

بسم الله الرحمن الرحيم

تبلت برای کودکان

فرصت‌ها-تهدیدها و راهکارها

علی فاطمی پور

شناسنامه

مؤلف:	علی فاطمی پور
مدیر هنری و طراح گرافیک:	ناصر حسنی
ناشر:	بهار دلها
چاپ:	البرز
شاپک:	۹۶-۹۶-۸۴۴۹-۶۰۰-۹۷۸
شمارگان:	جلد ۲۰۰۰
چاپ:	اول-۱۳۹۶
قیمت:	۳۰۰۰ تومان
تلفن دفتر نشر:	۰۹۱۲۷۵۳۲۰۴۱ / ۰۲۵-۳۷۷۴۱۳۶۲

فیبا

شاپک: ۹۶-۹۶-۸۴۴۹-۶۰۰-۹۷۸ / شماره کتابشناسی ملی: ۴۸۷۱۲۷۵ / عنوان و نام پدیدآور: تبلت برای کودکان: فرصت‌ها- تهدیدها و راهکارها/ علی فاطمی پور. مشخصات نشر: قم: بهار دلها، ۱۳۹۶. / مشخصات ظاهری: ۸۴ ص. / یادداشت: کتابنامه به صورت زیرنویس. / موضوع: تلفن همراه و نوجوانان / موضوع: Cell phones and teenagers / موضوع: تلفن همراه -- جنبه‌های اجتماعی / موضوع: Social -- Cell phones / aspects / موضوع: تبلت (کامپیوتر) / موضوع: Tablet computers / موضوع: رسانه‌های گروهی و کودکان / موضوع: Mass media and children / موضوع: رسانه‌های گروهی و نوجوانان / موضوع: Mass media and teenagers / رده بندی دیویی: ۳۰۳ / ۴۸۳۳ / رده بندی کنگره: ۲۱۳۹۶ / ۲ / ف / ۹۷۱۳ / HE / سرشناسه: فاطمی پور، علی، ۱۳۷۰- / وضعیت فهرست نویسی: فیبا

فهرست

۵	پیشگفتار
۹	وقت مُدرن شدن رسیده
۱۵	فرصت‌ها
۲۰	تهدیدها
۴۴	علت‌ها و ریشه‌ها
۵۴	راهکارها
۶۲	سوالات

به نام «او» که زیباست

و زیبایی را دوست دارد

#پیشگفتار

این روزها تبلت، موبایل و ابزارهای جدید ارتباطی دغدغه ذهنی بسیاری از والدین و کودکان شان شده است. از آنجا که اخیراً کودکان و نوجوانان این وسایل ارتباطی را در دسترس بسیاری از همسن و سالان خود می‌بینند، آرزوی داشتن آن را دارند. از سوی دیگر والدین نگران این مسئله هستند که آیا ابزارهای جدید موجب رشد و پیشرفت و یا خسارت و عقب ماندگی فرزندان خواهد شد. در مجموع موضوعی که این روزها ذهن اکثر والدین را به خود مشغول کرده، این است که:

خرید تبلت و یا تلفن همراه برای فرزندان مفید و یا مضر است؟

چه سنی برای خرید تبلت و تلفن همراه برای کودکان مناسب است؟

این وسایل و ابزارهای تکنولوژی جدید چه جنبه‌های مثبتی می‌تواند داشته باشد؟

آیا کاربرد آن‌ها ضرورتی دارد؟ کودکان و نوجوانان روزی چند ساعت می‌توانند از تلفن همراه و تبلت استفاده کنند؟
چه قوانینی وضع کنیم تا از وابستگی فرزندان به این ابزارها جلوگیری شود؟

کارشناسان چه بازی‌ها و کاربردهایی را در استفاده از تلفن همراه و تبلت برای کودکان توصیه می‌کنند؟

اگر کودکی بر اثر بی‌توجهی والدین و استفاده زیاد از تلفن همراه و تبلت، دچار وابستگی شدید و اعتیاد به این ابزارها شد، چگونه می‌توانیم وابستگی او را از بین ببریم؟ و بسیاری از سوالاتی از این قبیل.

امروزه این سؤال‌ها یکی از مهمترین دغدغه‌های والدین شده است و چون آن‌ها پاسخ مناسب و قانع‌کننده‌ای متناسب با شرایط و امکانات زندگی خود پیدا نمی‌کنند، گاهی تصمیم‌های نابجایی می‌گیرند که تبعات غیرقابل جبران دارد. درحالی که اگر با متخصصی در این زمینه مشورت می‌کردند، تصمیم مناسب‌تری گرفته میشد.

