نصائح للعائلة

الدراما الرقمية (المبالغة في ردود الأفعال)

من المهم أن يتحدث الكبار والصغار من نفس المنظور عندما يتعلق الأمر بمناقشة أستخدام وسائل التواصل الأجتماعي. ما يتصوره الكبار حول "التسلّط عبر الأنترنت" قد يفسره الصغار على أنه "دراما رقمية". لكنه ليس بالأمر الهيّن. تبدأ الدراما الرقمية في العالم الحقيقي وتتطور أحداثها ببطء على شبكة الأنترنت حينما يشعر الأطفال بالجرأة لقول أو فعل أشياء لا يستطيعون القيام بها وجهاً لوجه. إن متابعة الأطفال ومراقبتهم أثناء أستخدامهم للأجهزة التكنلوجية تعود على محادثاتك معهم بنتائج مثمرة ومفيدة.

- **أسألهم عن أحوالهم ... ثم أطرح عليهم هذا السؤال ثانية.**

قد يبدو الأمر سهلاً لكن أسال أطفالك عن أحوالهم يومياً. كما لاحظ ظهور أي مؤشر على وجود ما يزعجهم على الأنترنت أثناء أستخدامهم لهاتفهم المحمول والأجهزة الألكترونية الأخرى كأن يكون تغير في المزاج أو التصرفات. فقد تستحوذ على أنتباههم رسائل أجتماعية صغيرة بطريقة غير سليمة. أطرح عليهم العديد من الأسئلة لترى كيف ينظر أطفالك الى وسائل الأعلام وكيفية تفاعلهم مع التكنلوجيا. ما هي أدواتهم المفضلّة؟ لماذا يقدّرون التكنلوجيا؟ ما هي بعض المزايا وكذلك العقبات في عالمنا على مدار 7/24 ؟

- **أنقر على زر التوقيف المؤقت.**

شجع طفلك على "مواجهة الموقف شخصياً" إذا وقع ضحية تصرفات مؤذية من شخص أخر على الأنترنت. قد يكون مواصلة الحوار عبر الأنترنت أمراً مغرياً لكن المواجهة المباشرة تعود بنتائج أيجابية أكثر. إذ من السهل أن يؤدي أنعدام لغة الجسد، وتعابير الوجه، ونبرة الصوت عند التواصل عبر الأنترنت الى خلق حالة من سوء الفهم. شجّع الطفل على "أن يكون في مكان الطرف الأخر" لضمان أخذ جميع المواقف بنظر الأعتبار. إن "المواجهة المباشرة" ستمنح الطفل الوقت الكافي لأتخاذ موقف على أقل تقدير بدلاً من مجرد الرد.

- **أقرأ ما بين السطور.**

مع أنتشار تبادل الصور، عادة ما يكون في يد الأطفال دليل يفيد بعدم شمولهم في نشاط معين ...وهذا ما يؤدي الى تنامي مشاعر الإستبعاد لديهم. تخيّل أن يرى الطفل صورة لأصدقائه وهم يتناولون العشاء فيدرك بأنه لم يكن من بين المدعوين. وصحيح بأنه لا تتم دعوة الجميع الى كل مناسبة، لكنها محطة تحوّل يصعب على الأطفال فهمها - وغالباً لا يحتاجون سوى أذن صاغية لسماعهم أو إيجاد نشاط أجتماعي بديل لهم.

ولسوء الحظ، يستخدم بعض الأطفال الصور لنشرها عبر الأنترنت وعمل مشاركة لهذه الصور عن قصد للأطفال غير المدعوين - وهي محاولة لأرسال رسالة أستبعاد واضحة نوعاً ما. وفي هذه الحالة يجب أن يعلم أطفالك بدعمك لهم بالأضافة الى التحدث عن أتباع أستراتيجيات معينة لأصلاح الوضع أو الأبتعاد عن الشجار.