

وسائط التواصل الاجتماعي وتأثيراتها الصحية والنفسية والاجتماعية والتعليمية إيجابًا وسلبًا على الأطفال

أ.د / هويدا الجبالي

أستاذ طب الأطفال

عميد كلية الدراسات العليا للطفولة

جامعة عين شمس

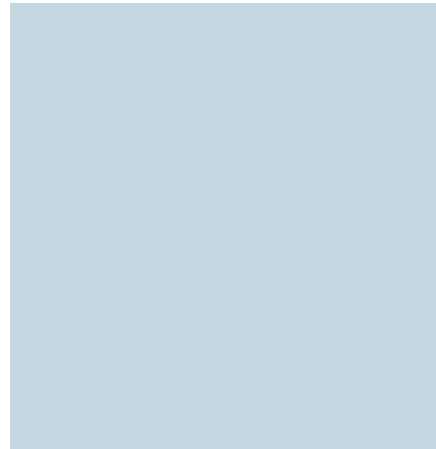
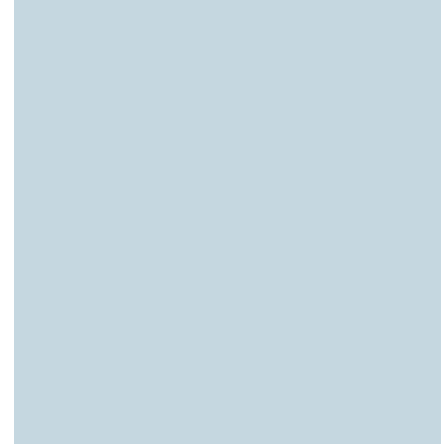
المجلس العربي للطفولة والتنمية

ديسمبر 2024



تعريف وسائط التواصل الاجتماعي Social Media

- وسائط التواصل الاجتماعي هي منصات وتطبيقات إلكترونية تتيح للأفراد التفاعل والتواصل مع بعضهم البعض عبر الإنترنت.
- تتميز هذه الوسائط بقدرتها على تمكين المستخدمين من إنشاء ومشاركة المحتوى، مثل النصوص والصور والفيديوهات، والتفاعل مع محتوى الآخرين عن طريق التعليقات والإعجابات والمشاركات.
- باختصار، تلعب وسائط التواصل الاجتماعي دورًا حيويًا في حياة الأفراد المعاصرة، حيث أصبحت جزءًا أساسيًا من كيفية تواصل الناس وتبادل الأفكار والمعلومات اليوم.



عدد مستخدمي الأطفال لوسائل التواصل الاجتماعي

- طبقاً لأحدث إحصائية نشرها مركز المعلومات ودعم اتخاذ القرار التابع لرئاسة مجلس الوزراء في 11 مايو 2024

مصر ضمن أكثر الدول استخداماً لوسائل التواصل الاجتماعي خلال 2024



1 مصر
في المركز الأول عربيًا، و19 عالميًا.

4 مليارات
شخص

إجمالي عدد المستخدمين
لمنصات الشبكات الاجتماعية
المتنوعة في العالم.

منصات التواصل الأكثر استخدامًا:

- 1- فيسبوك
- 2- يوتيوب
- 3- واتساب
- 4- انستجرام
- 5- وي تشات



151 دقيقة
يوميًا

يقضيها الأشخاص على وسائل
التواصل الاجتماعي في المتوسط،
ويستخدمون ما متوسطه 6.6
منصات اجتماعية شهريًا.

