قمة قطر الأولى للذكاء الاصطناعي والتميز المؤسسي

" نحو مؤسسات أكثر ذكاءً وكفاءةً واستدامة "

25–26 سبتمبر 2026 | الدوحة – دولة قطر

كبار السن في عصر الذكاء الاصطناعي: تمكين رقمي لحياة أفضل

ورشة عمل تدريبية مقدمة لقمة قطر الأولى للذكاء الاصطناعي والتميز المؤسسي

الدكتورة شذا محمد العلي

استشاري سلوكي اجتماعي

عضو هيئة التدريس – الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب | دولة الكويت

اعتماد الملف العلمي

رئيس اللجنة العلمية – قمة قطر الأولى للذكاء الاصطناعي والتميّز المؤسسي

د. أمل علاونة

سبتمبر 2026

فهرس المحتويات

مقدمة 3
أهداف الورشة التدريبية 3
المحتوى العلمي للورشة التدريبية..... 4
المحور الأول: مدخل إلى الذكاء الاصطناعي والتمكين الرقمي لكبار السن..... 4
المحور الثاني: الذكاء الاصطناعي في الحياة اليومية والتواصل الاجتماعي 5
المحور الثالث: السلامة والأمان الرقمي 5
الأنشطة والتطبيقات العملية 7
المخرجات المتوقعة 8
الخاتمة 9
المصادر والمراجع..... 10

مقدمة

يُعدّ كبار السن شريحةً مجتمعيةً أصيلةً تستحق أن تكون طرفًا حقيقيًا في التحول الرقمي لا مجرد متلقٍّ سلبي لنتائجه. وفي ظل التوسع المتسارع لتقنيات الذكاء الاصطناعي وانتشار المساعدات الذكية في كل جانب من جوانب الحياة اليومية، باتت الحاجة ملحّة لتجسير الفجوة الرقمية التي قد تعزل هذه الفئة عن فرص أساسية في الصحة والتواصل والاستقلالية.

تهدف هذه الورشة إلى تمكين المشاركين—سواء أكانوا من كبار السن مباشرةً أم من الكوادر العاملة في دعمهم—من فهم أدوات الذكاء الاصطناعي وتوظيفها بصورة آمنة وفاعلة تحسّن جودة الحياة اليومية وتعزز الاندماج الاجتماعي. وتنسجم الورشة مع محور التحول الرقمي الشامل في قمة قطر الأولى للذكاء الاصطناعي والتميز المؤسسي، إذ تؤمن أن التميز المؤسسي لا يكتمل دون إدماج الفئات العمرية كافة في منظومته.

أهداف الورشة التدريبية

- بناء وعي واضح ومبسّط بمفهوم الذكاء الاصطناعي وتطبيقاته العملية في حياة كبار السن.
- تنمية المهارات الرقمية الأساسية التي تُعزز استقلالية كبار السن وثقتهم بأنفسهم في التعامل مع التقنية.
- توظيف أدوات الذكاء الاصطناعي في تحسين التواصل الاجتماعي والحد من العزلة.
- تعريف المشاركين بأسس السلامة والأمان الرقمي وحماية الخصوصية.
- تمكين الأسرة والمجتمع من دعم كبار السن رقميًا دون المساس باستقلاليتهم.

المحتوى العلمي للورشة التدريبية

المحور الأول: مدخل إلى الذكاء الاصطناعي والتمكين الرقمي لكبار السن

1. **مفهوم الذكاء الاصطناعي بأسلوب مبسّط وأمثلة من الحياة اليومية:**

الذكاء الاصطناعي هو قدرة الأنظمة الرقمية على أداء مهام تحتاج عادةً إلى قدر من الفهم أو التعلّم أو اتخاذ القرار، مثل فهم الكلام، تمييز الصور، اقتراح إجابات، أو تذكير المستخدم بما يلزمه. وبالنسبة لكبار السن، يظهر أثره عمليًا في المساعدات الصوتية التي تذكّر بمواعيد الدواء، والتطبيقات الصحية التي تتابع المؤشرات الحيوية، وخدمات الترجمة الفورية، والتنبيهات الذكية، وأدوات قراءة النصوص أو تحويل الكلام إلى كتابة، بما يدعم الاستقلالية اليومية ويقلل الاعتماد الكامل على الآخرين (World Health Organization Regional Office for the Western Pacific, 2021; World Health Organization, 2024)

