سلسلة «الذكاء الاصطناعي في بيتك»

اتفاقية العائلة مع الذكاء الاصطناعي

دليل أسري عملي حسب عمر الطفل

إعداد: **عبير عبدالله العبيدلي** · مدرّبة معتمدة ومستشارة في التحول الرقمي · نوفمبر 2026

هذه الاتفاقية ليست قائمة ممنوعات، بل **حوار عائلي مكتوب**: نتفق فيه معاً على كيف ومتى ولماذا نستخدم أدوات الذكاء الاصطناعي مثل: ChatGPT، Gemini، Meta AI (في واتساب وإنستغرام)، My AI (في سناب شات). اقرؤوها مع أبنائكم، وعدّلوها بما يناسب بيتكم، ثم وقّعوها جميعاً وعلّقوها في مكان يراه الجميع.

لماذا نحتاج هذه الاتفاقية الآن؟

الذكاء الاصطناعي صار جزءاً من يوم أبنائنا، في الجوال والألعاب والمدرسة. وتستعد **وزارة التربية والتعليم في مملكة البحرين** لإطلاق منصة تعليمية مبنية على الذكاء الاصطناعي، تتضمن حسابات لأولياء الأمور لمتابعة تقدّم أبنائهم. السؤال لم يعد: هل يستخدمه أبناؤنا؟ بل: **كيف نرافقهم في استخدامه؟**

64%

من المراهقين (13-17 سنة) يستخدمون روبوتات المحادثة، بينما يعتقد **نحو نصف الآباء فقط** أن أبناءهم يستخدمونها.

مركز Pew للأبحاث، فبراير 2026

3 أضعاف

الأطفال أكثر استخداماً للذكاء الاصطناعي من آبائهم، و **60%** منهم يستخدمونه في الواجبات المدرسية (دراسة شملت 10 دول منها الأردن).

يونيسف - إنوشنتي، يونيو 2026

1 من كل 3

من المراهقين الذين جرّبوا تطبيقات «الرفيق الذكي» ناقشوا أموراً جادة أو مهمة **مع الآلة بدلاً من إنسان**.

Common Sense Media، 2025

17%

انخفاض في درجات طلاب استخدموا ChatGPT ليحلّ عنهم ثم مُنعوا منه في الاختبار، بينما لم يتضرر من استخدم «مدرّساً ذكياً» يشرح ولا يعطي الإجابة.

دراسة منشورة في مجلة PNAS، 2025

ما الذي تغيّر في 2025-2026؟

- شركة OpenAI تشترط ألا يقل عمر المستخدم عن **13 سنة**، ومن 13 إلى 18 سنة **بموافقة الوالدين**، وأضافت أدوات رقابة أبوية ونظاماً لتقدير عمر المستخدم وحماية من هم دون 18.
- مؤسسة Common Sense Media توصي بألا يستخدم من هم **دون 18 سنة** تطبيقات «الرفيق الذكي» التي تتقمّص دور الصديق أو الحبيب.
- منصة Character.AI أوقفت المحادثات المفتوحة لمن هم دون 18 سنة، في اعتراف من القطاع نفسه بالمخاطر.
- يونيسف قدّرت أن **1.2 مليون طفل** على الأقل تعرّضت صورهم للتلاعب بالذكاء الاصطناعي وتحويلها إلى صور مسيئة خلال عام واحد.

مبادئنا الخمسة

1
نتعلّم معاً
نستكشف الأدوات مع أبنائنا، ولا نتركهم وحدهم أمامها.

2
الثقة قبل المراقبة
من يخبرنا بخطأ أو موقف مزعج لا يُعاقَب، بل نحلّها معاً.

3
الإنسان قبل الآلة
الأسرة والأصدقاء والمعلّم أولاً، والآلة أداة لا صديق.

4
الخصوصية خط أحمر
بياناتنا وصورنا وصور غيرنا ليست للمشاركة.

5
الآلة قد تخطئ
نتحقق من كل معلومة مهمة، ونسأل أهل الاختصاص.

قواعدنا حسب العمر

أقل من 13 سنة

الهدف: الفضول والتعلّم والقصص، بصحبة أحد الوالدين دائماً.