عربيًا

مصر
43.6
مليون مستخدم

السعودية
29.1
مليون مستخدم

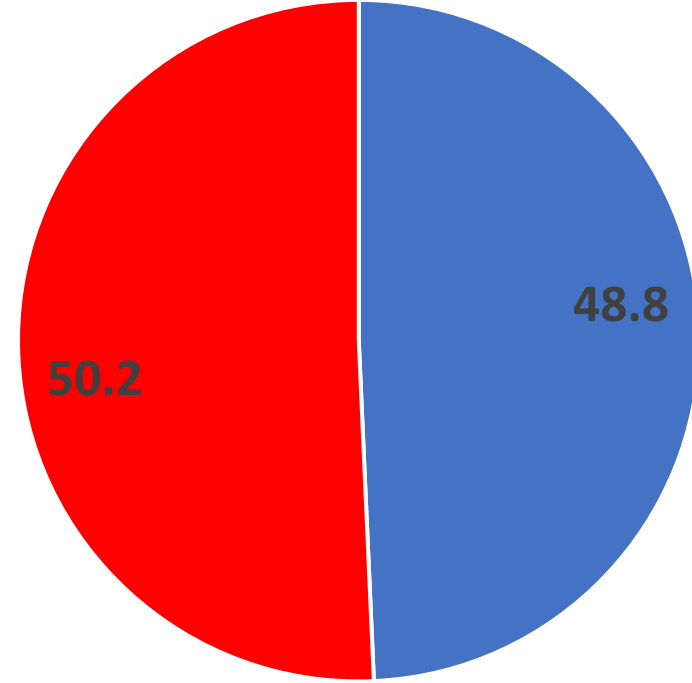
الدول الأكثر استخداماً لوسائل التواصل الاجتماعي:

عالميًا

البرازيل	إندونيسيا	أمريكا	الهند	الصين
152.4 مليون مستخدم	167 مليون مستخدم	246 مليون مستخدم	467 مليون مستخدم	مليار مستخدم

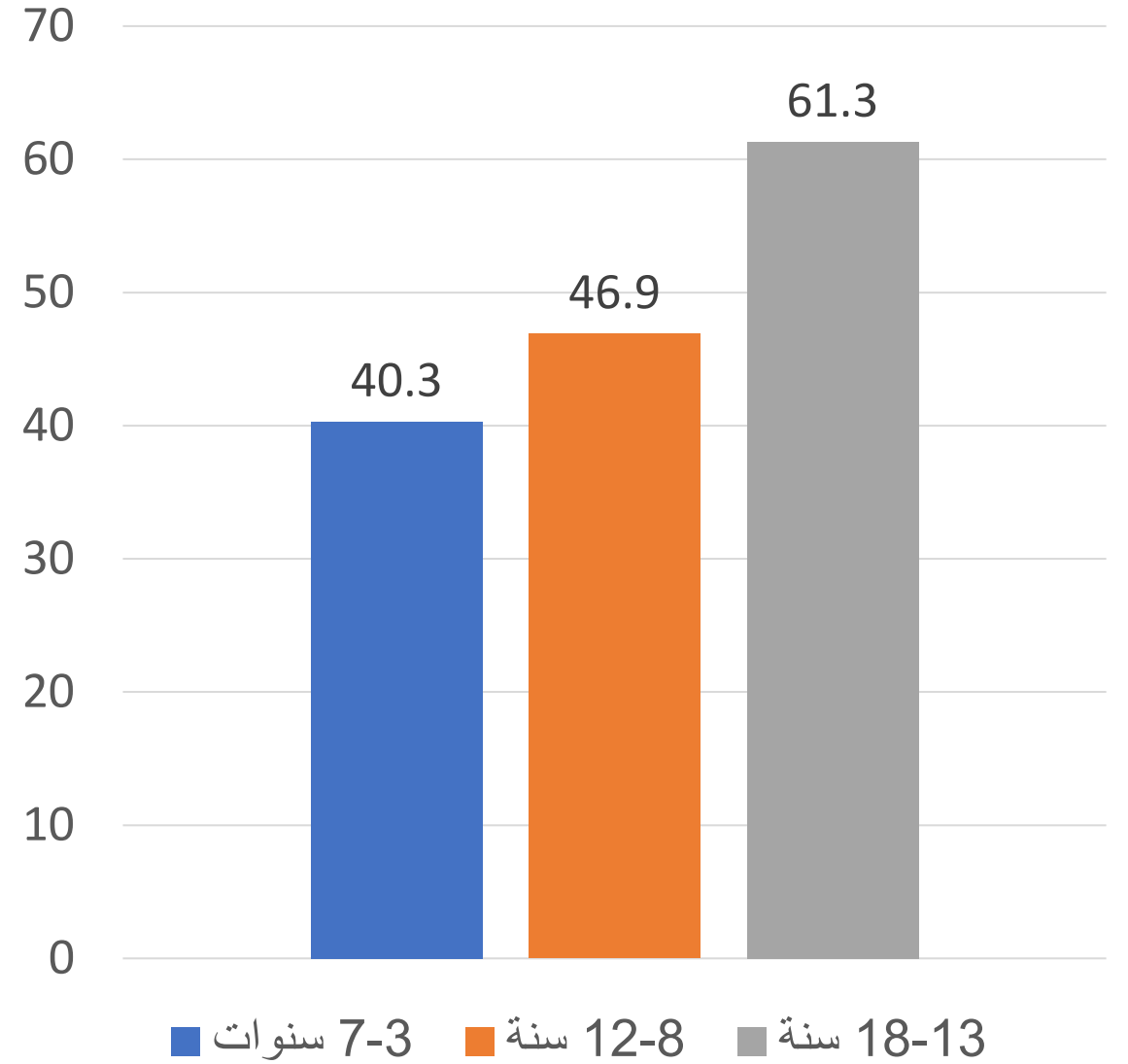
عدد مستخدمي الأطفال لوسائط التواصل الاجتماعي في مصر

