

نصائح لحماية الأطفال خلال اللعب عبر الانترنت

شهدت الألعاب عبر الإنترنت نموًا كبيرًا بسبب جائحة كوفيد-19 خلال الربع الأول من عام 2020، [حيث ارتفع معدل تثبيت الألعاب في الأجهزة المحمولة بنسبة 75٪](#) و**زاد الوقت المستغرق في هذه الألعاب بنسبة 47٪** مقارنة بالفترة نفسها من العام الماضي. فقد قام هذا التحول بجلب ملايين الأطفال إلى عالم الألعاب.

ولكن بدون التوجيه المناسب، قد يعرض الأطفال أنفسهم أو يعرضون لعدة مخاطر، مثل الإفراط في الاستخدام أو الاتصال مع الغرباء أو الدفع الإلكتروني المتزايد على هذه الألعاب. إليك بعض الأشياء التي يجب مراعاتها عند السماح لأطفالك بلعب الألعاب عبر الإنترنت.

1. ضع بعين الاعتبار ما يمكنهم لعبه:

احرص على أن يكون المحتوى مناسبًا للعمر وأن يكون محتوى تعليمي.

- قم بمشاركة تفكيرهم في معايير ما هو مناسب للعمر والتعليم.
- اسألهم "ما هو الهدف من هذه اللعبة وكيف تصل إليه"؟
- راجع [ESRB.org](#) أو [PEGI.info](#) للحصول على أوصاف اللعبة وتقييمات العمر أو تحقق من منظمة Media Common Sense للحصول على [بعض القوائم الموصى بها](#).

2. حدد متى يمكنهم اللعب

تحدث إلى أطفالك عن يومهم وكيف يمكنهم أن يشغلوا يومهم بالطريقة الصحيحة.



- يوصي الدكتور مايكل ريتش من مركز الإعلام وصحة الطفل بوضع جدول زمني مع أطفالك يُظهر مقدار ما يجب فعله كل يوم بناءً على الأشياء التي يحتاجون إلى القيام بها للبقاء في صحة جيدة.
- على سبيل المثال، ربما تكون عبارة عن ثماني ساعات من النوم، ساعتين من الدروس عبر الإنترنت، ساعة واحدة من الواجبات المنزلية، المشي والتمارين، الجلوس لتناول الوجبات.
- ما تبقى من الوقت خصصه من أجل المتعة معهم وسيتعلمون تقدير وقتهم.

3. حدد فترة زمنية:

تأكد من أن الأطفال يدركون أن هناك حدود زمنية للعب.

- ضع في اعتبارك ما إذا كان بإمكان طفلك تنظيم وقته بالاعتماد على نفسه وإيقاف اللعبة بعد الوقت المتفق عليه
- إذا لم يتمكنوا من ذلك، فكر في الألعاب التي لها حد زمني ووقت انتهاء، مثل لعبة الـ FIFA أو Rocket League، حيث يضمن ذلك عدم استغراقهم لعدد غير محدود من الساعات في اللعب.

4. حدد أين يمكنهم اللعب

تأكد من وجود مكان معين ومتفق عليه

- إذا كنت بحاجة إلى بعض الأوقات الهادئة، يمكنك أن تجعلهم يلعبون في جزء آخر من منزلك، ولكن في مكان ما يسمح لك بتفقدهم أو الاطمئنان عليهم بسهولة
- ضع في عين الاعتبار جعل الأطفال يستخدمون سماعات الرأس إذا كانت اللعبة صاحبة للغاية

5. تحقق قبل الموافقة

أفضل طريقة لفهمهم هي اللعب.

- خذ الوقت الكافي لمراجعة هذه الأسئلة:
 - هل يمكنهم اللعب مع الآخرين؟
 - هل تسمح لك إعدادات الأسرة أو الخصوصية بتحديد الأشخاص الذين يمكنهم التفاعل معهم؟
 - هل هناك خاصية الدردشة؟ هل يمكنك تقييد ذلك؟
 - هل الدردشات مكتوبة مسبقاً أم حرة؟
- إعب اللعبة معهم مرة أو مرتين كي تتمكن من فهم آلية عمل الجانب الاجتماعي.
- إذا لم تكن تشعر بالراحة أو أحسست بأنهم ليسوا بالنضج الكافي للتفاعل مع الآخرين عبر الإنترنت، قم بتقييد أي من الميزات الاجتماعية.
- إذا كنت موافقاً على ذلك، فذكر أطفالك بالسلوك الآمن واللطيف تجاه الآخرين واستخدم دائماً إعدادات الخصوصية بطريقة تحميهم على أفضل وجه.
- شجعهم على القدوم إليك إذا واجهوا أي شيء يخيفهم أو يزعجهم من لاعب آخر، وقم بالإبلاغ عن هؤلاء المستخدمين إلى إدارة التطبيق أو اللعبة، إن أمكن.



