

klicksafe

"أمي، هل يمكنني الحصول على هاتفك الجوال؟"

١٠ نصائح لآباء الأطفال في
عمر يتراوح بين ٣ إلى ٦ سنوات



FRAUENHAUS-
KOORDINIERUNG e.V. بالتعاون مع:



عروض المعلومات

www.klicksafe.de/medienerziehung

توفر klicksafe معلومات حول التطبيقات والخدمات الشائعة التي يستخدمها الأطفال والشباب. ويمكن للآباء أيضًا العثور على إجابات ونصائح حول الأسئلة المتعلقة بالتوعية الإعلامية.

www.elternguide.online

دليل الآباء يستهدف تقديم المشورة للآباء ودعمهم في التوعية الإعلامية لأطفالهم.

www.internet-abc.de/elternguide

في منطقة الآباء على موقع أبجديات الإنترنت ABC، يمكن للآباء العثور على الكثير من النصائح لمساعدة أطفالهم في بدء استخدام الإنترنت.

www.medien-kindersicher.de

وتوفر البوابة للآباء حلول حماية تقنية للأجهزة والخدمات والتطبيقات التي يستخدمها أطفالهم.

www.schau-hin.info

في خانة! SCHAU HIN (انظر هنا) يمكن للآباء العثور على معلومات حول التوعية الإعلامية.

المساعدة والمشورة

www.nummergegenkummer.de

تُقدم جمعية Nummer gegen Kummer e. V. المشورة عن طريق الهاتف مجاناً وبصورة مجهولة الهوية للأطفال والشباب والآباء. يمكن للأطفال والشباب أيضًا طلب المشورة عبر البريد الإلكتروني في أي وقت من اليوم.

www.bke.de

المؤتمر الاتحادي للاستشارات التربوية (bke) هو رابطة مهنية للإرشاد التربوي والأسري في جمهورية ألمانيا الاتحادية.

مراكز الإبلاغ

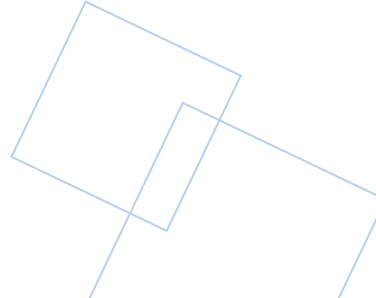
يمكنك الإبلاغ عن المحتوى المثير للمشكلات عبر الإنترنت من هنا:

www.jugendschutz.net

مركز jugendschutz.net عبارة عن مركز متخصص مشترك على المستوى الاتحادي وعلى مستوى الولايات لحماية الأطفال والشباب على الإنترنت.

www.internet-beschwerdestelle.de

يشير إلى مشروع مشترك تديره جمعية صناعة بيئة الإنترنت ج.م. ومقدم خدمات الوسائط المتعددة ذاتية التحكم ج.م. (FSM).





نصائح للآباء حول كيفية الاستخدام الجيد للو سائط الرقمية

- 
- ١ ▪ استمتعوا بقضاء الوقت معًا
 - ٢ ▪ كن قدوةً حسنة
 - ٣ ▪ اجعل الأجهزة آمنة للأطفال
 - ٤ ▪ اختر تطبيقات قليلة ومفيدة
 - ٥ ▪ قم بمراجعة التصنيفات العمرية
 - ٦ ▪ لا تستخدم اليوتيوب كجليس للأطفال
 - ٧ ▪ لا تنشر صور الأطفال على الإنترنت
 - ٨ ▪ انتبه إلى إشارات التحذير
 - ٩ ▪ حافظ على هدوئك في النزاعات
 - ١٠ ▪ استمتعوا سويًا

استمتعوا بقضاء الوقت معًا

عندما تلعب مع طفلك، ضع هاتفك الجوال جانبًا وامنحه اهتمامك الكامل. حيث ستشترق إلى هذه اللحظات الاستثنائية قريبًا.