- ✓ **لا حساب خاص** في ChatGPT وما يشبهه؛ فالحد الأدنى للعمر 13 سنة. وإن استُخدمت أداة مخصصة للأطفال فمن خلال حساب يديره الوالدان (مثل Gemini عبر Family Link).
- ✓ نستخدمه **معاً** وعلى جهاز في مكان مشترك بالبيت، لا في غرفة النوم.
- ✓ استخدامات مقترحة: قصة قبل النوم نكتبها معاً، سؤال علمي نتحقق من إجابته في كتاب، رسمة نصفها ونتأملها.
- ✓ لا محادثات صوتية منفردة، ولا تطبيقات «صديق ذكي» أو شخصيات تتحدث مع الطفل.
- ✓ نعلّمه الجملة الذهبية: **«الآلة ليست إنساناً، وقد تخطئ.»**

من 13 إلى 15 سنة

الهدف: مساعد دراسي يشرح ولا يحلّ، تحت مظلة الوالدين.

- ✓ حساب **بموافقة الوالدين** مع **ربطه بأدوات الرقابة الأبوية** (في ChatGPT مثلاً: ساعات هدوء لا يعمل فيها، وإيقاف الذاكرة والصوت وتوليد الصور، وتنبيهات عند وجود مؤشرات ضيق شديد). مع العلم أن الوالدين لا يطّلعون على نص المحادثات، لذا يبقى الحوار هو الأساس.
- ✓ الاستخدام في **مكان مشترك** بالبيت، ولا جوال أو جهاز في غرفة النوم ليلاً.
- ✓ قاعدة الواجب: **«اشرح لي، لا تحلّ عني».** نفعّل وضع التعلّم/الدراسة إن وُجد، ونلتزم بسياسة المدرسة في استخدام الذكاء الاصطناعي.
- ✓ نسأل أسبوعياً بلا تحقيق: **«ما أغرب أو أفضل سؤال سألته للذكاء الاصطناعي هذا الأسبوع؟»**
- ✓ لا تطبيقات «رفيق ذكي» ولا علاقات عاطفية أو تقمّص أدوار مع الآلة.

من 16 إلى 17 سنة

الهدف: استقلالية مسؤولة واتفاق ثقة لا مراقبة.

- ✓ **اتفاق ثقة**: يدير حسابه بنفسه، ونراجع معاً إعدادات الخصوصية مرة كل فصل دراسي.
- ✓ **تحقّق من كل معلومة مهمة** من مصدرين موثوقين، خصوصاً في الصحة والدين والقانون والأخبار؛ ونسأل فيها أهل الاختصاص لا الآلة.
- ✓ الأمانة الأكاديمية: نذكر متى استعنّا بالذكاء الاصطناعي، ولا نقدّم عمله على أنه عملنا.
- ✓ **لا «صديق ذكي» بديلاً عن الناس**؛ وإذا شعرت أن الآلة صارت أقرب إليك من أهلك أو أصدقائك فهذه إشارة لنتحدث.
- ✓ لا نصنع ولا نشارك صوراً أو مقاطع مزيفة لأي شخص، ولو على سبيل المزاح؛ فهي قد تؤذي وتعرّض صاحبها للمساءلة.

قواعد للجميع، صغاراً وكباراً

- **لا نشارك** الاسم الكامل، أو اسم المدرسة، أو العنوان، أو أرقام الهواتف، أو صورنا وصور العائلة، أو صور أي شخص آخر، مع أي أداة ذكاء اصطناعي.
- **إذا أزعجك شيء أخبرنا فوراً**، ولن تُعاقَب على إخبارنا، حتى لو كنت أخطأت.
- **الآلة قد تخطئ أو تختلق**، فإن شككت فاسأل.
- لا نستخدم الذكاء الاصطناعي لإيذاء أحد: لا تنمّر، ولا سخرية، ولا تزييف.
- **أوقات بلا شاشات**: على السفرة، وفي التجمعات العائلية، وغداء الجمعة، وقبل النوم بساعة.
- هذه الاتفاقية تُشارَك مع **كل من يرعى الأطفال في البيت** (الأجداد، أو المربّية، أو الأقارب) ليتعاملوا معهم بالقواعد نفسها.

