

Date: September 15th, 2025

التاريخ: 15 سبتمبر 2025

Circular No:18 AY 2025-26

Subject: Phone-based Childhood seriously impacts children's development

Dear Parents and Guardians,

This message comes straight from my heart and is deeply rooted in extensive research.

I wish to highlight the paramount importance of delaying the introduction of **screen time for your children**, particularly those in kindergarten, elementary, and middle school.

In the book "The Anxious Generation," authored by Social Psychologist Jonathan Haidt, it is articulated how the brains of children undergo significant rewiring as they begin to substitute precious playtime with screen time. This unsettling shift not only impacts their cognitive development but also diminishes their emotional health and capacity for genuine interaction with peers.

Research has repeatedly highlighted the critical role parents play in ensuring that mobile devices and iPads do not take away the essence of play-based learning that is fundamental during childhood. Such experiences are vital for fostering interpersonal skills, enhancing language development, and nurturing a strong sense of self-efficacy in our children.

At Ajyal Al Falah, **we are serious in our commitment** to cultivating children's interpersonal skills, confidence, and talents, while boosting their self-worth and overall learning. For years, we have maintained a strict policy against mobile phone usage within our school environment.

We understand that, without the parents' presence at home to guide them after school, students may turn to various websites and social media platforms, putting them at risk.

السادة أولياء الأمور الكرام، تحية وبعد

أكتب إليكم هذه الرسالة ببالغ الاهتمام، مستندةً إلى نتائج أبحاث علمية دقيقة وواسعة النطاق.

أود أن أؤكد على الأهمية القصوى لتأخير تعريض أطفالكم للهواتف والأجهزة الإلكترونية، خصوصًا في مرحلة رياض الأطفال والمرحلة الابتدائية والمتوسطة.

في كتاب "The Anxious Generation" للمختص في علم النفس الاجتماعي جوناثان هايدت، أوضح أن أدمغة الأطفال تتعرض لإعادة تشكيل عميقة عندما يستبدلون أوقات اللعب الثمينة بالانشغال أمام الشاشات. هذا التحول المقلق لا يؤثر فقط على نموهم المعرفي، بل يضعف أيضًا صحتهم العاطفية وقدرتهم على التفاعل الحقيقي مع أقرانهم.

لقد أثبتت الدراسات مرارًا الدور المحوري الذي يلعبه الوالدان في ضمان ألا تسلب الأجهزة المحمولة والأجهزة اللوحية (الآيباد) جوهر التعلم القائم على اللعب، وهو حجر الأساس في مرحلة الطفولة. فمثل هذه الخبرات ضرورية لتنمية مهارات التواصل، وتعزيز التطور اللغوي، وبناء شعور قوي بالكفاءة الذاتية لدى أطفالنا.

في مدرسة أجيال الفلاح، نحن ملتزمون بجدية بتنمية مهارات التواصل لدى الأطفال، وتعزيز ثقتهم بأنفسهم، وصقل مواهبهم، إلى جانب رفع تقديرهم لذواتهم ودعم مسيرتهم التعليمية بشكل عام. ولأجل ذلك، حافظنا على مدار سنوات على سياسة صارمة تمنع استخدام الهواتف المحمولة داخل بيئة المدرسة.

ونحن ندرك أنه في حالة غياب الوالدين بعد انتهاء الدوام المدرسي، قد يتجه بعض الطلاب إلى مواقع إلكترونية أو منصات للتواصل الاجتماعي، مما يعرضهم للمخاطر.

During these unsupervised moments with their devices, children are exposed to information that is **not age-appropriate, as well as harmful content that can lead to thoughts of self-harm, suicide, and a barrage of foul language.** They may encounter situations involving **verbal abuse**, invasion of personal privacy and grooming, gossiping, and unkind discussions about their peers, all of which undermine the religious values and moral teachings we strive to instill at home and school.

To avoid serious incidents and bolster our children's self-worth and emotional growth, we kindly urge parents to adopt the following four guidelines:

1. **No smartphones until the age of fifteen.**

Basic mobile phones serve their purpose without the complications that

come from smartphones.

2. **Restrict social media access for younger children (ages 5-15).**

This will help shield them from engaging with strangers who may influence their thoughts and emotions negatively. Monitor what your child is watching on Instagram, YouTube, TikTok, and other applications and platforms, avoid age-restricted films that portray violence, swearing, and inappropriate beliefs and behavior, and stay informed about the **games they are playing** with strangers on various social media platforms and applications.

Remember, **"Social media can rob your child of their childhood if left unrestricted and unsupervised."**

3. **Adopting our phone-free school policy, which is non-negotiable.** By prohibiting phones on school grounds, we create an environment conducive to learning, one where students can fully engage in their classes, share laughter, enjoy conversations, and, most importantly, embrace the joy of play. The significance of play in brain development is immeasurable and cannot be overstated.