يمكنكم فعل ما يلي:

- ١ | اضبط أوقات شاشة محددة لعملك أو لأنشطتك الترفيهية على هاتفك الجوال أو حاسبك اللوحي أو الكمبيوتر.
- ٢ | احصل على فترات راحة واعية من الهاتف الجوال. على سبيل المثال، استمتعوا بتناول العشاء سوياً واطلب من أطفالك إخبارك عن يومهم.
- ٣ | غالبًا ما يكون من المفيد إبلاغ العائلة أو الأصدقاء أو الزملاء في العمل مسبقًا بما يلي:
"اليوم لن أكون متاحًا إلا بدءًا من الساعة ١٠:٠٠!"

الأطفال بحاجة إلى الاهتمام

ينظر الآباء إلى هواتفهم الذكية بينما يلعب أطفالهم في حفرة الرمل. غالبًا ما نلاحظ ذلك في ساحات اللعب الألمانية.

اكتشف الباحثون في الولايات المتحدة الأمريكية ما يلي: من المرجح أن يصاب الأطفال ممن لا يُشرف عليهم أحد بالإحباط أو فرط النشاط أو العبوس أو يصابون بنوبات الغضب.

المصدر: www.nature.com/articles/s41390-018-0052-6

"في المنزل، كثيرًا ما أجد صعوبة

في ترك هاتفي الجوال.

أعمل لحسابي الخاص وليس

لديّ ساعات عمل محددة.

لم يعد طفلي ذا عمر ٣ سنوات يريد اللعب معي

لأن ذهني مشغول بالعمل.

لذا، أدركت أن الأمر لم يعد يسير كما ينبغي.

والآن سأضع هاتفي في غرفة أخرى!"

آنا،

مديرة مدرسة اللغات وأم.

لم يلحظ أبي الهدف الذي أحرزته لأنه كان
ينظر دائمًا إلى هاتفه الجوال.



كن قدوةً حسنة

طفلك يتعلم منك ويُقلد ما تفعله. وضح لطفلك كيفية التعامل مع الململ دون هاتف جوال أو دون وسائط رقمية أخرى.

يمكنكم فعل ما يلي:

- ١ | الململ مهم لنمو الأطفال ويُحفز خيالهم. ساعد طفلك على تحمل الململ ولا تبحث له فورًا عن شيء يفعله.
- ٢ | إذا أصبح الململ لا يُطاق حقًا، فامنحه عروضةً محددة إن استطعت!

"أمي، أنا أشعر بالملل!"

أفكار يمكن تنفيذها في المنزل:

- قراءة كتاب سويًا
- ممارسة اللعبة المفضلة للطفل
- سرد بعض القصص الأخرى للطفل

أفكار يمكن تنفيذها في الخارج:

- الذهاب إلى الغابة ومشاهدة الحيوانات
- الذهاب إلى ملعب مائي
- الذهاب إلى رحلة بالدراجة

أفكار للمطعم:

- تقطيع قصاصات ورقية في منديل
- بناء منزل من الحوامل الورقية
- طوي المناديل

ملاحظة:

ربما يكون قضاء الوقت أمام الشاشة في المنزل مهمًا بالنسبة لك، على سبيل المثال لأداء عمالك. إلا أن أطفالك لا يفرقون بين العمل والترفيه. وبالتالي، لا يفهمون غالبًا سبب قضاء آباؤهم وقتًا طويلًا في المنزل أمام هواتفهم الجوال أو الكمبيوتر.

"أنا أحتاج إلى استراحة أيضًا!"

لذا أحب تصفح تطبيق إنستغرام ومشاهدة مقاطع الفيديو.

واعتدت أن أسمح لابنتي بمشاهدة كرتون بيبا فحسب، إلا أننا كان بيننا جدال دائمًا حول وقت انتهاء مشاهدتها له.

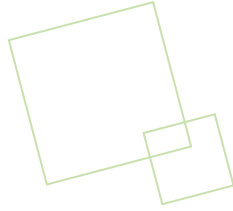
الآن، نقرأ كتابًا معًا. فهذا مريح لي أيضًا."

