



# الهيئة العامة للاتصالات والمعلوماتية

الإدارة العامة لشؤون التنظيم

دليل حماية الأطفال من مخاطر استخدام الإنترنت



نسخة رقم : 1.0

تاريخ الإصدار : 2023 /11/5م

## مقدمة

أصبح للإنترنت اليوم حضور متزايد في الحياة العامة والخاصة، ولجميع أفراد الأسرة، بما في ذلك الأطفال، وبات الدخول للشبكة العنكبوتية وتصفح المواقع ممكنا من أي مكان.

وكما هو معلوم فإن استخدام الإنترنت له العديد من الفوائد في المجال التعليمي والخدمي والأمني، وهذا الجانب المضيء منه، وهناك جانب آخر للإنترنت (الجانب المظلم)، لما يحمل في طياته من المخاطر على أطفالنا؛ خصوصا إذا كان ينقصنا الوعي والمعرفة لمجتمع الإنترنت، والتعايش معه، وكيفية استخدامه والتعامل معه في حياتنا، وحياة أطفالنا، وسبل حمايتهم من الآفات والعنف والاستغلال والانحراف الديني والسلوكي والأخلاقي والإدمان، إلى جانب الحفاظ عليهم من المشاكل الصحية والجسدية والعقلية، وبالتالي على الأسرة عامة والآباء خاصة أن يكونوا على دراية وفهم باستخدام الإنترنت بالطرق الصحيحة والاطلاع على القواعد واتباع التوصيات لمراقبة الأطفال في استخدام الإنترنت وتفاذي مخاطره.

إن العالم اليوم يشهد تطور تكنولوجي وتقني رهيب، وبشكل تصاعدي، بما يصعب الأمر على الآباء في مواكبة هذا التطور، الذي يجعل الفجوة تتسع بين الآباء والأبناء في التعايش والتعامل، ومتطلبات الحياة المتزايدة، خاصة في حالة عدم المعرفة الكافية لدى الآباء للقيام بالمراقبة ومعرفة عالم الإنترنت ومزاياه وسلبياته.

وانطلاقا من مسؤولياتها وأهدافها الوطنية، ووفقا للاستراتيجية الوطنية للاتصالات، قامت الهيئة العامة للاتصالات والمعلوماتية من خلال إدارة خدمات المعلوماتية بإصدار هذا الدليل لتعريف الأسرة بالإنترنت وخدماته ومخاطره والسبل الكفيلة باستخدام أمن للإنترنت.

## 1. أهداف الدليل

1. توعية العائلة بأهمية الإنترنت وكيفية الاستخدام الآمن للإنترنت ووضع خطة للتصفح وتعليم الأطفال فوائد الإنترنت والأضرار الناتجة عن الاستخدام السيئ له.
2. مراقبة استخدام الأطفال للإنترنت داخل المنزل وذلك باستخدام الجهاز المتصل بالإنترنت في مكان ظاهر للعيان وتجنب الغرف المغلقة لتسهيل عملية الإشراف والمراقبة.
3. توفير برامج الحماية والأمان للأجهزة.
4. زيادة الوعي والمعرفة عن استخدام الإنترنت.

## ما هو الإنترنت؟

الإنترنت شبكة عالمية متصلة بالأجهزة ويمكن لهذه الأجهزة أن تتصل ببعضها البعض بعدة طرق مثل خطوط الهاتف والأسلاك والأقمار الصناعية ومن خلال هذه الشبكة يمكن إرسال الرسائل والمعلومات والمشاركة فيها سواء كانت معلومات نصية أو صورية ثابتة أو متحركة وأن الاتصال بهذه الشبكة (الإنترنت) مفتوح وأي شخص يمكنه الدخول إليها من أي مكان، وفي أي وقت بشرط توافر الأدوات المجهزة لذلك وهذه الشبكة توفر الكثير من الخدمات وأن هذه الخدمات في تطور دائم ومستمر.