نسبة استخدام الأطفال لوسائط التواصل الاجتماعي في
مصر



■ استخدام الأطفال المصريين لشبكات التواصل
الاجتماعي

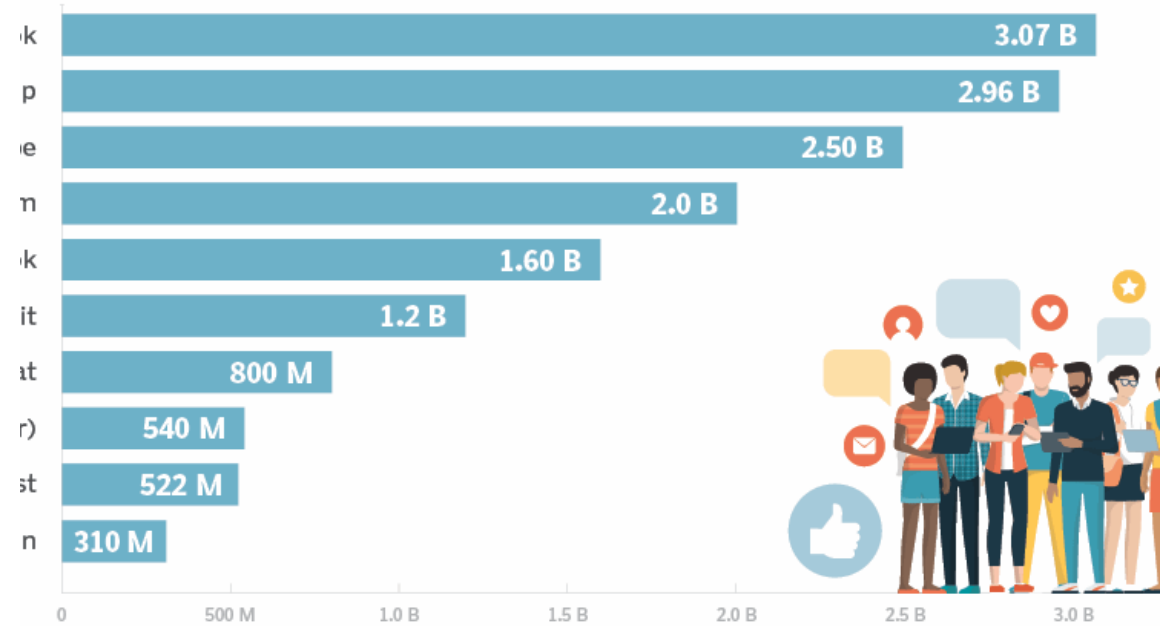
نسب استخدام الأطفال لشبكات
التواصل الاجتماعي في
الأعمار من (3-18) سنة



استخدام وسائل التواصل
الاجتماعي يمكن أن يؤثر على
الأطفال بطرق صحية متعددة،
سواء إيجابية أو سلبية، قد تكون
جسدية - نفسية - اجتماعية

Top 10 social media sites

This information represents the number of active users or user accounts worldwide.



المخاطر الصحية لوسائل التواصل الاجتماعي على الأطفال



- **السمنة:** قضاء وقت طويل أمام الشاشات يمكن أن يقلل من النشاط البدني، مما يؤدي إلى زيادة الوزن والسمنة.
- **آلام الظهر والعنق:** الجلوس لفترات طويلة في وضعيات غير صحيحة أثناء استخدام الأجهزة يمكن أن يسبب آلام جسدية.
- **اضطرابات النوم:**
- الاستخدام المفرط لوسائل التواصل الاجتماعي، خاصة قبل النوم، قد يؤثر على جودة النوم ويؤدي إلى الأرق.
- **الإدمان على التكنولوجيا:**
- الاعتماد المفرط على وسائل التواصل الاجتماعي قد يؤدي إلى الإدمان، مما يؤثر سلباً على الأنشطة اليومية والعلاقات الاجتماعية الحقيقية.
- **التعرض للمحتوى الضار:**
- الأطفال معرضون لمحتوى غير مناسب أو ضار يمكن أن يكون له تأثير نفسي سلبي عليهم.

