع) (1410). انظر: موسوعة الأخلاق الإسلامية - الدرر السننية (2/ 452)، بتقييم الشاملة آليا).

<sup>3</sup> برائن: مفردا "برائن: محالب السُّبُع أو الطَّيْر الجارح وتستعمل مجازًا في سياق ما يضرّ من العلل أو الطُّروف الاجتماعية، أو في الدلالة على العدوان والسُّراسة "للصقر برائن قوية - وقع في برائن الجهل - نجا من برائن الاحتلال/ الموت". معجم اللغة العربية المعاصرة (1/ 181).

السوء، ويعشق نشر الفاحشة بطرائق خفية، ويود الاضرار بالمجتمع، ويورث الغواية الشيطانية. حذر المولى سبحانه من مثل ذلكم الصنف الخبيث من الناس فقال سبحانه "إِنَّ الَّذِينَ يُجْبُونَ أَنْ تَشِيَعَ الْفَاحِشَةُ فِي الَّذِينَ آمَنُوا لَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ"<sup>1</sup>.

يلوث السلوك الجنسي الهائج الفضاء الإلكتروني بנדاءات اندفاع الشهوة وإيقاظ الغرائز المحرمة مما يفتح باب الشر للتجاذب الجنسي وهذا بدوره يؤدي إلى وقوع جرائم إلكترونية حقيقية ومخيفة. لا تستطيع القوانين المحلية والدولية لوحدها إيجاد الأمن السيبراني (الإلكتروني) بل - في هذا السياق التكنولوجي المتفاحم - لا بد من تفعيل المنظومة الأخلاقية على المستوى العائلي والمجتمعي على نحو منهجي للتعامل المتوازن مع هذه التهديدات المرعبة. تشجيع المراقبة الذاتية، واحترام القوانين، والانتظام في نشر الوعي التربوي والأمني والديني بداية صناعة سور الحصانة الأسرية.

إن من أبشع صور الانحرافات الجنسية (Sexual Deviations) استغلال الأطفال واستدراجهم عبر قوة الفضاء الإلكتروني (Cyber Power) واختراق منصات التواصل وبرامج الهواتف الذكية، وألعاب الأطفال الإلكترونية. ولقد تحول هذا الأمر إلى تجارة عالمية إلكترونية تدر مبالغ خيالية علما بأن هذه المنظمات الخطيرة تتحايل على المؤسسات الأمنية بشتى الطرق الماكرة مستغلة الأساليب المتطورة تكنولوجيا.

ينشط المتحرشون بالأطفال والمحتالون في شبكات التواصل الاجتماعي بحثا عن المحرمات، واستثارة الغرائز الجنسية، وإشاعة الفاحشة، ويستخدمون تطبيقات آمنة في قنوات الدردشة كما يستترون وراء شبكات إلكترونية مخيفة؛ الشبكة المظلمة (dark web)<sup>2</sup>، بحيث يصعب رصدها وتتبعها ومعاقبتها. وهناك تطبيقات شهيرة للتواصل الاجتماعي للشاذين جنسيا فقط وللمواعدة الغرامية<sup>3</sup> وللأسف ثمة جهات دولية عديدة تحمي "حقوق" الشواذ جنسيا! وتطالب بمزيد من الحريات لهذا الصنف! وقوتهم تتزايد يوما بعد يوم في جميع دول العالم.

<sup>1</sup> سورة النور، 19.

<sup>2</sup> عطية، 2019، ص 18، تشاتفيلد، 2012، 50 فكرة يجب أن تعرفها عن الأفكار الرقمية. ص 92.

<sup>3</sup> فلوريدي، المعلومات: مقدمة قصيرة جداً، 2017، ص 92.

وبناء على ما سبق فإن الإنترنت مجال واسع للتحرش الجنسي بالأطفال ( child sexual abuse) ويكون على عدة أشكال منها جيازة صور إباحية للأطفال، واجبار طفل على التعري والدخول في أي نوع من النشاط الجنسي أمام الطفل، بما في ذلك مشاهدة الأشياء الإباحية. وتشجيع الطفل على أداء أفعال جنسية أمام الكاميرا . يمكن أن يكون كلٌّ من الأولاد البنات ضحايا للتحرش الجنسي، لكن البنات هنَّ أكثر عرضةً لذلك بستة أضعاف<sup>1</sup>. الأمر فعلا يفوق تصور كثير من الآباء والأمهات، فالضرر مُنظم وممنهج ويستعين المتربصون بتقنية عالية الجودة والخبث.

إن "عدم صرامة الضوابط وكفائتها من قبل تطبيقات يستخدمها الملايين، مثل (Tinder) و (Grindr) يمنح البالغين المهووسين بالأطفال جنسيا<sup>2</sup> والمغتصبين وتجار الجنس ومهربي البشر سهولة بالغة للوصول إلى الأطفال. ويأتي ذلك بعد أن واجهت شركات التواصل الاجتماعي انتقادات حادة لتشجيعها الأطفال على إيذاء أنفسهم من خلال عرض صور تمجد الانتحار"<sup>3</sup>.

تزيد المخاطر السيبرانية مع شريحة المراهقين لقلة خبراتهم إذ قد تتفاقم أزماتهم فتظهر مشكلة اللبس والموضة والتحرش والمقارنة بسبب مراقبة الناس، وتصوير ونشر اللحظات المحرجة وما يصاحبها من تعليقات غير نزيهة والافراط في التأكيد على الذات<sup>4</sup>. وفي هذا المساق فإن التعلق الوجداني بالمشاهير من المحاذير الواردة ومشكلة لكثير من الأطفال بدرجة من الدرجات وتبدأ بالتقدير والإعجاب ثم الانبهار والتقليد والتشبه والتقمص ثم التعلق القلبي والتبعية، وأخيرا الانسلاخ عن الهوية. في مثل هذه الأجواء تتراجع المناعة الإيمانية وتتضاءل الضوابط المجتمعية فيقع الطفل ضحية للاحتيال، وفريسة للنصب، والانسحاق خلف المشبوهين.

وفي ظل الأوضاع الحالية الساخنة فإن "أي طفل أو مراهق يمكن أن يكون عرضة لأن يُستدرج إلى صناعة الاستعباد وتجارة الجنس، لكن البعض أكثر عرضة من غيرهم بسبب براءتهم وعدم ادراكهم للخطر. وتجار الجنس والبشر الذين يتألفون من الرجال والنساء على

<sup>1</sup> موسوعة الملك عبد الله بن عبد العزيز للمحتوى الطبي (2017م). التحرش الجنسي بالأطفال. باختصار.

<sup>2</sup> فلوريدي، 2017، المعلومات: مقدمة قصيرة جداً، ص 92.

<sup>3</sup> عطية، 2019، ص 13، بتصرف يسير.

<sup>4</sup> Foster, 2018, 5 Dangers of social media for teens. allprodad.com

حد سواء، خبراء في التلاعب النفسي ويسعون باستمرار إلى البحث عن «مُنتج» جديد<sup>1</sup>. وعليه فإن خير ما يستطيع أن يقدمه الآباء والأمهات هو الإشراف الواعي المتزن على أنشطة الطفل الإلكترونية، ومشاركة الأبناء من حين لآخر في أنشطتهم على شبكة الإنترنت مع تعزيز دائم لمهاراتهم الفكرية واثراء حسهم الأمني بحيث لا يتم استدراجهم لأوكار المجرمين. إن الأب الحريص على أبنائه يتفقد الأجهزة الإلكترونية ويدخل لذاكرة الحاسوب (history) التي تحتفظ بالمواقع التي يستخدمها صغاره، وكذلك الأم تفعل ذلك كي تطمئن من حين لآخر على سلامة الأطفال، وتتأكد عمليا من عدم تسلل البرامج الإباحية الفتاكة للبيوت الآمنة.

الحوار الأسري حول الأمن الإلكتروني ضرورة حضارية لمنع الفجوات السلوكية، ومن أجل اغلاق الفراغات الأخلاقية التي تنتج من مسaire الوسائط الاعلامية. ولا شك أن تعاون الأبوين، والتفاهم المستمر المثمر بينها من ركائز متابعة الأبناء، وأوجب الواجبات لرصد المخاطر التي تكتنف الفضاء السيبراني. لا بد من وضع سياسة أسرية واضحة ومتطورة للتصدي للمصاعب. تكشف الحوارات الأسرية القضايا الجنسية المشتعلة في أذهان الأولاد والبنات وينبغي مناقشتها بكلمات رصينة وعلمية تناسب أعمارهم.

ومن أصول التنشئة الاجتماعية تقديم الإجابة الشافية أو الممكنة عن تساؤلات الأبناء الجنسية بأسلوب مهذب، وفق المعايير الأخلاقية الإسلامية، وفي إطار المعلومات الصحية الصحيحة، وإلا فإن الفتیان والفتيات سيجدون في مواقع الإنترنت مهيجات ومعلومات مشوهة ومشوهة تفسد أخلاقهم من حيث لا يعلمون. الحوارات البناءة في أوانها الصحيح تمكن الأسرة من تكوين ثقافة أسرية ناضجة تحكمها روابط راسخة تمهد للناشئين معرفة أصول العلاقات المقبولة بين الجنسين فيتسامى الفرد عن دنايا الشهوات، ويتعد عن مواضع الشبهات، وينصرف عن مخالطة المفسدين. يجب أن لا نهمل مثل هذه النقاشات العائلية الهادئة كي لا تتفاقم تحديات الشبهات وبراكين الشهوات غير المتوقعة.

وأخيرا فإن التربية في مجملها - بكل ما فيها من أعباء - لا قوام لها من غير متابعة ومواصلة النصح والتعليم والتعلم فلا يكفي تقديم إرشادات عامة، ولا نكتفي بتقديم مواعظ

<sup>1</sup> عطية، 2019، ص 13، باختصار يسير.

بليغة وبرامج تقنية لحماية البرامج من المحذورات ثم نترك الحبل على الغارب<sup>1</sup>، وعلينا أن لا نسمح لكل طفل في البيت يتصرف على هواه بل علينا في كل يوم ولحظة أن نسدد ونقارب، ونجتهد ونوازن بسلاح العزم والحزم. ولهذا فإن أمر الإصلاح وتربية الأبناء ليس بالأمر الهين السهل ولكن أجره عظيم، والله المعين، وهو نصير المحسنين.

## حماية الأطفال إلكترونياً

تحقيق الأمن الأسري من أشرف الغايات والجهاز -أي جهاز- سلاح ذو حدين ومن باب اليقظة الاجتماعية والأمن التربوي نستعرض هنا مجموعة استراتيجيات تمثل مسارات أمنية ينصح بها العديد من الخبراء في مجال التواصل الاجتماعي<sup>2</sup> ومنها ما يلي:

1- أن يلم الآباء والأمهات بمهارات الحاسوب الأساسية (Basic Computer Skills) لأن لها انعكاسات إيجابية على مهاراتهم الوالدية (parenting skills).

2- لا تستعجل في تزويد الطفل بهذه الأجهزة حتى تجد مبررات مقنعة، وفائدة راجحة مع قدرة عامة على ضبط ساعات استخدامها.

3- استشارة المتخصصين بالبرامج الأمنية لترشيح أسماء برامج تعليمية وأمنية يجدونها ضرورية على الحاسب الآلي والآيباد الخاص بالأبناء.

4- لا تترك الأبناء لوحدهم في الفضاء الإلكتروني بلا رقابة. "أنت لن تأخذ أطفالك وتتركهم وسط مدينة نيويورك... هذا بالضبط ما تفعله حين تسمح لهم بدخول الفضاء السيبراني وحدهم"<sup>3</sup>.

5- من المهم تواجد الكبار من حين لآخر وبصفة منتظمة لمشاهدة طرق استخدام الأطفال لقنوات التواصل الاجتماعي. يجب متابعة الأبناء من باب الإشراف والتعليم والمشاركة فعلى النظر في الصور التي يتداولونها ويلتقطونها ويعلقون عليها مروراً بمعرفة نماذج من الوسائط المتعددة التي يستخدمونها.

<sup>1</sup> ترك الحبل على الغارب: ترك الأمر يأخذ مجراه دون تدخّل منه. الغارب: ما بين سنام البعير وعنقه، وهو الذي يُلقى عليه خظام البعير إذا أرسل ليرعى حيث يشاء ألقى حبله على غاربه: تركه يتصرف على هواه.

<sup>2</sup> آيكن، 2017م، التأثير السيبراني: كيف يغير الانترنت سلوك البشر؟ ص 198-199، عطية، 2019، ص 13.

<sup>3</sup> المرجع السابق، ص 171.

6- التحدث في بعض المناسبات مع الأطفال عن مخاطر التصفح على الهواء والتذكير بضرورة الحذر من المساوىء. هذا الحديث الودي الجوهري يجب الحرص عليه بانتظام في إطار الاستماع لملاحظات الأبناء لإيجاد بيئات معززة للترابط الأسري. "الحديث الودي" أساس الحب والمودة بغرض تغذية ثقافة الشاشة عند الناشئة أما سلوكيات التنصت والتجسس البوليسي فمن دواعي تفكك الأسرة، ومن أسباب تقليص منسوب الثقة. **الثقة المتبادلة أساس بناء البيوت وعماد ترسيخ العلاقات وعندما نفعل ذلك تصبح الخسارة جسيمة، والعواقب وخيمة.**

7- العناية بمعرفة أسماء أصدقاء الأبناء ومتابعة أحوالهم، وملاحظة بعض المواضيع التي يتناولونها في العموم. الحرص على الرفقة الصالحة في الحياة الفعلية والافتراضية مسألة مصيرية. "ومن المهم الإشارة إلى أن جماعة الرفاق تعتبر انعكاسا لثقافة المجتمع الذي يعيشون فيه، وتتبلور فيها قيم المجتمع التي يؤمن بها، فالناشئ ينقل إلى هذه الجماعة ثقافة أسرته وثقافة المجتمع الذي ينتمي إليه، وبالجملة فإن جماعة الرفاق من أهم الجماعات التربوية المؤثرة في نقل القيم وغيرها من المكونات الثقافية للمجتمع، ولذا تعتبر وسطا مهماً جداً في هذا المجال"<sup>1</sup>.

8- وضع قواعد ارشادية أو قيود على تصفح المواقع ودخول المنتديات على الهواء ويتم تطبيق اللوائح الأسرية بعقلانية وحزم بعيدا عن نوبات الغضب الوالدية المؤدية إلى أي صورة من صور الايذاء وتحقير الطفل والتشهير به. **لا تنتقص من قدر الطفل بل أرشده برفق.** تذكر عبارة الدالاي لاما: "لا تأتي الحلول أبدا من عقل غاضب"<sup>2</sup>. قال الإمام أحمد "حسن الخلق أن لا تغضب ولا تحقد"<sup>3</sup>. قد يكسر الأب في ساعة غضب الهاتف المحمول ثم يندم ويقدم جهازا أفضل ويهمل مراقبة الطفل، مثل هذا الانفعال لن يُصلح الحال.

9- "العودة إلى ذاكرة الكمبيوتر ومعرفة المواقع التي تم الدخول إليها"<sup>4</sup>.

<sup>1</sup> نضرة النعيم في مكارم أخلاق الرسول الكريم، - صلى الله عليه وسلم (1/ 170).

<sup>2</sup> واطسون، 2016م، عقول المستقبل، ص 193.

<sup>3</sup> نضرة النعيم في مكارم أخلاق الرسول الكريم، صلى الله عليه وسلم (5/ 1584).

<sup>4</sup> موقع الهيئة العامة للاتصالات وتقنية المعلومات، 2019.

10- تعليم الطفل وتذكيره بعدم تمرير كلمة الدخول في الهواتف الذكية والآيباد... لأي شخص خارج العائلة. ومن الأهمية بمكان معرفة كلمة السر (المور) الخاصة بأجهزة أطفالنا. شدد أحد المتخصصين بمكافحة جرائم الإنترنت "على أهمية التحدث مع الأطفال حول سلوكهم عبر الإنترنت عاجلا وليس آجلا. ويقول في هذا الصدد «أنت بحاجة إلى معرفة كلمة المرور الخاصة بهم، ونمط سلوكهم على الإنترنت، كما تحتاج إلى معرفة عناوين بريدهم الإلكتروني واسم المستخدم، لأنه عندما يحدث شيء فلا بد أن يكون بمقدور أحد الوالدين الدخول إلى حسابات أبنائهما على الأجهزة المختلفة»<sup>1</sup>.

11- يجب أن لا تكون كلمة السر سهلة ومكررة كي لا يتعرف عليها أحد.

12- استخدام وسيلة تكنولوجية (برامج) ومواقع من قبل الوالدين تقوم بتصنيفية محتويات المواقع ليقصرها على مواقع مناسبة لأعمار الأطفال. استخدام محركات بحث مخصصة للأطفال أمر مريح وعملي خاصة في حال عدم تواجدهم معهم أو أثناء استخدام الإنترنت في المدرسة أو المراكز التعليمية، ومن هذه المحركات (kiddle, kidrex, thinga)<sup>2</sup>، وأيضا (youtube.com/kids)، وكيدز نتفلكس (netflix.com/Kids). ولقد راجعنا هذه المواقع وهي نافعة في عمومها ونتمنى في القريب العاجل إيجاد محركات عربية آمنة وعملاقة خاصة بالطفل العربي، وتحتوي على مادة علمية عربية غزيرة المحتوى، زاهرة بالمعارف والعلوم والفنون والقيم الإنسانية الرفيعة. تنصح الجهات الرسمية<sup>3</sup> باستخدام موقع kiddle تحديدا لأداء الواجبات المدرسية والبحث والاستكشاف. لماذا يستعمل موقع Kiddle نطاق .co بدل من com؟ لأن co ترمز إلى أن الموقع للأطفال فقط<sup>4</sup> (children only) وهذه هي رؤية موقع Kiddle.

13- تعليم الأطفال بأن أي مشكلة يمرون بها أو يشاهدونها حولهم فالواجب عليهم ابلاغ الوالدين حفاظا على مصلحة الجميع. تُظهر الدراسات أنه حين يتورط الأطفال في وسائل التواصل الاجتماعي الإلكتروني فأخر الناس الذين يفكرون باللجوء إليهم هم

<sup>1</sup> عطية، 2019، ص 13.

<sup>2</sup> أمان (2017). محركات البحث الآمنة لطفلك " لنعرف أكثر بأمان أكثر". موقع أمان: aaman.info

<sup>3</sup> موقع الهيئة العامة للاتصالات وتقنية المعلومات، 2019.

<sup>4</sup> <https://www.kiddle.co/about.php>

الآباء والأمهات الذين يراقبون تصرفاتهم<sup>1</sup>. ومن هنا فإن بناء وتطوير جسور الثقة قضية عاجلة وبالغة الأهمية.

14- تدريب الطفل تدريجياً ومنهجياً على مهارات المناعة الفكرية (الفكر التحليلي الناقد) فليس كل ما يُكتب صحيح، وليس كل من يطلب منا أمراً نعطيه، والعقل يمتنع عن ممارسة أي فعل أو قول يضر بالآخرين بصفة مباشرة أو غير مباشرة. العقل اليقظ مصفاة لنقد المصادر ونخلها.

15- يمكن مراقبة تفاعلات الطفلة على شبكات التواصل على نحوٍ معلن، بل وينبغي أن يُحاط الأطفال علمًا بأن البالغين هم من يقومون في الواقع بهذه الإجراءات الإشرافية، وهناك قاعدتان من القواعد العامة التي ينبغي على الأطفال الالتزام بها: (أولاً) الحد من وضع المعلومات الشخصية على النت؛ فالعناوين وأرقام الهاتف وحتى أسماء المدارس أو المواقع قد تؤدي إلى تعريض الأبناء لمخاطر المواجهات المباشرة غير المرغوب بها. (ثانياً) استخدام مواقع التواصل الاجتماعي آمنة. ويجب على البالغين أن يتفقدوا «الأصدقاء» في الحساب الخاص بالطفلة ومعرفة هؤلاء الأصدقاء، علاوة على مناقشة الأمور الخاصة بمتابعي الطفلة على الشبكة، تمامًا مثلما يحدث مع علاقات الصداقة الواقعية. ويجب تشجيع الطفل على الصراحة والوضوح<sup>2</sup>.

16- يجب أن لا يصادق الطفل واليافع أناس موضع ريبة ممن يتدخلون في تفاصيل حياتهم ويطلبون منهم طلبات غريبة. يجب عدم إضافة الغرباء إلى دائرة أصدقاء الطفل فهناك من يستغل سهولة إخفاء الشخصية ويستغفل الناس عن طريق التنفن في لبس القناع الوهمي الرقمي.

17- تجنب الرد على رسائل البريد الإلكتروني المجهولة المصدر، ويجب أن لا ندخل إلى مواقع التواصل الاجتماعي غير الموثوقة<sup>3</sup>.

18- يتعين على المرين اجابة ومناقشة كافة التساؤلات الجوهرية المقترنة بالإنترنت التي يثيرها الأبناء ويجب استشفاف درجة نضجهم ومعاناتهم.

<sup>1</sup> آيكن، 2017م، التأثير السيرياني: كيف يغير الانترنت سلوك البشر؟ ص 212.

<sup>2</sup> هول، 2016، تنشئة الأطفال في القرن الحادي والعشرين. الفصل الثالث: النمو المعرفي خارج المنزل.

<sup>3</sup> مجلة تكنولوجي، 2019، القرصنة الإلكترونية في نوع جديد من الجريمة في عالم الشبكة العنكبوتية. عدد 152، ص 41.



19- إذا شاهدنا جهازا جديدا أو برنامجا غريبا في يد الأبناء فلا بد من أن نسأل الأبناء عن الأجهزة والبرامج التي يمتلكونها ما مصدرها ومن أعطاهم؟ الأم التي تجيد فنون التربية تسأل الابن: من أين أتيت بها؟ ولا بد لنا أن نعلم أن قانون: «من أين لك هذا؟» (أنى لك هذا لجميع المقتنيات) يحكم العالم كله؛ لأنه يتحكم في التربية الاجتماعية كلها<sup>1</sup>. هناك من يروج لأجهزة وبرامج مجانية مدمرة.

20- على أولياء الأمور الاطلاع على طرف من طرق الخداع والغش الإلكتروني كي يجذروا من المداخل الماكرة وليطوروا سياسات أسرية سليمة وآمنة، وقدما قال سيدنا عمر بن الخطاب رضي الله عنه "لست بالخبِّ ولا الخبُّ يخدعني". ولعل متابعة الشبكات التابعة لوزارة الداخلية، والهيئة العامة للاتصالات وتقنية المعلومات، وغيرها من الشبكات الموثوقة من الطرق العملية للآباء لمعرفة الحيل الجديدة المستخدمة في ارتكاب الجرائم الإلكترونية.

21- ابلاغ الجهات المختصة بمكافحة الجرائم الإلكترونية إذا شعر الآباء والأمهات بأي خطر يهدد سلامة الأبناء والأسرة. يجب التبليغ عن كل تصرف يكون الغرض منه إلحاق الأذى والضرر نفسيا وماديا. إن التهاون في القضايا الأمنية فيه اضرار بأمن الأسرة، وتحديد لاستقرار المجتمع معا. "تعتبر حقوق المستخدمين وحماية مصالحهم جزء رئيسي من عمل الهيئة العامة للاتصالات وتقنية المعلومات، حيث تتيح للمستخدمين التواصل معها للإبلاغ عن أي ظلم قد تعرضوا له من خلال خدمة تقديم الشكاوى"<sup>2</sup>. يمكنك تسجيل الشكوى على موقع الهيئة أو الاتصال على هاتف رقم: 125.

