**قواعد عامّة للأسرة**

|  |
| --- |
| عصف ذهنيّ |

كيف نبدأ بتحصين أبنائنا؟

كيف تهيّئ الأسرة الأجواء لذلك؟

# قواعد عامّة للأسرة

|  |  |
| --- | --- |
| 1 | 2 |

غالباً ما تكون أفعال الأطفال هي صورة مصغّرة مطابقة لأفعال الكبار من حولهم، تكاد تكون هذه حقيقة تربويّة مسلّم بها؛ ما يعني أنّ تحصين الأبناء يعتمد على سلوك ذويهم ووالديهم (القدوة)، مضافاً إلى سلوك أخوتهم الذين يكبرونهم سنّاً.

هذا لا يعني أن يمنع الإخوة الأكبر والوالدان الصغارَ من مشاهدة ما لا يناسبهم، بل يعني أنَّ**القانون الذي سيُحكم به الصغار، يقابله قانون آخر للوالدين والإخوة الأكبر.**

**..........................................**

وقبل الخوض في القوانين الأسريّة، لا بدّ من الإشارة إلى ضرورة عقد جلسات عائليّة دوريّة تُطرح فيها موضوعات عامّة تعني الجميع، ومنها القواعد التي تضبط مشاهدة البرامج المرئيّة.

**فما هي هذه القوانين والقواعد؟**

# قواعد عامّة للأسرة

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 |

1. **وقت المشاهدة ومدّتها**

ينبغي للأهل وضع مدّة مسموح بها للمشاهدة لجميع أفراد الأسرة، تناسباً مع مسؤوليّاتهم وأعمارهم ووعيهم أيضاً. ويمكن رسم جدول ملوّن يعلّق على حائط غرفة الجلوس، يوضّح النظام الذي تسير عليه الفئات العمريّة في المنزل. والأهمّ هو الصدق في الالتزام به، ووضع قواعد ثواب وعقاب؛ تحفيزاً للانضباط به، وتجنيباً لخرقه.

1. **نوع المشاهدة**

ينبغي للأهل توضيح قواعد ما يناسب أن يشاهده الطفل واليافع، وما يمنع عنه، وما يشمل الأهل أيضاً. ولا بدّ من تثبيت مبدأ مراعاة الحلال والحرام، والاطّلاع على مجموعة الأحكام المتعلّقة بالمشاهدة والنظر، وتطبيقها أمام الأبناء لكي يعرفوها ويعتادوا الالتزام بها.

1. **وسيلة المشاهدة**

يجب أن يضع الأهل نظاماً خاصّاً باستخدام هذه الوسائل جملة واحدة، فلا ينتهي الطفل من مشاهدة التلفاز، ثمّ يتّجه إلى لوحه الرقميّ ليتجمّد أمامه ساعات كاملة من النهار ما بين مشاهدة تسجيلات فيديوهات اليوتيوب، وبين تطبيقات تسلية، والألعاب... وقد يتجمّد أمام شاشة الهاتف الذكيّ في محاولة التذاكي والهروب من المنع.

والقانون ذاته يشمل الأهل، فلا يصحّ أن يلاحظ الطفل أنّ والديه يتنقّلان بين هذه الأجهزة أيضاً.

1. **المشاركة العائليّة**

إن المشاركة الصحيحة والفاعلة لا تعني حضور الأهل بجانب أبنائهم حال المشاهدة فقط، بل تعني الحضور المعنويّ: مراقبة المحتوى، وتصفية المحتوى في عقول أبنائهم ووعيهم للفصل بين الخيال والواقع، طرح الأسئلة البسيطة على الطفل، من قبيل: لماذا تحبّ هذه الشخصيّة؟ هل ما قام به هو أمر صحيح؟ ودفعه إلى التمييز بين الخيال والواقع: هل تعتقد أنّ هذا البطل يطير في الحقيقة أم في الفيلم فقط؟ هل سيسقط ويتأذّى في الحقيقة برأيك؟

وحضور الأهل مع اليافعين سيكون أكثر جدّيّة، فالحوار والأسئلة سيكونان أكثر إلحاحاً، وعنصر الإقناع العقليّ سيكون سيّد الموقف.