2. **أهمية التحول الرقمي لكبار السن:**

التمكين الرقمي يعني إتاحة المعرفة والمهارات والأدوات والدعم الذي يمكّن كبير السن من استخدام التقنية بثقة وأمان للوصول إلى الخدمات، والتواصل مع الآخرين، وإدارة شؤونه اليومية. وترتبط هذه القدرة مباشرةً بجودة الحياة؛ فكلما كانت الخدمات الرقمية سهلة وميسّرة زادت فرص الوصول إلى الرعاية الصحية والمعلومات والخدمات العامة، وتحسنت الاستقلالية، وتراجعت مخاطر العزلة أو الاستبعاد الرقمي (OECD, 2025; World Health Organization Regional Office for the Western Pacific, 2021)

3. **الفرص والتحديات:**

تتيح التقنية فرصًا مهمة لكبار السن، مثل تحسين الوصول للرعاية عن بُعد، متابعة الأدوية والمواعيد، تسهيل التواصل مع الأسرة، دعم التعلم المستمر، وتوسيع المشاركة المجتمعية. وفي المقابل، قد تعيق الاستفادة منها عوامل مثل ضعف المهارات الرقمية، الخوف من الخطأ، صعوبة الواجهات، مشكلات البصر أو السمع أو الحركة، محدودية الدخل، ومخاطر الخصوصية والاحتيال. لذلك لا يكفي توفير الأدوات، بل يجب تصميمها بصورة دامجة وتقديم تدريب تدريجي ودعم إنساني مستمر (OECD, 2025; World Health Organization, 2021; World Health Organization Regional Office for the Western Pacific, 2021)

4. **تنمية المهارات الرقمية الأساسية:**

الاستخدام الأول للهاتف الذكي، التطبيقات، والمساعدات الصوتية.

5. **تجاوز الخوف والتردد:**

من أهم الاستراتيجيات النفسية والسلوكية البدء بخطوات صغيرة قابلة للنجاح، استخدام أمثلة من حياة المتدرب اليومية، تكرار التدريب دون استعجال، تجنب السخرية أو التصحيح القاسي، تعزيز الإحساس بالقدرة بعد كل تجربة ناجحة، وتوفير شخص موثوق يمكن الرجوع إليه عند الحاجة. كما يساعد التعلم الجماعي بين الأقران، وربط التقنية بهدف شخصي واضح مثل التواصل مع الأحفاد أو حجز موعد صحي، على تحويل التقنية من مصدر قلق إلى أداة نافعة ومألوفة.

المحور الثاني: الذكاء الاصطناعي في الحياة اليومية والتواصل الاجتماعي

1. **تطبيقات الذكاء الاصطناعي اليومية:** تنظيم المواعيد، التذكير بالأدوية، الإجابة على الأسئلة.

2. **تسهيل الوصول إلى الخدمات الحكومية والصحية والتجارية عبر الأدوات الذكية:** يمكن لكبير السن استخدام الهاتف الذكي أو المساعد الصوتي لحجز موعد طبي، تذكّر الدواء، البحث عن أقرب مركز خدمة، تعبئة النماذج الإلكترونية بمساعدة فرد من الأسرة، متابعة نتائج الفحوصات عبر التطبيقات الصحية، دفع الفواتير بأمان، أو طلب توصيل الاحتياجات المنزلية. وتصبح هذه الخدمات أكثر فائدة عندما تكون الواجهة واضحة، والخط كبيرًا، والخطوات قليلة، مع وجود دعم عند التعثر (OECD, 2025; World Health Organization, 2024).