### دعائم لتنمية العاطفة الاجتماعية

1- الأطفال الذين يتعلمون من الوالدين أو المرين، والناس الذين تربطهم بهم علاقات عاطفية، يظهرون قابلية أكبر على التعلم. يرجع ذلك إلى أن الأطفال يتعلمون من خلال الإيماءات والتواصل التفاعلي مع البالغين. بعبارة أخرى، يتعلمون بأفضل السبل من البشر،

<sup>1</sup> انظر تفسير الشعراوي (8/ 5042).

<sup>2</sup> <https://citra.gov.kw/sites/Ar/Pages/complaint.aspx>

وليس من الآلات. "لا تحذرك ادعاءات التسويق. يُظهر العلم لنا أن تطبيقات التابليت ربما لا تكون تعليمية كما تدعى وأن الوقت الذي يمضيه الطفل مع الشاشة في الواقع ربما يسبب تأخر النمو أو حتى خللاً في الانتباه والتركيز وتأخر تعلم اللغة لدى الأطفال الذين يمضون أكثر من ساعتين في اليوم مع الوسائل التفاعلية"<sup>1</sup>.

2- البعد عن المثالية في توقعاتنا مع أفراد الأسرة وهم يتجولون في العالم السيبراني. إن الكل في الحياة معرض للوقوع في الأخطاء، فالإنسان خطأ؛ كثير الخطأ، والله يحب التوابين. "كُلُّ بَنِي آدَمَ خَطَّاءٌ، وَخَيْرُ الْخَطَّائِينَ التَّوَّابُونَ"<sup>2</sup>. علينا تقديم النصيحة، وتقبل اعتذار الأبناء وعلينا نبذ الغلظة، ولا شك أن اعتياد الطفل على تصحيح زلاته من لوازم الثقة بالنفس، والإحساس بالندم علامة على يقظة قلب الطفل. قد يستحق الطفل أحياناً مكافأة من والديه على اعتذاره وتراجعته. إن مجرد اعتراف الطفل بأخطائه وذم الإساءة دلالة على حسن التربية وجرأته وصلابته وشجاعته الأدبية وهذه الصفات من أعظم العادات وأنفس المهارات التي ربما لا يستطيع تطبيقها والتحلي بها كثير من الكبار. تربية مشاعر الطفل وأحاسيسه ومشاعره لا تقل قيمة عن العناية بتنمية عقله وتقوية جسده.

3- التحسين المستمر لعلاقة الآباء بالأبناء حصانة للأسرة من المخاطر الإلكترونية وغيرها. الحرص على تلبية حاجيات الأبناء وترجمة تطلعاتهم حسب القدرات المتاحة وقضاء أوقات الترفيه مع الأبناء صمامات أمان لسفينة الأسرة بل والمجتمع.

4- تخصيص بعض الوقت بعيداً عن الهاتف الجوال استراتيجية عملية لإزالة السموم الرقمية، وخاصة عند تناول وجبات الطعام، وأثناء جلسات التواصل مع العائلة<sup>3</sup>. "يسعى الملايين حول العالم حالياً لتقليل استخدامهم وسائل التواصل الاجتماعي، بعضهم بغية استثمار الوقت الذي يضيع على تلك المنصات في أمور أكثر إفادة، وآخرون بسبب الصخب الدائم على هذه المنصات الذي أصبح يرهقهم عقلياً ونفسياً، وغيرهم تحول الأمر معهم إلى إدمان، فأصبحت منصات التواصل الاجتماعي بالنسبة لهم أكبر سارق لحيواتهم"<sup>4</sup>.

<sup>1</sup> آيكن، 2017م، التأثير السيبراني: كيف يغير الانترنت سلوك البشر؟ ص 140، 168.

<sup>2</sup> سنن ابن ماجه (2/ 1420).

<sup>3</sup> آيكن، 2017م، التأثير السيبراني: كيف يغير الانترنت سلوك البشر؟ ص 86، 91.

<sup>4</sup> العمارة، إياد (2017). هل تصفحك مواقع التواصل الاجتماعي تحول لإدمان؟. موقع الترا صوت.

5- ثمة علاقة بين ضوء الأجهزة المحمولة وساعات النوم إضافة لأضرار صحية أخرى من مثل الاكتئاب. وأخيراً، كقاعدة عامة، فإن ساعتين في اليوم أو أقل مع الأجهزة المحمولة هي من ضمن الإرشادات الجيدة. تنطبق هذه القواعد على الوالدين أيضاً - وليس فقط على الأطفال<sup>1</sup>.

6- الجروح السيكلوجية والعاطفية التي تحصل في مرحلة الطفولة لا تُشفى بسهولة فقد تكون أكثر تعقيدا من الكدمات العادية<sup>2</sup>.

7- الحوار البناء عن إيجابيات وسلبيات قنوات التواصل الإلكتروني من أروع طرائق التعليم إذا استخدم لبناء الشخصية التي تستطيع التعبير عن آرائها، وتنجح في التواصل مع الآخرين والمشاركة الفعالة في صنع القرارات التي تتجاوب مع احتياجات المجتمع.

8- ربط الطفل بالأنشطة الحركية من مثل الخروج للطبيعة (المنتزهات والمزارع)، ولعب كرة القدم، وركوب الدراجات الهوائية. لقد أصبحت هذه الصيحة "العودة للطبيعة" عبر النزهة الخلوية نزعة عصرية بيئية تنادي بها منظمات رعاية الطفولة وغيرها للتخلص من سيطرة الحياة الافتراضية الإلكترونية ولإنقاذ أطفالنا من اضطراب نقص الطبيعة<sup>3</sup>. النزهة الجيدة مع العائلة من شأنها توثيق المشتراكات الأسرية، والوقاية من سمنة الأطفال، وإزالة الشحناء.

9- لا تستطيع شبكات التواصل أن تدمر الترابط العائلي إلا إذا سمحنا لها بالتأثير علينا. لا تتدمر الأسرة من العوامل الخارجية واحباطات الإنترنت ومشاكلها الاجتماعية إلا إذا كانت الأسرة تعاني أساسا من تفكك داخلي ولديها قابلية للتفكك والانهيار والهزيمة. ومن هنا فإن قوة علاقة الآباء بالأبناء عاطفيا وعقليا هي البصمة الخالدة، والحصانة الدائمة في وجه التغيرات بعون الرحمن سبحانه.

10- يتساءل الآباء والأبناء عن أهون الشرين (The lesser of two evils) التلفاز أم الهواتف الذكية؟ في كل الأحوال فإن وجود الأصول والضوابط واتباع اللوائح وسيلة لتنظيم حياتنا، وضبط بيوتنا، ومن الأهمية بمكان أن تقوم الرقابة الأبوية بتحديد أوقات محددة لهذه

<sup>1</sup> Child in the City (2018). Worry over kids' excessive smartphone use is justified.

<sup>2</sup> آيكن، 2017م، التأثير السيبراني: كيف يغير الانترنت سلوك البشر؟ ص 174.

<sup>3</sup> Louv, R. (2008). Last Child in the Woods: Saving Our Children From Nature-Deficit Disorder. Algonquin Books; Updated and Expanded Edition. North Carolina.

التقنيات والتقليل من مشاهدتها وانتقاء النافع منها لأنها ضارة صحيا، وتحرم الصغار والمراهقين من الحركة والارتباط مباشرة بالبيئة المحيطة بهم.

11- توصلت دراسة حديثة إلى أن إفراط الأهل في حماية الطفل يعود بالضرر على الطفل أكثر مما قد يعود بالنفع. اشتملت الدراسة على 422 طفلاً في الولايات المتحدة الأمريكية، وقام الباحثون بمراقبة الأطفال وأمهاتهم في أثناء لعب الأطفال لمدة 6 دقائق. أجرى الدراسة باحثون من جامعة مينيسوتا الأمريكية وجامعة زيورخ السويسرية، وجرى نشرها في مجلة الطب النفسي التطوري *Developmental Psychology*<sup>1</sup>.

## الباب الثالث

### جيل الألفية

أثناء كتابة هذه السطور شاهدنا فيلما جديدا بعنوان المرأة السوداء (Black Mirror) على شاشة الحاسوب. يصور الفيلم تفاصيل فترة منتصف الثمانيات من القرن الماضي وهوس جيل الشباب حينئذ بالألعاب الإلكترونية وطريقة برمجتها. الفيلم تفاعلي بمعنى أن المشاهد يلعب دورا في مسار القصة فيوجه كثير من أحداثها وفقا لاختياره. يقدم الفيلم خيارات لسير أحداثه ويقوم المشاهد باختيار خيار واحد متاح على الشاشة فتتشكل قصة الفيلم وفقا لاختيارات المشاهد. الفيلم معروض للمشاركين في شبكة "نتفليكس" (Netflix) فقط، ويحتوي على مضامين فلسفية ونفسية، وكان هذا الفيلم أول تجربة لنا في رؤية عالم الأفلام التفاعلية وهو مجال خصب خط طريقه نحو عالم الأطفال والكبار.

وصف الفيلم السابق بطريقة غير مباشرة نشوء جيل متعلق بالبرمجيات الإلكترونية. يؤمن نوابغ الجيل الرقمي بأن التقنية التفاعلية الحديثة ستجعل حياتنا أفضل، وسنعيش في مدن ذكية متفوقة تكنولوجيا بالاستعانة بشركات متخصصة عابرة القارات. هذا الجيل من الشباب (الإنترنتيين) مندفع قلبا وقالبا نحو فضاءات البيئة الافتراضية مع محاولة مزجها في الواقع وهو

<sup>1</sup> انظر: موسوعة الملك عبدالله بن عبد العزيز للمحتوى الطبي (2018م). دراسة حديثة: فرط الحماية الأسرية يعود بالضرر على الطفل.

الاتجاه الذي يؤثر في الأجيال الحالية ويكسبهم عشقا استثنائيا للإنترنت، وشغفا يميزهم عن غيرهم.

جيل الألفية (Millennials) هو جيل الديجيتال؛ مصطلح مستخدم لوصف الفئات السكانية التي تتكون من الأشخاص الذين ولدوا في الحقبة بين بداية الثمانينيات بين 1980 كأقصى حد إلى البداية المبكرة من عام 2000. يشهد هذا الجيل زيادة ملحوظة في نسبة المواليد<sup>1</sup> مقارنة بالفترات التي قبلها. وهكذا استقر أغلب العلماء على تحديد جيل الألفية ما بين مواليد مطلع الثمانينات وحتى مواليد عام 2000، والذين يبلغ عددهم الآن نحو مليارين ونصف. كما أنّ مراكز الأبحاث العالمية باتت تركز على إجراء دراسات مكثفة عن هذا الجيل في أبحاثها السياسية والاقتصادية والاجتماعية والنفسية. لكن ما هو سمات جيل الألفية؟ وكيف يربون الآن أولادهم؟ وما المحددات التي ترسم الملامح المشتركة لجيل الألفية؟<sup>2</sup> يعتقد البعض أن هذا الجيل يتطلع إلى أن يحصل على تقادير دراسية عالية حتى لو كان الأداء الأكاديمي متواضعا مما ساهم في تضخم الدرجات الدراسية، وضعف المخرجات التعليمية. وهو جيل عجول ملول في رأي البعض.

أول من استخدم تعبير جيل الألفية هما العالمان ويليام ستراوس ونيل هوي في 1991. ورأى العالمان في جيل الألفية الثقة والتفاؤل والروح الجماعية، ورجّحاً أنّ جيل الألفية سيكون "كفيل بإعادة بناء نسيج المجتمعات المنشطية بفرديّة الجيل السابق". بينما وصفت عالمة النفس جين توينغ جيل الألفية، بأنه جيل فصامي<sup>3</sup>، نرجسي يفكر فقط في نفسه، وعديم الثقة بالآخرين، متقلب، ومتوتر دائماً. وذهب غيرها أبعد من ذلك حيث يُعزى التوتر المزمن لدى جيل الألفية إلى "قلة الأزمات"؛ جيل الألفية "لم يتعرّض لتحديات حقيقية". جيل الألفية منتشر في العالم كله وهو الذي تربّى على التكنولوجيا وطوّرها وعلمها للجيلين السابق واللاحق!

<sup>1</sup> ويكيبيديا (2019م) جيل الألفية: wikipedia.org

<sup>2</sup> أتاسي، عمار (2019). جيل الألفية .. 2 مليار ونصف من أبناء التغيرات الكبرى. موقع الترا صوت، واطسون، 2016، ص 38، ويسمى جيل الألفية بجيل ص وجيل الشاشة. الهواتف الذكية والصحة النفسية، موقع المشروع العراقي للترجمة.

<sup>3</sup> اضطراب فصامي عاطفي: اضطراب عقلي يجمع بين مظاهر انقسام الشخصية والاضطراب العاطفي. معجم اللغة العربية المعاصرة (2/1354).

مواقع التواصل الاجتماعي، هي من تطوير أبناء هذا الجيل.<sup>1</sup> هذا الجيل (جيل الألفية) يعج بالمبدعين وله منجزات علمية لا نكاد نجد كثافتها وثقلها ونبوغها في الأجيال السابقة. وعن طبائع هذا الجيل فإن 40 في المئة من الشباب الإنترنتيين يتابعون برنامج التلفزيون وهم يلعبون أو يبحرون في شبكة الانترنت أو يقرؤون بريدهم الإلكتروني وربما يفعلون ذلك أثناء تناول الطعام وهم يتمتعون بسماع الموسيقى. وقيل عن هذا الجيل بأسلوب رمزي: لقد تركوا السباحة في شاطئ البحر للإبحار في شبكة الانترنت ثم عادوا إلى السباحة<sup>2</sup>. ومن دلالات هذه العبارة أن الإنسان يغالي في استعمال التكنولوجيا ولكن مصيره في النهاية العودة إلى حياته الطبيعية وعالمه الواقعي. رغم كل محاسنه فإن الجيل الرقمي والذي يليه جيل قد يعاني أكثر من غيره من أنه جيل عجول ملول محروم من الحياة الطبيعية والمشاعر الإنسانية المتدفقة، وعليه أن لا ينغمس بالفضاء السيبراني<sup>3</sup> (الإلكتروني). كما أن أبناء هذا الجيل ربما نظروا في هاتفهم منتصف الليل ويحبون الحوارات الالكترونية أكثر من إجراء الحوار وجها لوجها<sup>4</sup>. لعل لسان حال بعض الشباب في جيل الألفية هو: لا نملك خياراً لنعرف أية حياة من دون الآيباد أو الآيفون، نحب هواتفنا أكثر من الناس<sup>5</sup>.

"إن الجيل الذي نشأ في ظل الويب احتضن شبكات التواصل الاجتماعي بجميع أشكالها المتنوعة: ماي سبيس، ويوتيوب، ولايف جورنال، وفيسبوك، وإكسأنجا، وكلاس ميتس، وفليكر<sup>6</sup> - وعشرات غيرها - إلى جانب المدونات على اختلاف أشكالها وأحجامها. إن معظم خصوصيتنا لم تُسرق منا، بل تخلينا عنها بمطلق إرادتنا؛ لأن الجميع يفعلون ذلك، وذلك التخلي عن الخصوصية ليس مجرد وسيلة للترابط الاجتماعي، بل هو في حد ذاته نظام اجتماعي. يوجد في العالم الآن ٧٠ مليون مدون ينشرون على صفحات مدوناتهم كل ما يخطر ببالك بدءاً من الحوارات التافهة، وانتهاءً بأدق تفاصيل الحياة الشخصية. إن موقع مثل [www.loopt.com](http://www.loopt.com) كان في السابق يمكّنك من العثور على أصدقائك، في حين -اليوم-

<sup>1</sup> أتاسي، عمار (2019). جيل الألفية .. 2 مليار ونصف من أبناء التغيرات الكبرى. موقع التزا صوت.

<sup>2</sup> ميغري، 2018م سوسيولوجيا الاتصال والميديا، ص 559، 545.

<sup>3</sup> Sinek, 2017, 2018.

<sup>4</sup> Ormerod, 2018, p. 14.

<sup>5</sup> الهواتف الذكية والصحة النفسية، موقع المشروع العراقي للترجمة: <https://www.iqtp.org/?p=13860>

<sup>6</sup> <https://www.flickr.com/about>

يتيح لك موقع twitter.com فرصة لأن تعلن للعالم كله عن مكانك وعمّا تفعل. إن الويب عالم فوضوي غير منظم ومرتبك يعج بالآلى، كما أنه يعج بما لا يجدي نفعاً<sup>1</sup>. ومن هنا يعتقد البعض أن جيل الألفية يقضي معظم طاقته في تبادل الرسائل الاجتماعية القصيرة والاستمتاع بالترفيه ويفتقر أفراده إلى ملكات التفكير العميق والمهارات الاجتماعية المباشرة<sup>2</sup> بسبب كثرة المشتتات الداعية للاكتئاب والقلق. يدحض هذا الاتجاه الجدلي وفرة ابداعات هذا الجيل، وتشعب أنشطته، وحصوله على معدلات ذكاء ربما تفوق الأجيال السابقة.

تؤكد الدراسات الجدلية عن جيل الألفية على أن الشباب الآن أكثر إقبالا على الأنشطة التطوعية وأكثر تقبلا للتنوع العرقي والثقافي. إن البالغين اليوم ليسوا أقل أنانية فحسب، بل أيضا "جيل غاية في الكرم، ويحمل وعودا مبشرة للنهوض بالعالم". يؤكد العلماء منذ سنوات طوال أن معدل ذكاء البشر يزداد بنحو ثلاث درجات من جيل لآخر. ويشار إلى ظاهرة ارتفاع درجات اختبارات الذكاء من ثلاثينيات القرن الماضي وحتى يومنا هذا باسم "تأثير فلين" (Flynn effect) نسبة إلى جيمس فلين، باحث أكاديمي من نيوزيلندا. يبدو أن جيل الشباب الآن أصبح أكثر ثقة واطمئنانا من الأجيال السابقة، ولكن ترحيبك بهذه الظاهرة أو تخوفك منها، سيكشف عن شخصيتك أنت أكثر مما يكشف عن شخصية أبناء هذا الجيل<sup>3</sup>.

وعن التحديات التقنية التي تواجه هذا الجيل والتي يليه نقلت وكالة الأنباء العالمية رويترز أن جيل الألفية يُتلف سمعه بعادة الاستماع للموسيقى الصاخبة حيث أشارت منظمة الصحة العالمية التابعة للأمم المتحدة إن جيلا من محبي الموسيقى يضر بسمعه باستخدام مشغلات صوتية لا تحم من المستويات الخطرة من الضوضاء العالية<sup>4</sup>.

وبدأت دراسات جديدة في محاولة لفهم جيل الألفية إنه قد يعاني من نقص مهارات التفاوض وربما يعاني من التوتر والإحباط وقد يتأثر على نحو كبير بضعف الاقتصاد الذي يمنع هؤلاء الشباب من دخول سوق العمل، وإيجاد شريك، والزواج، وبدء أسرة<sup>5</sup>. وفي هذا السياق

<sup>1</sup> أبلسون، 2014، الفصل الثاني، الطوفان الرقمي، بتصرف.

<sup>2</sup> غرينفيلد، 2017، تغير العقل: كيف تترك التقنيات الرقمية بصماتها على أدمغتنا. ص 44.

<sup>3</sup> جاريت، كريستيان (2017). هل أبناء جيل الألفية "أكثر نرجسية" من غيرهم؟ بي بي سي (bbc.com). انظر أيضا ماهية الذكاء (25 فبراير 2019). ويكيبيديا، غرينفيلد، 2017، تغير العقل: كيف تترك التقنيات الرقمية بصماتها على أدمغتنا. ص 262.

<sup>4</sup> Reuters (2019). reuters.com

<sup>5</sup> Grohol 2018. Millennials' Problem? Depression & Few Skills in Conflict Negotiation.

الاجتماعي المتأرجح والمتأرجح بين المحاسن صعودا، والمساوى هبوطا فإن من المهم لأولياء الأمور تثقيف أنفسهم بخصائص واشكاليات هذا الجيل الذي يُعد جيلا فريدا في عدد العباقرة فيه، وفي علاقته بالتجديد الثقافي عالميا، وهو جيل له بصمة ثمينة في الوفرة المعرفية، وصنع الثورة المعلوماتية، وكثرة الأصدقاء والاقبال على العمل وعلى متع الحياة في الوقت ذاته.

## هل المراهقة عقبة؟

من المعتقدات الشائعة جدا ولكنها خاطئة أن كل أطفالنا في مرحلة المراهقة مصدر قلق بل ارهاق ولا سيما أنهم اليوم يحملون الهواتف النقالة، وخبرتهم في العوالم الإلكترونية تضاهي خبرة الآباء بل قد تفوق خبراتهم كما وكيفا في ميادين عديدة. والحق أن الاستمتاع بقدر كبير من الهدوء واشباع المرحلة النمائية ليست غاية صعبة المنال في الغالب لتربية الأجيال حتى في مرحلة البلوغ أو ما قبلها. وهي مرحلة خصيبة لطلب العلم والتوسع في مباحثه حسب استعدادات كل فرد. عَنْ جُنْدُبٍ، قَالَ: "كُنَّا مَعَ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَكُنَّا فِتْيَانًا حَزَاوِرَةً فَتَعَلَّمْنَا الْإِيمَانَ ثُمَّ تَعَلَّمْنَا الْقُرْآنَ فَازْدَدْنَا بِهِ إِيمَانًا"<sup>1</sup>، ومن رحمة النبي صلى الله عليه وسلم بالشباب المسافرين طلب منهم العودة لأهلهم في أقرب فرصة. وهذا يدل على ضرورة مزج العلم بالجانب الإيماني كي يكون النمو نموا سليما في ظل مشاعر الشوق للأهل. كان البلوغ في السابق مفترق طرق للتخصص في مهنة من المهن ومعرفة حلاوة العيش قبل أن تتشعب بهم مشاغل الحياة الزوجية، أما اليوم فطالت سنوات الدراسة، وزادت مؤهلات العمل، وتأخر سن الزواج.

والسؤال هنا هو هل التقنية الحديثة - المعززة بالحريات - تنير عقول الأبناء أم تشوه فكرهم وتُفسد أخلاقهم؟ وهل المراهق شخص متمرد ومتقلب ومتنمر يجلب المتاعب تلو المتاعب بأفكاره الجريئة أم المراهق شخص ناضج سهل التعامل؟ المراهقة مرحلة نمائية لها سماتها

<sup>1</sup> حزاورة: جمع حزور، وحزور هو الصبي الذي قارب البلوغ. السنة لعبد الله بن أحمد (1/ 369)، نضرة النعيم في مكارم أخلاق الرسول الكريم، صلى الله عليه وسلم (3/ 746). ورد في مسند الإمام أحمد (24/ 364) عَنْ مَالِكِ بْنِ الْحُوَيْرِثِ، قَالَ: أَتَيْتَنَا رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، وَنَحْنُ شَبَابٌ مُتَفَارِقُونَ، فَأَقَمْنَا عِنْدَهُ عِشْرِينَ لَيْلَةً، قَالَ: وَكَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ رَحِيمًا زَفِيحًا، فَظَنَّ أَنَّا قَدِ اشْتَقْنَا أَهْلَنَا، فَسَأَلْنَا عَمَّنْ نَزَّكْنَا فِي أَهْلِنَا، فَأَخْبَرَنَا، فَقَالَ: "ارْجِعُوا إِلَى أَهْلِيكُمْ، فَأَقِيمُوا فِيهِمْ، وَعَلِّمُوهُمْ، وَمُرُوهُمْ إِذَا حَضَرَتِ الصَّلَاةُ، فَلْيُؤَدِّنْ لَكُمْ أَحَدُكُمْ، ثُمَّ لِيُؤَمِّكُمْ أَكْبَرُكُمْ".