**قواعد خاصّة بالأطفال**

|  |
| --- |
| دراسة حالة |

فيديو دراسة حالة

فيديو الحل

**الضوابط الخاصّة بالأبناء**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |

* خصّص لطفلك وقتاً لمشاهدة بعض الأفلام الهادفة، مثل: الأفلام التي تتحدّث عن الطبيعة وحيواناتها، أو الفلك ونجومه وأفلاكه؛ فهو بحاجة إلى الثقافة والمعرفة، وشجّعه عليها، ولكن لا تتركها أيضاً تستأثر بوقته.
* قلّل تعامل طفلك مع الألعاب الإلكترونيّة قدر المستطاع، عبر تشجيعه على استخدام سواها، مثل الألعاب التركيبيّة اليدويّة والتي تُمثِّل بديلاً حسناً، الألعاب الفنيّة والرسم والتلوين...

............

* شجّع طفلك على الألعاب الذهنيّة التي تستخدم العقل في الوصول إلى الهدف، وتجنّب الألعاب التي تستخدم القوّة في الوصول إلى الهدف.
* شجّع طفلك على الألعاب المشتركة، وتجنّب -ما أمكن- الألعاب الفرديّة. إنّ طفلك بحاجة إلى أن ينمو في تواصله الاجتماعيّ، فشجّعه على ذلك، وهيّئ له سُبُله.

.............

* شجّع طفلك على الألعاب ذات الحركة الجسميّة التي تستدعي منه الحركة والانتقال من مكان إلى آخر، مثل: الجري، وكرة القدم، وكرة التنس، وكرة السلة، والسباق، والسباحة ...
* ابحث عن البديل القيميّ والبديل الأقرب إلى ثقافة طفلك في جميع الألعاب، ولا تترك ثقافة أخرى تختطفه من بين يديك، وأنت لا تشعر.

............

* خصّص وقتاً للألعاب الإلكترونيّة وما يشابهها، كأفلام الكرتون، ولا تتركها تستأثر بوقت طفلك كلّه، فهو بحاجة إلى الحركة، وبحاجة إلى الثقافة، وبحاجة إلى أنواع أخرى من اللعب.
* علّم طفلك أنّثمّة أوقاتاً للجدّ والعمل المثمر، وأنّ اللعب له أوقاته، ومن الخطأ أن يطغى وقت اللعب على وقت الجدّ.

..........

* راقب محتوى الألعاب الإلكترونيّة التي يلعبها طفلك، حيث تنتشر ألعاب القتل والعنف، وتنطوي على أحداث ذات أثر نفسيّ سلبيّعلى الطفل.
* إيّاك أن تحرم ابنك أو ابنتك من اللعب، أو تصوّره له على أنّه أمر مذموم يجب أن يترفّع عنه! فاللعب ضروريّ له، ولنموّه، ولنشأته نشأة سليمة سويّة، وهو عون له على مزاولة الجدّ في حياته، وتذكّر أنّ النفس السويّة المستقرّة تحتاج إلى قدرٍ من اللعب والمرح.

................

* حدّد ساعات معيّنة للعب بالألعاب المختارة بعناية، بحيث لا تزيد على ساعة في اليوم الواحد أو ساعتين على الأكثر، متقطّعتين غير متواصلتين، حتّى لا تضيع أوقات الأطفال هدراً. وقد ذكر خبراء الصحّة النفسيّة والعقليّة ضرورة قضاء 75%  من وقت فراغ الطفل في أنشطة حركيّة، وقضاء 25%  في أنشطة غير حركيّة.

..............

* اضبط خصائص الجهاز**،**فكما يمكنك التحكّم بقنوات التلفاز الفضائيّة في منزلك، كذلك يمكنك حماية أبنائك ورقابة المحتوى الذي يشاهدونه، عبر التحكّم باللوح الرقميّ والهاتف الذكيّ، وتوجد طرق عدّة.