التأثيرات النفسية لاستخدام الأطفال لوسائل التواصل الاجتماعي

1. الاكتئاب والقلق

2. انخفاض تقدير الذات

3. العزلة الاجتماعية

4. الإجهاد المرتبط بالضغط الاجتماعي

5. التأثير على الهوية الشخصية

6. تشتت الذهن وصعوبة التركيز

التأثيرات التعليمية لاستخدام الأطفال لوسائل التواصل الاجتماعي

1. الوصول إلى المحتوى التعليمي:

تتيح وسائل التواصل الاجتماعي للأطفال الوصول إلى مجموعة واسعة من المواد التعليمية، بما في ذلك مقاطع الفيديو التعليمية، المدونات، والدورات التي يمكن أن تعزز معرفتهم في مجالات مختلفة.

2. تعزيز المهارات الرقمية:

من خلال استخدام وسائل التواصل الاجتماعي، يتعلم الأطفال كيفية التنقل في العالم الرقمي واستخدام التكنولوجيا بشكل فعال. هذا يشمل تطوير مهارات البحث والتفاعل مع المحتوى الرقمي.

3. التعاون والمشاركة:

يمكن للأطفال العمل مع أقرانهم على مشاريع جماعية أو دراسات حالة عبر الإنترنت. يشجع ذلك على التعاون وتبادل الأفكار والآراء ويساعد على تعزيز روح الفريق.

4. تنمية التفكير النقدي:

يساعد التفاعل مع محتوى متنوع وآراء مختلفة من خلال وسائل التواصل الاجتماعي الأطفال على تطوير مهارات التفكير النقدي والتحليلية، حيث يتعلمون تقييم المعلومات ومصادرها بشكل أفضل.

5. دعم التعليم الذاتي:

يمكن للأطفال استخدام وسائل التواصل للبحث عن مواضيع تهمهم واستكشاف اهتمامات جديدة بأنفسهم، مما يعزز من مفهوم التعلم المستقل ويشجع الفضول الفكري.



التأثيرات التعليمية لاستخدام الأطفال لوسائل التواصل الاجتماعي

6. المشاركة في المجتمعات التعليمية:

تتيح الوسائل الاجتماعية للأطفال الانضمام إلى مجموعات أو صفحات تتعلق بموضوعاتهم الدراسية المفضلة أو مسيرتهم الأكاديمية، مما يوفر لهم منصة للتواصل مع خبراء وأفراد ذوي اهتمامات مشابهة.

7. تحفيز الإبداع والتعبير الشخصي:

توفر بعض المنصات مجالاً للإبداع مثل إنشاء مقاطع الفيديو أو الرسوم البيانية التفاعلية التي تساعد الأطفال على التعبير عن أفكارهم بطريقة مبتكرة وجذابة.

8. تعزيز التعلم التجريبي:

من خلال المشاركة في تحديات ومشاريع عبر الإنترنت مثل المسابقات العلمية والفنية (مثل تحديات العلوم) يحصل الأطفال على فرصة لتطبيق المعرفة النظرية عملياً.

9. التواصل مع المعلمين والخبراء:

تسهّل منصات مثل تويتر ولينكد إن تواصل الطلاب بشكل مباشر مع المعلمين والمحترفين والخبراء الذين قد يقدمون لهم نصائح ودروساً قيمة خارج الفصل الدراسي التقليدي. في المجمل، إذا تم استخدام وسائل التواصل الاجتماعي بطريقة مدروسة وبإشراف مناسب من البالغين والمعلمين، فإن لديها القدرة على تعزيز العملية التعليمية وتوفير تجارب تعلم غنية ومفيدة للأطفال.