خلال هذه اللحظات غير الخاضعة للرقابة مع أجهزتهم، قد يتعرض الأطفال لمعلومات لا تتناسب مع أعمارهم، إضافةً إلى محتويات ضارة قد تقودهم إلى أفكار مؤذية للنفس أو حتى الانتحار، فضلاً عن سيلٍ من الألفاظ البذيئة. كما قد يواجهون مواقف تتعلق بالإساءة اللفظية، أو انتهاك الخصوصية الشخصية، أو محاولات استدراج الأطفال عبر الإنترنت، أو الخوض في الشائعات والمناقشات غير اللطيفة عن أقرانهم، وكل ذلك يقوّض القيم الدينية والمبادئ الأخلاقية التي نسعى جميعاً لغرسها في المنزل والمدرسة.

ولتفادي وقوع حوادث خطيرة، وتعزيز تقدير الذات والنمو العاطفي لدى أطفالنا، نرجو من أولياء الأمور التقيد بالإرشادات التالية:

1- **منع استخدام الهواتف الذكية حتى سن الخامسة عشرة.** يمكن للهواتف البسيطة أداء الغرض المطلوب دون التعقيدات والمخاطر التي ترافق الهواتف الذكية.

2- **تقييد الوصول إلى وسائل التواصل الاجتماعي للأطفال الأصغر سنًا (من 5 - 15 عامًا).** فهذا يساعد على حمايتهم من التعامل مع الغرباء الذين قد يؤثرون سلبًا على أفكارهم ومشاعرهم. راقبوا ما يشاهده أطفالكم على إنستغرام ويوتيوب وتيك توك وغيرها من التطبيقات والمنصات، وتجنبوا الأفلام المقيّدة بالعمر التي تتضمن العنف أو الألفاظ النابية أو المعتقدات والسلوكيات غير المناسبة، وكونوا على اطلاع دائم على الألعاب التي يلعبونها مع الغرباء عبر مختلف المنصات والتطبيقات.

تذكروا: "وسائل التواصل الاجتماعي يمكن أن تسرق طفولتكم من أبنائكم إذا تركت دون قيود أو إشراف."

3- **الالتزام بسياسة المدرسة الخالية من الهواتف، والتي لا تقبل النقاش أو الاستثناء.**

من خلال منع استخدام الهواتف داخل الحرم المدرسي، نضمن بيئة تعليمية محفزة، يتمكن فيها الطلاب من التفاعل الكامل مع دروسهم، ومشاركة الضحكات، والاستمتاع بالحوار، والأهم من ذلك كله عيش فرحة اللعب. إن أهمية اللعب في نمو الدماغ لا يمكن قياسها أو المبالغة في التأكيد عليها.

4. Encourage ample free play and instill a sense of independent responsibility toward the real world.

Let your children experience the freedom to engage in enriching activities and community support. Consider **enrolling your children** in equestrian programs, Arabic and Islamic classes, after-school math and sports clubs, or robotics workshops, where they can express their frustrations and channel their thoughts positively and creatively. These activities will support emotional development while enhancing problem-solving and language skills, fostering critical, creative, and innovative thinking, and promoting overall health and well-being.

I encourage you to **actively monitor your children's mobile phones and iPads** and stay alert to what your children are exposed to online, including their interactions on social media, purchasing of illegal devices without your consent, and exposure to digital gaming environments.

Thank you for empowering us to enhance the emotional, social, and cognitive experiences of all our students and for taking this message seriously.

Yours sincerely,



Dr. Antoinette Brown
Principal Director

4-تشجيع اللعب الحر وتنمية حس المسؤولية المستقلة تجاه

العالم الواقعي.

دعوا أبناءكم يعيشون حرية الانخراط في أنشطة تثرهم وتدعم المجتمع. فكروا في تسجيلهم في برامج الفروسية، أو حصص اللغة العربية والتربية الإسلامية، أو نوادي الرياضيات والرياضة بعد الدوام المدرسي، أو ورش الروبوتات، حيث يمكنهم التعبير عن مشاعر الإحباط وتوجيه أفكارهم بشكل إيجابي وخالق. فهذه الأنشطة تدعم النمو العاطفي، وتنمي مهارات حل المشكلات واللغة، وتغرس التفكير النقدي والإبداعي والابتكاري، وتعزز الصحة العامة والرفاه.

كما أشجعكم على متابعة استخدام أبنائكم للهواتف والأجهزة

اللوحية (الآيباد)، والبقاء على وعي بما يتعرضون له عبر الإنترنت، بما في ذلك تفاعلاتهم على وسائل التواصل الاجتماعي، ومحاولات شراء أجهزة غير قانونية دون علمكم، أو الانغماس في بيئات الألعاب الرقمية.

نشكر لكم تمكيننا من تعزيز التجارب العاطفية والاجتماعية والمعرفية لجميع طلابنا، ونقدّر جديتكم في التعامل مع هذه الرسالة.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام،



الدكتورة أنطوانيت براون
مديرة المدرسة