أنوك، أم لطفلة عمرها ٣ سنوات وتستخدم الهواتف الذكية بكثرة.

يشاهد والداي المسلسلات دائمًا عندما يشعرون بالملل.
وأنا أريد إمساك الهاتف الجوال.

اجعل الأجهزة آمنة للأطفال

تأكد من أن جميع الأجهزة التي يستخدمها
طفلك مناسبة لعمره.
حتى جهازك.



يمكنكم فعل ما يلي:

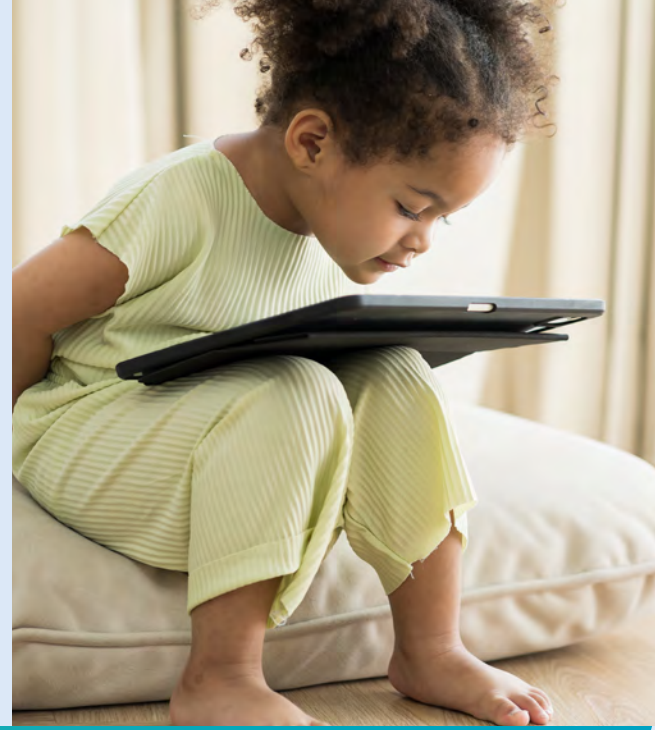
- ١ | الإعلانات في التطبيقات الموجودة على هاتفك مصممة لك، وليس لأطفالك. يرجى مراعاة أن هذه الإعلانات قد لا تكون مناسبة لأطفالك.
- ٢ | يمكن للأطفال - حتى دون قصد - رؤية محادثاتك والمحتويات الأخرى أو الاتصال بالأشخاص من جهات الاتصال الخاصة بك في هاتفك. احرص على حماية محادثاتك بكلمة مرور. ("حظر الدردشة" على الواتساب)



اضبط إعدادات الجهاز بأمان - يمكن الحصول على المساعدة هنا!

يمكنك معرفة كيفية جعل أجهزتك آمنة للأطفال من
خلال التعليمات الموضحة خطوة بخطوة على:
medien-kindersicher.de ←
حتى باللغة المُبسطة!

لا يُسمح لي بأن أفعل أي شيء، لكن
يمكنني أن أنظر إلى الصور.



"لم يكن الإعلان واضحًا بالنسبة لي. حتى ظهر لابني البالغ من
العمر ٥ سنوات فجأة إعلان عن لعبة رعب. وشعرنا بالصدمة منه.
والآن، أستطيع التمييز بين الأمور بشكل أفضل: لا يُسمح لطفلي
إلا بممارسة الألعاب التي تعمل دون الاتصال بالإنترنت ودون
إعلانات."

كريس، أب لطفل يبلغ من العمر ٥ سنوات، ويحب مسلسلات نتفليكس
وأفلام الرعب.

اختر تطبيقات قليلة ومفيدة

من الضروري ألا تكون التطبيقات الجيدة ممتعة فحسب، بل يجب أيضًا أن تراعي حماية بيانات طفلك وخصوصيته. وفي حالة التطبيقات المدفوعة، تقل احتمالية إساءة استخدام البيانات الشخصية والإعلانات.