ومتطلباتها وعوائقها ومعظم الناشئة يمرون بها دون مشاكل المشاكسة والمصادمة. هذه المرحلة موسم من مواسم العمر لها تحدياتها وهي مرحلة تمهيدية وانتقالية لطور الرشد حيث ينتقل فيها الشخص من طور الطفولة إلى عالم الكبار. إن دور الأسرة هنا إدراك طبيعة هذا التغير الكبير ومعاملة المراهق والمراهقة وفقا لمتطلبات هذه المرحلة وتوسيع دائرة الصلاحيات والمسئوليات تدريجيا. من أكبر أخطاء الأسرة التعامل مع المراهق بنفس الطريقة القديمة واعتباره طفلا صغيرا غير مؤهل للتصدر ولا يصلح للدخول في محيط الكبار. من المهم التأكيد على أن أسلوب الوالدين المتصف بالإنصاف واللطف والحزم والعقلانية مع المراهقين خير وأبقى في التوجيه والتأثير مقارنة بأسلوب تهميش الشخصية.

تشير الدوائر التربوية إلى أن "المراهقة Adolescence: مرحلة الاقتراب أو التدرج نحو النضج، وتبدأ بظهور علامات البلوغ، والتي تكون في حوالي ١١ للإناث، و١٣ للذكور، أو نهايتها، فتتوقف على اكتمال النضج، والذي يكون غالبًا من الناحية البيولوجية في سن ١٩، أما من الناحية النفسية فيتوقف على زواجه واستقراره وعمله؛ لذا يرتبط بالثقافات المختلفة والإمكانات". ويدل مصطلح أزمة المراهقة (Adolescence Crisis) "على عدم استقرار نفسي، وثبات انفعالي نتيجة تعرض الأفراد من بداية البلوغ، وحتى الرشد لتغيرات فجائية متعددة قد تتناول الجوانب: الجسمية، والنفسية، والعقلية، والاجتماعية، والخلقية. ويتعامل معظم المراهقين بطريقة سوية مع الأزمات، إلا أن بعضهم قد يكون رد فعله هو التمرد، أو العنف، أو الاكتئاب وحسب قدراته الشخصية والبيئية"<sup>1</sup>.

وفي هذه المرحلة - التي ليست بالضرورة تشهد صراعات عنيفة - يستكشف المراهق ميوله ومواهبه وخصائصه الذاتية على نحو أكبر وأعمق. من الطبيعي أن يستغل المراهق الإنترنت لتلبية احتياجاته وتساؤلاته وربما الخروج عن المألوف ولا يمكن منعه من سيطرة حب الاستكشاف على فؤاده وروحه بل المطلوب هو التوجيه السليم، وتقوية الحصانة لديه بحيث يكون ضميره الديني حيا، وفكره الأخلاقي يقظا.

تشمل المراهقة الشريحة العمرية الممتدة من الثانية عشرة وحتى عشرين عامًا. ومع اكتساب علماء النفس لمعلومات أكثر عن مرحلة المراهقة، وجدنا من الأيسر تحديد مجموعتين

<sup>1</sup> معجم المصطلحات التربوية والنفسية (2016م). ص 294، 29.

متمايزتين من السمات عوضاً عن الاكتفاء بوضع السمات جميعها في مجموعة واحدة وحسب؛ ونطلق على المجموعتين المراهقة المبكرة والمراهقة المتأخرة. ودور الأسرة غرس الانضباط الذاتي علماً بأن تطوُّر بناء المهارات يحدث عادة على مدار سنوات العمر. ومن سمات المراهق أن تصبح مهارة التفكير أكثر تعقيداً بحيث يحدث التأمل الذاتي يومياً، ويجري التفكير باستمرار في أمور مثل المسؤولية والعلاقات. ويساعد مستوى الكفاءة المتزايد في المجالات كافة في تزايد الرضا عن الذات. وفي المراهقة تظهر القدرة على التفكير في العديد من الحلول البديلة بشكل منهجي. يتضمن إدراك الذات الإمكانيات والرغبات الهادفة إلى تحقيق مزيد من التطور<sup>1</sup>. كما يتميز المراهقون الذين يتمتعون بكفاءة العلاقات الاجتماعية بأنهم أقل عدوانية، وأكثر استقلالية وتعاطفاً مع الآخرين مقارنة بأقرانهم الذين يفتقدون هذه المهارة<sup>2</sup>.

"تعرض المراهقين كافة بعض المشكلات من حين لآخر، غير أن معظم الشباب يتجاوز مرحلة المراهقة دون صعوبات كبيرة، فهم قادرون على إقامة صداقات جديدة، ويشتركون في الأندية، ويشاركون في الألعاب والنشاطات الاجتماعية. وتتم فترة المراهقة عند هؤلاء الشباب بالسعادة والإثارة. إن معظم المشكلات التي يواجهها المراهقون تتعلق بواجباتهم المدرسية، وإيجاد العمل والمسائل المالية وعلاقاتهم بأترابهم أو علاقاتهم العائلية. ومعظم هذه المشكلات لا تعدو أن تكون مشكلات بسيطة، وذلك على الأقل من وجهة نظر الكبار"<sup>3</sup>. من المؤكد أن الاتصالات الإلكترونية ذات نصيب كبير في نشاط المراهقين اليوم وربما كانت اتصالات المراهق بأهله أقل من اتصالاته بأصحابه وهذا أمر متوقع لهذه المرحلة الاستكشافية.

وتتميز مرحلة المراهقة أحياناً بتغيرات "نفسية كبيرة، قد تجعل المراهق مائلاً للانزواء عن والديه وأسرته، ويلجأ إلى العالم الافتراضي سواء كان ذا صلة بواقعه من أصدقاء حقيقيين أو لا. وفي النهاية ينبغي أن تظل تلك الوسائط أدوات في أيدينا نستخدمها ولا تستخدمنا، نملكها ولا تملكنا، نتعامل معها بقدر الحاجة ولا نستسلم لما تفرضه علينا من قيم دخيلة. مغبون ذلك

<sup>1</sup> هول، 2016، تنشئة الأطفال في القرن الحادي والعشرين. الفصل الأول: تنشئة الأطفال في القرن الحادي والعشرين.

<sup>2</sup> المرجع السابق، الفصل الخامس النمو الاجتماعي والعلاقة بالأقران، بتصرف.

<sup>3</sup> الموسوعة العربية العالمية، 2004م، المراهق.

الشخص الذي يراهن على خسارة بيته وأصدقاء عمره الذين يؤازرونه ويدعمونه لصالح أصدقاء عالم وهمي لا يقدمون له سوى «لَيْكآت»!<sup>1</sup>

إن الغالبية العظمى من المراهقين يستخدمون الهاتف (الموبايل) في الاتصال بشبكة الإنترنت وتصفح مواقع التواصل الاجتماعي من ساعة إلا ثلاث ساعات وتشير الدراسات إلى أهمية دور الأسرة في المبادرة في تنظيم استخدام هذا السلوك ولا بد من تمتع الأهل بالحيطه والحذر، والتدخل المباشر قبل وقوع الخطر مع وجود تثقيف دائم للمراهق، وتقوية الوازع الديني لديه، وشغل أوقاته بالنافع المفيد، وتعزيز الثقة لديه. الهدف الرئيسي للمراهقين تصفح المواقع الاجتماعية (الفيسبوك، والتوتر، والانستغرام واليوتيوب...) للتواصل مع الأهل والأصدقاء ثم التسلية والترفيه<sup>2</sup>.

ولقد أظهرت نتائج إحدى الدراسات العربية أن المراهقات موافقات بدرجة كبيرة على وجود صعوبات تواجه الأسرة تمنعها من ممارسة أساليب الرقابة الأسرية على الأبناء منها ضعف الثقافة التوعوية بمخاطر الشبكات<sup>3</sup>، واعتقاد بعضهم بأنه يستغني عن توجيهات الأسرة. إن دور مواقع التواصل الاجتماعي في التحولات المستقبلية المتعلقة بالانتماء لدى الشباب كبير، ويتضح ذلك من خلال ترسيخ انتماءات الشباب الرياضية، وتسهم في تعريف الشباب بالمناسبات الوطنية، وتساعد الشباب على إبراز مواهبهم، وتساعد على نشر برامج التطوع، إضافة أنها تسهل للشباب الإسهام في برامج خدمة المجتمع<sup>4</sup>.

وقام الباحثون الأوروبيون بفحص 12395 مراهقاً من إحدى عشرة دولة أوروبية مختلفة. لقد قاموا بقياس مجموعة من السلوكيات الخطرة، مثل الإفراط في تعاطي الكحول، وتعاطي المخدرات بشكل غير قانوني، والتدخين الشديد وزيادة الوزن<sup>5</sup> والقلق. ولقد تبين أن كثير من الشباب يقضي 5-8 ساعات في مشاهدة الأفلام عبر الإنترنت، وشبكات التواصل وهذا يمنع الناشئة من ممارسة الرياضة الطبيعية التي فوائدها عظيمة. ورغم الحاجة لمزيد من

<sup>1</sup> شوشة، نجاح (2015). أثر وسائل التواصل الاجتماعي في تفكك الأسرة والمجتمع.

<sup>2</sup> الرشيدات، جمانا (2017م). تأثير شبكة الإنترنت على المراهقين في الأردن: دراسة مسحية، ص 111-116.

<sup>3</sup> الحارثي، أشواق (2017). أساليب الرقابة الأسرية في الحد من مخاطر شبكات التواصل الاجتماعي.

<sup>4</sup> المطيري، عادل (2017). مواقع التواصل الاجتماعي ودورها في التحولات المستقبلية لدى الشباب "دراسة ميدانية".

<sup>5</sup> Grohol, 2018. Depressed Teens Like to Use the Internet, Play Video Games.

الدراسات في هذا المضمار فإن من المؤكد طيبا أن الرياضة البدنية في الأسبوع أربع مرات من أفضل وسائل حماية الطاقات العقلية والجسدية والنفسية لا سيما لتعزيز الذاكرة والمزاج. وفي نطاق آخر ورد في دراسة أجنبية أن ٣٣٪ من المراهقين يضيفون تعليقاتهم إلى مدونة ما أسبوعياً، وأن ٤١٪ منهم يقومون بزيارة موقع تواصل اجتماعي يومياً... النقطة المركزية أن هناك الغث وهناك السمين على كلا الجانبين، لكن ربما كانت آليات الفصل بين الغث والسمين أفضل في عالم المدونات. لقد فجر الانفجار الرقمي ثورة قانونية في رأي المراقبين. في الماضي، لم يكن المراهقون يهددون بشكل روتيني باتهامات جنائية فيدرالية، أما اليوم فقد كثرت هذه التحذيرات حول تحميل الموسيقى والأفلام، بحيث أصبحت شيئاً مألوفاً في جميع دول العالم<sup>1</sup>.

إن نسخ البرامج بشكل غير قانوني مجال لكسب المال وإدارة الأعمال لا سيما في محيط الشباب. إن الإحصاءات الغربية حول ما يمكن أن يتعرض الناشئة له مرعبة بلا شك، وقد أمرت وزارة العدل في أمريكا "بجس الآلاف بسبب ارتكابهم ما يسمى باسم «الإغواء عبر الإنترنت»»، وكانت معظم الحالات تتضمن بالغين يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي على شبكة الإنترنت لجذب المراهقين إلى لقاءات كانت نهاية بعضها مأساوية. إلا أن اتحاد المكتبات الأمريكية في معارضته لقانون حذف المواقع الإلكترونية المستغلة ذكر أن «مفتاح الاستخدام الآمن للإنترنت» هو التثقيف، وليس الحظر، فعلى الطلاب أن يتعلموا كيف يتعاونون عبر الإنترنت؛ وذلك لأن الاستخدام الشبكي، وجميع التفاعلات البشرية التي ييسرها ذلك الاستخدام، هما الأدوات الأساسية في عالم المستقبل الذي تتشابك فيه التجارة والأعمال والتعليم والمواطنة<sup>2</sup>.

وفي إطار التثقيف الواسع الذي ينبغي أن يلف العالم "ينطوي الانتماء الأسري على مراعاة أهمية رغبات جميع أفراد الأسرة؛ إذ تُعزّز هذه العملية المسؤولية الفردية والعلاقات الشخصية؛ مما يعمل على تعزيز الصحة النفسية الجيدة. وعندما يهتم الأشخاص البالغون باحتياجات الأطفال على نحو يوازن بين التنظيم والحرية، يدرك الأطفال أن الكبار يهتمون لأمرهم، وأن عملية حل المشكلات وعرض الاختيارات يمكن أن تكون مسلية، وأنهم يتمتعون بقدر من

<sup>1</sup> أبلسون وآخرون، 2015، الطوفان الرقمي، خاتمة الكتاب؛ الفصل السابع: لا يمكنك أن تقول ذلك على مواقع الإنترنت.

<sup>2</sup> المرجع السابق.

النفوذ في بيئاتهم. ويدل هذا النمط من اتخاذ القرارات، والذي يخلو من المجازفة، على أن دروسَ القرارات المستقبلية، بمعزل عن الأفراد البالغين، ستعتمد على الدروس الأولى. وبوصول الأطفال إلى مرحلة المراهقة، ستكون مناقشة الخيارات والتفكير في البدائل والنتائج جزأين لا يتجزآن من سلوكياتهم<sup>1</sup>.

تكمن المشكلة بين المراهقين في أنهم أصبحوا منغمسين في تفقد هواتفهم الذكية بانتظام وبطريقة مبالغ فيها لدرجة أنهم يفقدون العالم من حولهم. يشير أحد الباحثين إلى ما يسمى الآن زومبي الهاتف الذكي يسير خلال فترات الراحة في المنزل. يستمتع كثير من المراهقين في التقاط مقاطع الفيديو وتوثيق مرحهم عبر الصور أو الفيديو أو الرسائل النصية. يمكن للعادات الأخرى مثل مشاهدة عدد كبير جداً من مقاطع فيديو YouTube، ولعب ألعاب الكمبيوتر والقراءة عبر الإنترنت أيضاً أن تؤدي إلى اضطراب إدمان الإنترنت<sup>2</sup>.

ما لا تظهره لنا البيانات بعد هو ما إذا كان الاستخدام المتزايد لوسائل التواصل الاجتماعي الافتراضي يسبب الاكتئاب خاصة لشريحة الشباب، أو ما إذا كان الأشخاص المكتئبون يميلون إلى استخدام الوسائط الاجتماعية بشكل مفرط. للإجابة عن هذه الأسئلة، يجب إجراء بحث أكثر جدية للسيطرة على هذا الاختلاف. ومع ذلك، إذا كانت زيادة استخدام وسائل الإعلام الاجتماعية تسبب بالفعل ضرراً نفسياً، فسوف يبقى السؤال ما إذا كانت المسؤولية عن الزيادة السريعة في حالات الاكتئاب بين المراهقين تقع على عاتق مستخدمي وسائل الإعلام الاجتماعية، أو على عاتق شركات وسائل الإعلام الاجتماعية نفسها، أو الاثنين معاً كما أشار عدد من الباحثين.

من الصعب للمراهقين التنقل عبر وسائل التواصل الاجتماعي دون التأثر بالمحتويات الإعلامية. يبدأ الكثير من المراهقين في الشعور بالحسد من حياة الآخرين وتجربة الشك الذاتي. حتى صورة واحدة يمكن أن تقودنا إلى التشكيك في نظرنا لكل شيء؛ من وجودنا إلى قيمتنا، وخياراتنا المهنية إلى الروتينية اليومية. نحن نعلم أن الصور في شبكة النت يتم تنسيقها بشكل كبير ويتم اختيار التسميات التوضيحية بعناية، لكن هذا يجب أن لا يمنعنا من استيعاب الحقيقة. قد يشعر الشاب بالأذى بسبب التعليقات الحساسة ويترك لانطباعات الآخرين فرصة

<sup>1</sup> هول، 2016، تنشئة الأطفال في القرن الحادي والعشرين. الفصل الرابع: كيف تعزز مشاعر الانتماء الأسري النمو؟

<sup>2</sup> Thompson, 2018. Nomophobia & Smartphone Addiction Among Children.

لأن تسيطر وتملي عليه مزاجه وتقديره لذاته الاجتماعية. لذا فمن المنطقي أن تكون وسائل التواصل الاجتماعي أكثر صعوبة بالنسبة للشباب الذين هم في غمرة التغيرات العاطفية والجسدية. إنها قد تشوش عقل فئة من المراهقين من أولئك الذين في غمرة محاولة معرفة من هم إذا كانوا محرومين من التوجيه السليم.

إن وسائل التواصل الاجتماعي قوية للغاية في التأثير على إحساس الفرد بالذات، خاصة الفتيات الصغيرات. وسائل الإعلام الاجتماعية الإلكترونية تعلم الفتيات أو توحى أن المظهر هو كل شيء وتشعل فتيل التنافس بينهن، وتفتح باب الحسد والتباغض. يتعلم المرء في البيئات الافتراضية المفاضلة والمقارنة والحكم على النفس وعلى الآخرين بناءً على الصور وعدد المعجبين ووفقاً لمعايير غير صائبة بحثاً عن النحافة الفاتنة ولفت الأنظار. وهكذا يتعلمون مقارنة أنفسهم باستمرار والمنافسة الشكلية مع الآخرين. هذا الضغط الاجتماعي والإعلامي قد يعطي الفتيات شعوراً ضحلاً وهشاً للغاية بقيمة الذات<sup>1</sup>، ويولد لديهن عقدة النفس والشخصية المرتبطة بالمظاهر والمحاكاة، وهيمنة الفاشينيستات ومبدعات الموضة. إن افتقار الفتاة المراهقة للفكر النقدي يجعلها تنساق مع التدفق الإعلامي الهادر من غير تدقيق، وتتماهى الفتاة مع الموضة بخضوع دون ضوابط. لقد زادت العمليات الجراحية التجميلية زيادة لافتة للنظر، ولها صلة وثيقة بانتشار ثقافة العالم الافتراضي مما يزيد من أهمية مراعاة الضوابط الصحية والشرعية.

ومن منظور الفكر التربوي فإن المراهقة موسم من مواسم العمر له خصائصه ومصاعبه. قال ابن الجوزي فإذا بلغ الغلام، "فليعلم أنه زمان المجاهدة للهوى، وتعلم العلم"<sup>2</sup>. ونجد في "كتب جان جاك روسو أن «نيران المراهقة لا تعد بالمرّة عقبة أمام التربية»<sup>3</sup>، بل وسيلة لاستكمالها وإتمامها»، موصياً المعلمين أن يجيبوا أسئلة الشباب عن الجنس دون إلغاز أو إحراج أو ضحك، فهم بذلك يُعدّون وسيلة لإشباع الفضول الجنسي لدى المراهق وليس إثارتها<sup>4</sup>.

<sup>1</sup> Tartakovsky, 2018. Helping Your Daughter Navigate Social Media.

<sup>2</sup> صيد الخاطر (ص: 278). ط1، 2004م، بعناية: حسن المساحي سويدان، دار القلم - دمشق.

<sup>3</sup> وهذا رأي وجيه من منظور علم النفس، ولقد قامت وسائل الاعلام وبعض الباحثين والعلماء ببحث فكرة أن المراهقة دائماً مرحلة عصبية، وهذه خرافة منتشرة، وصورة نمطية. انظر، ليلينفيلد، وآخرون، 2015م، أشهر 50 خرافة في علم النفس، ص 89.

<sup>4</sup> ووكلر، 2015م، روسو: مقدمة قصيرة جداً، الفصل الخامس، الدين والتربية والجنس، باختصار يسير.

واليوم تشير معظم الدراسات إلى أن ثلث المراهقين قد يمرون باضطرابات ملحوظة، لكن الغالبية العظمى يتمتعون بحالات مزاجية إيجابية وعلاقات متوائمة مع آبائهم وأقربائهم. حدوث المشكلات أثناء المراهقة هو الاستثناء وليس الأصل<sup>1</sup>.

ومن الناحية الصحية فإنه من المهم "تشجيع المراهق على القيام بممارسة التمارين الرياضية بانتظام لمدة لا تقل عن 60 دقيقة كل يوم، بما في ذلك مختلف الأنشطة البدنية. .. يجب أن نتذكر بأن العادات المكتسبة في مرحلة المراهقة غالباً ما تصبح عادات طوال الحياة. لذلك، يجب التأكيد على تعلّم عادات نوم جيّدة في وقت مبكر من العمر"<sup>2</sup>.

إن إدارة الحوارات القصيرة عن أجمل مشاهدات الأبناء في وسائل التواصل وسيلة لإضفاء جو عائلي في الجلسات العائلية، وعند تناول وجبات الطعام لسبر غور تفكيرهم واكتشاف مكنوناتهم. "حاول الباحثون أيضاً تقييم مدى قوة الروابط الأسرية (مثل التواصل بين أفراد العائلة، والروابط العاطفية، ومهارات حل المشاكل ضمن العائلة) لمعرفة مدى تأثير ذلك. وقد أتت النتائج كما توقع الباحثون، إذ وجدوا بأن المراهقين يميلون لاتباع نظام غذائي أفضل عندما يتشاركون الطعام مع أفراد عائلاتهم. ولكن هذا الحال كان بالنسبة لجميع العائلات التي تتناول طعامها سوياً، سواءً كانت أجواؤها الأسرية مثالية أم لا. واستنتج الباحثون بأن تناول الطعام المشترك هو وسيلة جيدة لتحسين النظام الغذائي للأطفال. أجرى الدراسة باحثون من جامعة جويلاف الكندية وجامعة هارفارد الأمريكية، وغيرها. وجرى نشرها مؤخراً في مجلة الجمعية الأمريكية للطب JAMA"<sup>3</sup>.

على الرغم من أن كلّ مراهقٍ يواجه بعض الظروف الضاغطة التي يمكن التنبؤ بها إلا أن معظم المراهقين لا يشعرون بأن مرحلة المراهقة أكثر صعوبة من غيرها في حياة الإنسان ويعتمد ذلك في جوهره على النواحي المزاجية للمراهق، وعلاقته بوالديه، والخبرات والفرص التي تنهياً له في بيئته الاجتماعية، وعلى هذا فإن "أزمة الضغوط والعواصف" ليست عرضاً ملازمًا للمراهقة، وتلعب الأسرة دورها الحاسم، فكلما كانت علاقة المراهق بوالديه - في أطوار ما قبل المراهقة - على درجة كافية من السواء النفسي، كانت الظروف أكثر ملاءمة لاجتياز مرحلة

<sup>1</sup> ليلينفيلد، 2019م، أشهر 50 خرافة في علم النفس، ص 89.

<sup>2</sup> موسوعة الملك عبدالله بن عبدالعزيز العربية للمحتوى الصحي، 2017م، نصائح النوم للمراهقين.

<sup>3</sup> موسوعة الملك عبدالله بن عبدالعزيز العربية للمحتوى الصحي، المراهقون الذين يتناولون وجباتهم مع الأهل يتمتعون بصحة أفضل.