به جهت اهمیت مسئله مزبور ساعت‌ها با کارشناسان، روانپزشکان و روانشناسان حوزه کودک و نوجوان مشورت کرده و در نهایت مطالب کاربردی و مناسبی را برای شما والدین دغدغه‌مند و دلسوز نسبت به تربیت کودکان گلچین نمودیم، تا به لطف الهی بتوانیم شما را در تربیت نوگل بهستی یاری کرده و راه را بیش از گذشته در پیش چشم‌های

شما روشن نماییم. زیرا پدران و مادران بار بزرگی بردوش خود دارند و آن تربیت یک نسل صالح است، تربیت نسلی منتظر برای یاری امام خوبی‌ها، تربیت یارانی که با قیام او قیام کنند و مصلح جهانی شوند. آن روز نزدیک است و آن دستان کوچکی که اکنون در دستان گرم شما آرام گرفته‌اند، فردا نوید بزرگی را به جهان خواهند داد و با عنایات حضرت حق سربازانی برای امام زمان شان خواهند شد. قدر این سربازان کوچک را دانستن، خود نعمت بزرگی است و لیاقتی ویژه می‌خواهد. هر کدام از این فرزندان می‌توانند سلمانی برای رسول خدا باشند و به مقام «مِنَّا أَهْلَ الْبَيْتِ» برسند. از گل تان مواظبت کنید؛ مبادا خم شود یا بشکند.

بهشت ارزانی زحمات والدین مدیر و مدبر

علی فاطمی پور

شهر کریمه اهلبیت عليه السلام

بخشید چند لحظه!

قالب ارائه محتوا در این اثر به گونه ای طراحی شده است تا مخاطب قادر باشد پس از مطالعه تمام کتاب، فرصت ها و تهدیدهای اینگونه وسایل را با یکدیگر در ترازوی نقد و مقایسه بگذارد و تصمیمی منطقی و با در نظر گرفتن همه جوانب، برای خود و خانواده بگیرد؛ از این رو در پایان کتاب از ارائه جمع بندی توسط نگارنده به مخاطب پرهیز شده است.

در این نگارش در مواردی از کلمه موبایل استفاده شده است، و در مواردی دیگر تبلت یا رایانه به کار برده شده که در تمامی آن ها، عموم اینگونه وسایل مراد می باشد.

تقدیم به بهترین و مهربانترین پدر و مادر دنیا

آن ها که سوختند تا ما ساخته شویم

آن ها که فکر روز و شب شان تربیت بود

این نگاره ها تحفه ای است تقدیم به پیشگاه باکرامت

علی ع و فاطمه ع

باشد که قبول افتد ...

#وقت مُدرن شدن رسیده

گاهی برای یک تصمیم در زندگی، باید روزها و ماه ها فکر کرد و عواقب کار را سنجید!

قسمت عمده شخصیت فرزندان ما در آینده در گرو تصمیم های امروزی والدین است.

این تصمیم ها به اندازه ای بزرگ هستند که نه تنها آینده کودک خودمان بلکه آینده کشورمان و حتی دنیا، متناسب با آن رقم می خورد. پس از الان فکر کنید برای همه دنیا تصمیم می گیرید... نباید از این تصمیم های به ظاهر کوچک، ولی مهم و بزرگ به سادگی گذشت و برای رفع اعتراض ها و اصرارهای کودک مان، تصمیمی صرفا مطابق میل او گرفت. تبلت برای کودکان از این مقوله است.

آمار کاربرد وسایل تکنولوژی

براساس یافته‌های جدید محققان، حدود نیمی از کودکان زیر یک سال برنامه‌هایی را روی صفحه موبایل، تبلت یا تلویزیون تماشا می‌کنند. آمارها نشان می‌دهد کودکان ۳۶ درصد از زمان خود را با استفاده از موبایل سپری می‌کنند و ۱۶ درصد از زمان خود را با بازی‌های موجود در تلفن‌های همراه صرف می‌کنند.^{۲۱}

۱- روزنامه پزشکی ایران تاریخ ۱۵ خرداد ۱۳۹۴

۲- بسیاری از ما والدین، مشغله‌های زیادی در روز داریم و فرصت لازم برای با کودک مان بودن را نداریم. اما کودکان ما این را متوجه نمی‌شوند و در بسیاری از لحظات زندگی شان، کسی را می‌خواهند که برای او وقت صرف کند و با او بازی‌های مختلفی را تکرار کند. از این رو برخی از والدین سعی داریم این نداشتن وقت مان را با مهد کودک‌های سطح شهر پُر کنیم.