المشاهدة وحدها مملة.
لذا، أفضل أن أفعل شيئًا أو أن ألعب.

يمكنكم فعل ما يلي:

١ | قد تكون الألعاب التعليمية حلًا جيدًا، خاصةً للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين ٣ إلى ٦ سنوات: الوسائط الرقمية الخاصة بالتعلم، والألعاب التناظرية للتسلية.

٢ | يمكنك العثور على تطبيقات مناسبة للأطفال على:

← tommi.kids/kindersoftwarepreis

← studioimnetz.de/apps-kinder

"أمي، أنا أشعر بالملل!"

أفكار للعب عندما يلعب طفلك بمفرده:

- صنع شيء من بكرات ورق التواليت
- رسم لوحة مندالا
- التinker، على سبيل المثال، إعادة إنشاء الشخصية المفضلة من لعبة أو كتاب
- استماع إلى كتاب صوتي
- التدرّب على رقصة
- "إعداد الشاي" للعبة المفضلة

التطبيقات المفيدة هي:

- الألعاب التنموية
- الخالية من الإعلانات
- التي يمكن استخدامها دون اتصال بالإنترنت
- الآمنة: محتواها مناسب للعمر، ولا توجد مصروفات غير متوقعة، ووقتها محدود

ستجد المزيد من المعلومات على الموقع:

klicksafe.de/apps ←



الصورة: حال جازوز/Unplash

"كنت أعتقد أن التطبيقات الجيدة يجب أن تكون مجانية. إلا أنني اشتريت الآن بعض التطبيقات بالفعل. ومصروفاتها ليست باهظة. ويُعرض فيها عدد أقل من الإعلانات."

إلبي، أم لطفل عمره
٤ سنوات يُحب الألعاب التعليمية.

قم بمراجعة التصنيفات العمرية

التصنيفات العمرية الموجودة على الألعاب والأفلام والمسلسلات تمنحك توجيهًا مهمًا. فهي تحمي طفلك من المحتوى غير المناسب. ومع ذلك، فإن التصنيفات العمرية لا تذكر أي معلومات حول ما إذا كان المحتوى ذا قيمة تعليمية أم لا.

ما هذا؟!
هذا يُخيفني!

٣ | تحدّث مع أطفالك الأكبر سنًا حول طريقة حماية إخوتهم الصغار من المحتوى غير المناسب.

٤ | بالنسبة لألعاب الكمبيوتر، استخدم التوصيات الموجودة على spieleratgeber-nrw.de ← وبالنسبة للأفلام والمسلسلات، استخدم التوصيات الموجودة على flimmo.de ←

يمكنكم فعل ما يلي:

- ١ | إذا كان طفلك لا يزال يتعرض لمحتوى مخيف، فإنه يحتاج إلى مساعدتك. تعامل مع المخاوف بجدية.
- ٢ | تحدّث مع طفلك عن المحتوى الذي يُخيفه.

تحدد المنظمة الأوروبية PEGI التصنيفات العمرية لأجهزة الكمبيوتر ووحدات التحكم والألعاب عبر الإنترنت:

اللعبة غير مناسبة للأطفال
دون سن ٣ سنوات.



اللعبة تحتوي على محتوى مخيف



يتوفر المزيد من المعلومات على: pegi.info/de

في ألمانيا، توجد علامات التحكم الذاتي في برامج الترفيه (USK)
أيضًا على الألعاب الرقمية.

حيث تصدر دون قيود عمرية
على المحتوى.



يتوفر المزيد من المعلومات على: usk.de

الأفلام والمسلسلات التي تُصنع في ألمانيا مميزة
بعلامات التنظيم الذاتي الاختياري لصناعة السينما (FSK).

حيث تصدر دون قيود عمرية
على المحتوى.



يتوفر المزيد من المعلومات على: fsk.de

بعض متاجر التطبيقات بها تصنيفات عمرية خاصة للألعاب.
وقد تختلف هذه التصنيفات العمرية عن التصنيفات المذكورة هنا.