المراهقة، وخاصةً في طورها المبكر، بنجاح. تفسير أزمة المراهقة إذن يجب أن نبحت عنه في الظروف الاجتماعية التي تحيط بالمراهق، ومن ذلك ضغوط وتوقعات الجماعة على الفرد الذي لا يتزود طوال سنوات الطفولة بأيّ إعداد لمواجهة الظروف المتغيرة التي يتعرض لها خلال المراهقة<sup>1</sup>.

ومن جهة أخرى وفي ظل انتشار الصور الفاتنة واستحواذها على اهتمام وفكر المراهقين فإن شعيرة غض البصر من لوازم تربية المراهق وغيره بحيث لا يستقبل أو يرسل هذه البضاعة المزجاة القائمة على الترويح لجاذبية الجسد واثارة النوازح الشهوانية. ويؤكد القرآن الكريم هذه المساعي؛ قال تعالى "قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَعْضُوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ أَزْكَى لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ"<sup>2</sup>. قال بعض السلف: "إنّ أول ما نبدأ به في يومنا غضّ أبصارنا"، "من حفظ بصره أورثه الله نورا في بصيرته"، "وكلمنا منع العبد نور بصره أن ينفذ إلى ما لا يحلّ، أطلق نور بصيرته وفتح عليه باب العلم والمعرفة". وقد قال الشاعر:

وأغضّ طرفي ما بدت لي جاري ... حتى يوارى جاري مأواها

إن وظيفة الآباء بيان فوائد غض البصر؛ نور القلب والفراسة، ويبدل الله صاحبه نورا يجد حلاوته في قلبه. إن غض البصر من أهمّ الصفات التي يتحلّى بها المؤمن وتتولد من الحياء. وفيه راحة للنفس والبدن. ويصون المحارم ويجنب الوقوع في الزلل. ويصون المجتمع من انتشار الفاحشة<sup>3</sup>.

وتأسيسا على ما سبق فإن المراهقة مثلها مثل أي مرحلة عمرية لها خصائصها التي لا تخلو من التحديات فهي ليست عقبة حتمية لا مفر منها، وليست فترة تمرد وشرود وحيرة وتدمير، واستغراق في أحلام اليقظة، ولكن العقبة الكبرى عند البلوغ قد تتمثل لدى البعض في تردي العلاقة مع الأهل بسبب نقص الوعي وقلة التوجيه الأسري المرن مما يؤدي في نهاية الأمر إلى سوء استخدام التكنولوجيا الحديثة والإساءة في السلوكيات. إن انخفاض اهتمام الأهل بمتطلبات المراهق ينتج فجوة عاطفية تتسع شيئا فشيئا إلى أن تصبح هوة سحيقة موحشة تعمق بالإهمال واغفال الحقوق، وجفاف العلاقات ونقص الحوارات.

<sup>1</sup> آمال صادق - فؤاد أبو حطب، نمو الإنسان من مرحلة الجنين إلى مرحلة المسنين (ص: 307). مكتبة الأنجلو المصرية، ط4.

<sup>2</sup> سورة النور: 30.

<sup>3</sup> نظرة النعيم في مكارم أخلاق الرسول الكريم - صلى الله عليه وسلم (7/ 3076).



إن التسرع في تهديد المراهق بسحب الهاتف ومصادرة حريته حيلة عائلية تقليدية محكمة بردود الفعل وذات مردودات عكسية، ولهذا لا بد من مواصلة التثقيف والتهديب والمتابعة لأنها أكثر نفعاً، وأعمق أثراً على المستوى البعيد. كلما كانت الأسرة تمارس دورها التوجيهي الاستباقي الصحيح نمت المنافع المتبادلة وتوثقت وشائج المحبة، وكان توافق الفتیان والفتيات مع البيئات الافتراضية أكثر عقلانية وتدقيقاً ورشداً بعون الله.

### المكان الثالث

المكان الثالث (Third place) مصطلح اجتماعي يعني لجوء الشخص لمكان غير البيت والمدرسة (أو مكان العمل) لقضاء بعض الوقت للراحة؛ مكان محايد وقد يكون المكان الثالث فيه مجموعة أصدقاء على شبكات التواصل. من المعقول تنوع البيئات الاجتماعية منعا للملل وبخثا عن التجديد، وتوسيع نطاق الصداقات والمعارف فالإنسان يأنس من حين لآخر لمحطات الاسترخاء، ويفضل التخلص من أعباء البيت وعناء العمل فيحتاج للبديل الثالث. تكمن الخطورة في أن يتحول المكان الثالث إلى مكان للهروب من مواجهة أعباء الحياة، واهمال أداء الواجبات والبحث عن لذة ذاتية كاذبة مصدرها التقاعس. هنا يصبح المكان الثالث (الديوانية، المقهى؛ ستاربكس، العالم الافتراضي، النادي، الشاليه، المخيمات الشبائية) ذريعة للفوضى والانسحاب والخمول.

إن علماء الاجتماع يُعرّفون (المكان الثالث) بأنه "المكان الذي يلجأ إليه الإنسان بعد مكانه الأول (البيت) ومكانه الثاني (العمل أو المدرسة أو الجامعة)، حيث أصبح واضحاً أن المكان الثالث أصبح مكاناً إلكترونياً بامتياز"<sup>1</sup>. المكان الثالث عالم مختلف يشكل البنية التحتية الاجتماعية لكثير من الناس. هذه أماكن يمكن للناس أن يجتمعوا فيها - أماكن مثل المكتبات والمقاهي ومحلات الحلالة وصالونات الشعر ومحلات بيع الكتب والملاعب والأندية الرياضية والمساح العامة وساحات الحدائق المجتمعية والأسواق والشاليهات. في مثل هذه الأماكن يمكنهم القيام بالأشياء التي يستمتعون بها، وغالباً ما يرون نفس الأشخاص مراراً وتكراراً، ولديهم فرصة

<sup>1</sup> رفعت، 2018م، ص 12، واطسون، 2016، ص 161، 166. المكان الثالث مصطلح سكه عالم الاجتماع راي أولدينبيرغ. المكان الثالث ليس البيت ولا العمل ولكنه مكان وسيط نتردد عليه بشكل متزايد وقد يكون المكان بيئة جيدة لتوليد الأفكار.

البقاء لممارسة هواياتهم إذا أرادوا لفترات طويلة. ونتيجة لذلك تتشكل صداقات متينة، وتتكون علاقات مرنة تختلف عن البيت، والمدرسة. يلي المكان الثالث حاجة نفسية واجتماعية للفرد لمواجهة تحديات الحياة ولقضاء الوقت بجزية أكبر بعيدا عن الالتزامات اليومية الروتينية في البيت والمدرسة<sup>1</sup>، وهذا أمر مقبول بل ومُستحسن إذا كان في إطار طبيعي لتجديد النشاط.

وتعتبر الهواتف النقالة من أكثر الأدوات الجاذبة للعيش في المكان الثالث<sup>2</sup> خاصة أن من مميزات هذه الأداة إمكانية التواصل وجها لوجه، وتوفير مزايا فائقة لتبادل الأفكار والانطباعات والمعلومات والصور ومقاطع الفيديوها والرسائل الصوتية والنقل المباشر وعمل الاجتماعات بل حتى المشاركة في الألعاب الترفيهية بمشاركة عدة جهات في نفس اللحظة. هذه الخواص جذبت إليها الآباء فضلا عن الأبناء وباتت تشكل بيئة اجتماعية إبداعية؛ متدفقة بالحركة، وناطقة بالفاعل الاجتماعي. ومن الأهمية بمكان اشراف الآباء على مثل هذه الأداة المتنامية التي قد تخطف أبصار وأسماع الناشئة فتجد الشاب لا ينتمي إلى مدرسته ولا إلى المنزل ولكن تواجهه الذهني والجسدي يكون فعليا أينما كان مع المكان الثالث ولو في غرفة مظلمة. تسمح الوسائط الاجتماعية المتنقلة بالهروب من الواقع والانتماء قلبا وقالبا لعالم افتراضي غائم عائم منسوج من طيف الخيال، ويضم شخصيات حقيقية ووهمية معا.

من المهم أن ينتمي الابن إلى البيت وأنه هو المكان الأول، وأن المدرسة المكان الثاني، وأن الوسائط الاجتماعية المتنقلة ليست المكان الأول. إن الإنسان إذا أحب شيئا أكثر من الحديث عنه، والتفكير فيه، ودور المربين دائما ضمان بقاء الأسرة في المحل الأول في حس وعقل وسلوك الناشئة ولن يتحقق ذلك إلا عندما ينتمي الكبار أولا إلى المكان الأول؛ الأسرة، ويصبح المربون قدوة صالحة عارفة وتعي أن الأسرة دائما المكان الأول قولا وعملا وشعورا، وفي اليسر والعسر.

تقوم الوسائط الاجتماعية بدور مهم في الترفيه عن الناس وإبراز مواهبهم وتطوير امكاناتهم ولكن إذا انحرفت هذه الوسائط عن مسارها فهي في الحقيقة مصدر القلق الاجتماعي والنفسي والصحي كما أنها قد تتحول إلى أداة للزيف الاقتصادي والأخلاقي إذا أصبح القمار مصدرا للترفيه مثلا. منذ أكثر من ثلاثين سنة ظهرت نظرية المكان الثالث في علم الاجتماع

<sup>1</sup> DePaulo, B. (2018). Book Review: Palaces for the People. *Psych Central*.

<sup>2</sup> Wang & Others, 2017, p. 2, Memarovic & Others (2014).

ولكن الخبراء اليوم يجدون أن وسائل التواصل الاجتماعي بدأت تغير المجتمعات سلبا وإيجابا وأن التقنية الحديثة تشكل أنماطنا المعيشية شئنا أم أبينا ولا بد من الانتباه لها، وفهم نظرياتها، وعدم الانسياق مع منحنياتها المحفوفة بالمنعطفات المخيفة. إذا لم نتجنب المخاطر ستبعدها التقنية الرقمية عن هويتنا الحقيقية، وقيمنا الأصيلة؛ الانتماء للأسرة.

يروق للبعض استخدام مصطلح "المكان الثالث لأن الإنسان بحاجة إلى التغيير والبحث عن مكان يجد فيه الهدوء، ويشجعه على التأمل أو الفضفضة، أو الاستفادة من حوارات ثقافية واجتماعية قد لا تتوفر في المنزل أو بيئة العمل. المقهى تاريخ ارتبط بالثقافة والأدب والشعر والروايات والقراءة، المقهى الحديث لا يختلف عن مقهى الماضي إلا في استخدام التقنية التي أدت إلى العزلة والتباعد. في زمن المقهى الحديث لا يحتاج مرئاد المقهى إلى رفيق، يكفي أن يكون معه الهاتف الجوال أو جهاز الكمبيوتر<sup>1</sup>، وهذا يفسد حال الإنسان إذا تم الإفراط فيه لأنه يبعث على ألفة العزلة، ومحبة الانزواء، وشروء الذهن المنساق إلى العالم الافتراضي.

أطفال اليوم قد ينحرفون شعوريا فيعتقدون أن البيئة الرقمية الجديدة هي بيتهم الحقيقي، وأن الصداقات الزائفة مع شخصيات مجهولة إنما هي صداقات مجدية مجزية منصفة. إن منصات التواصل قد غيرت وعكزت معنى الطفولة بطرق شتى. الكثير من الأطفال أمضوا ساعات اليقظة في الفضاء الإلكتروني للقراءة والكتابة واللعب وأداء الواجبات المدرسية، وتلبس الدمى، ومشاهدة الرسوم المتحركة، واللقاء بأصدقاء حقيقين وخياليين.<sup>2</sup>

لأن الطفل قد يقضي ساعات طويلة في البيئة الإلكترونية فإذا أصبح مدمنا عليها يظن أنه ينتمي أولا لهذا البيت السيبراني (الإلكتروني) فيجعله المكان الأول له ويحل محل البيت لأنه يمضي في العالم الافتراضي أجمل ساعات عهود الطفولة من حنايا الماضي، وهنا يتراجع دور البيت الأصلي من الأول إلى الأخير وليصبح أمرا هامشيا، وأقل قيمة.

وظيفة الأسرة والمجتمع تحبيب الناشئ بالمكان الأول (المنزل) وترسيخ خطوات بلوغ العافية النفسية عبر "معايشة الواقع والإحساس به وأنه يجب أن يكون الشخص أكثر إدراكاً للحظة الراهنة، بما في ذلك مشاعره وأفكاره، وجسمه والعالم من حوله. ويسمي بعض الناس هذا

<sup>1</sup> قبلا، يوسف (2018م). المكان الثالث. جريدة عكاظ: الخميس 7 شوال 1439هـ - 21 يونيو. الرياض.

<sup>2</sup> آيكن، 2017م، التأثير السيبراني: كيف يغير الانترنت سلوك البشر؟ ص 172.

الإدراك "اليقظة والانتباه"، وهذا ما يمكن أن يغيّر بشكلٍ إيجابي الطريقة التي يشعر بها المرء حول الحياة وكيفية مقارنة التحديّات"<sup>1</sup>.

إن المحادثات الاجتماعية والسؤال عن أحوال الناس، والحوار اللطيف معهم والسؤال عن صحتهم، وأحوال أهلهم من أسعد اللحظات، وهي نعمة كبيرة ويجب أن لا تحجب أو تقلص البيئة الإلكترونية حركة اندفاق مشاعرنا الإنسانية. البيئة الإلكترونية التواصلية بصولتها وجولتها وبهرجتها قد تلهينا عن نعيم البيت، وهدوء البال، وجمال الحياة في أحضان العائلة. إن الاختلاط بالناس على نحو صحيح من علامات الصحة النفسية، ومن روائع أخلاقنا الاجتماعية الإسلامية التي تكرر الأواصر الإنسانية النبيلة وتعتبرها من أسعد الساعات.

إذا سمحنا لأبنائنا باستخدام الإنترنت بلا أصول ولا ضوابط فإن الضياع – لا قدر الله – عاقبة متوقعة. وهنا تتدخل الأسرة بحزم وحصافة لمنع الأبناء من الانغماس في العالم الافتراضي، وتبادر في تنظيم أوقات الأبناء أثناء استخدام تقنيات التواصل الاجتماعي في إطار المحافظة على هيبة البيت باعتباره بيئة أولى ثابتة أبد الدهر. الفضاء الإلكتروني مكان ثالث جاذب وساحر ونافع ولكنه قد يصبح مدمرا يرتع الناشئة في مناهات منصاته الاجتماعية بلا حسيب ولا رقيب، وهنا لا بد من مد يد العون والإرشاد قبل أن يصير الثالث هو المكان الأول. إن إنكار جميل العائلة جحود بلا حدود. ومن أجل تفادي المخاطر فالحاجة ماسة إلى تدريب الناشئة على الرقابة الذاتية من جهة، وتفعيل الرقابة الأبوية الراشدة من جهة موازية. المنزل هو الحب الأول والأجمل منذ الأزل، " مَا الْحُبُّ إِلَّا لِلْحَبِيبِ الْأَوَّلِ ".

<sup>1</sup> موسوعة الملك عبدالله بن عبد العزيز للمحتوى الطبي (2017م). نصائح حول الصحة النفسية. kaathe.org

## الإتيكيت الإلكتروني

منصات التواصل الإلكتروني - مثلها مثل أي اكتشاف بشري - بحاجة لمجموعة أخلاقيات واضحة للتعامل الصحيح معها لتضفي على الناس آداب اللياقة والذوق الرفيع، وإلا أصبحت التكنولوجيا الرقمية ذات خطورة بالغة على واقع ومستقبل الفرد والمجتمع وعالم الثقافة. إن التهاون في التقيد بالآداب العامة خسارة للبشرية ووسيلة لنمو الخداع والخراب وإشاعة الفوضى.

ونقصد بالإتيكيت التحلي بممارسة السلوك السليم اللائق وفقاً للمقاييس الاجتماعية المقبولة للذوق الجيد. إتيكيت الإنترنت: مجموعة آداب اجتماعية، وهي الآداب المطلوب مراعاتها عند الاتصال بشبكة الإنترنت<sup>1</sup> وتصفح الشبكة العنكبوتية. ظهرت أول إشارة لآداب الإنترنت في عام 1983 ثم تبلورت توجيهاتها 1995 في محاولة لتكريس بروتوكولات السلوك الحسن على شبكة الإنترنت اليافة<sup>2</sup> حينئذ. المطلع على الآداب الرقمية (Digital etiquette) يجدها تشمل أربعة أقسام؛ آداب تخص العمل، والعلاقة بين الرجل والمرأة، والأصدقاء، والمجتمع. هذه الآداب في مجملها قواعد أخلاقية عامة تهدف إلى ترابط المجتمع وتستعرض الأوقات التي يجب الامتناع فيها عن النقاش وغيرها من الضوابط والتي قد تختلف الثقافات في تفضيلها أو منعها.<sup>3</sup>

وعن أهمية فلسفة التربية الأخلاقية تؤكد الحكمة الصينية القديمة أن "آداب اللياقة حواجز تقوم بين الناس وبين الانغماس في المفساد، ومن ظن أن الحواجز القديمة لا نفع فيها فهدهمها حلت به الكوارث الناشئة من طغيان المياه الجارفة"<sup>4</sup>.

إن الالتفاف حول السلوك المهذب أثناء استخدام مواقع التواصل الاجتماعي الإلكتروني أصل لزيادة الإيجابيات، وتقليص السلبيات.

<sup>1</sup> عمر وآخرون، 2008، معجم اللغة العربية المعاصرة (1/ 59). ومعجم الدخيل في اللغة العربية الحديثة ولهجاتها (2011م، ص: 21). تأليف: ف. عبد الرحيم (1432 هـ - 2011 م). دار القلم: دمشق. المكتبة الشاملة.

<sup>2</sup> تشاتفيلد، 2012، 50 فكرة يجب أن تعرفها عن الأفكار الرقمية. ص 44.

<sup>3</sup> Turk, 2019, Digital etiquette, p. 2, 192.

<sup>4</sup> ديورانت، قصة الحضارة (4/ 63).

ومن هذه الآداب التي يتعين التركيز عليها والتذكير بها في الفضاء الافتراضي:

1- يجب أن نبتدى بتوجيه الأبناء من مرحلة الطفولة المبكرة وتدريبهم على حسن التعامل مع قنوات التواصل الإلكتروني وعلينا أن نستمر بثبات في توعيتهم وتزويدهم بموازين السلوك السوي، ونحرص على تزويدهم بشكل تدريجي آداب استخدام الآيباد والأجهزة الإلكترونية. ترك الآيباد بيد الأطفال لانشغال الأبوين بداية الانحراف.

2- احسان الظن بالوالدين وجميع أفراد الأسرة والتحلي بالصبر. قال عبد الله بن المبارك "حسن الخلق أن تحتمل ما يكون من الناس". ولا شك الأهل أحق الناس في تطبيق هذا الخلق والقنوات الافتراضية تصبح أجمل مع هذا النهج الحكيم لا سيما بين أفراد الأسرة الواحدة. 1- لا تنشغل بمتابعة تصفح الشبكة العنكبوتية أثناء اللقاء الأسري أو عند لقاء الأصحاب فإن في ذلك علامة على تقليل قدرهم، وعدم احترام وجودهم معك. الأنس بالناس علامة من علامات انبساط النفس، وسلامة العاطفة.

2- لا ترسل الرسائل لكل من تعرف بكثافة لأنها تترك الناس وتزعجهم فلا يمكنهم متابعة الرسائل الكثيرة وربما امتنعوا من التواصل معك. الاكثار من نشر الرسائل دون انتقاء يسبب الإزعاج، وفتور العلاقات. الافراط يفقد مصداقية الرسائل ويبعث على الملل والضجر. ابعث رسائلك للمهتمين ولكل من يرغب بها، ويسأل عنها.

3- منصات التواصل الاجتماعي ليست مكانا للهمز والغمز والتجريح. الجرح العاطفي لا يقل ألما عن الجرح البدني وقد يفوقه ألما. إن الذي يفتقر إلى الإحساس بالقيم الجمالية لا يتمتع بدوق سليم تراه يسب ويشتم هذا وذاك ويحتمي باسم مستعار في صفحته ويخلع ثوب الحياء ويهجر الحس الإنساني المرهف.

4- الحظر (البلوك) حق مشروع لك للتوقف عن متابعة الشخص الذي لا يلتزم بالآداب العامة.

5- احترم الكبير (الوالد والوالدة والأقارب والأساتذة...) ولا تخاطبه أو تحاوره إلا بأسلوب يليق بمقامه، وتعاطف مع الصغير وأرشده بالتدرج. إن احترام آراء الآخرين منهج اعتدال، ومن أجمل الآداب الدالة على سعة العقل، وسماحة النفس. استخدام التقنيات الحديثة ليس

مسوغا للتواصل الجاف مع الناس. المعايير الأخلاقية أساس حياتنا في العالمين؛ الافتراضي والحقيقي.

6- ليس من الأدب نقل مقاطع مثيرة للضحك وفيها تقليل من قدر بلد أو شعب أو دين أو مذهب أو تثير النعرات القبلية. الناس سواسية مصداقا لقول الحق سبحانه "يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ"<sup>1</sup>. عندما نتحدث عن الناس بكل أدب أمامهم ومن خلفهم وفي قنوات التواصل الخاصة في العائلة نكون قد قطعنا شوطا مشرفا في مضمار تطبيق الآداب الإنسانية التي أعلى الإسلام من شأنها. وليس من الأدب إطلاق عبارات بذئمة مع من نختلف معهم. إذا كانت منصات التواصل مشحونة بالأحقاد على المستوى الأسري وبين الأصدقاء لا شك أن المجتمع سوف يكتوي للأسف بنيران الأحقاد، وهيب الكراهية.

7- يتحتم تحديد وقت معين للدخول للمواقع الإلكترونية والخروج منها، وبرمجة النفس على إنجاز المهام وفقا للوقت المخصص ومع مرور الأيام سيتكيف العقل مع هذه القيود وتتحول إلى عادات منضبطة. وتذكر دائما أن مواصلة رؤية الشاشة من أسباب الإرهاق الفكري والجسدي والنفسي. للإنسان قدرة هائلة على التأقلم مع أهدافه ولكن المطلوب الإرادة الحاسمة والمواظبة على تدريب النفس.

8- من المهم الاعتدال في استعمال أجهزة التواصل الاجتماعي لأن الإفراط في أي أمر له أضراره الصحية والنفسية والاجتماعية والاقتصادية. إذا انعدم الاعتدال والانضباط ضاعت الحقوق، وساءت الأخلاق.

9- احرص دائما على انتقاء الكلمة اللطيفة، وابتعد تماما عن الألفاظ النابية، والخشونة في المعاملة. قال تعالى "أَلَمْ تَرَ كَيْفَ ضَرَبَ اللَّهُ مَثَلًا كَلِمَةً طَيِّبَةً كَشَجَرَةٍ طَيِّبَةٍ أَصْلُهَا ثَابِتٌ وَفَرْعُهَا فِي السَّمَاءِ"<sup>2</sup>. وتذكر دائما أن الكلمة الطيبة في الإسلام صدقة، وأن من السكوت أحيانا حكمة وهذا هدي عباد الرحمن "وَعِبَادُ الرَّحْمَنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنًا وَإِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ قَالُوا سَلَامًا"<sup>3</sup>. من حقاك حجب الإساءة ومنع التواصل لأن مجارة السفهاء شقاء.