(بسیار بر اینم تعجب آور بود زمانی که شنیدم اولین مهدکودک ۲۴ ساعته در تهران در حال راه اندازی است. کمی که فکر کردم با خود گفتم اگر همه کارهای من، بر تربیت فرزندم و وقت گذاشتن برای او مقدم شود این اتفاق بعید نیست و عده‌ای هم، منتظر فرصتی هستند تا شغلی و درآمدی برای خود راه بیندازند.)
وقتی دقت می‌کنیم می‌بینیم قرار نیست وقت‌های نداشته ما را، مهد کودک‌ها پر کنند چراکه خلأ محبت و رفاقت والدین با فرزندشان از هیچ راهی جبران نمی‌شود.

از طرفی گاهی به محض شنیدن گریه‌های کودک مان مضطرب شده و برای آرام کردنش دست به موبایل یا تبلتی برده و به آن وسیله پناه می‌بریم؛ غافل از اینکه خداوند آغوش گرم مادر و دستان مهربان پدر را برای آرامش فرزندشان آفریده است و اگر هم آرام نشد حتماً از روی حکمتی است.

در حدیثی پیامبر خدا صلی الله علیه و آله می‌فرماید: کودکان خود را به خاطر گریه کردنشان نزنید؛ چرا که گریه کردن آن‌ها تا چهار ماه [از اول عمرشان]، گواهی دادن به یگانگی خداست، و چهار ماه [بعد]، درود فرستادن بر پیامبر صلی الله علیه و آله و خاندان اوست و چهار ماه [بعد]، دعا کردن برای پدر و مادرش است. (علل الشرائع : ص ۸۱ ح ۱)

در کلامی نیز امام صادق علیه السلام به مفضل می‌فرماید: ای مفضل! از منافع گریه کودکان آگاه باش. بدان که در مغز کودکان رطوبتی است که اگر در آن بماند بیماری‌ها و نارسایی‌های سخت و ناگوار به کودک می‌رسد؛ مانند ناینایی. گریه، آن رطوبت را از سر کودکان سرازیر و بیرون می‌کند و بدین وسیله، سلامتی تن، و درستی دیده آن‌ها را فراهم می‌آورد. پدر و مادر از این راز آگاه نیستند و مانع آن می‌شوند که کودک از گریه‌اش سود ببرد. اینان همواره در سختی می‌افتند و می‌کوشند که او را ساکت کنند و با فراهم کردن خواسته‌هایش از گریه بازش دارند، ولی نمی‌دانند که گریه کردن به سود اوست و سرانجام نیکی پیدا می‌کند. (توحید مفضل، ترجمه علامه مجلسی، ص ۶۵ و الحیاه، ترجمه احمد آرام، ج ۱، ص ۶۲۹)

تربیت فرزند سالم از نظر جسمی و روحی نیاز به وقت‌گذاری مستمر پدر و مادر دارد. بدون وقت‌گذاری، امر تربیت فرزند ما در آینده، با مشکلات جدی مواجه خواهد شد.

آزادی یا مقاومت

بسیاری از کودکان مهارت بیشتری در کاربرد و نحوه استفاده از ابزارهای جدید را نسبت به والدین و بزرگترهای خود دارند. در این میان برخی از والدین، خرید اینگونه تجهیزات مدرن را برای کودکان شان ضروری می‌دانند. این ضرورت یا ناشی از اعتقاد آن‌ها بر به روز بودن فرزندان شان و یا به خاطر چشم و هم‌چشمی و عقب‌نماندن از اطرافیان است. در مقابل پدر و مادرهایی هم هستند که یا استفاده از این لوازم را برای کودک شان، غیرضروری و حتی مضر می‌دانند و یا به دلیل نداشتن توان مالی کافی، در برابر خواست کودک شان برای داشتن تلفن همراه و تبلت مقاومت می‌کنند.^۱

چیزی که مسلم می‌باشد این است که والدین نباید در سواد رسانه ای از فرزندان شان عقب تر باشند و فرزندان شان چیزهایی بدانند که والدین نمی‌دانند، چرا که در غیراینصورت ممکن است والدین فریب بخورند و خطرات جدی متوجه فرزندشان بشود.