## أشهر الخدمات المقدمة عبر الإنترنت

### التصفح

إن التصفح عبر الصفحات الإلكترونية يحتوي على الكثير من النصوص والأصوات والصور الثابتة والمتحركة.

## البريد الإلكتروني

وهو ما يُمكن المستخدم من إرسال الرسائل إلى مستخدم آخر عبر الإنترنت.

## المراسلة الفورية

وهي إرسال رسائل فورية لمستخدم آخر من خلال شبكة الإنترنت.

## الترفيه

يشمل الألعاب الإلكترونية، والموسيقى، والأفلام.

## مشاركة المعلومات

هي مشاركة البيانات الشخصية مثل المعلومات الخاصة في سير ذاتية أو مخططات أو صفحات على شبكات التواصل الاجتماعي أو التعليقات في مجموعات المناقشات، وقد يقوم الآخرون بنشر معلومات عنك وأيضاً الكتابة عنك.

## التجارة الإلكترونية

هي بيع وشراء السلع والخدمات والمعلومات باستخدام شبكة الإنترنت.

## التواصل الاجتماعي

هي مجموعات يتم تكوينها عن طريق تخصيص صفحات إلكترونية، تهتم بمواضيع معينة، ويمكن للشخص المهتم بهذا الموضوع وضع ما يفيد، حتى يتمكن المهتمون من مشاهدة الموضوع والتعليق عليه كل حسب رأيه.

## مخاطر استخدام الإنترنت

### مهاجمة الدين والفكر

يتعرض كثير من الأطفال، والمراهقين والشباب لهجوم مستمر من قبل أعداء الدين، والفكر الإلحادي الذي يغزو الشباب والأطفال، والحملات التنصيرية، أو الأفكار الدخيلة، كتكفير المجتمعات، أو الانسلاخ من الحشمة والأعراف والتقاليد الذي يروج لها من خلال شبكات التواصل الاجتماعي أو عبر مواقع الإنترنت من خلال معرفة أعمار من يدخل على الشبكات وبتهم سمومهم من خلال منظمات كبيرة نشأت من أجل هذا الغرض.

### استقطاب الأطفال

يغرس في الأطفال منذ نعومة أظافرهم أفكار هدامة عن بلادهم التي نشؤوا فيها، وزرع الكراهية تجاهها، حتى يكبر على البغض والحقد لبلاده، الأمر الذي يسهل عليهم فيما بعد استخدامهم لأغراضهم الدنيئة لهدم الدولة والنيل منها.

### مشاكل سلوكية

إن المحتوى العنيف وغير اللائق يؤثر بشكل مباشر على الأطفال والمراهقين، والتغيير في سلوكهم إما بالخوف مما يرونه أو تقليد ما يشاهدونه، أو بالترويج الإعلاني الذي يؤثر فيهم، مثل

تشجيعهم على التدخين وشرب الخمر.

### مشاكل جسدية

يتعرض الأطفال والمراهقين نتيجة جلوسهم لفترات طويلة أمام شاشات الأجهزة الدكية وبشكل مستمر، يتعرضون للكثير من المشاكل الجسدية، منها ضعف النظر والصداع المستمر وإتهاب الفقرات واصابتهم بالسنى، وذلك ناتج على قلة الحركة والنشاط البدني.

### اضطرابات النوم

تعرض الأطفال في وقت مبكر للشاشات، ووجودها في غرف النوم، أثر سلبي في نومهم، مما أدى لفترات نوم قصيرة مقارنة بأولئك الذين لا يتعرضون للشاشات في الفترة المسائية، والسبب هو المحتوى المثير لدماغ الطفل، وإخماد مستويات الميلاتونين بسبب الضوء الأزرق المنبعث من الشاشة.