التأثيرات الإيجابية لاستخدام الأطفال لوسائل التواصل الاجتماعي:

تعزيز التعلم الذاتي:

- يمكن للأطفال استخدام منصات التواصل الاجتماعي للوصول إلى موارد تعليمية متنوعة، مثل مقاطع الفيديو التعليمية والمقالات والمناقشات التي تعزز فهمهم لمواضيع معينة

تطوير المهارات الاجتماعية:

- يساعد التفاعل مع الأقران عبر الإنترنت في تعزيز المهارات الاجتماعية والتواصلية. يتعلم الأطفال كيفية التعبير عن آرائهم وتقبل آراء الآخرين في بيئة افتراضية

التفكير النقدي:

- يتيح التعرض لمصادر معلومات متعددة للأطفال تطوير مهارات التفكير النقدي، حيث يتعين عليهم تقييم المعلومات واختيار المحتوى المناسب والموثوق



التأثيرات الإيجابية لاستخدام الأطفال لوسائل التواصل الاجتماعي:

التعاون والعمل الجماعي:

- يمكن أن تشجع وسائل التواصل الاجتماعي على العمل الجماعي من خلال المشاريع المشتركة والنقاشات الجماعية، مما يعزز القدرة على التعاون وحل المشكلات مع الآخرين

تعزيز الإبداع:

- توفر منصات التواصل الاجتماعي مساحة لإظهار الإبداع من خلال إنشاء محتوى مثل الفيديوهات والصور والمدونات، مما يساعد الأطفال على استكشاف أفكار جديدة وتطوير مهاراتهم الفنية والإبداعية

المسؤولية الرقمية:

- قد تساعد التطبيقات التعليمية وورش العمل المخصصة على تعزيز الوعي بمسؤوليات وسلوكيات الاستخدام الآمن والملائم للإنترنت ووسائل التواصل



التأثيرات السلبية لاستخدام الأطفال لوسائل التواصل الاجتماعي

الإدمان على الشاشة:

- مما يؤثر سلبيًا على أنشطتهم اليومية وتفاعلهم الاجتماعي الواقعي.

المشاكل النفسية:

- قد يزيد استخدام وسائل التواصل من مشاعر القلق والاكتئاب لدى الأطفال بسبب المقارنات الاجتماعية والمنافسة مع أقرانهم، وكذلك التعرض للتتمر الإلكتروني.

التعرض لمحتوى غير مناسب:

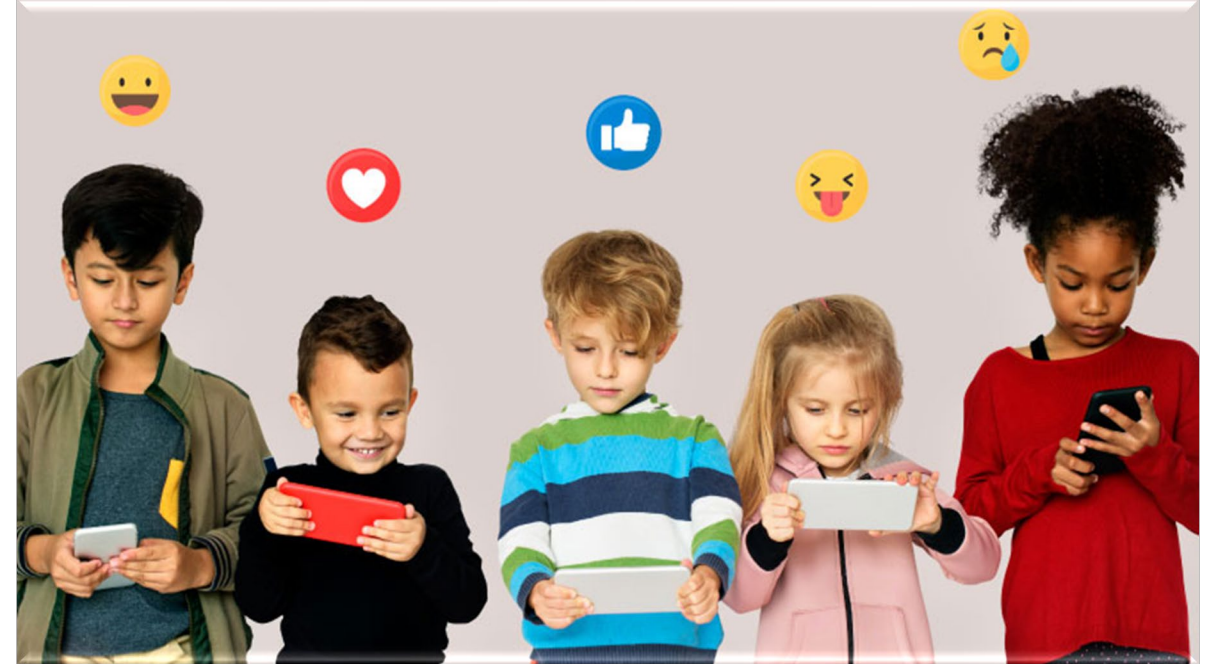
- يمكن للأطفال الوصول إلى محتوى غير ملائم أو ضار، مثل العنف أو الرسائل السلبية التي تؤثر بشكل سلبي على نموهم النفسي والاجتماعي.