۱- به روز بودن فرزندان امر بسیار خوبی است؛ اما در چه مواردی و با چه نتایجی مهم است! اگر کودکان چشم و هم‌چشمی را از والدین ببینند؛ بدون شک یاد می‌گیرند، آن وقت دیگر آینده این کودک تماما بر اساس مقایسه زندگی اش با دیگران رقم خواهد خورد و مدام در حسرت نداشته‌ها و بی بهره از داشته‌هایش روزگار می‌گذراند. فرزندان باید مستقل بودن و متناسب با زندگی خود تصمیم گرفتن و عمل کردن را، از کودکی در زندگی والدین خود ببینند.

خوش خیالی

والدین در ابتدای امر، از اینکه فرزندشان توانایی استفاده از لوازم مربوط به فناوری را کسب کرده، خوشحال می‌شوند و این مسئله را به عنوان شاخصی برای باهوش بودن فرزند خود در نظر می‌گیرند، در صورتی که استفاده زودهنگام کودکان از فناوری می‌تواند تبعات جبران‌ناپذیری برای آنان به همراه داشته باشد.^۱

غفلتِ خطرناک

برخی از والدین از این موضوع خوشحالند که فرزندشان به جای اینکه در کوچه و محیط‌های ناامن بیرون باشد، در خانه سرگرم وسایلی همچون تبلت و یا رایانه می‌باشد، غافل از اینکه فضای مجازی می‌تواند بسیار خطرناک‌تر از محیط بیرونی باشد.^۲

۱- در این زمینه کافیست انگلستان خود را به کلید جستجو در باب تبعات استفاده کودکان از رسانه، لمس دهید و آشنا نمایید تا درستی این ادعا حتی بیشتر از نگارنده بر شما واضح گردد.

۲- در گذشته تربیت‌ها راحت‌تر بود. یکی از دلایل این است که در گذشته عصرها بچه‌های هم‌سن و سال در کوچه جمع می‌شدند و تا شب بازی می‌کردند؛ فوتبال، والیبال، هفت‌سنگ، گُرگم به هوا و بسیاری از بازی‌های دیگر که هنوز هم لذت آن‌ها در وجود ما بزرگترها جاریست اما امروزه والدین به دلایل مختلف شاید بهتر باشد بگوییم بهانه‌های مختلف فرزندشان را از این امر مهم محروم می‌کنند.

من نیز مثل شما اثرات بد تربیتی اتفاقاتی که در کوچه می‌افتد را می‌دانم اما وقتی مقایسه می‌کنم با مشکلات تربیتی بچه‌هایی که به دلیل محرومیت در خانه می‌مانند و حوصله‌شان سر می‌رود و نهایتاً بهانه‌گیر می‌شوند و اتفاقات دیگری که در پی دارد؛ و یا برای جلوگیری از آسیب‌های بازی با هم‌سن و سالان در کوچه روی آوردن به بازی‌های رایانه‌ای را- به هزار و یک دلیل کوچه را برای بازی فرزندم و پُرشدن اوقاتش مناسب‌تر از پای تبلت و رایانه نشستن می‌بینم.

این موج بسیار جدّی است!

شاید بسیاری از والدین گمان کنند که این موج اثرگذاری اندرویدی، آنقدرها هم جدّی نیست، اما بررسی رفتار فرزندان که تنها مدت کوتاهی از این نوع محصولات استفاده می‌کنند، نشان می‌دهد که برخی از والدین ایرانی به شدت غافل و سخت در اشتباه هستند.^۱

تحرک مجازی

سنین کودکی همیشه با شور و نشاط و پرتحرکی عجین بوده، درحالی که امروزه حتی شهربازی‌های مدرن و بزرگ هم اغلب سه و یا چهار وسیله حرکتی دارند و بقیه عموماً مربوط به بازی‌های کامپیوتری است. این واقعا باعث تأسف و تأمل برای والدین است. زیرا تمام شور و نشاط کودکی فرزندان به این منتهی شده که حتی در شهربازی هم باید پای یک سیستم بنشینند و با تکان دادن دو دسته بازی یا لمس مانیتور، خودش را در مقام قهرمان بازی تصور نموده و تحرکی مجازی را تجربه کند. و این یعنی ما در بهترین فضا و عالی‌ترین فرصت برای بازی کودک مان، او را از روش صحیح بازی باز داشته ایم.^۲

۱- برای از بین بردن این نوع غفلت باید با حساسیت ویژه، نتایج و بازخوردهای استفاده از اینگونه وسایل را زیر ذره بین گذاشت.