<sup>1</sup> سورة الحجرات: 13.

<sup>2</sup> سورة: إبراهيم: 24.

<sup>3</sup> سورة الفرقان: 63.

10- من إتيكيت مواقع الدردشة والتجمعات الإلكترونية في كل أسرة توثيق العلاقة مع الآخرين في إطار أدب المعاملة وعليه يجب الحذر من كل أمر لا يتفق مع فلسفة وأهداف المجموعة.

11- المجاميع الأسرية الإلكترونية المنغمسة في دوامة التحليلات السياسية التفصيلية الخلافية (سياسة الحكومات والانتخابات والأحزاب...) تعاني من توتر العلاقات، وتشتت أفراد العائلة مما يؤدي إلى تمزق وحدتهم. المناظرات السياسية وتكتيكاتها وخلافاتها يجب أن لا تشغب على البناء العائلي أبدا. التحركات السياسية ومناوراتها الأصل فيها أنها متغيرة ونسبية وربما متذبذبة وغامضة أما العلاقات الأسرية فإن الأصل فيها أنها على طول المدى واضحة وراسخة وثابتة.

12- لا بد من الأمانة في رواية الأخبار ونقل الصور وبث مقاطع الفيديو والحرص على بث النافع منها، وهجر نقل المعلومات المثيرة للجدل العقيم. لا تنقل خبرا مكذوبا فالكذب حبله قصير، وضره كبير، ونفعه حقير، وعائده خطير. ثقافة "يقولون"، ومسايرة الناس، ثقافة هشّة عديمة الفائدة. الكلمة المصحوبة بالصدق جمال وعدل وخير. قيمة قنوات التواصل في مصداقيتها فالصدق أصل. وعليه، يتعين تحفيز الأبناء على تحري الصدق، وترهيبهم من عاقبة الكذب والحذر كل الحذر من انتحال شخصيات الآخرين، وعلينا بوضوح بيان شناعة التزوير والتحذير من عاقبة كافة صور الغش.

13- لا يليق أبدا تمكين الأطفال الصغار من أجهزة الاتصال الخاصة بنا كي يلعبوا بها لأن ذلك يسبب الإزعاج والحرج لنا وللآخرين إذ قد يقوم الطفل بالاتصال أو ارسال بينات دون قصد. اسكات واشغال واسعاد الطفل لا يكون عبر تمكينهم من أجهزتنا الإلكترونية الخاصة كي لعبثوا بها.

14- افتح الحوارات مع الأبناء والبنات لطرح تساؤلات من مثل ما الآداب العامة (الإتيكيت) في التواصل مع الناس إلكترونيا؟ ما هو اللائق والمزعج في استعمال هذه المنصات؟ ما الأخطاء المتوقعة والأضرار الناجمة؟ وكيف نتجنبها في منصات التواصل الاجتماعي الإلكتروني؟

15- جلسات المصارحة مع الأبناء يجب أن تكون وجها لوجه ولا بد من انتقاء الوقت المناسب كي تصل النصيحة بوضوح أكبر. وسائل الاتصال الاجتماعي الإلكتروني غالبا



غير صالحة لمناقشة القضايا الحرجة، ولا تغني عن المقابلة، ولا تنفع في توصيل الأخبار المفاجئة الأليمة. المقابلة الشخصية -إن كانت ممكنة- أفضل لاحتواء ردود الفعل، ومنع الانهيارات العصبية، وتجنب ردود الأفعال الغاضبة. لا تُناقش سبب رسوب ابتك عبر الرسائل النصية والصوتية بل انتظرها حتى تعود للمنزل سالمة، ثم اجلس معها ومع والدتها لمناقشة سبب التعثر من جهة، وسبل العلاج من جهة أخرى.

16- يسر الأسلوب، وسهولة الأفكار والألفاظ أساسيات لمخاطبة عقول الأطفال وتوصيل المعاني عبر شبكات التواصل الإعلامي العصري.

17- اجتهد في مراعاة قواعد اللغة العربية فإن لغة القرآن تزيدنا رفعة كما أنها تزيد العقل وتصلقه وتنيهه، وتعطي الكلام قوة ونقاءً ووضوحاً وجمالاً. لغتنا الفصيحة من أعظم مظاهر الهوية العربية الإسلامية الناصعة. في الأسرة نضع الأساس وتأتي المساجد والمدارس وأجهزة الإعلام لترفع البناء وتكمله.

18- كل من يستخدم وسائل التواصل الاجتماعي الإلكتروني معرض لكتابة كلمات أو ارسال صور غير متفق على مضامين بعضها فيجب انتقاء المفردات والأفكار بحذر مع مراعاة أذواق من نتواصل معهم (وعموما لا ترسل مشاهد فيها دماء وعنف أو لقطات لأطفال يتعرضون للضرب).

19- عليك بالتريث في الإجابة على الرسائل لأن الإجابات الفورية دون تركيز ربما أدت لمواقف محرجة. التراجع عن الأخطاء والاعتراف بها من علامات نضج أفراد الأسرة. تغرينا التقنية بالاستجابات السريعة فنتخذ أحيانا قرارات متعجلة جدا علينا التراجع عنها دون تردد.

20- لا تسوف في الرد على اتصالات أو رسائل الأسرة.

21- اشكر كل من يسأل عنك أو يُحسن إليك من الأصدقاء فالثناء العاطر - دون مبالغة في المدح والاطراء- يزيد الألفة، ويديم المحبة. التكنولوجيا الرقمية وسيلة للتغير الإيجابي والتقرب لقلب الآباء والأمهات والأقرباء، وقديما قالوا الطرق للتقرب إلى الله أكثر من عدد أنفاس البشر عبر القرون. علينا المبادرة في توظيف هذه التقنية المذهلة في اسعاد البشر عبر بذل النّدى، وكفّ الأذى. النشر الإلكتروني أداة للتخلي عن الرذائل، والتخلي بالفضائل.

## الحوارات الأسرية

غرس المفاهيم الكبرى غاية أصيلة في سياق الحوارات الأسرية لتماسك الأفراد ولعلاج المشكلات من جهة، وتنمية العلاقات الاجتماعية من جهة أخرى. وعبر قنوات الشبكات الاجتماعية الإلكترونية نستطيع تقديم جرعات مفاهيمية - من حين لآخر - تصون أفراد الأسرة من الآفات النفسية والاجتماعية، وتدفع عنهم الملل والفتور وهواجس القلق والإحباط والانطواء والاكتئاب.

يتشكل العقل لكل شخص من مجموعة العلاقات والتفاعلات ويمكن أن تقوم التغيرات التكنولوجية بمسايرة مصالح الأسرة والمشاركة الإيجابية من خلال تسهيل مساعينا في التواصل وتبادل الخبرات، واجراء الحوارات الهادفة من أجل توجيه الأجيال الجديدة نحو وضع أهداف إنسانية نبيلة لحياتهم، وتشكيل عقولهم بصورة أفضل<sup>1</sup>. إن انخفاض الحوارات العائلية ذات المعنى نذير لمزيد من المتاعب في العصر الرقمي<sup>2</sup>. التكنولوجيا الحديثة ذات تأثير على عقولنا ونفوسنا وبمقدرتها إبداء وإهاء العقل الخاوي الغافل فتشتت تركيزه، وتستنرف طاقته، وتبعده عن أهدافه الكبرى، وتضيع وقته.

ولهذا فإن الاتصالات التقنية وسيلة للتجاوز مع أبنائنا لغرس المعاني السامية؛ إن الملل من الارشادات الأسرية يُنتج نقص القناعة، ويتكون من تصورات سلبية تسوغ للأبناء العزلة والابتعاد والشعور بالملل والكآبة من مخالطة الناس. لا شك أن التصورات السلبية من الأمور المدمرة للنفس، الحياة بذاتها لا تتغير ولا تضيق لكن نفوسنا هي العلة، وصدق الشاعر:

لَعَمْرُكَ مَا ضَاقَتْ بِإِلَادٍ بِأَهْلِهَا ... وَلَكِنَّ أَخْلَاقَ الرِّجَالِ تَضِيقُ

إن من متطلبات الحرية في جميع المحاضن التربوية فتح أبواب الحوار المتوازن. الحوارات المفيدة أساس غرس القيم التهديبية وكسر الجمود في العلاقات، فالحوار من عناصر المودة، ومن طرق امتصاص الغضب والحزن والضيق والوقاية من الانحرافات، واستدراج الأطفال للتعبير عن سخطهم ومعرفة مشاعرهم. إن الحوار باعث على التفكير الصحيح، وخير محفز للأبناء في النماء وتحليل الأفكار. إن الأسرة المحرومة من بيئات الحوارات بين أفرادها تنصدم بالمواقف

<sup>1</sup> Greenfield, s (2014). Technology & the human mind. TEDxOxford. youtube.com

<sup>2</sup> واطسون، 2016، عقول المستقبل، ص 161، 166.

الحادة لأفرادها في المستقبل وتتفاجأ من سلوكيات شاذة لبعضهم. إن الحوار من شأنه وقاية الأسرة من كثير من الانحرافات لأنه يكشف لنا ما يجول في عقول الناشئة وما ينتج صدورهم، مما يتيح الفرص لعلاج المشكلات في مهدها وقبل استفحالها، والوقاية لا ريب خيرٌ من العلاج. تقول إحدى المتخصصات في المجال السيبراني (الرقمي): نصيحتي إلى آباء وأمهات المراهقين، إذا وجدتم رسالة نصية بذيئة، عليكم الجلوس والحديث عنها فالحوار علاج. قاوموا الدافع لإغلاق أو مصادرة جهاز ابنكم أو ابنتكم واعلموا أن حبس المراهق في غرفة نومه سيدفعه لكره نفسه وأهله. المراهقون يحتاجون للاتصال بأصدقائهم وإذا حصل خطأ ما في حياتهم السيبرانية، أخبروهم بعدم محاولة علاجها وحدهم. هذا واجب الآباء والأمهات مع المراهقين<sup>1</sup>.

من المؤكد في التربية الأسرية أن مهارات الآباء والأمهات في التواصل تنطور ويتحسن مستوى الأداء كلما فتحوا باب الاستماع الواعي الإيجابي لتمرير الملاحظات للأبناء والبنات. التغذية الراجعة (Feedback) بالثناء الحسن والتوجيه اللطيف، وحسن التفاعل مع استجابات الوسط الاجتماعي سر القيادة الوالدية. نتعلم إلى آخر ثانية في حياتنا وخلالها نطور مهارتنا الحياتية لمواكبة متطلبات التكنولوجيا الرقمية.

وتوصي الدراسات التخصصية بضرورة تفعيل لغة الحوار داخل الأسرة، والابتعاد عن استعمال القسوة أو العنف في توجيه سلوك الأبناء. وتطالب الدراسات أيضا بضرورة مصادقة الأبناء ومعرفة من يصادقون، مع الاهتمام بتحديث أولياء الأمور لثقافتهم بشكل ذاتي، ومستمر للتمكن من مناقشة الأبناء، والسعي لتوجيه الأبناء وإقناعهم بكل ما هو مفيد دينيا ودنيا في صورة جذابة ومبهرة تراعى الخصائص النفسية للأطفال والمراهقين.<sup>2</sup> الحوار الفكري والاقناع تحديدا من شأنه تغيير دروب الحياة ومناهجها.

مجرد الجلوس مع الأم قيمة روحية كبرى، ونعمة تترى<sup>3</sup> تستلزم الحمد فكيف بالحديث معها والاقتراب منها. والتقنية الرقمية رغم محامدها عاجزة عن نقل مشاعرنا عند رؤية الأم وجها

<sup>1</sup> آيكن، 2017م، ص 286، التأثير السيبراني: كيف يغير الانترنت سلوك البشر؟ بتصرف.

<sup>2</sup> حسين، 2016م، ص 571.

<sup>3</sup> تترى: متواترون، متتابعون، واحد بعد واحد وبين الجاني وسابقه فترة ومهله "جاء القوم تترى- {ثُمَّ أَرْسَلْنَا رُسُلَنَا تَتْرَى} ". معجم اللغة

العربية المعاصرة (3/ 2395)

لوجه. لذا فإن الحوارات العائلية لازمة ومن ركائز سعادتنا. الرسائل وكل الوسائل لا تغني عن المقابلة الحقيقية. ومهما يكن من أمر فإننا نبحت "عن السعادة في وقت خضم<sup>1</sup>، قلت فيه الأفراح وغلّت، لتأتي الأم فتكون رمزاً للسعادة والفرح والأمن والسلام والأسرة والسكن والوطن، فهي مجمع الأبناء في وقت صار فيه اللقاء هواء، عبر وسائل التواصل الاجتماعي وشاشات أجهزة الهواتف النقالة والحوايب. إن الأرواح لصيقة بالأبدان، وتلك الأجهزة إن وفرت للناس الصوت والصورة، فستكون تلك الصور والأصوات بلا روح ولا جسد، فتكون الأرواح أشباحاً، كحلم لا طعم له ولا رائحة. اسم الأم يحلو به الفم فيفرج لهم ويبعد الغم"<sup>2</sup>.

الحوار من أبرز مداخل تنمية الذكاء الاجتماعي؛ "الذكاء الاجتماعي Social Intelligence: القدرة على الانفتاح والتواصل مع الآخرين، والمعرفة بالجوانب الاجتماعية والحساسية للمثيرات الآتية من الأشخاص الآخرين في الجماعة، وكذلك الاستبصار بالأمزجة الحالية والكامنة لسمات الشخصية للأغراب، ويتم ممارسته في العلاقات الاجتماعية دون نفاق أو خضوع"<sup>3</sup>.

والحوار المهذب وسيلة سهلة لترسيخ القيم التربوية Educational Values وهي "أحكام ومعايير ومبادئ ومفاهيم ومعتقدات راسخة تحكم سلوك الفرد والمجتمع، وتوجه أفراد المجتمع نحو أهداف محددة، وتنبثق تلك القيم من عقيدة المجتمع وتراثه الثقافي، ومن أمثلتها: الحق والخير والجمال... إلخ"<sup>4</sup>. إن الخطاب الأخلاقي آلية احترازية واجتماعية وأفضل السبل التي تنظم بها إشباع رغباتنا وغاياتنا مع النظر للسعادة، ليس في الوقت الحاضر فحسب، بل وفي المستقبل أيضاً. يُبرز الخطاب الأخلاقي القيم المرتبطة بتاريخ حياة الفرد، وبالتقليد أو الجماعة الثقافية التي ننتمي إليها. الخطاب الأخلاقي وسيلة لحل الصراعات، والتصدي للتحديات<sup>5</sup>.

وأخيراً تعمل الحوارات الأسرية على تكوين مدركات صحيحة في حس الناشئة وهذه حقيقة يجب استحضارها ونحن نستخدم قنوات التواصل الإلكترونية لغرس القيم في نفوس أطفالنا. هذه الحوارات الفعلية والافتراضية طريقة تبث وترسخ مكارم الأخلاق، وتساعد

<sup>1</sup> خِضَمَّ: بحر واسع "فاد السفينة وسط هذا الخِضَمِّ". في خِضَمِّ الحياة: في مشاغلها الكثيرة. معجم اللغة العربية المعاصرة (1/ 658).

<sup>2</sup> عادل العبدالجادر (2019). الأم ربيع الحياة. مجلة العربي، ص 13، باختصار، العدد 724. الكويت.

<sup>3</sup> انظر معجم المصطلحات التربوية والنفسية، المركز العربي للبحوث التربوية لدول الخليج، 2016م، ص 152.

<sup>4</sup> المرجع السابق، ص 224.

<sup>5</sup> فينيلسون، 2019م، الفصل السابع: أخلاقيات الخطاب (٢): الخطاب الأخلاقي والتحول السياسي.

على علاج الكبت لأنها تحث على الافضاء بما في النفس؛ يفضض الشخص وينفس عن نفسه مما يبعث الإحساس بالراحة والمودة والألفة ويدل على تشبع الروح التربوية في المحيط الأسري. الحوارات الأسرية في جميع أشكالها فعلا من أهم وأنفس المهارات وتعد - بحق - من أسرار السعادة الأسرية.

## رباعية التعامل مع تفرعات الإنترنت

تتشعب المسائل في شبكات الإنترنت وقنوات التواصل فلو استفسر شخص عن أمر معين في الفضاء الإلكتروني قد تنهال عليه الإجابات الصحيحة والمتناقضة بل في كل أمر طبي أو اجتماعي أو تقني أو رياضي أو سياسي وأحيانا حتى في الأمور الدينية قد نعثر على تعليقات متناقضة أشد التناقض في مسألة واحدة محددة. كيف نحمي أنفسنا وأطفالنا من التشتت والضياح أثناء الإبحار في فضاءات الإنترنت؟ كيف يتعامل الأبناء مع هذه الأضداد التي تحوط بالمسائل العلمية والحياتية وعموم الثقافة العصرية؟

العجلة تجعلنا نختار أي أمر متاح على الانترنت دون فحص وتمحيص ومن غير اعمال للعقل وهذا خطأ فادح، علينا أن لا نسمح لأي شخص يبرمج عقولنا ولا ندعه يوجه قراراتنا لمجرد أنه صاحب مكانة اجتماعية رفيعة أو لأن اسمه الأكاديمي مشهور أو لأن الأكثرية تأخذ برأيه. ومن جانب آخر يتصل بإعلانات الشركات، فعندما نستعرض سعر تذكرة للسفر لأي دولة تنهال علينا العروض وتستجيب لك المواقع فوراً لحجز التذكرة وتحديد محل الإقامة ووجبات الطعام مما يدفعنا نحو اتخاذ قرارات عاجلة. علينا التمهّل والتريث قبل اصدار القرار والالتزام بتبعاته.

من الأهمية بمكان أن تقوم الأسرة على نحو مستمر بتدريب الناشئة على الاختيار الواعي المتعقل وهذا يتطلب التمتع بوعي متوقد وشعور متفتح للتمييز بين الحقيقة والرأي والفكرة والنظرية والقانون والاشاعة والنظر في الأدلة والمقارنة بين البدائل المتاحة. نريد تربية الأطفال على بصيرة كي يفرقوا بين الموهوم والمعلوم، والقطعيات والظنيات.

ولعل من أهم المهارات الذهنية للتعامل السليم مع الفضاء الإلكتروني مراعاة المراحل المتصلة التالية:

1- الفهم؛ إدراك الموضوع واستيعاب أبعاده الأساسية ومحاسنه وتحدياته، وقد قيل "البلادة تجعل صاحبها مقصراً في إدراك المعارف". وليتحقق الفهم التام لا بد من يقظة عقلية؛ استعراض الأدلة الناهضة بكل مسألة. ومن شروط الفهم عدم الاستعجال ومراجعة المسألة والتوقف إذا استشكك الأمر بل علينا الاستفسار والاستشارة إذا لزم الأمر. من متطلبات الفهم حسن الاستماع، ويقظة العقل؛ الانتباه، والاعتماد على المصادر والمراجع والحقائق الموثوقة.

2- الفرز؛ قدرة على تمييز الأشياء والفصل بينها بعناية ووضع كل مجموعة من البيانات مع الجاميع المشابهة لها وتنظيمها بعناية. هذه الخطوة تعطي الشخص رؤية أوسع وأدق وأوضح. القدرة على تصنيف الخيارات تعطينا رؤية أوضح لاتخاذ قرار بحسب البدائل المتاحة فيجب وضع الإيجابيات في خانة الإيجابيات، والسلبيات مع مثيلاتها.

3- الانتقاء؛ اختيار الأسلم واصطفاء الأفضل وفقاً لاحتياج الفرد وطلباته وبناء على مبررات موضوعية ومنهجية تقوم على موازنة النفع والمضار. الانتقاء موفق لا صلة له برأي الأصدقاء أو الأكثرية أو المجاملة أو العواطف والمداهنة. الاعتبار العقلية المنصفة هي السند لاتخاذ القرارات في جميع منصات التواصل. قال جل ثناؤه "وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا"<sup>1</sup>.

4- المراجعة؛ تقييم الواقع ومشاهدة ثمرة الاختيار ومحاولة التحسين دون توقف والتأكد من سلامة الفهم والفرز والانتقاء وإذا تطلب تغيير الاختيار فلا مانع إذا اقتضى الأمر. هذه الرؤية في مجموعها ومقاصدها ملائمة لبناء شخصية مقتدرة على التواصل والتفاعل والتطور بأكبر نصيب من التوفيق.

هذه الرباعية المتناسكة تقي فلذات الأكباد من ترديد وتفضيل عبارات لا يعرفون مدلولاتها وعواقبها وثمرتها وهذا شائع في الشبكة المعلوماتية. وعليه فمن أخلاقيات المتعلم قوة الفهم، وقدرة الفرز، وحسن الانتقاء بين الخيارات استناداً لمبررات عقلية منطقية. إن حسن الانتقاء دلالة على سلامة النماء، ورجاحة العقل. وفي هذا المسار تمنحنا فضاءات الانترنت

<sup>1</sup> سورة الإسراء: 36.

فرصا متنوعة وعلينا أن لا ننساق خلف اعلاناتها وبرامجها وأجندتها ومقولاتها ومقارباتها فكل جهة تعرض بضائعها أو منتوجاتها الثقافية وفق اغراءات إبداعية لجذب الزبائن أو المؤيدين. كل الشركات لديها تكتيكات إعلامية وحيل نفسية لكسب واستدراج الزبائن وعلينا تزويد الأبناء بمعايير التفكير السليم.