### التأخر في تعلم المهارات الاجتماعية

إن الاستخدام السيئ والمفرط للشاشات في سنوات الطفولة المبكرة يظهر تأخر ونقص في الانتباه والتفكير والتطور اللغوي والمهارات الاجتماعية، بل قد يسبب في مرض التوحد في بعض الأحيان.

### التنمر الإلكتروني

يجهل الكثير من أولياء الأمور أن الأطفال والمراهقون من الممكن أن يكونوا ضحايا التنمر والعنف الإلكتروني، وهذا يؤدي إلى مشاكل اجتماعية وصحية، وسلبية قصيرة وطويلة الأجل لكل من المتنمر والضحية.

### الإدمان على الإنترنت

من أسبابه: العامل النفسي والاجتماعي مثل شعور الطفل بالوحدة، أو شعوره بالحرية، والسعادة، والنشاط، والإيجابية، وباستخدام الأطفال للأجهزة الإلكترونية في معظم يومهم مما يؤدي إلى قلة تواصلهم الاجتماعي مع أقرانهم.

### التحرش الإلكتروني

يستدرج الأطفال عن طريق الإنترنت من قبل المتحرشين الجنسيين وغيرهم من الاستغلاليين الأطفال على الإنترنت، فيستغلون براءتهم وثقتهم، وفي بعض الحالات يتطور الأمر إلى لقاءات شخصية.

### الاحتيال

هو الذي يتم عن طريق استخدام البريد الإلكتروني، أو عن طريق خداع الناس للنقر فوق الروابط أو المرفقات الضارة **مثلا:** (انقر هنا للاستمرار) ويمكن أن يحدث عن طريق رسائل نصية ضارة أو عبر إبرام صفقات تحوي على الخداع والنصب.

### الوقوع في فخ عمليات النصب

يقع الأطفال في فخ الخداع عن طريق النصابين وذلك بتقديم أشياء على أنها جوائز، مثلا: رسائل تخبر الطفل بسهولة الوصول إلى بعض الألعاب بشكل مجاني عن طريق الإنترنت، ولأن

الأطفال ليس لديهم الخبرة الكافية في التعامل مع هؤلاء النصابين، فإننا نجد أن المحتال يستخدم المواقع بين الأطفال لاصطياد ضحايا جدد ويعددهم بشيء في مقابل ما يريدونه مثلا (بطاقة مصرفية).

## الجانب التربوي والرقابي خلال المراحل العمرية

إن امتلاك الأطفال للأجهزة الإلكترونية والحاسب الخاصة بهم وبدون مراقبة الوالدين لهم قد يعرضهم لمشاهدة محتوى غير أخلاقي وغير ملائم لسنهم وفكرهم، أو الدخول إلى مواقع محرمة دينيا وتنتشر أفكار الرذيلة وقلة الاحترام، ومن المشاكل والمخاطر نشر الطفل معلومات عائلية ودون قصد منه تسمح لغيره بالاطلاع عليها من غير إذن؛ الأمر الذي يؤدي إلى مشاكل اجتماعية وغيرها من الأمور غير المتوقعة كالقرصنة والسرقة، وللحماية من كل هذه الأخطار يتوجب على الأم والأب أن يقوموا بالآتي:

- الإرشاد الديني المستمر وغرس العقيدة الصحيحة والقيم النبيلة في قلوب وعقول الأطفال.
- تأمين جهاز الحاسوب وحمايته بالبرامج الرقابية الحديثة.
- خلق البرامج الترفيهية البديلة المناسبة لسن الأطفال.