۲- پیشنهاد می‌گردد در این زمینه کمی آثار بازی‌های حرکتی و جسمی (بازی‌هایی که بچه‌ها در آن نقش فعال و پویا دارند) را مطالعه کنید، آن هنگام است که نگاه‌تان به مقوله بازی‌های کودکان بسیار متفاوت خواهد شد.

نظارت، کنترل و راهنمایی

اکثر والدین به فرزندان خود می‌آموزند که با افراد غریبه صحبت نکنند؛ اگر در منزل تنها هستند، درب خانه را به روی کسانی که نمی‌شناسند، باز نکنند و اگر فرد ناشناسی با منزل تماس گرفت، به او هیچگونه اطلاعاتی ندهند. همچنین آن‌ها برای این موضوع کنترل و نظارت دارند که فرزندان با چه کسی حرف می‌زنند؟ با چه کسانی دوست است؟ کجا می‌رود؟ چه کتاب و روزنامه‌ای می‌خواند؟ اما به نظرتان آیا همین نظارت، کنترل و راهنمایی را و شاید نظارتی به مراتب بالاتر از موارد قبلی - نباید هنگام استفاده از تلفن همراه نیز اعمال کرد؟!

دست نگه دارید!!

اگر هنوز برای فرزندتان تبلت نخریده‌اید، کمی صبر کنید!
دست نگه دارید تا اندکی در مورد فواید و مضرات این محصول فکر کرده و آن را مورد بررسی قرار دهید، سپس بهتر می‌توانید تصمیم منطقی و مناسبی بگیرید، هیچ عجله‌ای نیست.
برای خرید فرصت زیاد است، اما برای نخریدن شاید دیر بشود....

#فرصت‌ها

کنترل موقعیت فرزندان

امروزه گوشی‌های با قابلیت GPS در بازار در دسترس است، که می‌تواند والدین را از محل حضور فرزندان باخبر کند. بدین ترتیب گوشی‌های موبایل تا حدودی امکان ردیابی فعالیت‌های کودکان را فراهم می‌کند و مکان‌یابی آنان، چه در خانه و چه در مدرسه و مسیرهای حوالی محل سکونت، راحت خواهد بود.^۱

تقویت برخی استعدادها

برخی معتقدند بازی با این ابزارها-تبلت، موبایل و... حافظه دیداری و قدرت واکنش دست در ارتباط با مسائل دیداری، تمرکز و سرعت عمل کودکان را بیشتر می‌کند. همچنین بازی‌های رایانه‌ای؛ به برخی هماهنگی‌ها میان چشم و دست و پرورش عضله‌ها^۲ کمک می‌کند^۳

۱- باشگاه خبرنگاران جوان تاریخ: ۲۱ دی ۱۳۹۲ کد خبر: ۴۶۹۵۵۸

۲- به عنوان نمونه در بازی‌های تیراندازی، اغلب پیش می‌آید که شخصیت اصلی به طور هم‌زمان می‌دود و تیراندازی می‌کند؛ این امر مستلزم آن است که کودک بتواند مسیر شخصیت را دنبال کند، سرعتش را با او هماهنگ نماید و نقطه مورد هدف تیراندازی را در نظر داشته باشد. تمامی این موارد باید مد نظر قرار بگیرند و سپس کودک باید دریافت‌های ذهنی خود را با واکنش دست‌ها و نوک انگشتانش هماهنگ سازد. چنین روندی نیاز به هماهنگی دقیق چشم و دست و هم‌چنین داشتن توانایی بصری- فضایی است تا در نهایت بازی با موفقیت انجام گیرد.

