

# جميعاً لإنهاء الإقصاء والتحرش عبر الإنترنت وخارجة!



بالنسبة للآباء

COUNCIL OF EUROPE




CONSEIL DE L'EUROPE



# الحضور على الانترنت



## الولوجيات والإدماج

يجب ألا يشعر أي طفل بالإقصاء في فضاء الانترنت أو خارجه.

مع أطفالكم تخيلوا عالماً بالأبيض والأسود لا نرى فيه أي لون.   
اشرحوا لهم أن الاختلافات في الطريقة التي ينظر بها الناس  
ويفكرون ويتصرفون تضيف لوناً إلى عالمنا، ولكن فقط إذا كنا  
منفتحين على استكشافهم.


## التعلم والإبداع

يتعلم الأطفال بشكل أفضل ويكونون أقل عرضة للتنمر في بيئة مريحة  
وودودة حيث يمكنهم التعبير عن أنفسهم بحرية حين يعلمون أن  
أفكارهم وإبداعاتهم سيتم احترامها.

اشرحوا لأطفالكم أن لكل اهتماماته وكلٌ يبدع في مجاله الخاص.   
ابنوا ثقتهم في التعرف على مواهبهم ومهاراتهم وتعززها،   
لمساعدتهم على التعامل مع المضايقات.

## التربية الإعلامية والمعلوماتية

الإنترنت مساحة مفتوحة حيث يمكن أن نواجه فيها في كثير من الأحيان  
خطاب الكراهية والمحتوى المؤذي. يحتاج الأطفال إلى معرفة سبب  
وكيفية الإبلاغ عن أي شيء مسيء وحظره.

اشرحوا لأطفالكم كيف يمكن أن يتأثروا بالآراء والتوجهات على   
الإنترنت. شجعوهم على التفكير بشكل نقدي فيما يكتبه الآخرون  
ويقولونه ويفعلونه.

# 👍 الرفاه على الإنترنت

## الأخلاق والتعاطف

يمكن تفادي التحرش إذا بذلنا جميعًا جهدًا لفهم واحترام مشاعر وآراء الآخرين.

👍 اختاروا بعض الأمثلة الخاصة لثبينا لأطفالكم كيف يمكن بسهولة إساءة تأويل ما يقولونه أو يفعلونه، خاصة عبر الإنترنت. دعوهم يفكرون كيف بإمكان ما يراه شخص ما «مضحكًا» أن يؤدي شخصًا آخرًا.

## الصحة والرفاه

من المهم أن يكبر أطفالكم في بيئة عائلية ومدرسة يشعرون فيها بالأمان والحماية.

👍 يحتاج الأطفال إلى تطوير قدرتهم على الصمود لمقاومة التنمر وكذلك خيبات الأمل في الحياة. يمكنكم مساعدتهم من خلال تزويدهم بالقدوة الإيجابية وتشجيع احترامهم لذاتهم.

## الحضور على الإنترنت والتواصل

تعد معرفة كيفية التواصل بطريقة محترمة عنصرًا أساسيًا لتكون مواطنًا رقميًا.

👍 ذكروا أطفالكم بأن كل أفعالهم على الإنترنت يمكن أن تحدد سمعتهم على الإنترنت بشكل دائم. وأنه من الأفضل التفكير مليًا قبل القيام بأي تصرف على الإنترنت أو نشر تعليقات بذيئة.

# الحقوق على الانترنت

## المشاركة الفعالة

للتنمر عواقب تستمر مدى الحياة من حيث الصحة والرفاه الاجتماعي والاقتصادي ويشمل ذلك على حد سواء المتنمرين وأولئك الذين يتعرضون التنمر بشكل متكرر.

تحدثوا إلى أطفالكم عن التنمر واستخدموا تجربتكم الخاصة لتوضحوا لهم كيف يجب أن يتصرفوا عندما يتعرضون أو أي شخص آخر للتنمر.

## الحقوق والواجبات

لكل فرد الحق في أن يتم احترامه وعليه مسؤولية معاملة الآخرين كما يود أن يعامل هو نفسه.

اطلبوا من أطفالكم أن يوضحوا لكم كيفية الإبلاغ أو حظر شخص أو رسالة على منصات التواصل الاجتماعي المفضلة لديهم. اشرحوا أنه بصفتكم، أباً أو أمّاً، لديكم الحق في معرفة متى يرون شيئاً مخيفاً أو يشعرون بعدم الارتياح على الإنترنت، كما أنكم تتحملون مسؤولية مساعدتهم على التعامل مع هذا الموقف.

## الخصوصية والأمن

يمكن أن يؤدي التصرف المتهور على الإنترنت ونشر البيانات الشخصية دون التفكير في العواقب المحتملة إلى التنمر.

استخدموا أمثلة للتأكد من أن أطفالك يفهمون ماهية البيانات الشخصية. بينوا لهم البيانات التي يمكن أو لا يمكن مشاركتها بأمان. وما أنواع المعلومات التي يمكن أن تؤدي إلى المضايقة إذا تمت مشاركتها؟

# الحقوق على الانترنت

## توعية المستهلك

يعتبر الأطفال أهدافاً إعلانية كبيرة، ويجب أن تكون الأسر على دراية بذلك. إن تحقيق جميع متطلبات الأطفال عندما يتعلق الأمر بآخر الصيحات أو أحدث الأدوات، يمكن أن يجعل الأطفال يشعرون أنهم متميزون عن الآخرين، وبالتالي يصبحون أقل تعاطفاً مع بعضهم البعض.

اسألوا أطفالكم عن سبب رغبتهم الدائمة في الحصول على نفس الأحذية الرياضية ونفس حقيبة الظهر وما إلى ذلك مثل تلك التي لدى أصدقائهم.

طوروا حس التعاطف لديهم عن طريق حملهم على التفكير فيما قد يشعر به الأطفال عندما لا يستطيعون مواكبة هذه الصيحات لأسباب تتعلق بالميزانية أو الثقافة.

## ساعدوا أطفالكم على التعامل مع التحديات الاجتماعية من خلال المرونة

منشورات أخرى لمجلس أوروبا حول التربية على المواطنة الرقمية

- ▶ Educating for a video game culture – A map for teachers and parents (2021)
- ▶ Digital citizenship education – Trainers' Pack (2020)
- ▶ Digital Citizenship Education – Lesson plans for educators available at <https://www.coe.int/en/web/education/new-materials>
- ▶ Digital Citizenship Education Handbook (2019)
- ▶ Bullying: perspectives, practice and insights (2017)
- ▶ Internet Literacy Handbook (2017)

تفاصيل أكثر على:  
[www.coe.int/education](http://www.coe.int/education)

تأليف  
جانيس ريشاردسون  
فيرونیکا سمارا



PREMS 160121

ARA

مجلس أوروبا هو المنظمة الرئيسية للدفاع عن حقوق الإنسان في القارة الأوروبية. ويضم 47 دولة عضوا، بما في ذلك جميع أعضاء الاتحاد الأوروبي. وقد وقعت جميع الدول الأعضاء في مجلس أوروبا على الاتفاقية الأوروبية لحقوق الإنسان، وهي معاهدة تهدف إلى حماية حقوق الإنسان والديمقراطية وسيادة القانون. تراقب المحكمة الأوروبية لحقوق الإنسان تنفيذ الاتفاقية في الدول الأعضاء.

[www.coe.int](http://www.coe.int)

COUNCIL OF EUROPE



CONSEIL DE L'EUROPE