6. حافظ على خصوصيتك وأمنك:

راجع إعدادات الخصوصية واستخدمها حيثما أمكن ذلك.

- عند التسجيل في لعبة ما، استخدم المصادقة متعددة العوامل (Two Factor Authentication) لتتمكن من أن تحظى بمستوى إضافي من الحماية ضد الأشخاص الذين يحاولون الوصول إلى حسابك.
- قد تطلب منك بعض تطبيقات الألعاب إتاحة الوصول إلى الكاميرا والميكروفون والموقع وقوائم جهات الاتصال الخاصة بجهازك. ضع في اعتبارك ما إذا كان هذا ضرورياً ورفضه إذا لم يكن كذلك.
- ذكر أطفالك دائماً بعدم إعطاء معلومات شخصية وخاصة لأي شخص لم يسبق لهم مقابلته، مثل عنوان المنزل أو كلمات المرور.

7. افهم التكاليف:

بعض الألعاب مجانية، ولكنها تتطلب الدفع لمواصلة اللعب أو تحسينه، يُعرف ذلك أيضاً باسم "الإصدار مجاني"

- ضع في اعتبارك حظر عمليات الشراء داخل التطبيق أو طلب كلمة المرور لإنفاق الأموال في اللعبة.
- ضع في عين الاعتبار استخدام بطاقات الهدايا المدفوعة مسبقاً حتى لا يتم خصم تكاليف إنفاق طفلك من بطاقتك الائتمانية.
 - يمكن أن تساعد البطاقات مسبقاً الدفع أيضاً طفلك على تعلم كيفية تخصيص ميزانية إنفاقه.
- قد تكون الإصدارات المجانية من تطبيقات الألعاب مليئة بالإعلانات التي قد تغري طفلك للنقر أو الضغط للانتقال إلى جزء آخر من الإنترنت. في هذه الحالة، ضع في اعتبارك النسخة المدفوعة لتجنب ذلك.
- هناك عناصر أخرى للألعاب، مثل صناديق الغنائم (Loot Boxes) وهي مجموعة من العناصر الافتراضية التي يمكنك الحصول عليها بإنفاق أموال حقيقية.
 - القلق المتزايد حول صناديق الغنائم هو أنك لا تعرف أبداً ما يوجد في "الصندوق"، مما يجعلها مشابهة للمقامرة. لذا في المرة الأولى التي تنفق فيها، قد لا تحصل على ما تريد (مثل تذكرة يانصيب)، لذلك قد تميل إلى مواصلة الإنفاق حتى تفعل ذلك.



8. احذر مجرمي الإنترنت:

الألعاب مجال ضخم ومرح. ذكر أطفالك أنهم بمجرد أن يدخلوا عالم الألعاب، فأنهم قد يصادفون مجرمي الإنترنت.

- يحاول بعض مجرمي الإنترنت إنشاء تطبيقات ألعاب تبدو شرعية، لكنها في واقع الأمر نسخة مزيفة وتعرض معلوماتك الشخصية للخطر.
- قد يمنعك مجرمو الإنترنت من اللعب حتى تدفع فدية.
- قم ببحثك والتزم بالألعاب التي تتمتع بسمعة جيدة ويستخدمها الكثير من الأشخاص.
- بالنسبة للألعاب الأكثر تعقيداً، مثل Fortnite أو Apex Legends، يقوم مجرمو الإنترنت ببيع "أكواد الغش". يمكنك شراء هذه الأكواد لهزيمة لاعب آخر أو الفوز بلعبة، تعد aimbots و wallhacks بعض من هذه الطرق، [والتي يمكنك قراءة المزيد عنها في بحثنا](#)
- شركات الألعاب تتجه إلى هذه الأساليب. لذلك ذكر أطفالك بأن الغش لن يؤدي إلى طردهم من اللعبة فحسب، بل قد يعرض أيضاً البيانات الشخصية، مثل معلومات بطاقة الائتمان إلى خطر هجوم مجرمي الإنترنت.
- ذكر أطفالك أن يستمتعوا أثناء اللعب، ولكن أن يفعلوا ذلك بطريقة صحيحة وآمنة.

هناك العديد من الأشياء التي يجب مراعاتها عندما تسمح لأطفالك بالدخول إلى عالم الألعاب عبر الإنترنت، ولكن هذه المخاطر لا تعني أن "اللعبة قد انتهت" للجميع. ضع في اعتبارك المشكلات التي أوضحناها أعلاه لمساعدة أطفالك في جعل الألعاب جزءاً آمناً وصحياً وممتعاً من يومهم.