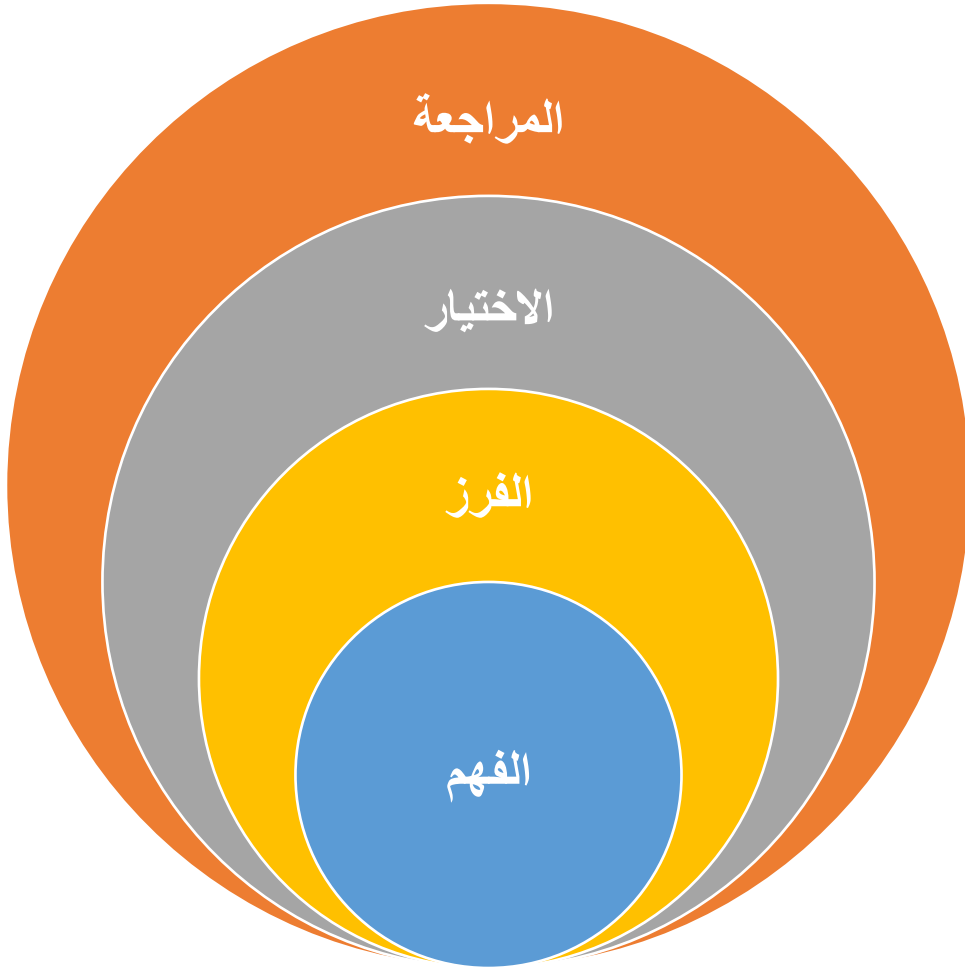
القدرة على الانتقاء تعني حسن تصور المسائل وفهمها، وسلامة اصطفاء أفضل الخيارات والترجيح بين المسائل ومقارنتها والتحقق من أنسبها لكل فرد حسب احتياجاته وتطلعاته وامكاناته. تتضمن المنصات الاجتماعية على اتجاهات فكرية ودينية وذوقية تستدعي التأني وبناء منهج انتقائي رزين كي لا تختلط الموازين. قال جل وعلا "الَّذِينَ يَسْتَمِعُونَ الْقَوْلَ فَيَتَّبِعُونَ أَحْسَنَهُ أُولَئِكَ الَّذِينَ هَدَاهُمُ اللَّهُ وَأُولَئِكَ هُمْ أُولُو الْأَلْبَابِ"<sup>1</sup>. العقول السليمة تأخذ أرشد المسالك بعد الفحص والتدقيق واستحضار الأدلة والموازنة بين الأمور، وتنتقي أفضل الاختيارات وهكذا تغرس الأسرة والمدرسة المفاهيم الكبرى وتدرّب الأنفس عليها تدريجيا.

الفهم والفرز والانتقاء عملية دائمة في دائرة المراجعة للنتائج وتطوير الأداء. الطالب في المرحلة الثانوية لكي يختار مساره للتخصص العلمي أو الأدبي فعليه أن يفهم الخيارات المتاحة ثم يفرز أنسبها له (وفقا لميوله واستعداداته) ثم يختار ويقرر على ضوء ما سبق. وقتوات التواصل سوف تعين الطالب على بلورة اختياراته إذا تعامل معها بجدية. ونقصد بالجدية أن لا يخضع لرغبات الأهل ويهمل اهتماماته ورغباته المشروعة، وأن لا يقلد أصحابه ولا يتأثر بآرائهم واختياراتهم. وحتى عند اختيار رغبته الدراسية عليه مراجعة سلامة اختياراته. عبر خبراتنا في التربية والتعليم وجدنا الكثير من الناشئة يجب أن يستشير ولكنه يتأثر بتوجيهات الأهل ورغبات الأصدقاء دون اعمال للذهن. النتيجة اختيار تخصص جامعي لا يتوافق مع قناعات الشباب مما يؤدي للفشل الدراسي. الفهم (يقظة فكرية) والفرز (تنظيم البدائل المتاحة ومقارنة محتوياتها) والانتقاء (اصطفاء الأفضل)، والمراجعة عملية دائمة للتقييم والتقويم والتطوير والاجتهاد والموازنات.

هذه الخطوات المنطقية ضرورة نظرا لتأثر قرارات الشباب بما هو شائع في شبكات الإنترنت.

<sup>1</sup> سورة الزمر: 18.

يلخص الشكل التالي ما سبق شرحه:





## الجوهرة النفيسة

من غايات التربية الأخلاقية تكوين إرادة قوية بحيث يتمتع الناشئ بعقل راجح، وسلوك قويم يستهدف الخير، وينظم سلوك الفرد بغيره على نحو يتحمل فيه تبعات أعماله. لا يمكن التأقلم مع معطيات التكنولوجيا المتقدمة من غير تربية الفتیان والفتيات على المسؤولية الأخلاقية؛ تحمل تبعات السلوك، ولهذا لا بد من بيان وترتيب التوجيهات المبدئية في أصول تربية الطفل.

وفي رحاب تهذيب النفس في جميع العصور قال علماءنا "اعلم أن الطريق في رياضة الصبيان من أهم الأمور وأكدها". اعلم أن الصبي أمانة عند والديه وقلبه الطاهر جوهرة نفيسة ساذجة خالية عن كل نقش وصورة، وهو قابل لكل نقش، وقابل لكل ما يملأ به إليه فإن عود الخير وعلمه نشأ عليه وسعد في الدنيا والآخرة يشاركه في ثوابه أبواه وكل معلم له ومؤدب<sup>1</sup>. وبناء على هذه الأصول فإن تعامل الطفل مع الإعلام التقني المعاصر بحاجة لحسن الإعداد وصناعة الحصانة اللازمة لمزاولة الحياة في إطار التكيف مع متغيراته، ولهذا فإن وظيفة الأسرة اليوم<sup>2</sup> صيانة أطفالنا؛ الجواهر النفيسة مع غرس قيم الإسلام في حس الطفل ومراعاة الآتي:

- 1- إمداد الطفل بالخبرات الاجتماعية المثيرة له والتي تضيف إلى خبرته قيما وحقائق جديدة، مع التبسيط المناسب المعبر عن حاجات الطفل ومشكلاته.
- 2- توظيف التقنية الرقمية التفاعلية لترسيخ أمهات الفضائل في حس الناشئة.
- 3- مساعدة الطفل على توضيح وترجمة قيمه واتجاهاته ومشاعره وآرائه التي تمثلها، وكذلك مشكلاته الخاصة، وتوجيهه للحد منها.
- 4- تهيئة المناخ المناسب المساعد على اكتساب القيم، عن طريق صلاح الأسرة وصلاح الأبناء وتهيئة المجال للطفل للاقتراح والتخطيط المناسب، ومزاولة الأنشطة التي تبدو مهمة بالنسبة له.

<sup>1</sup> انظر المدخل لابن الحاج: ج4، ص 295 بتصرف يسير جدا؛ انظر: الموسوعة الفقهية الكويتية (13/ 12)، إحياء علوم الدين للغزالي (72/ 3)، تهذيب الأخلاق وتطهير الأعراق لابن مسكويه (ص: 67)، التربية الإسلامية أصولها وتطورها في البلاد العربية (ص: 370).

<sup>2</sup> نضرة النعيم في مكارم أخلاق الرسول الكريم (1/ 166)، باختصار وتصرف.

- 5- توجيه الطفل إلى ما يجب أن يفعله في المواقف المختلفة، وبيان أنه يتعين عليه أن يفعله طواعية وقناعة دون ضغط أو إكراه من أحد.
- 6- وانطلاقاً من احترام الإسلام لذاتية الطفل، فعلى الأسرة أن تحترم ذاتيته، وتقدر ما ينوي فعله، وتثمن قدرته على الأداء، واحترام أسئلته عن عالمه وعن العالم الافتراضي، والإجابة عنها بأسلوب مناسب، حتى يتمكن من فهم عالمه واستقاء المعاني منه، وتكوين القيم الإيجابية تجاه هذا العالم.
- 7- العدل بين الأطفال والمساواة بينهم مما يحفظ على الطفل كرامته واعتزازه بنفسه، ويساعده على التمثل الفعال للقيم الإسلامية.
- 8- تعويد الطفل على الآداب الاجتماعية الإسلامية بالممارسة العملية وليس عن طريق الكلام النظري وإلقاء الأوامر ليقنع بها اقتناعاً كاملاً.
- 9- تعويد الطفل على السيطرة على بيئته، والتعامل معها تعاملًا رقيقاً، من خلال المحاولة والخطأ، والتراجع عن الأخطاء، وتعليمه أن الواقع المحيط به يحتاج إلى التفاعل الجاد معه.
- 10- تقبل الأفكار الجديدة من الطفل، واحترام حبه للاستطلاع دون التقليل من شأنه أو قهره أو احتقاره، لأن هذا يقلل من شعور الطفل بذاتيته مما يعتبر معوقاً في نمو القيم لديه<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> نضرة النعيم في مكارم أخلاق الرسول الكريم (1/ 166)، باختصار وتصرف.

## الباب الرابع

### القدوة في العصر الرقمي

- 1- 78% من الآباء في دولة عربية يعتقدون أنهم قدوة سيئة لأبنائهم لأنهم يمضون وقتاً طويلاً في استخدام شاشة النقال (قرابة ثلاث ساعات يومياً)، والصدمة الأكبر أن 53% من أطفالهم لاحظوا إفراط الآباء في استخدام الهاتف وتدمروا من ذلك<sup>1</sup>.
- 2- بناء على الدراسات الميدانية فإن إظهار القدوة الحسنة أمام الأفراد في الاستخدام الأمثل لوسائل التواصل الاجتماعي من أهم متطلبات الأمن التربوي<sup>2</sup>.
- 3- تشير البيانات إلى أن الآباء بحاجة إلى مراقبة أولادهم أكثر، لكن كيف يفعلون ذلك، إذا كانوا هم أنفسهم مدمنين؟ الآباء والأمهات يتراسلون على هواتفهم أثناء قيادة السيارة، على الطرق السريعة، والشوارع الجانبية، ومقعد الطفل مثبت بقوة في المقعد الخلفي؛ إذا لم يتمكنوا من الاعتراف بأن لديهم مشكلة، هل يمكننا أن نتوقع منهم أن يدركوا بأنهم يُعدون أطفالهم حياة من التبعية؟<sup>3</sup>
- 4- القدوة الحسنة قلب التربية، وأساس التأسيس؛ القدوة أنفع الطرق لتكريس القيم والاتجاهات الإيجابية. يجب أن نحذر من الركون إلى العالم الافتراضي، وعليه يجب أن نتجنب كل سلوك يقدم مثلاً سلبياً لأبنائنا. تذكر أن أننا نتواصل ونتصدر الأبناء بالأسوة الحسنة لأن الاستقامة خير طرق القيادة.
- 5- للطفل قدرة فائقة على الملاحظة والانتقاء والتقليد والتقمص شعورياً ولا شعورياً. إن اعتدال الأبوين في التعامل مع شبكات الإعلام صورة تنطبع في بؤرة ذهن الطفل فتتحرك مشاعره، وتشكل الوعي الاجتماعي لديه.
- 6- إن بيل غيتس عملاق صناعة الحاسوب، وصاحب كتاب المعلوماتية، وأغنى شخصية في العالم لعدة سنوات يقدم لنا أنموذجاً فريداً في تربية نفسه وأطفاله فهو يحرص على شراء الممتلكات الشخصية العادية ولا يحرص على شراء "الماركات"، وغير مسموح لأطفاله بتصفح الإنترنت قبل النوم، وأثناء تناول الطعام، وفي غرفة الجلوس. كان بيل غيتس يمنع أطفاله من

<sup>1</sup> Time Out UAE Kids (2019). Education. An ITP Media Group Publication. Dubai.

<sup>2</sup> المعقل، 1440هـ، متطلبات الأمن التربوي للمجتمع في وسائل التواصل الاجتماعي، ص 85.

<sup>3</sup> الهواتف الذكية والصحة النفسية، موقع المشروع العراقي للترجمة: [iqtp.org](http://iqtp.org)

"اقتناء الهواتف الذكية قبل سن الـ 14، وكان لا يسمح مطلقاً باستخدام الأجهزة أثناء الأكل أو الجلوس في صالة المنزل، فهو يعتبر تلك الأوقات فرصة رائعة للحديث وتبادل الأفكار ومعرفة أخبار العائلة. كما لا يمنح أولاده ما يزيد على حاجتهم من المال، وذلك من أجل تنظيم حياتهم بما يتناسب مع إمكاناتهم، بعيداً عن التبذير وعدم المسؤولية. كان شديداً في تجنيبهم خطورة الأموال المطلقة التي قد تُسقطهم في الفشل والضياع"<sup>1</sup>. في كل سنة ولعدة أعوام يعزل بيل غيتس عن العالم الافتراضي<sup>2</sup> لبضعة أيام بحثاً عن الاسترخاء وطلباً لتجديد فكره الابتكاري.

7- القدوة الحسنة تنقذ الأبناء من مشتتات (السوشيل ميديا)؛ "إن عين الطفل وسمعه يجب ألا يقعا إلا على سلوك صحيح مترجم عن واقع صحيح وقيم سليمة، ولذا فإن المطلوب من الوالدين أن يكونا فعلاً قدوة صالحة، ليتلقى الطفل منهما مباشرة وبدون مباشرة ما يؤكد ذاتيته واستقلاله في إطار التصور الإسلامي الصحيح"<sup>3</sup>. ومن حكم العرب "مَنْ فَعَلَ الْخَيْرَ فَبِنَفْسِهِ بَدَأَ، وَمَنْ فَعَلَ الشَّرَّ فَعَلَى نَفْسِهِ جَنَى".

8- التعليم الخبري أي تبليغ المعرفة بالنقل الشفاهي المباشر تعليم مهم لا نستغني عنه ولكنه لا يعني أبداً عن وجود القدوات الطيبة. القدوة الحسنة مرحلة من مراحل الأستاذية؛ التوجيه بالإيحاء والإلهام، والفكر، وتوليد الدافعية والاقدام وصولاً إلى تعلم الانضباط الذاتي.

9- قال الفيلسوف الإنجليزي فرانسيس بيكون "من يعطي نصيحة جيدة يبني بيد واحدة، ومن يعطي استشارة جيدة ومثالا جيداً يبني بكنتا اليدين، أما من يعطي نصيحة جيدة ومثالا سيئا يبني بيد ويهدم بالأخرى".

---

<sup>1</sup> فاضل العماني، كيف يربي بيل غيتس أولاده؟ جريدة الرياض. الأحد 15 شوال 1438هـ - 9 يوليو 2017م (alriyadh.com).  
أحمد المسلماني (2017م). كيف يربي بيل جيتس أبناءه .. درس في التربية. يوتيوب (youtube.com). وفي عام 2019 قامت شبكة نت فليكس (Netflix) بعمل ثلاث حلقات عن حياة بيل غيتس بعنوان (Inside Bill's Brain) وبعد مشاهدة هذا العمل الوثائقي الممتع وجدنا أنه يستحق فعلاً المشاهدة والتحليل والمناقشة للكشف عن أسباب النبوغ والابداع في خدمة العلم، ومحبة القراءة، واستثمار التقنية الرقمية باعتدال، وتخفيف آلام الإنسان وتحسين معيشتة في المجتمعات الفقيرة وغيرها.

<sup>2</sup> واطسون، 2016، عقول المستقبل، ص 206، 207.

<sup>3</sup> نضرة النعيم في مكارم أخلاق الرسول الكريم - صلى الله عليه وسلم (1/ 168).

**10-** تُقدِّم النظرية المعرفية الاجتماعية الشهيرة التي صاغها ألبرت باندورا<sup>1</sup> "للأشخاص البالغين إطار عملٍ لتربية أطفال يتحملون مسؤولية شخصية تجاه تصرفاتهم الخاصة وتجاه رفاهية الآخرين. ينبغي أن يُلقَّن الأطفال دروسًا عن السلوك الاجتماعي الإيجابي، والتسامح والمشاركة الاجتماعية؛ بحيث تتاح لهم فرصةٌ وضْعُها في الاعتبار، كذلك يجب أن يشاهدوا الأفراد البالغين في عالمهم ينخرطون في هذه الممارسات الدالة على حب الغير؛ بحيث تتجلى النماذج أمامهم. يحتاج الأطفال إلى فرص لتطبيق هذه الدروس؛ بحيث يمكنهم إدراك أهميتها في التطور الإيجابي للجميع. ويحتاج الأطفال إلى هذه الرسائل على مدار مراحل طفولتهم؛ بحيث يظهر التزامهم نحو النشاط الاجتماعي عندما يصلون إلى مرحلة المراهقة"<sup>2</sup>.

**11-** تشير نتائج دراسات باندورا Bandura؛ إلى أن التعلم الشهودي Observational Learning يلعب دورًا حاسمًا في السلوك العدواني عند الأطفال مع شخصيات آبائهم الذين يسلكون بعدوانية، بالإضافة إلى تقليدهم للأفعال العدوانية التي يرونها في الآخرين وتشير نتائج الدراسة السابقة أن هذه العوامل تساعد على نسخ الأطفال للأنماط السلوكية العدوانية. في إحدى الدراسات شاهدت مجموعة من الأطفال ما بين 3، 5 سنوات من بنين وبنات راشدًا يسلك سلوكًا عدوانيًا تجاه دمية [لعبة بلاستيكية Bobo doll] وذلك بضربها وركلها إلى أسفل<sup>3</sup>، في حين شاهدت مجموعة أخرى من أطفال مدرسة الحضانة في نفس العمر الزمني للمجموعة السابقة راشدًا يسلك سلوكًا تجاهليًا نحو الدمية [لا تُضرب الدمية أمامهم]. وعندما ترك الأطفال بمفردهم مع الدمى لوحظ أن الأطفال الذين شاهدوا النموذج العدواني، تعاملوا مع الدمى بعدوانية أكبر من المجموعة الثانية التي كانت لا تلاحظ هذا السلوك العدواني من الراشد، ولقد دعمت نتائج ذلك نتائج دراسة أخرى لباندورا وآخرين عن طريق عرض صور وأفلام لأطفال يسلكون بعدوانية نحو بعضهم البعض، فالأطفال الذين يشاهدون الأفلام العدوانية كانوا يميلون إلى التصرف بعدوانية أكبر في مواقف اللعب التالية من الأطفال الذين

<sup>1</sup> وُلِدَ ألبرت باندورا في عام 1925م، وهو عالم متخصص في علم النفس الاجتماعي في جامعة ستانفورد. وقد كان له الفضل في تقديم إسهامات مرموقة في علم النفس الاجتماعي، بما في ذلك نظرية الإدراك الاجتماعي، وعلم نفس الشخصية. وهو أيضًا صاحب تجربة دمية بوبو (Bobo doll experiment) انظر: ألبرت باندورا (3 نوفمبر 2018). ويكيبيديا. الاطلاع 16 أبريل 2019م.

<sup>2</sup> هول، 2016، تنشئة الأطفال في القرن الحادي والعشرين. الفصل الثامن: التسامح والنشاط الاجتماعي.

<sup>3</sup> McLeod, S. A. (2014, Feb 05). *Bobo doll experiment*. simplypsychology.org

لم يشاهدوا أفلام العنف. وعمومًا، فلقد أشارت كثير من الدراسات أن مشاهدة أفلام العنف والعدوانية تزيد من كمية العدوانية لدى الأطفال ويظهرونها أثناء لعبهم، وهذه النتائج لها تطبيقات ظاهرة في إمكانية تأثير العنف بالأفلام التلفزيونية على السلوك العدواني لدى الأطفال<sup>1</sup>. وتتفاقم الخطورة اليوم مع شيوع الإعلام الرقمي نظرا لزيادة قوة المشاهد العنيفة وكميتها، وكثرة الألعاب التفاعلية مع سهوله الاطلاع عليها في أي وقت.

**12-** اهمال الآباء للقراءة الإثرائية بداية الانشغال بصغائر الأمور في الانستغرام وغيره. قدمت التقنيات الرقمية فرصة ثمينة للقراءة والحصول على الكتب المسموعة وإقامة منصات لمناقشة القراءات الحرة. كن قدوة لأبنائك فلا تتوقف عن الاستمتاع برحيق القراءة الدؤوبة كي يقتبس الأبناء من نورك. ومن العبارة المشرقة للشيخ ابن باز "حب القراءة من النعيم المعجل للمؤمن في الدنيا". وعندما نتأمل سيرة الغزالي وابن رشد ويوسف القناعي وعبدالله النوري وبيل غيتس وسائر الفضلاء والعظماء ندرك شغفهم بالقراءة. المطالعة هي العتبة الأولى نحو العبقرية. لقد حرص مؤسس الفيس بوك مارك زيكنبيرغ (Mark Zuckerberg) على الاطلاع على كتابات ابن خلدون لأنها من المنجزات الفكرية العالمية. إن كثرة الانشغالات حجة واهية، وخذعة عقيمة لمن يتهرب من متعة ونعمة القراءة.

**13-** "عندما انطلق صاروخ فالكون إلى الفضاء، في فبراير/شباط عام 2018، كان يقلّ حمولة غير متوقعة. فبخلاف السيارة "تسلا رودستار" الحمراء، والدمية التي ترتدي بدلة رواد الفضاء خلف المقود، وضع إيلون ماسك مؤسس شركة "سبيس إكس" في صندوق القفازات الأمامي للسيارة سلسلة روايات "الأساس" للمؤلف إسحاق عظيموف مسجلة على قرص ضوئي. ويقول ماسك إن هذه الرواية التي دارت أحداثها في حقبة من المستقبل بعد نحو 50 ألف سنة، أشعلت شغفه بالسفر عبر الفضاء عندما كان مراهقا. وطالما غرست القراءة أفكارا في رؤوس مبدعين وتطورت إلى اختراعات جديدة، بداية من برنامج "إيرث" في رواية "الانهايار الجليدي" لنيل ستيفنسون، الذي استلهم منه تطبيق "غوغل إيرث"، إلى الهواتف التي لديها القدرة على الاستشعار في رواية آرثر سي كلاركس، التي قادت تيم بيرنرز لي<sup>2</sup>، لاختراع الشبكة

<sup>1</sup> الأشول، عادل. علم نفس النمو من الجنين إلى الشيخوخة. مكتبة الأنجلو المصرية، ص 333، 334. باختصار يسير.

<sup>2</sup> Morgan, 2018, The Teenage Guide to Life Online. p. 12.

العنكبوتية العالمية<sup>1</sup>. وتشيد العاملة السعودية غادة المطيري<sup>2</sup> بتربية والدها لأنه قدوة حسنة وشجعها على القراءة، ومن وسائله في تحبيب ابنته على القراءة وضع لوحة على طاولتها فيها: اقرأ اقرأ اقرأ، وكانت الكتب على حد تعبيرها "في كل مكان في بيتنا".

14- " إذا تخلّيت عن هاتفك المحمول لساعة واحدة يومياً وأمسكت بكتاب في يدك في المقابل، قد تصبح أكثر تعاطفاً مع الآخرين وتزيد كفاءتك في العمل وقدرتك على الإنجاز. وما دام أكثر رجال الأعمال نجاحاً استطاعوا، رغم كثرة مشاغلهم، أن يجدوا وقتاً للقراءة، فأنت بإمكانك أن تخصص لها وقتاً أيضاً. ومن يدري، لعل هذه المعلومات والأفكار التي ستستقيها من الكتب تقودك يوماً إلى التحليق في الفضاء"<sup>3</sup>.

15- "تؤثر أفعال الوالدين على صورة الذات التي يكونها أطفالهما أثناء عملية التشبه. فالأطفال الذين يرون في والديهم خصائص إيجابية يُحتمل أن يتعلموا رؤية أنفسهم أيضاً في صورة إيجابية. وسيجد الأطفال الذين يرون في والديهم خصائص سلبية صعوبة في رؤية خصائص إيجابية في أنفسهم. إلا أن الأطفال قد يعدّلون من صور ذواتهم كلما ازداد تأثرهم بأحكام جماعات أقرانهم خلال سنوات ما قبل المراهقة. للسلوك اليومي للوالدين أنفسهم أثراً أقوى"<sup>4</sup>.