...................

* **قم بتنزيل برامج مسلّية تعليميّة:** يفضّل استغلال تلك الأجهزة كوسيلة للتعليم، بتحويل الوقت الذي يمضيه الطفل أمام شاشة الجهاز الذكيّ إلى وقت للتعليم، ففي الوقت الذي يصبح فيه الأطفال أكثر استخداماً للأجهزة المتنقّلة، فإنّ من الضروريّ البحث عن برامج "أخلاقيّة قيِّمة"، وتمكينه من استخدام تطبيقات وأجهزة لا تشجّع على الإدمان، تكون تعليميّة، وتحترم خصوصيّة العائلات.

**.**....................................

* **استبدل برنامج (اليوتيوب) بـ «يوتيوب كيدز»:** وهو النسخة المنقّحة من «يوتيوب» والتي تستخدم خوارزميّات خاصّة تستهدف الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة.

كما أنَّ التطبيق "يوتيوب كيدز" قابل للفلترة والضبط أكثر، بحيث يمكن تحديد نوع المحتوى بالأطفال من سنّ محدّدة، ليستبعد المحتوى العنيف أو الساخر أو البذيء.

# قواعد خاصّة بالأبناء اليافعين

|  |
| --- |
| عمل فرديّ |

**اُعرض** تجربتك حول القواعد المناسبة لضبط تعامل أبنائهم اليافعين مع المرئيّات.

# قواعد خاصّة بالأبناء اليافعين

|  |  |
| --- | --- |
| 1 | 2 |

تزداد مسؤوليّة الأهل مقابل أبنائهم اليافعين في اكتساب مهارات الإقناع والحوار، والإيعاز نحو الانضباط، لكن هذا كلّه ينبغي أن يُبنى بالدرجة الأولى على أُسس معرفيّة صحيحة (مضمون المحتوى)، مضافاً إلى بيان الأحكام الشرعيّة المتعلّقة بما يشاهدونه.

..............................

فالأبناء في هذه المرحلة لن يكونوا خاضعين دائماً لرقابة الأهل وتوجيههم، وليس المطلوب من ناحية أخرى ملازمة الأهل لهم، بل بناء الثقة وتعزيزها بأنفسهم، وتعويدهم على تحمّل المسؤوليّة.

ولنقل: تتّسم هذه المرحلة بجزء خاصّ بتوجيه الأهل، وجزء آخر يتعلّق بمسؤوليّة الأبناء التي تمّ البناء عليها في مرحلة الطفولة، لذلك سيتدخّل الأهل من حيث يبدو أنّهم لم يتدخلوا. كيف؟

# قواعد خاصّة بالأبناء اليافعين

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1** | **2** | **صفو الكلام** |

|  |  |
| --- | --- |
| تمكين | الأبناء من مهارة نقد المحتوى المشاهد والمعروض. |
| توفّر | مهارة الحوار مع الأبناء. |
| تحديد | إشكاليّاتهم. |
| فهم | وجهات نظرهم وتفهّمها. |
| تحديد | متطلّباتهم والقضايا التي يودّون متابعتها، حتّى لو لم يحبّذها الأهل، ما دامت سليمة. |

.........................

|  |  |
| --- | --- |
| تزويدهم | بآراء العلماء المسلمين والمفكّرين والقادة حول الحرب الناعمة والتغيير الثقافيّ. |
| إشراكهم | في اختيار المحتوى. |
| تزويدهم | بالأحكام الشرعيّة الخاصّة بالحرام والحلال. |

**...................**

إنّ إحاطة الأبناء بهذه الإرشادات كفيلة أن تضبط سلوكهم باتّجاه كلّ ما يشاهدونه، مهما اختلفت القناة، حتّى الإعلانات المطبوعة في الطرقات، سيكون لديهم قدرة على تمييز المحتوى وحسن التصرّف من غض البصر إلى المقدرة على تجاهل الصورة الذهنيّة لهذه الملصقات.