۳- مجله دیدار آشنا، فروردین و اردیبهشت ۱۳۸۵، شماره ۶۷ و ۶۸ و پایگاه اطلاع‌رسانی حوزه به نشانی

www.hawzah.net

سرعت عمل

در انجام بازی‌های موبایلی فرصت برای خطا کم است؛ بنابراین این محدودیت، سرعت عمل فرد را افزایش می‌دهد؛ اما در بازی‌های واقعی، فرصت واکنش بیشتر است و وقت بیشتری برای تفکر و تصمیم‌گیری وجود دارد. از این جهت بازی‌هایی که بچه‌ها با تبلت و موبایل انجام می‌دهند می‌تواند قدرت و سرعت در تصمیم‌گیری آن‌ها را افزایش دهد.^۱

پرورش قدرت ذهنی

برخی از والدین درصددند تا کارهای جدیدی را برای رشد بیشتر و سریع‌تر مغز کودک خود انجام دهند، مانند نشان دادن کارت‌هایی خاص به کودک که به تازگی از طریق تبلت و به اسم پرورش قدرت ذهنی کودکان انجام می‌شود.^۲

۱- برای اثبات این مطلب کفایت یک بار خودتان یکی از بازی‌هایی که اکثر بچه‌ها انجام می‌دهند را امتحان کنید.

۲- اما لازم است والدین به این نکته توجه کنند که پرورش قدرت ذهنی کودکان به وسیله بسیاری از روش‌های دیگر ممکن است (مانند بازی‌هایی که منجر به تقویت فکر و هوش کودک می‌شود و همین‌طور فعالیت‌های حرکتی) که آسیب‌های احتمالی استفاده از موبایل و تبلت را نیز برای کودکان نداشته باشد.

افزایش مهارت برنامه ریزی و مدیریت

فردی که از بازی های تبلت استفاده می کند یاد میگیرد که چگونه امکانات و منابع محدود خود را با توجه به زمان موجود مدیریت نماید و بهترین بهره را از آنها ببرد و همین مسئله را دقیقاً در زندگی واقعی نیز پیاده سازد. برای مثال تولیدکننده بازی سیم سیتی اعلام داشته که هدف این بازی این است که کودکان آینده ی حرفه ای خود را، در رابطه با معماری و شهرسازی انتخاب کنند.^۱

کودک مستقل

بازی کردن با موبایل و تبلت می تواند فرد را مستقل و با قدرت تصمیم گیری بالا باریاورد. چون انتخاب عکس العمل مناسب در بازی، تصمیم گیری در لحظه است. این نکته باعث می شود فرد در تصمیم های لحظه ای در موارد متعدد این بازی ها، قدرت تفکر و تصمیم گیری اش را روی خود استوار کند و به غیرمتمکی نباشد.^۲

۱- قدرت برنامه ریزی و مدیریت در زندگی، یک مهارت است که نیاز به تکرار و تمرین دارد تا فرد این مهارت را کسب کند. اینکه فرد بتواند زندگی خود و خانواده اش را براساس منابع موجود و مطابق با اهداف زندگی مدیریت کند امری بسیار مهم است. بازی های موبایلی مدعی هستند که با نزدیک سازی فضای بازی با محیط واقعی پیرامون، افراد استفاده کننده می توانند این مهارت را کسب کنند و بدین طریق این مهارت را در زندگی واقعی خود مورد استفاده قرار دهند.

۲- سایت رسمی قرارگاه سرگروه ها و مربیان فرهنگی به نشانی: www.salehinonline.ir

آموزش به کودک

برنامه های مختلف آموزشی برای کودکان و نوجوانان ساخته شده اند که صرفاً به عنوان برنامه یا بازی روی تبلت یا موبایل قابل نصب و انجام می باشند. این آموزش ها به صورت کتاب یا فلش کارت یا... در بازار موجود نمی باشد و اگر موجود باشد هزینه تهیه آن ها زیاد است. این برنامه ها جهت یادگیری زبان های مختلف، ریاضی، مفاهیم علوم و... می باشند. از طرفی دیگری این دلیل که در این برنامه ها هر مرحله از مرحله قبل سخت تر و سریعتر پیش می رود، به فرد کمک می کند ذهن خود را برای یادگیری و پاسخ دهی سریعتر آماده کند.^۱

۱- سایت رسمی قرارگاه سرگروه ها و مربیان فرهنگی به نشانی: www.salehionline.ir

تقویت روحیه اجتماعی

کودکی که از برنامه‌ها یا بازی‌های اندرویدی در تبلت یا موبایل استفاده می‌کند می‌تواند بسیاری از مهارت‌های اجتماعی مانند همکاری، مسئولیت‌پذیری، مهارت مراقبت از خود و... را در آن‌ها فرا بگیرد.^۱

جذابیت بالا

تبلت و موبایل برای کودکان و نوجوانان بسیار جذاب است و آن‌ها از استفاده و در اختیار داشتن اینگونه وسایل بسیار لذت می‌برند. این اصلی است که قابل انکار نمی‌باشد.