3. **استخدام التقنية للحد من العزلة الاجتماعية:** التواصل مع الأسرة والأصدقاء عن بُعد.

4. **تعزيز المشاركة المجتمعية:** يدعم الذكاء الاصطناعي انخراط كبار السن في الأنشطة الثقافية والتعليمية والترفيهية من خلال اقتراح فعاليات قريبة تناسب الاهتمامات، تذكير المستخدم بمواعيدها، ترجمة المحتوى، قراءة النصوص بصوت مسموع، تسهيل حضور المحاضرات عن بُعد، وإتاحة مجموعات تعلم أو هوايات رقمية. كما يمكن للأنظمة الذكية مساعدة كبار السن على العثور على أنشطة مشتركة بين الأجيال، مما يعزز التواصل والشعور بالانتماء (National Institute on Aging, 2019; World Economic Forum, 2021a).

المحور الثالث: السلامة والأمان الرقمي

1. **حماية الخصوصية والبيانات الشخصية:** ما الذي يجب مشاركته وما الذي لا يُشارك؟

2. **التعرف على الاحتيال الإلكتروني والرسائل المضللة:** من أبرز العلامات التحذيرية طلب تحويل أموال أو مشاركة رمز تحقق، الادعاء بوجود مشكلة عاجلة في الحساب، التهديد بإغلاق خدمة، روابط غريبة، أخطاء لغوية، وطلب السرية أو الاستعجال. عند الاشتباه، يجب التوقف وعدم الضغط على الرابط، عدم مشاركة أي بيانات، التواصل مع الجهة الرسمية عبر رقمها أو تطبيقها المعتمد، استشارة شخص موثوق، حفظ الرسالة عند الحاجة للإبلاغ، ثم حذفها أو حظر المرسل (Federal Trade Commission, 2025; Federal Trade Commission, n.d.)
3. **الاستخدام الآمن والمسؤول لأدوات الذكاء الاصطناعي:** يجب عدم إدخال بيانات شخصية أو مالية حساسة مثل أرقام البطاقات أو كلمات المرور أو رموز التحقق أو التقارير الطبية الخاصة. كما ينبغي التحقق من المعلومات المهمة من مصدر رسمي، وعدم الاعتماد على مخرجات الذكاء الاصطناعي وحدها في القرارات الصحية أو المالية أو القانونية، بل الرجوع إلى الطبيب أو الجهة المالية أو المختص المعني. ويجب التعامل مع الأداة كمساعد للتوضيح والتنظيم لا كبديل عن الحكم المهني أو الإنساني (World Economic Forum, 2021b; World Health Organization, 2024)

المحور الرابع: دور الأسرة والمجتمع في التمكين الرقمي

- كيف تدعم الأسرة كبار السن في تعلم التقنية دون إلغاء استقلاليتهم أو إحساسهم بالعجز.
- **بناء بيئة رقمية داعمة تراعي احتياجات كبار السن وخصوصياتهم:** تقوم البيئة الداعمة على سهولة الاستخدام، وضوح التعليمات، تكبير الخطوط، بساطة الألوان، تقليل عدد الخطوات، دعم الصوت والقراءة، إمكانية الرجوع خطوة للخلف، وتوفير مساعدة بشرية عند الحاجة. كما يجب احترام الخصوصية والاستقلالية؛ فيُقدَّم الدعم دون مصادرة القرار، ويشارك كبير السن في اختيار الأداة وطريقة استخدامها بما يناسب قدراته واحتياجاته (World Economic Forum, 2021b; World Health Organization, 2021; World Health Organization Regional Office for the Western Pacific, 2021)
- تعزيز ثقافة التعلم الرقمي المستمر والمشاركة بين الأجيال.