16- عندما يمتلك الآباء والأمهات حسّاً أخلاقياً رفيعاً، وسلوكاً سوياً راسخاً، وعادات صحية ثابتة مرصعة بالتسامح، فإن انقياد الطفل للقدوة الحسنة أسلس في عملية الانقياد للفضائل واعتيادها وتطبيقها. يبصر أولادنا بدكاء سلوكيات الكبار من حولهم لا سيما استخدام الآباء والأمهات لهواتفهم النقالة في المنزل وأثناء قيادة السيارة؛ لا تنه عن خلق وتأتي مثله ... عازّاً عليك إذا فعلت عظيم

<sup>1</sup> بي بي سي (2019). نصائح من شخصيات بارزة تشجعك على القراءة يومياً. (bbc.com)، باختصار. ريفيل، 2018، الثورة الرقمية، ثورة ثقافية؟ ص 113.

<sup>2</sup> غادة المطيري (6 أبريل 2019). ويكيبيديا. الاطلاع 13 أبريل 2019.

<sup>3</sup> بي بي سي (2019). نصائح من شخصيات بارزة تشجعك على القراءة يومياً. (bbc.com).

<sup>4</sup> الموسوعة العربية العالمية، 2004م، الطفل، باختصار يسير.

## دور الآباء والأمهات

من الأولوية بمكان وضع وسائل التواصل الاجتماعي الإلكتروني في خدمة مصالح الأسرة، وهناك مقترحات عديدة، وإجراءات مفيدة لإثراء هذا المجال. الوظيفة التربوية للأسرة تجعلها ذات مكانة ريادية في نماء الفرد، وبناء المجتمع. "الأمومة هي رسالة المرأة على هذه الأرض، وهي حجر الأساس في الأسرة، وقواعد المجتمع وأركانه منذ قام إلى يوم ينفذ. وفي الأمومة اجتمعت خلال البر ونوائب الحق وتبعات الواجب، وصور البطولة وفضائل الإيثار، ومواطن الصبر الجميل. وكأن الأمومة في البيت الملكة في الخلية"<sup>1</sup>. "قال الشاعر معروف الرصافي: فحضرن الأم مدرسة تسّامت ... بتربية البنين والبنات"<sup>2</sup>

وعندما يكون الأب أيضا صاحب رؤية ورسالة ورأي تشرق الأسرة بالمكرمات وتصبح الثورة الرقمية - بحق أداة تنوير وبناء، ومن زينة الحياة. يشير عدد من المتخصصين<sup>3</sup> إلى دور الآباء والأمهات في العصر الرقمي فيتطرقون إلى الآتي:

- 1- الاتفاق على ما هو مسموح وما هو ممنوع للأبناء أثناء الاتصال بشبكات التواصل الاجتماعي (المدة الزمنية، اختيار نوعية البرامج، استبعاد القضايا المثيرة للفتن، الابتعاد تماما عن تصفح المواقع المخلة بالآداب، والحذر كل الحذر من استدراجهم نحو هاوية الارهاب).
- 2- يجب توحيد المعايير في البيئة الأسرية فلا يحق للآباء ولا الأمهات تكوين علاقات مجهولة والاسترسال في صداقة أناس وهميين ثم نطلب من الأبناء الشفافية في توثيق العلاقات والروابط الأسرية. خير عطاء نقدمه للأبناء والبنات أن نصبح أسوة حسنة.
- 3- احترام المبادئ العائلية المتفق عليها (عدم الانشغال بالهاتف قبل النوم مثلا) ضرورة ليتشرب الناشئة معاني الاستقامة، وترسخ مع مرور الوقت فتتحول الممارسات والمزاوالات إلى عادات وسلوكيات لا ارادية يواظب عليها، ويدافع عنها الصغار قبل الكبار. يقول الفيلسوف إيمانويل كانط "تعامل مع مبادئك كأنها ستكون قانوناً للعالم".
- 4- التوجيه ثم التعليم والتدريب والتصويب هو ما يحتاجه الأبناء منا كي يستخدموا التكنولوجيا الرقمية بحكمة.

<sup>1</sup> أمير الشعراء؛ أحمد شوقي، أسواق الذهب (ص: 105)، باختصار.

<sup>2</sup> محمد رجب السامرائي، صورة الأم في ذاكرة الشعراء. موقع صيد الفوائد (saaid.net).

<sup>3</sup> Tartakovsky, 2018. Helping Your Daughter Navigate Social Media.



- 5- تحدث مع الأبناء عن النشر الإلكتروني المناسب وعلينا زيادة مساحات الحرية لهم كلما آنسنا منهم رشدًا. امنح الناشئة الأدوات والتوجيهات اللازمة لمساعدتهم في التفكير الابداعي والاستباقي أثناء التواصل مع الأسرة والأقرباء والأصدقاء.
- 6- ينبغي متابعة الأبناء فيما ينشرونه من تعليقات، وصور ومقاطع فيديو مع تزويدهم بالمعايير اللازمة للنشر وقواعد التبادل الإلكتروني.
- 7- شجع الأبناء على تجنب الوقوع في الاساءة للناس، وحضهم على عدم المشاركة في نقاشات هشة أو نشر التفاهات، ونبد "الخلق الدنيء"، واللسان البذيء" ولو بقصد المزاح لأن التهاون في هذا الأمر يفتح أبوابا لمزالق اجتماعية وسياسية تتضخم على شبكات التواصل وتأخذ أبعادا قانونية غير محمودة العواقب.
- 8- انشر مادة لائقة لا تندم عليها. شارك أولادك هذه الأمثلة ومن الأسئلة التي قد تطرحها: "هل يمكنك عرض هذه الصورة لمعلمك أو أخيك الصغير أو مدرب كرة القدم؟ كيف يمكن أن يشعر هذا الشخص عندما يرى هذا الموقع؟ هل سوف تؤذي مشاعرهم رؤية هذا التعليق؟ هل هذه هي الصورة التي تريد تصويرها لنفسك تصلح للذوق العام؟ هل ستكون موافقا على بقاء هذا المنشور على الإنترنت لفترة غير محددة من الوقت؟ هل هناك احتمالية أنك ستندم على نشر هذا المقطع أو إنشاء هذا الموقع الإلكتروني بعد عام من الآن؟".
- 9- الحد من الاكثار من مشاهدة وسائل التواصل الاجتماعي فالاعتدال أصل صلاح الحال والبال. إن الآباء يرتكبون خطأ السماح لأطفالهم بقضاء الكثير من الوقت على وسائل التواصل الاجتماعي. قد يجلس الأطفال في نفس الغرفة بقرب آبائهم، ولكن الكل محروم من التفاعل الصحي بسبب انشغالهم جميعا بتصفح برنامج الإنستغرام Instagram، أو غيره. إن استمرار هذا الأمر يجعل الأمر طبيعيا بإقرار الجميع للأسف وهو انتقال كامل للعالم الافتراضي الناشف، وهروب واضح من العالم الحقيقي المشبع فعلا بالمودة العائلية.
- 10- لا تستغني منظومة التربية الأسرية عن رواية القصص السمعية والمصورة والمكتوبة طمعا في اقتناص فوائدها واستنباط دررها. إن انتقاء القصة بحاجة لفقهِه يلائم طبيعة العصر وينسجم مع أهداف المجتمع، ويشعل شغف الأطفال في اكتشاف العلم والتحلي بالخلق القويم. تحتوي شبكة الإنترنت على كثير من القصص المرئية المعززة لمشاعر الانتماء الأسري

- والمنطوية على قيم الوفاء والترابط الأسري والممانعة للأطفال من اتخاذ القرارات السيئة {فَأَقْصِرْ  
الْقَصَصَ لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ} <sup>1</sup>. الإفادة من القصص المبتوثة في القنوات الالكترونية من حتميات  
تطوير ممارساتنا الرقمية. إن تبادل الفيديوهات القصيرة عن حب العلوم وخدمة الإنسانية  
وسيلة رائعة لتحفيز النفوس من جهة، وحسن قضاء الأوقات في النافع المفيد من جهة أخرى.
- 11- شارك أطفالك قدر الإمكان باهتمامهم وأنشطتهم فهذه كلها مداخل حيوية  
للاستمتاع بالتقنيات الرقمية الاجتماعية. من خلال القيام بذلك، سيكونون أكثر حكمة في  
استخدام وسائل التواصل الاجتماعي، وأوثق قرباً منا، وأكثر استمتاعاً بالطمأنينة العائلية.  
قضاء بعض الوقت مع الأبناء يومياً طريقة مُجدية لخلق بيئة آمنة توطد المشاركة. وفي هذا  
السياق العائلي يمكن الحرص على التواجد في البيت وتناول ما لا يقل عن وجبتين من الطعام  
معاً. ينصح الخبراء <sup>2</sup> باستغلال المصادر المتاحة على شبكة الإنترنت في قضاء وقت جيد  
(Quality time) مع الأسرة ويمكن أن تكون أنشطة لها صلة بالمطبخ أو الحديقة.
- 12- لا بد من تحديد الوقت الذي يقضيه الطفل على وسائل التواصل الاجتماعي  
وتنظيمه والسماح له بعد الانتهاء من أداء الواجبات المنزلية والدراسية في استخدام الإنترنت  
للترفيه والتثقيف والتواصل في برامج وأوقات محددة.
- 13- من الحكمة ومن باب الحذر العمل على إبقاء أجهزة التواصل الاجتماعي  
الإلكتروني (الهواتف والحواسيب والألواح الإلكترونية) خارج غرف نوم الأطفال.
- 14- اطلب من أبنائك من حين لآخر أخذ استراحة من وسائل التواصل الاجتماعي  
والابتعاد تماماً عن شاشات التواصل الإلكتروني.
- 15- تحدث عن الحدود الزمانية والمكانية والالكترونية. علم أطفالك أن يقولوا لا  
لأي أمر يضرهم، وقم بتمكينهم من وضع حدود منطقية آمنة تحميهم، وتنظم طاقاتهم ووقتهم.
- 16- ساعد أطفالك على التعلم من تجاربهم الشخصية في العالم الافتراضي. التعلم  
من الأخطاء الذاتية من أهم مداخل بناء الشخصية القوية القادرة على مواجهة تحديات  
ومفاجآت الحياة المعلوماتية.

<sup>1</sup> سورة الأعراف 176.

<sup>2</sup> Nauert PhD, R. (2018). Use Online Resources For Quality Time with Kids. *Psych Central*. Retrieved on April 20, 2019, from (psychcentral.com)

17- أرشدهم إلى المواقع والبرامج والمشاريع الهادفة الجديدة على شبكة الانترنت وحاوهم عن أبرز انطباعاتهم عنها، وانتقد أمامهم الألعاب الإلكترونية العبثية التي لا نفع لها وقد تؤدي إلى إيذاء الذات أو الآخر.

18- علم الأطفال التنقل بفعالية على صفحات التواصل الاجتماعي بالمنصات الإلكترونية تعلمهم حقًا التنقل بفعالية في حياتهم؛ لأنهم يتعلمون كيفية التفاعل مع الآخرين، وكيفية التعامل مع المغريات والمشتتات، وإدارة الوقت باقتدار في إطار الضبط الذاتي.

19- أصدر كبار الأطباء في بريطانيا عدة نصائح للعائلات حول التعامل الصحي مع وسائل الإعلام الاجتماعية واستخدام الشاشة ومن أبرز وصفاتهم: ترك الهواتف خارج غرفة النوم؛ تناول وجبات الإفطار بعيدا عن الشاشات الالكترونية؛ وأنه عندما تكون في شك من مضمون المادة المبثوثة على الانترنت لا تقم بالتحميل؛ وأخيرا ودائما احصل على المزيد من التمارين الرياضية<sup>1</sup> وكما قيل "الحركة بركة والتواني هلكة".

20- "حتى وأنت تربي لا تُعلّق من تربيته بك، فإن الإنسان لا يتعلم من شيء أكثر من شيء يكتشفه بنفسه، وإنما الصواب في التربية أن يكون المرابي والراعي والقائم على الأمر موجه من علو ومن بعد، ولا يحاول أن يجعل ممن يريه صورة منه، ثم إن العاقل في تربيته يتغافل عن أمور، ولا يحسن التنقيب عن كل شيء، فدع من دونك أو من تحت يدك، بل دع صديقك، بل دع زوجتك يُخطئ أو تُخطئ وتعود لوحدها أو يعود لوحده إلى صوابه، فذلك أبقى لماء وجهه عندك. فليس من الصواب أن يتفقد الإنسان أو الوالد أو الوالدة في كل آن وحين جوال ابنه، بحجة أن يخشى عليه من المهالك؛ فإنه لا بد أن نُبقي أولادنا وبناتنا في عالم فيه قدر من الخصوصية، وأما كون المرء يطلع على كل خصوصية ويتدخل في كل جزئية هامشية فهذا يتنافى مع ما دل الشرع عليه"<sup>2</sup>.

21- معاهدة الأبناء عملية لا تتوقف مع التقاعد. الوصول لمرحلة التقاعد من العمل لا يعني بلوغ سن الاكتتاب كما يُشاع<sup>3</sup>. مرحلة التقاعد من الوظيفة انطلاقة لمرحلة جديدة وحلوة في

<sup>1</sup> Karasz, P (2019). U.K. Doctors Call for Caution in Children's Use of Screens and Social Media. The New York Times – February 15, 2019.

<sup>2</sup> سلسلة محاسن التأويل - صالح المغامسي (11/20)، بتزيم الشاملة آليا، باختصار وتصرف.

<sup>3</sup> ليليفيلد، 2019م، أشهر 50 خرافة في علم النفس، ص 89، ص 99.

حياة الإنسان الإيجابي. قنوات التواصل الاجتماعي فرصة لتقديم صورة أمينة لخبرات الحياة. يقول تشارلز باسترناك إن جوهر الإنسانية: سعي لا ينتهي، وحراك لا يتوقف: "الإنسان الذي يتقاعد ليصبح شخصاً كسولاً ينهار؛ أما الذي يبدأ مشروعات جديدة في سن متقدمة فيظل يقظاً؛ فالخلايا العصبية مثل العضلات، تبقى وقتاً أطول عند استخدامها. وبالفعل لاحظ ليوناردو دافنشي منذ ٥٠٠ سنة أنه: كما يصدأ الحديد عندما لا يُستخدم، وتُصبح المياه كريهة الرائحة عند ركودها أو تتحوّل إلى جليد عند تعرّضها للبرودة، يتدهور الذكاء عند التوقف عن استخدامه"<sup>1</sup>. توريث الخير من الخطوات المهمة نحو حياة العافية والصحة والحكمة والفضاء الإلكتروني الرحب يسع الخبرات النافعة ويرحب بها.

### الترجسية الإلكترونية

من الأهمية بمكان تدريب الناشئة على التعاون ومشاركة الآخرين والحذر من الغرور والابتعاد عن التمحور حول الذات. الترجسية من الأمراض النفسية التي تعني إعجاب المرء بنفسه وافتتانه بها مع اهمال إسهامات الآخرين.

إن إدراك الناشئة لمساوى الأمراض النفسية والاجتماعية وقاية لهم من استخدام التكنولوجيا بأسلوب ساذج يضر بالنفس والناس. يتفق خبراء الصحة النفسية "على أن الترجسية باتت أكثر شيوعاً في حياتنا اليومية، وأكثر ظهوراً عن ذي قبل. واستتبع صعود هذا التوجه صدور أعداد كبيرة من التدوينات والكتب عن الترجسية أخيراً. وعلى كل، فليس من قبيل المفاجأة أن بات "اقتفاء الترجسية" أشبه بنشاط رياضي على وسائل التواصل الاجتماعي التي هي بمثابة الموطن الطبيعي لـ "جيل السيلفي"<sup>2</sup>.

يُعرّف قاموس كولينز كلمة نرجسية بأنها: اهتمام استثنائي أو عجب بالذات، لا سيما بمظهر الجسد. ولا شك أن وسائل التواصل الاجتماعي تشجع السلوك النرجسي. تعبر

<sup>1</sup> باسترناك، 2017م، جوهر الإنسانية، الفصل 14: انقراض الفضول العلمي. شارلز باسترناك: الاختصاصي في الكيمياء الحيوية، وهو المدير المؤسس لمركز أكسفورد الدولي للطب الحيوي. يعمل مع اليونسكو والاتحاد الدولي للكيمياء الحيوية والبيولوجيا الجزيئية، وله مؤلفات عديدة، من بينها كتاب «ما الذي يجعلنا بشرًا؟» (انظر موقع هنداوي: hindawi.org).

<sup>2</sup> غرينفيلد، 2017، ص 137، 293.

الرجسية عن مستوى متضخم من حب الذات والاهتمام الزائد بالنفس لصالح إشباع رغبة الرضا عن الذات والمبالغة في أهميتها وقدراتها<sup>1</sup>. هناك علاقة بين الرجسية والشبكات الاجتماعية مما يؤدي للتفاخر والاعتقاد بالأفضلية وربما استغلال الآخرين والشعور بالزعامة والتركيز على المظهر. مع انتشار السيلفي يمكن لغريزة حب التميز أن تخرج عن حيز السيطرة، لتصبح هوساً<sup>2</sup> ومن جهة أخرى فإن الإقبال على عمليات التجميل في تزايد مستمر.

## تمكين المرأة

تألفت المساهمات النسائية في الفضاء الإلكتروني وأصبحت مشاركات المرأة المجتمعية أكثر تنوعاً وحضوراً وقبولاً وتأثيراً. وهذا بدوره فتح أبواباً واسعة لتحسين حياة المرأة والتعبير عن ذاتها وهواياتها وابداعاتها، وتقليل العقبات التي تعترض طريقها. لمعت أسماء نسائية عديدة في الفضاء الافتراضي لتخدم القضايا العادلة للمرأة، وتوسع من نطاق مشاركتها المجتمعية، وتدعم الأعمال الإنسانية، وتناصر قضايا اللاجئين والمحرومين. إن تمكين المرأة لتنال حقوقها المدنية من العوامل المهمة لمعالجة كثير من الأخطاء الاجتماعية القديمة والتحديات الطاغية التي حجت وربما تحجب جهودها على نطاق واسع. قال الشاعر حافظ إبراهيم:

مَنْ لِي بِتَرْبِيَةِ النِّسَاءِ فَإِنَّهَا \*\*\* فِي الشَّرْقِ عِلَّةٌ ذَلِكَ الْإِخْفَاقُ

ومن الأمور التي اطلعنا عليها بمزيد من السرور والاستبشار مجموعة فتيات عربيات عشقن القراءة فدخلن مجال (التحدي) قراءة 100 كتاب في السنة وقمن بالإعلان عن كل كتاب يتم الانتهاء منه على وسائل التواصل الاجتماعي الإلكتروني مما يكون محفزاً للجميع في إيجاد مجتمع قارئ. هذه صرعه علمية تفاعلية مناسبة لعشاق القراءة على وجه الخصوص وتعكس اتجاهها طيباً في المجتمع وعكسه تماماً تلك البرامج التفاعلية في التحدي في أداء أفعال غريبة لجذب الجماهير. لقد استغلت المرأة الواعية المتزنة شتى القنوات الإلكترونية التفاعلية لدعم المحتوى العربي، ومشاركة المجتمع، وصناعة المستقبل واثراء جميع مجالات العلوم والفنون والآداب مما يزيد ثقة المرأة بنفسها، ويرتقي بطاقتها، ويفتح أبواباً جديدة للتقدم. من الأهمية بمكان أن

<sup>1</sup> بي بي سي (2019). ما هي الرجسية، وهل تسهم وسائل التواصل الاجتماعي في انتشارها؟ بتصرف (bbc.com). ريفيل، 2018، الثورة الرقمية، ثورة ثقافية؟ ص 79.

<sup>2</sup> غرينفيلد، 2017، تغير العقل: كيف تترك التقنيات الرقمية بصماتها على أدمغتنا. ص 137، 293.

تقوم الأسرة بدعم العناصر النسائية داخل البيت وخارجه لبناء وطنها وممارسة حريتها على نحو سليم.

## تغريدات وتعليقات في الصميم

- 1- قبل أن تكتب تغريدتك المبتكرة المتقنة وترسلها في الآفاق تذكر أن الكلمة الموزونة رزانة وزينة وكما في الحديث النبوي الشريف "الْكَلِمَةُ الطَّيِّبَةُ صَدَقَةٌ"<sup>1</sup>.
- 2- ضع لك بصمات صالحة في شبكات التواصل فكل يُعرف بشماره. ورد في المثل العربي "يُعرف الطَّيْرُ بشدوه، والمرءُ بمنطقه".
- 3- "نصيحة إلى أولياء الأمور: تحديد أوقات معينة لاستعمال الهاتف يقلل من تعرض أبنائك للإدمان الإلكتروني"<sup>2</sup>.
- 4- استثمر التقنية الرقمية في التغيير الإيجابي عائليا. "بين الحين والآخر يظهر منتج ثوري يغير كل شيء"<sup>3</sup>. ستيف جوبز، مقدا لأول آيفون 2007.
- 5- تذكر وتفكر! تجد الأسرة نفسها في وضع محير، فلقد غدت شاشات الهواتف النقالة تتسلل إلى كل الغرف وأحيانا تلاصق وسادة النوم!
- 6- التكنولوجيا الرقمية الحديثة خير وسيلة لتعزيز الجهود الرامية إلى معاهدة القرآن الكريم وتذوق تلاوته والاطلاع على الأحاديث النبوية. الوردُ القرآني اليومي تربية مستدامة للجميع؛ ينظم حياتنا ويوجهنا نحو عالم الرشاد في عالمنا الواقعي والافتراضي.
- 7- بادر بإشاعة مهارات اللغة العربية واجعل المحتوى الإلكتروني العربي في حقل الأسرة حافلا بفضل مساهماتكم، وتعليقاتكم واختياراتكم. كن مصدرا للإلهام ونشر قيم الإسلام على الدوام مصداقا لقوله جل ثناؤه "وَكَذَلِكَ جَعَلْنَاكُمْ أُمَّةً وَسَطًا لِتَكُونُوا شُهَدَاءَ عَلَى النَّاسِ وَيَكُونَ الرَّسُولُ عَلَيْكُمْ شَهِيدًا"<sup>4</sup>.
- 8- يحذر الإسلام بوضوح من كافة صور الغش التي يتم فيها استغلال وسائل التواصل لتحقيق مصالح غير قانونية.

<sup>1</sup> مسند أحمد، طبعة الرسالة (512/13).

<sup>2</sup> موقع التويتز للهيئة العامة للاتصالات وتقنية المعلومات (@CitraKuwait).

<sup>3</sup> برايس، 2019م، كيف تقطع علاقتك بمتفك، ص 18.

<sup>4</sup> سورة البقرة: 143.