فقدان الخصوصية:

- غالبًا ما يشارك الأطفال معلومات شخصية دون وعي بعواقب ذلك، مما يجعلهم عرضة للاستغلال أو استهداف المحتالين.

تقليل التفاعل الاجتماعي الواقعي:

- الاستخدام المفرط لوسائل التواصل قد يقلل من الفترات التي يقضيها الأطفال في الأنشطة الاجتماعية الحقيقية والتفاعل مع الأقران والعائلة وجهًا لوجه.



التأثيرات السلبية لاستخدام الأطفال لوسائل التواصل الاجتماعي

تأثير سلبي على الأداء الأكاديمي:

- إذا كان التركيز موجهًا بشكل أكبر نحو وسائل التواصل بدلاً من الدراسة والذاكرة، فقد يؤدي ذلك إلى تراجع الأداء الأكاديمي وانخفاض الدرجات.

التشتت الذهني:

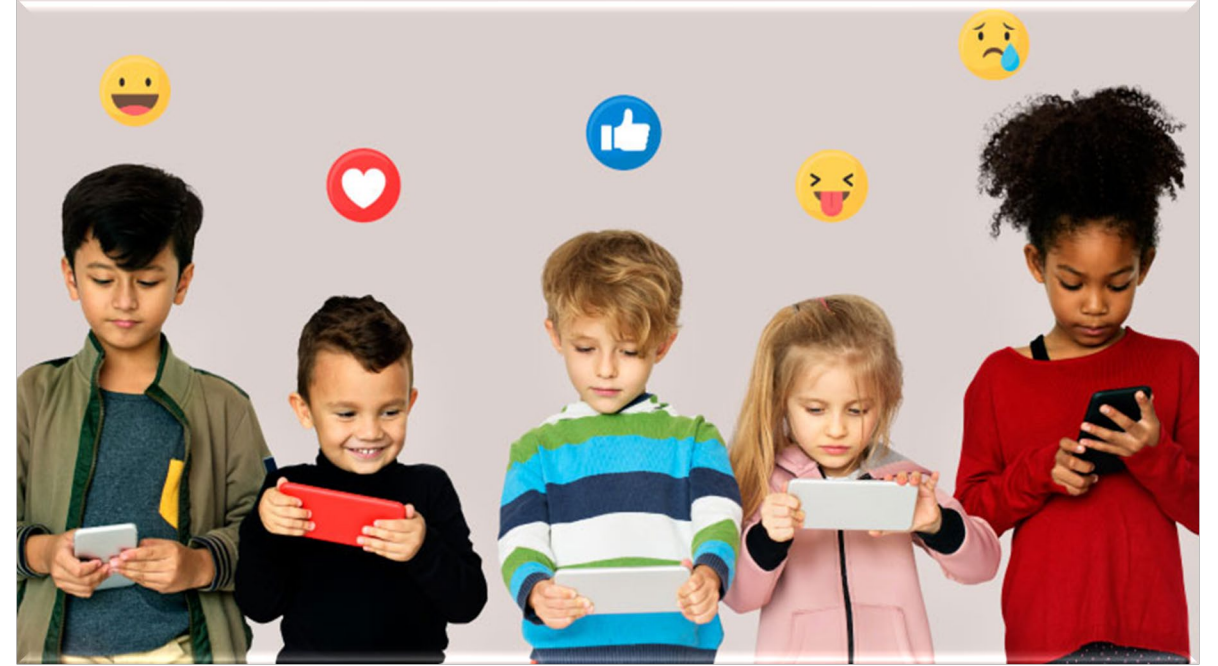
- تُعتبر وسائل التواصل منصات مليئة بالمعلومات والتحديات المستمرة؛ وهذا يمكن أن يتسبب في تشتت انتباه الأطفال وصعوبة التركيز على المهام الدراسية أو الأنشطة الأخرى المهمة.