الصورة: CC-BY، Service National de la Jeunesse، (BEE SECURE)

"الأمر صعب! حيث تريد ابنتي دائمًا أن تفعل ما
يفعله أخوها الأكبر.
واتفقتنا الآن على أنه لن يلعب بعض الألعاب
المحددة إلا في غيابها".

محمد، أب لطفلين أحدهما يبلغ من
العمر ١١ عامًا والآخر ٥ أعوام.

لا تستخدم اليوتيوب كجليس للأطفال

لا تدع طفلك يشاهد المسلسلات بمفرده أبداً.
حتى مسلسلات الأطفال غير المؤذية قد يكون بها
لحظات تُخيف طفلك أو تزعجه.

يمكنكم فعل ما يلي:

١ | لا توجد مشكلة في قضاء وقت أمام الشاشة بين الحين والآخر.

إلا أن اليوتيوب غير مناسب للأطفال.

يُقدم تطبيق اليوتيوب للأطفال "YouTubeKids"

المزيد من المحتويات الأكثر ملاءمةً لطفلك.

ستجد المزيد من المعلومات على الموقع:

klicksafe.de/youtube ←

٢ | من الأفضل استخدام العروض الخالية من الإعلانات، مثل

ZDFchen أو "Elefanten vom WDR".

٣ | استخدم ملفات الأطفال في خدمات البث واحم

ملفات البالغين الخاصة بك باستخدام رقم التعريف

الشخصي (PIN).

٤ | حاول إيجاد حلول أخرى للحياة اليومية،

مثل الكتب الصوتية.

فهي تُحفز الخيال وتوفر مساحة للعب.

أوقات الشاشة

وقت الشاشة في سن ٣-٠ أعوام:

- إن أمكن، لا تسمح بأي وسائل إعلام أمام الشاشات، والأفضل استخدام الكتب المصورة والمسلسلات الإذاعية أو الأغاني

وقت الشاشة في سن ٣-٦ أعوام:

- بحد أقصى ٣٠ دقيقة يوميًا، ولكن لا يجب أن يكون ذلك كل يوم
- لا تترك الأطفال وحدهم
- المحتوى المناسب لعمر الطفل بحسب اهتماماته:
- البرامج التعليمية والألعاب ومقاطع الفيديو القصيرة
- ليس قبل النوم مباشرةً

المصدر: الجمعية الألمانية لطب الأطفال والمراهقين ج.م.



"عندما أكون وحدي، غالبًا ما يكون الأمر صعبًا.

حيث لا أستطيع دائمًا الانتباه لطفلي.

وبالتالي، اليوتيوب وسيلة عملية بها خاصية تشغيل تلقائي.

ولكن تسبب ذلك في أن شاهد طفلي مقاطع فيديو غير مناسبة لعمره.

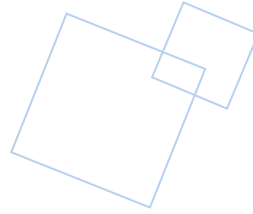
والآن نفضل استخدام الكتب الصوتية.

يستطيع ابني اللعب أيضًا."

كيرا، أم لطفل يبلغ من العمر ٥ سنوات.

ظهر فجأة مهرج مخيف،
على الرغم من أنني كنت أشاهد
شيئًا مختلفًا تمامًا!

لا تنتشر صور الأطفال على الإنترنت



استخدم خدمات الكلاود الآمنة لتبادل صور الأطفال بشكل خاص، على سبيل المثال مع العائلة. وتقبّل "رفض" طفلك إذا لم يكن يريد التصوير. وفي حالة الأطفال الأكبر سنًا، اطلب موافقتهم قبل إرسال الصور إلى أشخاص آخرين.

يمكنكم فعل ما يلي:

٣ | لا يُسمح بنشر الصور المحرّجة أو صور للأطفال وهم (نصف) عراة على الإنترنت. حيث إنك لا تعرف أبدًا من سيشاهد هذه الصور أو يُعيد نشرها!