ولكل فئة عمرية أساليب رقابية وتربوية لتحقيق التوازن الأسري في استعمال الأطفال لأجهزة الحاسوب والهواتف الذكية وغيرها، ويمكن تقسيم الفئات العمرية على النحو التالي:

- **مرحلة قبل 3 ثلاث سنوات**  
في هذه المرحلة يمنع استعمال الهواتف والشاشات أو أي أجهزة إلكترونية لتهدئة أو إلهاء الطفل.
- **مرحلة الممتدة من 3 ثلاث إلى 6 ست سنوات**  
تحديد وقت استعمال التقنية الحديثة مع وضع برامج مناسبة لهذه الفئة العمرية ويمنع وضع الأجهزة المتصلة بالإنترنت في غرف النوم وتشجيع الأطفال على الألعاب الجماعية بدلا من الألعاب الفردية الإلكترونية وخاصة أثناء الوجبات وقيل النوم.
- **مرحلة من 6 ستة إلى 9 تسع سنوات**  
هنا يتطلب الحرص والتأكيد على الاستعمال المتوازن للوسائل الرقمية والدراسة والترفيه، على أن تكون هناك قواعد صارمة للولوج إلى الإنترنت ومدة الاستخدام، والحديث باستمرار مع الطفل حول نشاطه على الإنترنت، وحقه في الخصوصية وحقه في الصورة وأعباءه المفضلة على الإنترنت والتطبيقات التي يستخدمها على الجهاز.
- **مرحلة من 9 سنوات إلى 12 سنة**  
مسموح للطفل الولوج إلى الإنترنت بشروط ورقابة مع تحديث وقت للدراسة والترفيه واستخدام الإنترنت والعمل على تحديد الوقت المناسب لامتلاك الطفل لهاتف ذكي خاص به.
- **مرحلة من 12 سنة إلى 18 سنة**  
منح الطفل حرية الولوج إلى الإنترنت مع تحديد الأوقات والاتفاق معه حولها، وتشجيعه على ممارسات هوايات أخرى كالقراءة الورقية وممارسة الرياضة مع تنمية موهبته ومكافئته على الأفعال الإيجابية، وأن يكون هناك تواصل ونقاش مع الطفل حول الجرائم الإلكترونية وخطاب الكراهية والدعوة إلى التطرف.

## قواعد الاستخدام الآمن للإنترنت

- إرشاد الطفل وتثقيفه حول استخدام الإنترنت وفوائده وللمخاطر الناتجة عن سوء استخدامه.
- وضع ضوابط واضحة وصارمة لاستخدام الإنترنت وتحديد المواقع المسموح بها.
- إعلام الطفل أن ليس كل ما في الإنترنت صحيح.
- توعية الطفل بعدم إعطاء أرقام تعريف الحساب وكلمات مرور الحساب عندما يطلبها الأصدقاء أو الغرباء أثناء الاتصال بالإنترنت أو عدم الاتصال.
- لا تكشف عن أي معلومات تتعلق بالهوية الشخصية أو عيد ميلادك أو هوياتك أو مسقط رأسك أو مدرستك.
- تعليم الطفل أن ما يكتب في الإنترنت لا يمكن إزالته.
- تعليم الطفل بعدم نشر أي صور عائلية.
- تعليم الطفل بعدم القيام بأي عملية مالية (شراء أو بيع) عبر الإنترنت دون موافقة الأسرة.
- تعليم الطفل بعدم فتح رسائل البريد الإلكتروني التي تصل من مصدر مجهول.
- ربط جسور الثقة بين الأبناء والآباء بالشكل الذي يجعل الطفل يخبر والديه بكل ما يتعرض له عند استخدامه للإنترنت.
- توعية الطفل بأن لا يرد على التعليقات السلبية.
- توعية الطفل لا يجوز له لقاء شخص تعرف عليه من خلال الإنترنت إلا برفقة أحد والديه.
- يجب على أولياء الأمور قبل النوم قطع الاتصال بالإنترنت وإغلاق جميع الأجهزة الإلكترونية.