- 9- "أَلَا فَلَيْسَتْحِ الْعَبْدُ مِنْ رَبِّهِ جَلَّ وَعَلَا وَهُوَ يُقَلِّبُ الرِّوَابِطَ وَالْمَوَاقِعَ، وَيَنْظُرُ فِي الصُّورِ وَالْمَقَاطِعِ، وَلْيَعْلَمْ أَنَّ اللَّهَ مُطَّلِعٌ عَلَيْهِ لَا تَخْفَى عَلَيْهِ حَافِيَةٌ"<sup>1</sup>.
- 10- مراقبة الله رأس الاستقامة. قال المولى سبحانه "يَعْلَمُ حَائِنَةَ الْأَعْيُنِ وَمَا تُخْفِي الصُّدُورُ"<sup>2</sup>.
- 11- غفلة الآباء وانشغالهم بحياتهم الشخصية من أكبر أسباب تمادي الناشئة في استخدام التقنيات الحديثة على نحو خاطئ، وادمان مشاهدتها، والفشل في الإقلاع عنها.
- 12- علم أولادك سيرة سلفنا الصالح في إعلاء شأن دقة النقل والاقْتباس، وصحة الرواية، وتجنب التدليس والمرء والرياء والاستهزاء، والترجسية (انتفاخ الشخصية)، وعلمهم عمليا وبالحكمة محاربة السرقة بكافة صورها وجميع درجاتها.
- 13- اشرح لأبنائك أن النبي صلى الله عليه وسلم عُرف بالصادق الأمين قبل وبعد البعثة النبوية وهذه الأمانة يجب أن لا تفارقنا وعلينا أن نتواصى بها في مجال التنمية المعلوماتية.
- 14- "إذا كنت تحاول تربية أطفالك على التحلي بتفكير نقدي حيال التاريخ والمجتمع والثقافة، فعليك أن تشجعهم على أن يكونوا مفكرين وناقدين للوسائط والمعلومات والإعلان"<sup>3</sup>.
- 15- النشاط الزائد في شبكات التواصل لا يدل بالضرورة على نجاحات اجتماعية وكثرة عدد المتابعين ليست ظاهرة صحية في كل الأحوال فمن السذاجة أن نفهم تعقيدات الشبكة الإلكترونية عبر الاعتماد على مؤشر الأرقام فقط.
- 16- كثرة المتابعين والمتفرجين قد تشوش عقل الطفل بمناقشات أكبر من سنه إذ قد ينشغل في قضايا متشعبة وغير مجدية يتم استدراجه إليها.
- 17- تقتضي الأمانة الأسرية توطين النفس وترويضها على أهمية اختيار الخير، ونبذ السلوكيات السلبية المقترنة باستعمال التقنيات الحديثة الرقمية كي لا تغرق سفينة الأسرة في ركاب الكوارث الأخلاقية.

<sup>1</sup> مكتب الشؤون الفنية، 2018، سُئِلَ التَّعَامُلُ مَعَ وَسَائِلِ التَّوَاصُلِ. وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية. الكويت.

<sup>2</sup> سورة غافر: 19.

<sup>3</sup> لسيج، لورنس (2014). نحو ثقافة إبداعية جديدة. ترجمة أسامة فاروق. القاهرة: مؤسسة هنداوي، الفصل الرابع.

18- تقوم البيئة الأسرية الآمنة على قاعدة الرفق في التعامل، وأن "الطفل من حقه أن يهدب، لا أن يضرب ويعذب"<sup>1</sup>.

## الباب الخامس

### خطوات اجرائية

- 1- يقوم الوالدان بتحديد مجموعة لوائح يتم الاتفاق عليها داخل العائلة لتنظيم التعامل مع وسائل التواصل الاجتماعي الإلكتروني (عدد الساعات-الآداب-الممنوعات). اللوائح الواضحة تنظم حياتنا في البيت والمدرسة وفي كل مكان ونشاط نمارسه. من الأهمية الاتفاق على ضوابط عائلية والتذكير بها، والالتزام بفحواها. تتفق الأسرة على عدم السماح للأبناء في ساعات معينة من الولوج في قنوات التواصل الإلكتروني، وعدم فتح حسابات جديدة إلا بالتنسيق مع الكبار وأخذ الإذن المسبق في حال اتخاذ القرارات المهمة. اللوائح العائلية لا تكبت حريات الأبناء بل تنظمها وفقا لمصلحة الجميع وتعلمهم أدب الاستئذان ومهارة تنظيم الوقت. مع مرور الوقت وكلما كبر الأبناء نتنازل عن بعض اللوائح ونعطيهم حريات أكبر بحسب نضج شخصياتهم وقدراتهم في التمييز وتحملهم للمسئوليات، مع بقاء تدفق مشاعر الحب والتسامح وتحمل المسؤولية وتعميق القيم المجتمعية دون توقف وبلا شروط.
- 2- الحصول على إصدارات إدارة الصناديق الوقفية بالأمانة العامة للأوقاف، وتوعية الأسرة بسلسلة تربية الأبناء<sup>2</sup> لأنها تساعد في دعم مهارات التربية الاجتماعية. تقوم مؤسسات المجتمع المدني في دولة الكويت بتقديم العديد من الإصدارات التي يمكن الاستفادة منها لترسيخ دعائم الأسرة ثقافة وتطبيقا. القراءة الواعية مفتاح القيادة الراقية، والمعرفة قوة متدفقة لنربي أجيالاً توظف التقنية الحديثة في إنتاج العلم، ونقله، وتطبيقه، وصناعة ثقافة معاصرة تراعي الانفتاح المتزن على المستقبل.

<sup>1</sup> أمير الشعراء: أحمد شوقي، أسواق الذهب (ص: 88).

<sup>2</sup> من مثل سلسلة: مرحلة الطفولة والمراهقة، خير الأمور الوسط، 100 طريقة للحصول على الابن-الابنة التي تريد، كيف أكون صديقا لابنتي؟ كيف أكون صديقة لأمي؟ وهي من تأليف أ.د. لطيفة الكندري، وأ.د. بدر ملك.



- 1- اشترك في التويتر أو الانستغرام الخاص بوزارة الداخلية، وإدارة مكافحة الجرائم الإلكترونية: التويتر (@ECCCD)، والجهات التي تقدم بيانات ومحتويات اعلامية توعوية تهم أولياء الأمور من مثل الهيئة العامة للاتصالات وتقنية المعلومات [citra.gov.kw](http://citra.gov.kw).
- 2- اجراء الكشف الطبي الدوري للوقاية من الاضرار الصحية على العمود الفقري والرقبة<sup>1</sup> والعين والأذن.
- 3- تلخيص مقاصد هذه السلسلة ومثيلائها للإفادة منها ومن مراجعها واقتباساتها ومعطياتها في عمل ورش تدريبية ومقالات ومحاضرات توعوية للكبار والصغار مع تبسيط المادة العلمية وتجديدها، وعرضها بطرائق شائقة، وبث مقاصدها في شبكات التواصل الاجتماعي الإلكتروني بهدف الارتقاء بالمهارات المعلوماتية.
- 4- مشاهدة فقرة تلفزيونية من فقرات تكنولوجيا المعلومات: برنامج بيتك، تلفزيون دولة الكويت، القناة الأولى<sup>2</sup>. نقترح مشاهدة حلقة الطفل والانترنت أو دليل الآباء لاستخدام الأبناء الآمن للإنترنت أو التحكم الأبوي لألعاب الكمبيوتر أو حلقة اختيار اللعبة المناسبة لطفلك. هناك أكثر من خمسين فقرة تلفزيونية يمكن الاطلاع عليها عن طريق الهاتف أو الحاسوب وذلك على موقع البوابة الإلكترونية الرسمية لدولة الكويت؛ فقرة تكنولوجيا المعلومات (برنامج بيتك).
- 5- الإفادة من كبار السن في العائلة وتدوين طائفة من جميل عباراتهم، ولطائف مواقفهم، وكريم ذكرياتهم وبثها في منصات التواصل الاجتماعي الإلكتروني. هذه الخطوات أساسية لإثراء المحتوى العربي على الشبكة العنكبوتية من جهة، وخدمة التراث الكويتي من جهة أخرى. في عصر الحاسوب هناك من ينادي بأن الثقافة الشعبية تزيد من ذكائنا أما الاتكال الكامل على الأجهزة فإنه يقوم بتسطيح عقولنا<sup>3</sup>. يجب أن نتواصل مع تراث الماضي فمن "مزايا العصر الحديث التي لا تقدر قدرها هي قدرتنا على الحفاظ على تاريخنا وتراثنا"<sup>4</sup>. ونقصد هنا محاسن الماضي وروائع التراث، ومن حنايا الماضي يتدفق شعور الحب والانتماء والألفة. يقول أحد

<sup>1</sup> المعقل، 1440هـ، متطلبات الأمن التربوي للمجتمع في وسائل التواصل الاجتماعي، ص 80.

<sup>2</sup> <https://www.e.gov.kw/sites/kgArabic/Pages/CitizensResidents/Awareness/BaytakPage.aspx>

<sup>3</sup> تشاتفيلد، 2012، 50 فكرة يجب أن تعرفها عن الأفكار الرقمية. ص 202.

<sup>4</sup> ديكينسون، 2017، كيف تفصل: تحرر من أجهزتك الإلكترونية وانعم بحياتك، ص 11.

الباحثين؛ علي محمد اليعقوب أن والدته هيا القصيبي رحمها الله كانت تربيهم عن طريق التربية بالأحداث الجارية، وضرب الأمثال الشعبية بحسب المواقف، وأنه يتذكر الكثير من الأمثلة الشعبية منها عبارة تدل على ضرورة احترام العقل والمنطق، فكانوا يقولون في الأمثلة الشعبية الكويتية: "متى بنيت القصر، قال أمس العصر" بمعنى حدث العاقل بما يُعقل، وعن اغتنام الفرص كانت هيا القصيبي تردد "إذا والملك الحخير والمه [إذا فُتح باب للخير ادخله]". وقد قيل "إذا هبَّت رياحك فاغتنمها". إن ضرب الأمثال وسيلة تربوية حيوية تلعب دورا مهما "في التأثير على سلوك الإنسان، وفي غرس القيم الإسلامية لدى النشء المسلم، فيما لو استعملت بحكمة وفي الظروف المناسبة"<sup>1</sup>. الإنترنت مستودع يسع خبرات زاخرة على رأسها اضافات العصور الماضية المضيئة، وابداعات وانتاجات العصر الحديث.

6- وبشكل عام، وفي مدار النمو المعرفي خارج المنزل يجب على غير الملمين بكيفية استخدام أجهزة الكمبيوتر، أن يحصلوا على بعض النصح من الأشخاص المتمرسين؛ حتى يتعلموا كيفية متابعة استخدام أطفالهم للكمبيوتر<sup>2</sup>. تقدم مراكز خدمة المجتمع في العديد من المؤسسات التعليمية الكثير من الدورات التدريبية القصيرة النافعة لأولياء الأمور ويجب الحرص على الانتفاع منها. وعلاوة على ذلك يمكن للمدارس وبالتنسيق مع الأهالي تقديم دورات مجتمعية في كل فصل دراسي نشرا للوعي ومناقشة لمسائل تمس مستقبل فلذات الأكباد.

7- مناقشة نجاح موقع من مواقع التواصل الاجتماعي الالكتروني الداعمة لتحسين الحياة الأسرية من مثل منصة بيرث كويت (birthkuwait\_bfs) (برنامج دعم الرضاعة الطبيعية). من الضرورة بمكان مناقشة أسرار نجاح المؤسسات الداعمة لتعزيز روابط الأسرة. تقوم هذه المؤسسة (بيرث كويت) بتشجيع الأمهات على الرضاعة الطبيعية وتقديم الاستشارات عبر عدة طرق منها مواقع التواصل الاجتماعي الإلكتروني. تقدم هذه المنظمة خدمات مجانية لتوعية الأمهات برعاية أطفالهن بشكل سليم، ولها بصمات طيبة في نفوس كثير من الأمهات. وفي شهر مارس 2019م حصل أن أنجبت إحدى الأمهات ثلاث توائم ولأن عملية الولادة تمت قبل أوانها ونظرا للحاجة الصحية للأطفال يومئذ أعلنت الأم في قنوات التواصل الاجتماعي

<sup>1</sup> نضرة النعيم في مكارم أخلاق الرسول الكريم - صلى الله عليه وسلم (1/ 142).

<sup>2</sup> هول، 2016، تنشئة الأطفال في القرن الحادي والعشرين. الفصل الثالث: النمو المعرفي خارج المنزل.

عن حاجة لمساعدتها في عملية الإرضاع، وتم على وجه السرعة اجتياز الأزمة عبر قنوات التواصل الاجتماعي الإلكتروني وذلك بتنسيق من برنامج دعم الرضاعة الطبيعية. تقول إحدى الأمهات تواصلت إلكترونيا مع برنامج دعم الرضاعة الطبيعية للمساهمة في إرضاع طفلة من التوائم الثلاث إلا أن مسارعة الأمهات لعمل الخيرات كانت أسبق مني. إن توظيف قنوات الإنترنت لدعم رسالة الأم من الاتجاهات المهمة عالميا ولكن العديد من الأمهات يواجهن صعوبات في العالم الافتراضي ربما أشعرت المرأة بالغيرة والقلق والضجر والشعور بالنقص عند مشاهدة الصور المثالية الخادعة للحقيقة التي قد تفسد حياة المرأة والحامل والأم فتقارن حياتها بحياة غيرها جسديا واجتماعيا ونفسيا. في هذه الحالة تحديدا فإن قنوات التواصل طاقة سلبية<sup>1</sup>. من هنا فإن وجود فضاءات إلكترونية متخصصة لدعم رسالة الأم وتذليل العقبات غاية في الأهمية لنشر الفكر الإيجابي التفاعلي.

8- تبليغ الجهات المسئولة عن مواقع التواصل الاجتماعي المريبة تمهيدا لتحذيرها أو اغلاقها. في كتابهم الطوفان الرقمي كتب عدد من الباحثين: هل تدري أين يتجول طفلك على شبكة الإنترنت الليلة؟ "وقفت جودي بييجيرت النائبة عن إلينوي في مجلس النواب لكي تساند قانون حذف المواقع الإلكترونية المستغلة، وقالت: إن موقع ماي سبيس وغيره من مواقع التواصل الاجتماعي صارت أوكارا للمستغلين المتربصين بأطفالنا. أضعف الإيمان أن نُطمئن الآباء أن أطفالهم لن يقعوا فريسة لأحدهم أثناء استخدامهم لشبكة الإنترنت في المدارس والمكتبات التي توفر خدمات الإنترنت. فالقانون يفرض على تلك المؤسسات منع الأطفال من استخدام أجهزة الكمبيوتر الموجودة بها للوصول إلى غرف الدردشة ومواقع التواصل الاجتماعي بدون إشراف من شخص بالغ<sup>2</sup>.

9- عقد جلسات حوارية للكبار والصغار عن صناعة التواصل الأسري الإلكتروني ويمكن أن تُعقد هذه الجلسات في المكتبات العامة في جميع المناطق السكنية، وتفعيل دورها لتستقطب جميع أفراد الأسرة بحيث تقدم فعاليات تواكب تحديات وتطلعات العصر المعلوماتي. الهدف

<sup>1</sup> Ormerod, 2018, p. 143, 172.

<sup>2</sup> أبلسون وآخرون، 2015م، الفصل السابع: لا يمكنك أن تقول ذلك على مواقع الانترنت. باختصار.

من الجلسات الحوارية تبادل الخبرات، ورفع السقف المعرفي، وتطوير مهارات الانضباط الذاتي، وتوثيق الصلّات الطيّبة بين المشاركين في الجلسات.

10- "يحاول الأب أو الأم أو الإخوة زرع الإيجابية لدى أفراد الأسرة من خلال نقل أو صياغة تلك العبارات المحفزة أو تلك التي تتناقل عن تطوير الذات، وكذلك من خلال العناوين التي يفترض اختيارها بدقة لمجموعة الأسرة في الواتساب<sup>1</sup>". والمقصود هنا التذكير بقواعد البرمجة الإيجابية، ومقولات تنمية الذات، والمأثورات الدينية الحاثئة على الإحسان في العطاء وفضل صلة الرحم والتسامح وتكريم الأم والأب والقيم الحميدة الأخرى.

11- التنسيق مع المدرسة وغيرها على غرس القيم العلمية مدعومة بالقيم الأخلاقية وتفعيل قسم الحاسوب في المدارس لبث المهارات الفنية في التعامل مع الفضاء السيبراني على أساس أخلاقي. الاقبال على الانترنت بضمير انساني حي وذهن متفتح بداية عهد الابداعات ونهضة الإنجازات في جميع المجتمعات حماية للأسرة وتنمية لمواهب الأبناء.

12- الاجتهاد في جعل البيت -بحق- هو المستقر والمكان الأول والأخير والأهم مع الاحترام للمكان الثاني (المدرسة) والمكان الثالث (أماكن الترفيه...). الإبحار في عوالم جميلة في الفضاء الالكتروني خبرة رائعة ولكن المهم أن نعود للبيت لأنه المكان الأول الذي منه تطير طيارة الاستكشاف وإليه تعود.

13- "وينبغي أن تكون سياسة الأسرة قائمة على التفتح واختيار الجيد، والبعد عن سياسة الانغلاق والحرمان وإيصاد الأبواب، والاعتماد على تكوين الحس الإسلامي في نفوس الأطفال، وبالتدرج وإنضاج القدرة على الاختيار الجيد، والبعد عن السفاسف والردائل"<sup>2</sup>.

14- الحرص في الجلسات العائلية الخاصة والعامة على اعلاء شأن القيم الدينية وبيان سماحة الإسلام وحب الوطن وتقدير الذوق الرفيع والحس اللطيف وتشجيع التفكير الناقد المتجه نحو ترسيخ قيم التعايش المهذب. هذه الجلسات على بساطتها غذاء لأصحاب العقول السليمة كي يتعامل الجميع وفقا لمضامين القيم النبيلة.

<sup>1</sup> الغامدي، 2016، إيجابيات التواصل الإلكتروني بين أفراد الأسرة: الواتساب نموذجاً.

<sup>2</sup> نظرة النعيم في مكارم أخلاق الرسول الكريم - صلى الله عليه وسلم (1/ 168).

15- في حال وقوع الأخطاء نتقبل الطفل فذاته مصونة (جوهرة نفيسة)، وفي نفس اللحظة نرفض التجاوزات ونستنكرها بوضوح. نرشد الناشئة برفق وحسب قدراتهم العقلية ونحاورهم كي يطوروا مهاراتهم العقلية، وتتفتح قابليتهم التعليمية شيئا فشيئا.

16- من بشائر الخير التفنن في بث ثقافة حب الأم في التكنولوجيات الرقمية فشبكات التواصل الاجتماعي تتعطش للمبدعين الذين يقدمون كنوز الأدب لدعم بناء الأسرة الكريمة. إنها شبكات تسع بل تسعد بالكلمات الذهبية لأمير الشعراء: "جمال الأمومة لمحة من جمال الحياة، وشعاع من عبقريتها وهو أحفل أياما، وأطول مقاما، وأصدق أحلاما. حب الأمومة أشهر وسنون، وبنات وبنون، وأشغال وشئون ويبقى مع النكل [الفقد]، ويتقد عند حشرجة الصدر، ولا ينطفئ إلا بانطفاء القلب"<sup>1</sup>. وعن فضل الأب نجد في الحديث الصحيح "الوالد أوسط أبواب الجنة"<sup>2</sup> أي خير الأبواب وأعمالها. تقتضي الأمانة أن ننشر كنوزنا ونلتزم بها ولا نعجز عن التذكير بها بأساليب تلي متطلبات العصر، وتشرح الصدر. قال جل ثناؤه "وَذَكِّرْ فَإِنَّ الذِّكْرَى تَنْفَعُ الْمُؤْمِنِينَ"<sup>3</sup>.

17- لا تقل إني قلت للأبناء إنما اجتهد وتابع ودرّب ووجه فإن الشطر الكبير في التربية يقوم على دعامة الصبر الجميل، والتخطيط السليم، والمتابعة المتزنة، والتواجد الفعال قدر المستطاع. قال سبحانه "وَمَا تُقَدِّمُوا لِأَنْفُسِكُمْ مِنْ خَيْرٍ يَجِدُوهُ عِنْدَ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ"<sup>4</sup>.

18- يجب تقبل الأفكار الجديدة من الطفل، واحترام حبه للاستطلاع دون التقليل من شأنه أو قهره أو احتقاره، لأن هذا يقلل من شعور الطفل بذاتيته مما يعتبر معوقا في نمو القيم لديه. وانطلاقا من احترام الإسلام لذاتية الطفل، فعلى الأسرة أن تحترم ذاتيته، وتقدر ما ينوي فعله، وتثمن قدرته على الأداء، واحترام أسئلته عن عالمه وعن العالم الافتراضي، والإجابة عنها بأسلوب مناسب، حتى يتمكن من فهم عالمه واستقاء المعاني منه، وتكوين القيم الإيجابية تجاه هذا العالم. يتعين على جميع المربين تعويد الطفل على الآداب الاجتماعية الإسلامية بالممارسة العملية وليس عن طريق الكلام النظري وإلقاء الأوامر ليقتنع بها اقتناعا كاملا. لا بد من تعويد

<sup>1</sup> أحمد شوقي، أسواق الذهب (ص: 105).

<sup>2</sup> رواه أحمد والترمذي وغيرهما وصححه الترمذي والسيوطي والألباني.

<sup>3</sup> الذاريات: 55.

<sup>4</sup> البقرة: 110.

الطفل على السيطرة على بيئته، والتعامل معها تعاملًا رقيقًا، من خلال المحاولة والخطأ، والتراجع عن الأخطاء، وتعليمه أن الواقع المحيط به يحتاج إلى التفاعل الجاد معه<sup>1</sup>.

19- يريد الطفل من أسرته أن تحوطه بالحماية والمحبة وصدق العاطفة، والتعليم بالتدرج، والمتابعة الواعية، والدعم المستمر. الطفل جوهرة نفيسة تحتاج إلى الدقة والرفقة والرزانة في التعامل مع فنائها، والمحافظة على نقائها. قال الغزالي "الصَّبِيَّ أَمَانَةٌ عِنْدَ وَالِدَيْهِ وَقَلْبُهُ الطَّاهِرُ جَوْهَرَةٌ نَفِيسَةٌ".

---

<sup>1</sup> نضرة النعيم في مكارم أخلاق الرسول الكريم - صلى الله عليه وسلم (1/ 166)، باختصار وتصرف.

## المحتويات

2.....	المقدمة
4.....	الباب الأول
4.....	أهداف هذه السلسلة التربوية.....
6.....	مفردات أساسية
8.....	لماذا الأسرة؟ ما المبررات؟
14 .....	الأُصول وَالضَّوَابِطُ.....
22 .....	فلاشات: التطلعات والمخاطر
23 .....	سلبيات مواقع التواصل
30 .....	إيجابيات مواقع التواصل
36 .....	الباب الثاني.....
36 .....	الألعاب الإلكترونية الجماعية
41 .....	الإدمان الإلكتروني: المشكلة والمقترحات
50 .....	الطفل وشاشة التواصل
52 .....	اللمسة الحانية
57 .....	الأطفال ومصيدة الغرائز الجنسية
61 .....	حماية الأطفال إلكترونياً
65 .....	دعائم لتنمية العاطفة الاجتماعية

68	الباب الثالث
68	جيل الألفية
72	هل المراهقة عقبة؟
81	المكان الثالث
85	الإتيكيت الإلكتروني
90	الحوارات الأسرية
93	رباعية التعامل مع تفرجات الإنترنت
97	الجوهرة النفيسة
99	الباب الرابع
99	القدوة في العصر الرقمي
104	دور الآباء والأمهات
108	الزجسية الإلكترونية
109	تمكين المرأة
110	تغريدات وتعليقات في الصميم
112	الباب الخامس
112	خطوات اجرائية
119	المحتويات