١ | معظم الآباء ليس لديهم صور لهم في سن الطفولة على الإنترنت. لذلك تساءل دائمًا: هل كنت سأرغب في ذلك عندما كنت طفلًا؟
٢ | كيف سيكون شعورك عندما كنت صغيرًا إذا كانت صورك وأنت طفل متاحة للجميع على الإنترنت؟



نصائح للروابط

من خلال حملة #DenkenFragenPosten يُوضّح صندوق الأطفال الألماني كيف يمكنك التعامل مع صور الأطفال بصورة مسؤولة:

← dkhw.de/kinderfotos-im-netz

نصيحة بخصوص المواد:

← klicksafe.de/materialien/zu-nackt-fuers-internet

klicksafe

Zu nackt fürs Internet?
Schritt für Schritt zu mehr Sicherheit im Umgang mit Kinderbildern und -videos im Netz.

TIPPS FÜR ELTERN

<p>1 Habe ich das Bild oder Video selbst gemacht? Falls nicht, habe ich die Urheberrechte abgefragt?</p> <p>Das Urheberrecht eines Bildes oder Videos liegt bei der Person, die es angefertigt hat. Dies gilt nicht für Personen, die ein Foto oder Video für einen anderen gemacht haben, sondern nur für die Person, die das Foto oder Video gemacht hat.</p>	<p>2 Haben alle, die auf dem Bild oder im Video zu sehen sind, mir erlaubt, es zu nutzen?</p> <p>Bilder und Videos ohne die Einwilligung der abgebildeten Personen zu teilen, kann eine Straftat sein. Bei Aufnahmen von Kindern müssen sowohl die Kinder als auch ihre Erziehungsberechtigten gefragt werden.</p>	<p>3 Bin ich mir sicher, dass das Bild oder Video keine unangenehme oder peinliche Situation zeigt?</p> <p>Was „peinlich“ ist oder als „unangenehm“ empfunden wird, kann für jede Person unterschiedlich sein - auch für eine Minderjährige.</p>
<p>4 Falls auf dem Bild oder im Video Minderjährige zu sehen sind - sind diese ausreichend bekleidet?</p> <p>Personen mit einem sexuellen Interesse an Minderjährigen suchen gezielt nach unbedeckten oder im wesentlichen unbedeckten Aufnahmen im Netz.</p>	<p>5 Wäre es für mich in Ordnung, wenn so ein Kinderbild oder -video von mir heute im Netz verfügbar wäre?</p> <p>Auch wenn sich keine Straftat ereignet, können in der Zukunft noch einen Nachteil für die abgebildete Person bedeuten.</p>	

Projekt finanziert durch das Europäische Parlament und die Europäische Kommission.

الآن - بعد
١٠ سنوات - الجميع يسخرون مني.

"في بعض الأحيان، لا أكرت "لرفض"
طفلي عند التقاط صورة عائلية. لأنني أعلم أنه غالبًا ما سيغير
رأيه في اليوم التالي ويشعر بالإحباط إذا لم يكن في الصورة.
ولكن مع ذلك، دائمًا ما أسأله.
فأنا أعتقد أن رأي ابني مهم."

لويزا، أم لطفل يبلغ من العمر ١٠ أعوام.

انتبه إلى إشارات التحذير

متى يلعب طفلك الكثير من ألعاب الإنترنت أو يشاهد الكثير من مقاطع الفيديو؟
إذا لاحظت أن طفلك أصبح مضطربًا ومجهدًا أو مفرطًا في استخدام وسائل التواصل، فعليك أن تتخذ إجراءات تجاه ذلك! ساعد طفلك على الاستماع إلى مشاعره.