## خطوات الاستخدام الآمن للإنترنت

- استخدام برامج مكافحة الفيروسات لتأمين أجهزة الاتصال بالإنترنت والعمل على تحديثها باستمرار.
- استخدام برامج الكشف عن الملفات الخبيثة كملفات التجسس والملفات الدعائية والملفات التي تسيطر على تصفح الإنترنت.
- فحص الملفات المنزلة من المواقع غير المعروفة أو خدمات مشاركة الملفات أو الواردة عن طريق البريد الإلكتروني.
- استخدام خدمات مكافحة البريد غير المرغوب فيه (استخدام مرشحات رسائل البريد الإلكتروني filters).
- قم بعمل نسخ احتياطية للملفات بشكل دوري.
- استخدام مواقع فحص المنافذ (ports) للتأكد من عدم وجود منافذ مفتوحة للمخترقين وتعرف تلك المواقع (online ports scanner).
- تجنب فتح حساباتك المصرفية على الشبكة أو إرسال أرقام بطاقات الائتمان عبر الشبكات اللاسلكية (Wi-Fi) غير الآمنة كالموجودة في المطارات والمقاهي على سبيل المثال.
- الحذر أثناء استخدام برامج المحادثة الفورية وافحص الملفات الواردة قبل فتحها.
- القيام بعمليات التحديث الضرورية والدورية لسد الثغرات الأمنية.

## تنظيم أمن لاستخدام الانترنت

- يجب على الأسرة توعية الأبناء بالاستخدام السليم للإنترنت بشكل منظم وباتباع نصائح الأسرة لتجنب الوقوع في مخاطر استخدام الإنترنت.
- تنظيم الوقت وأداء المهام اليومية وفق جدول زمني مسبق.
- إخضاع المراهقين لرقابة الأهل وإلزامهم باستخدام الإنترنت بصورة معتدلة ولأوقات محدودة.
- تعزيز العلاقات والروابط الاجتماعية، بتخصيص أوقات للأسرة والأصدقاء.
- خفض ساعات استخدام الإنترنت أسبوعياً.
- تخصيص أوقات محددة لاستخدام الإنترنت للأغراض الدراسية.
- تنظيم مواعيد النوم لتجنب الانجراف وراء ملهيات الإنترنت لساعات متأخرة.
- الاستعاضة عن الانترنت بممارسة بعض الأنشطة الرياضية والفكرية.
- ضبط المنبه قبل الولوج إلى شبكة الإنترنت لضمان عدم تجاوز الوقت المحدد لاستخدامه.
- تدوين الإنجازات المحققة بشكل أسبوعي حيث يعتبر دافع قوي للرقابة على الاستخدام والاستفادة المحققة.

## وسائل الاستخدام الآمن للإنترنت

هناك بعض الوسائل والأدوات التي تمكن الأسرة من ممارسة الرقابة (رقابة إلكترونية) على الأبناء بشكل مستمر ودون ضغط وتشديد عليهم، ومن أهم هذه الوسائل:

### 1. التطبيقات التي تساعد على مراقبة أنشطة الأطفال

وهذه التطبيقات تساهم في حجب المحتويات الغير ملائمة للأطفال والتي ترصد نشاط الطفل على الإنترنت، وتتيح التعرف على أوقات الدخول للإنترنت والخروج منه.

1. kids place control parental
2. Kaspersky safe kids
3. AppLock
4. screen time
5. Qustodio Parental Control
6. Norton family

## 2. المتصفحات المناسبة للأطفال

إن الشبكة العنكبوتية توفر محركات بحث مناسبة وملائمة للأطفال والتي تقوم بتصفية المحتوى غير الملائم لهم وتمنع نشر الإعلانات والمحتوى غير الملائم للطفل ومنها:

1. [www.kiddle.co](http://www.kiddle.co)
2. [www.alarms.orgLkidrex](http://www.alarms.orgLkidrex)
3. [www.kidtopia.info](http://www.kidtopia.info)
4. [www.duckduckgo.com](http://www.duckduckgo.com)
5. [qwantjunior.com](http://qwantjunior.com)
6. [www.youtube.com\\_ytkids](http://www.youtube.com_ytkids)