الأنشطة والتطبيقات العملية

نظرًا لأن مدة الورشة نصف ساعة واحدة، صُمِّمت الأنشطة لتكون سريعة الأثر وعالية التفاعل

- تجربة مباشرة مع مساعد صوتي ذكي: يطرح المشاركون أسئلة حقيقية ويرون الإجابات فورًا
- نشاط التعرف على الاحتيال: يُعرَض على المشاركين رسائل نصية واقعية مشبوهة ويُحدَّد ما يجعلها خطرة
- سيناريو جماعي: مجموعات صغيرة تُجيب عن سؤال «كيف يساعدك الذكاء الاصطناعي في يوم عادي؟» وتعرض إجاباتها.
- جلسة أسئلة وأجوبة مفتوحة: المشاركون يطرحون قلقهم الحقيقي وتُقدَّم إجابات عملية.

المخرجات المتوقعة

- امتلاك فهم عملي واضح لمفهوم الذكاء الاصطناعي وتطبيقاته المناسبة لكبار السن.
- القدرة على استخدام مساعد صوتي أو تطبيق ذكي للمهام اليومية الأساسية.
- الوعي بأساليب الاحتيال الرقمي وآليات الحماية منه.
- تعزيز الثقة في التعامل مع التقنية وتراجع مشاعر الخوف والتردد.
- إدراك أسري ومجتمعي بكيفية دعم كبار السن رقميًا دون انتزاع استقلاليتهم.

الخاتمة

تُسهم هذه الورشة في ترسيخ مبدأ أن التمكين الرقمي حق لجميع الفئات العمرية لا امتياز لجيل دون آخر. وعبر دمج المحتوى النفسي والسلوكي بالتطبيق التقني العملي، تقدم الدكتورة شذا العلي نموذجًا تدريبيًا يعترف بخصوصية كبار السن واحتياجاتهم ويوظف الذكاء الاصطناعي خادمًا لاستقلاليتهم وكرامتهم لا عائقًا أمامها.

وتنسجم هذه الورشة مع رؤية **قمة قطر الأولى للذكاء الاصطناعي والتميز المؤسسي** في بناء مجتمعات أكثر ذكاءً وشمولًا واستدامةً ، إذ لا يكتمل التميز المؤسسي دون أن يمتد أثره إلى كل فرد من أفراد المجتمع.

المصادر والمراجع

- Federal Trade Commission. (n.d.). *Scams against older adults*. https://consumer.ftc.gov/all-scams/scams-against-older-adults
- Federal Trade Commission. (2025). *False alarm, real scam: How scammers are stealing older adults' life savings*. https://www.ftc.gov/news-events/data-visualizations/data-spotlight/2025/08/false-alarm-real-scam-how-scammers-are-stealing-older-adults-life-savings
- National Institute on Aging. (2019). *Social isolation, loneliness in older people pose health risks*. https://www.nia.nih.gov/news/social-isolation-loneliness-older-people-pose-health-risks
- OECD. (2025). *Digital skills for seniors: Key steps for effective training programmes*. https://www.oecd.org/en/publications/digital-skills-for-seniors_9edfa7ef-en.html
- World Economic Forum. (2021). *AI and ageing workshop report*. https://www3.weforum.org/docs/WEF_AI_and_Ageing_Workshop_Report_2021.pdf
- World Economic Forum. (2021). *Designing artificial intelligence technologies for older adults*. https://www3.weforum.org/docs/WEF_Designing_Artificial_Intelligence_Technologies_for_Older_Adults_2021.pdf
- World Health Organization. (2021). *Leapfrogging to a healthy ageing society through inclusive technology*. https://www.who.int/china/news/feature-stories/detail/leapfrogging-to-a-healthy-ageing-society-through-inclusive-technology
- World Health Organization. (2024). *Promoting healthy ageing in a digital world*. https://www.who.int/europe/news-

room/events/item/2024/09/17/default-calendar/promoting-healthy-ageing-in-a-digital-world

- World Health Organization Regional Office for the Western Pacific. (2021). *Working together to promote digital inclusion for older people*. Decade of Healthy Ageing. https://www.decadeofhealthyageing.org/find-knowledge/resources/publications/working-together-to-promote-digital-inclusion-for-older-people