يمكنكم فعل ما يلي:

- ١ | التطبيقات والألعاب الجيدة فائنة. لذا، من الطبيعي أن يواجه طفلك صعوبة في التوقف عن استخدامها. ولا تسبب كافة هذه الأشياء الإدمان!
- ٢ | تأكد من أن طفلك يمارس الأنشطة الحركية بانتظام، وينام جيدًا، ويمكنه أن يشعر بالسعادة دون شاشات.
- ٣ | غالبًا ما تكون الألعاب الرقمية وسيلة سهلة للهروب من الحياة اليومية. ساعد طفلك في العثور على هوايات أخرى تساعده في الاسترخاء أيضًا.

وقت الشاشة طويل جدًا، ماذا يمكنك أن تفعل؟

أفكار للمنزل:

- ممارسة ألعاب حركية في الشقة (التقاط النجوم، والتعرج في الشقة مثل التمساح)
- تمثيل محادثة بين حيوانين، على سبيل المثال: كيف تتحدث البطة مع الدب؟
- القص واللزق
- التنكر أو تقليد شخصية اللعبة المفضلة
- لعب الغميضة
- حل الألغاز أو ألعاب الورق أو ألعاب الطاولة



"في البداية اعتقدت أن الأمر طبيعي في حالة تجربة لعبة جديدة. إلا أن طفلي أصبحت مضطربة وسريعة الانفعال. وكان علي التعامل مع الأمر واتخاذ القرار. الآن، يمكنها اللعب مرة واحدة في الأسبوع فقط. وكانت نتيجة ذلك مذهلة! حتى لو لم يكن ذلك يعجبها في البداية."

باولا، أم لطفل عمره ٥ سنوات.

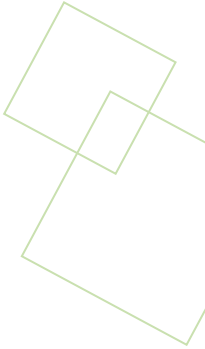
إذا كانت اللعبة تعجبني
بشدة، فلن أريد حتى
الذهاب إلى المرحاض!

حافظ على هدوءك في النزاعات

اشرح لطفلك سبب عدم السماح له بمشاهدة محتوى معين من وسائل التواصل. ولماذا لا يُسمح له باستخدام كافة الأجهزة. يجب أن يكون طفلك قادرًا على فهم سبب فرض قواعد معينة عند استخدام وسائل التواصل.

يمكنكم فعل ما يلي:

- ١ | اتفق على قواعد ثابتة مع طفلك في وقت مبكر بما يكفي حتى لا يكون هناك أي جدال في الأسرة حول أوقات الاستخدام.
- ٢ | ادعم أطفالك في التوصل إلى حل جماعي للنزاعات الخاصة باستخدام وسائل التواصل.
- ٣ | لا تنس: الأطفال يحتاجون إلى قواعد لاستخدام وسائل الإعلام. وفي بعض الأحيان كل ما عليك فعله أن تكون صارمًا.



ألا تعرف ماذا تفعل بعد ذلك؟

اتصل بهاتف الآباء التابع لجمعية
"Nummer gegen Kummer" على رقم:
0800 1110550 أوقم بزيارة الموقع
nummergegenkummer.de ←

قد تساعد قسائم وسائل التواصل في تنظيم
استخدام وسائل التواصل في العائلة، وتجنب النزاع
حول وقت الشاشة:

klicksafe.de/materialien/mediengutscheine ←

"لقد اكتفيت من هذه النزاعات!

دائمًا ما تحدث نزاعات حول الهاتف الجوال.

معي وأيضًا بين الأطفال.

والآن، وضعنا قواعد واضحة.

مما يعني أيضًا تحديد أوقات ثابتة لاستخدام الهواتف الجواله وأوقات دون

هواتف ذكية، على سبيل المثال عند تناول الطعام أو ممارسة الأنشطة

الجماعية أو قبل الخلود للنوم."

ميلان، أب ثلاثة أطفال ويعمل من المنزل.

هذا غير عادل على الإطلاق!
لماذا لا يُسمح لي بذلك؟!



