

تقدم أمسية الآباء الرقمية نصائح للآباء والأطفال حول الهواتف المحمولة نريد أن نفهم سبب حماس واثارة الأطفال حول الهواتف المحمولة الأطفال يرون الكبار ويقلدون ما يرونه. لهذا السبب نسأل اليوم: كيف يستخدم الآباء هواتفهم المحمولة؟ غالبًا ما يكون لدى البالغين هواتفهم المحمولة موضوعة بجوارهم أو في أيديهم نتحقق من خلال الهاتف عن الوقت والأخبار والملاحظات فكر، "كم مرة يشاهدني طفلي وأنا أحمل هاتفي الخليوي؟" يعتقد الطفل أن الهاتف الخليوي مهم جدًا لأن الوالدين يستخدمونه كثيرًا ما الخطأ في ذلك؟ تستهلك الهواتف المحمولة الكثير من وقتنا. تتراكم عدة دقائق على مدار اليوم. يقضي الشخص البالغ في المتوسط 4 ساعات يوميًا على هاتفه الخليوي نحن نربط الهاتف الخليوي بالأشياء الجميلة لأنه في بعض الأحيان تأتي رسائل لطيفة ومضحكة. يحدث ذلك دون أن نفكر فيه لهذا السبب غالبًا ما نتحقق من هواتفنا المحمولة. نأمل أن يأتي شيء لطيف أو مضحك مرة أخرى يجب أن يتعلم الطفل أن رنين الهاتف الخليوي ليس مرتبطًا بالضرورة بلحظة جميلة يجب أن يتعلم ويفهم بأن هنالك أشياء جميلة أخرى يجب ان تظهر للطفل أنه أهم من الهاتف الخليوي بالنسبة لك

وقت أقل على الهاتف اقل ضرراً على عيون الأطفال. يجب ان يتعلم الطفل انه لا يحتاج دائماً إلى هاتف محمول للألعاب والمرح. يجب أن يتعلم استخدام خياله

: نصائح لاستخدام الهاتف الخليوي لك ولطفلك ٨

القاعدة ١) عادات بدون هاتف خليوي ماذا يمكنك أن تفعل مع طفلك كل يوم بدون هاتف محمول؟ على سبيل المثال، يضع كل فرد في الأسرة هواتفهم المحمولة جانباً عند تناول الطعام معاً

القاعدة ٢) الوقت بدون هاتف محمول اقض وقتاً مع طفلك بدون هاتف محمول. اسأل طفلك أسئلة واستمع بعناية لما يقول

القاعدة ٣) ممنوع استخدام الهواتف المحمولة أثناء الدراسة غالبًا ما يشتت رنين الهاتف المحمول انتباهنا عندما يفترض بنا بدا عمل او انجاز مهمة. كل رنة اشعار او جرس تنبيه يشتت التركيز. نفس الشيء بالنسبة للأطفال. يصبح التعلم أكثر صعوبة، والواجبات

المنزلية تستغرق وقتاً أطول. أفضل شيء هو: عدم وجود هاتف محمول في الغرفة عند الدراسة وأداء الواجب المنزلي.

القاعدة ٤) الهاتف الخليوي ليس جليسة أطفال
احرص على معرفة ما يشاهده طفلك على هاتفه. بعض الأخوة الكبار يعطون إخوتهم الصغار هواتفهم المحمولة حتى يتمكنوا من أداء واجباتهم المدرسية بسلام.
في بعض الأحيان يرون أشياء لا ينبغي لهم رؤيتها كأطفال. مثال: على منصة يوتيوب، بعد مقطع فيديو، يبدأ المقطع التالي تلقائياً. في بعض الأحيان توجد مقاطع فيديو ذات محتوى عنيف أو إباحي ولا يجب على الأطفال التعرض لهذا المحتوى.

القاعدة ٥) ممنوع استخدام الهواتف المحمولة في الإزدحامات المرورية
تحدث العديد من الحوادث لأن شخصاً ما ينظر إلى هاتفه الخليوي وليس إلى الطريق. كن قدوة للأطفال. لا هاتف محمول أثناء القيادة أو حتى المشي في الشارع.

القاعدة ٦) التركيز على شيء واحد فقط
أدمننا ليست جيدة جداً في القيام بأمرين في نفس الوقت. عندما نحاول، يكون الأمر متعباً جداً قرر: إما الدردشة أو المسلسل، إما النشر أو مشاهدة فيلم. إما الهاتف المحمول أو التلفزيون. هذا مهم أيضاً للأطفال.

القاعدة ٧) لا هواتف محمولة في غرفة النوم
يحتاج الأطفال إلى قسط كافٍ من النوم. من الأفضل ترك الهاتف المحمول خارج غرفة الأطفال ليلاً. يجب أن ينام الأطفال بين ٨-١٠ ساعات في الليلة.

القاعدة ٨) كن حذراً مع صور الأطفال
يمكن أن تنتشر الصور عبر الإنترنت في ثوانٍ وهناك إمكانية بان تقع في أيدي المجرمين توخي الحذر واحم أطفالك من هذا الشيء. انشر صوراً قليلة للأطفال على حالة الواتساب أو على الانستغرام.
هذه النصائح هي مجرد اقتراحات. يمكنك أن تقرر بنفسك ما يمكنك وما تريد ادخاله في حياتك اليومية من المهم أن تعرف ما يفعله طفلك على الهاتف الخليوي. كن قدوة جيدة له
يوجد المزيد من مقاطع الفيديو حول الموضوعات المتعلقة بالهواتف المحمولة على موقع الويب الخاص بي بإمكانك زيارة الموقع ورؤية المزيد حول هذا الموضوع.