قضايا الهوية والثقة بالنفس:

- قد يعاني بعض الأطفال من قضايا تتعلق بالهوية وثقتهم بأنفسهم عند تعريض أنفسهم لأحكام وآراء الآخرين على هذه المنصات، مما قد يؤثر سلباً على صورته الذاتية وتقديره لنفسه.

انتشار المعلومات الخاطئة:

- يمكن للأطفال التعرض للعديد من المعلومات المغلوطة أو الأخبار الزائفة عبر الإنترنت دون القدرة الكافية للتحقق منها وفحص مصداقيتها.



توصيات لحماية الأطفال والمراهقين من مخاطر الانترنت:

أوصت منظمة اليونيسف والعديد من المنظمات الداعية التي حماية الأطفال الى
تنفيذ العديد من الإجراءات الهادفة الى حماية الأطفال والمراهقين من مخاطر
الانترنت أبرزها:

- ضمان خصوصية الأطفال، وحماية البيانات وتشفيرها
- تعليم الأطفال كيفية حماية أنفسهم من المخاطر التي تتهدد خصوصيتهم.
- إجراءات الأبحاث والدراسات من أجل تعزيز التنسيق والتبادل المعرفي مع منظمات الأطفال والتواصل مع صانعي السياسات ووضع القوانين.
- العمل على تحقيق مساواة قوية في إمكانية الوصول للإنترنت واكتساب المعرفة الرقمية،



توصيات لحماية الأطفال والمراهقين من مخاطر الإنترنت:

- دعم إقامة المكتبات الإلكترونية وتوسيع قدرات المكتبات العامة كي تقدم تعليماً في مجال المهارات الرقمية (الأمم المتحدة).
- تعليم الأطفال كيفية التعرف على المخاطر والتضليل على الإنترنت وحماية أنفسهم منها



توصيات لحماية الأطفال والمراهقين من مخاطر الانترنت:

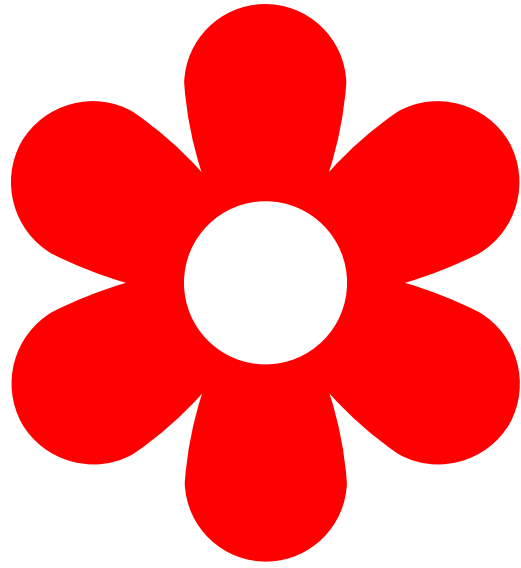
التوعية والمناقشة
تحديد قواعد الاستخدام
استخدام أدوات التحكم الأبوي
تعليم مهارات التقييم النقدي
تشجيع الحوار
إنشاء بيئة آمنة للأنشطة الرقمية
تعزيز المهارات الاجتماعية والعاطفية
تنقيف حول التمر الإلكتروني والتحرش
توجيه النشاطات البديلة
المراقبة والتقييم المستمر



الوقت المسموح به للجلوس أمام الأجهزة الإلكترونية

(الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال)

الفئة	المدة
الرضع حتى 18 شهرًا من العمر	يجب ألا يكون هنالك وقت للجلوس أمام الشاشة.
الأطفال من عمر 18 شهرًا إلى 24 شهرًا	بعض الوقت مع أحد الوالدين.
مرحلة ما قبل المدرسة	لا يزيد الوقت على ساعة واحدة في اليوم، مع وجود البالغين لمساعدتهم على فهم ما يرونه.
من عمر 5 إلى 18 سنة	يجب على الآباء وضع حد ووقت معين لا يتجاوز ساعتين يوميًا، كما يجب ألا تشغلهم عن الحصول على ما يكفي من النوم والقيام بالنشاط البدني.



شكرًا جزيلاً على حسن استماعكم