استمتعوا سوياً

ولا تنسَ:

يجب أن يكون استخدام وسائل الإعلام ممتعاً
ولا يسبب خلافات في العائلة!
استكشف العروض التي يستخدمها طفلك معه.
وبذلك ستعرف بشكل مباشر ما يفعله طفلك في
العالم الرقمي.

يمكنكم فعل ما يلي:

- ١ | انخرط في عالم أطفالك، واصنع تجارب مشتركة عبر الإنترنت وتحديث عنها.
- ٢ | كلما فرضت هذه الأوقات الجماعية في وقتٍ مبكر، ستتمكن من الحفاظ عليها لفترةٍ أطول.
وينطبق ذلك أيضاً دون اتصال أجهزتك بالإنترنت عند القراءة أو أعمال القص واللزق مع طفلك.
- ٣ | يمكنك أيضاً ترتيب موعد منتظم لوقت وسائل الإعلام بشكل جماعي في الأسرة.

نشاهد الشاشة سويًا

نصائح للأنشطة الجماعية:

- يمكنك إجراء التنكر عبر الإنترنت باستخدام الفلاتر أو الإيموجي أو الملصقات
- جرّب إحدى الألعاب التعليمية
- أنشئ مقطع فيديو مع طفلك
- جرّب الرسم بالإصبع على الحاسب اللوحي
- جرّب تأليف نغمة رنين
- جرّب تصوير بعضكم بعضًا
- استخدم أدوات مفيدة، مثل ساعات الإيقاف أو الخرائط في الحياة اليومية
- اخرج من المنزل واستكشف النباتات وحددها باستخدام أحد التطبيقات



"بالنسبة لي، الهاتف الجوال أكثر بكثير من مجرد هاتف. فانا أستمتع بالتقاط الصور وأتلقى منه أفكارًا لمشاريعي. وبدأ صغيري بالفعل في القيام بذلك أيضًا. ولكن علينا أن نتأكد من أن استخدامه له لن يصبح مفرطًا."

إليسا، أم لطفل يبلغ من العمر ٥ أعوام.

العب مع طفلي كان
ممتعًا للغاية!



Kofinanziert von der
Europäischen Union


الناشر:

klicksafe

هيئة الإعلام في ولاية راينلاند بالاتينات،
Turmstraße 10
D-67059 Ludwigshafen
info@medienanstalt-rlp.de
www.klicksafe.de

المسؤول فيما يتعلق بقانون الصحافة:
ديبورا ولدمايكل

مقدمة من الوزارة الاتحادية للرقمنة والمراكز الاقتصادية

 Bundesministerium
Digitalisierung und
Wirtschaftsstandort

المراجعة والتعديل اللغوي بالتعاون مع:

 FRAUENHAUS-
KOORDINIERUNG e.V.

الطبعة الرابعة المحدثة بتاريخ أكتوبر ٢٠٢٤

مركز klicksafe عبارة عن مركز توعية ألماني تابع لبرنامج
أوروبا الرقمية الصادر عن الاتحاد الأوروبي وتديره مؤسسة
-Medienanstalt Rheinland-Pfalz



هيئة الإعلام في ولاية راينلاند بالاتينات،
www.medienanstalt-rlp.de



Medienanstalt
Rheinland-Pfalz



هذا العمل مرخص بموجب رخصة المشاع الإبداعي رقم CC BY 3.0 AT (www.saferinternet.at) (https://creativecommons.org/licenses/by/3.0) الإسناد

تقع المسؤولية الوحيدة عن هذا المنشور على عاتق المؤلفين.
والاتحاد الأوروبي ليس مسؤولاً عن أي استخدام للمعلومات الواردة فيه.
جميع المعلومات متاحة دون أي مسؤولية: تستثنى من ذلك مسؤولية المؤلفين من
Saferinternet.at/المعهد النمساوي للاتصالات التطبيقية.

بتمويل من: الوزارة الاتحادية للرقمنة والمراكز الاقتصادية
"الاتحاد الأوروبي – برنامج أوروبا الرقمية (DEP)"