التزاماتنا نحن الوالدين

نلتزم بأن…

- ✓ نتعلّم الأدوات بأنفسنا ونجرّبها مع أبنائنا.
- ✓ نستمع قبل أن نحكم، ولا نعاقب من يصارحنا.
- ✓ نكون قدوة: لا جوال على السفرة، ونتحقق قبل أن نعيد إرسال أي خبر أو صورة.
- ✓ نتابع منصة المدرسة وسياستها في الذكاء الاصطناعي.
- ✓ نراجع هذه الاتفاقية معاً **كل 6 أشهر** أو عند تغيّر العمر أو الأداة.

إشارات تستدعي الحوار

- إخفاء الشاشة أو المحادثات بشكل متكرر.
- وصف روبوت المحادثة بأنه «صديقي» أو «الوحيد الذي يفهمني».
- تفضيل الحديث مع الآلة على العائلة والأصدقاء.
- السهر وقلة النوم بسبب المحادثات.
- الاعتماد الكامل على الآلة في الواجبات أو اتخاذ القرارات.

عند القلق على الحالة النفسية للطفل، لا تتردد في استشارة المرشد المدرسي أو مختص.

أسئلة تفتح الحوار على السفرة

أسئلة خفيفة بلا تحقيق، نطرح واحداً منها كل أسبوع:

- ما أذكى إجابة أعطاك إياها الذكاء الاصطناعي هذا الأسبوع؟ وما أغرب خطأ وقع فيه؟
- لو سألناه نحن الاثنين السؤال نفسه، هل تتوقع أن يجيب الإجابة نفسها؟ لنجرّب!
- كيف تعرف أن صورة أو مقطعاً صنعه الذكاء الاصطناعي؟
- ما الشيء الذي تفضّل أن تسألنا عنه نحن لا الآلة؟
- لو صمّمت قاعدة جديدة لاتفاقيتنا، ماذا ستكون؟

توقيع الاتفاقية

عائلة: .....

قاعدتنا الخاصة التي أضفناها: .....

.....

نحن الموقّعين أدناه قرأنا هذه الاتفاقية معاً، واتفقنا على الالتزام بها ومراجعتها كل ستة أشهر.

الاسم	العمر	التوقيع	التاريخ

موعد المراجعة القادمة: .....

> **تنبيه:** هذا دليل توعوي عام مبني على أحدث المصادر المتاحة حتى نوفمبر 2026، ولا يغني عن الاستشارة الطبية أو النفسية المتخصصة. سياسات الشركات وإعداداتها تتغيّر باستمرار، فراجعوا الإعدادات من داخل التطبيق نفسه.

المصادر

1. Pew Research Center – How Teens Use and View AI (Feb 2026) – https://www.pewresearch.org/internet/2026/02/24/how-teens-use-and-view-ai/
2. UNICEF Innocenti – Snapshot of AI Usage and Concerns Among Children and Parents (Jun 2026) – https://www.unicef.org/innocenti/media/13266/file/UNICEF-Innocenti-AI-Brief-2026.pdf
3. APA Monitor on Psychology – What AI is doing to young brains (Sep 2026) – https://www.apa.org/monitor/2026/09/ai-brain-development-youth
4. OpenAI – Our approach to age prediction (Jan 2026) – https://openai.com/index/our-approach-to-age-prediction/
5. OpenAI Help Center – Age requirements for ChatGPT – https://help.openai.com/en/articles/8313401
6. Common Sense Media – AI companions risk assessment (Apr 2025) & Talk, Trust, and Trade-Offs survey (Jul 2025) – https://www.commonsensemedia.org/ai-ratings
7. Bastani et al., PNAS (2025) – Generative AI without guardrails can harm learning – https://www.pnas.org/doi/10.1073/pnas.2422633122
8. News of Bahrain – Bahrain prepares new AI education system (Oct 2026) – https://www.newsofbahrain.com/en/article/bahrain-prepares-new-ai-education-system