۱- سایت رسمی قرارگاه سرگروه‌ها و مربیان فرهنگی به نشانی: www.salehinonline.ir

سرگرم کننده

وسایل ارتباطی جدید خاصیت سرگرم کنندگی خوبی برای کودکان و نوجوانان دارند و آن‌ها می‌توانند زمان‌های زیادی را با آن بگذارند بدون آنکه بهانه‌ای بگیرند یا اذیتی بکنند.

خوشحال شدن کودک

بسیاری از والدین به جهت خوشحال کردن فرزندشان در جشن تولدش یا ... و به جهت علاقه‌ای که او به این قبیل وسایل دارد آن را برای فرزند خود تهیه می‌کنند و اینگونه تفسیر می‌کنند که با خرید این وسیله برای کودک مان او متوجه می‌شود که ما او را خیلی دوست داریم و برای ما مهم است!

۱- باید یادآوری کرد که والدین لازم نیست و حتی نباید به همه علاقه‌های فرزندشان توجه کنند چرا که در

عُقدہ ای شدن

برخی از والدین براین باورند که برای جلوگیری از عقدہ ای شدن فرزند در آینده، هرآنچه را در کودکی طلب می کند باید برای او تهیه کرد، تا با محروم شدن از آن، کمبود و حقارتی در خود احساس نکند. ولذا تبلت و موبایل را برای جلوگیری از این آسیب برای کودکان آزاد گذاشته و حتی پیشنهاد می کنند.

و فرصت های دیگری که تبلت و موبایل می تواند برای کودکان و نوجوانان به ارمغان بیاورد...

اینصورت او هیچ گاه طعم شکست را در زندگی نچشیده است. بگذارید او بارها و بارها قبل از بزرگ شدن، از شما "نه" بشنود تا در بزرگسالی در برابر اتفاقات متفاوت و سختی های زندگی مقاوم باشد. ملاک بله یا نه گفتن به فرزندان براساس نیاز است؛ اگر آن چیزی که فرزند از والدینش می خواهد نیاز واقعی او باشد (تاکید می کنم نیاز واقعی او)، والدین موظفند برای فرزندشان تهیه کنند اما اگر برای او جزو نیازهای لازم محسوب نمی شود لزومی ندارد بلکه در بسیاری از موارد آسیب زاست. که خود را برای تهیه آن به زحمت بیندازند.

۱- ذکر این نکته لازم است که ما در این نوشته در صدد بیان فرصت ها و تهدیدهایی که بازی های رایانه ای برای کودکان و نوجوانان ایجاد می کنند نیستیم که آن بحث مجزا و مفصلی را می طلبد و در نوشته بازی های مناسب

تهدید ها

عملکرد برخی مدارس

در پاره ای از مدارس برای تدریس برخی از دروس خود، کودکان را به همراه داشتن تبلت برای استفاده در محیط آموزشی ملزم می نمایند. و یا تبلت جزو امکانات مدرسه در کلاس های آموزشی به جهت تدریس می باشد. این در حالی است که امروزه در دنیا ثابت شده است که استفاده زیاد از لوازم الکترونیکی حتی در مقوله آموزش، صحیح نیست. از همین رو حتی دنیای غرب نیز سعی در ایجاد تعادل در بکارگیری از اینگونه وسایل و تکنولوژی دارد.^{۲۱}

۱- استاد هادی انجم شعاع، روان شناس کودک در گفتگوبا سایت خبری کرنا به نشانی: www.kerna.ir چهارشنبه ۲۸ آبان ۱۳۹۳ شماره خبر: ۹۳۰۸۳۷۵

۲- با این رویه طبیعتا کودک ما در خانه نیز می بایست برای انجام تکالیف و فعالیت های آموزشی خود به تبلت و رایانه تکیه کند. در اینصورت اولین چیزی که در این روش ایجاد می شود انس کودک با اینگونه وسایل است. تصور کنید کودکی که سال های زیاد آموزشی خود را با تبلت گذرانده است و مدام برای آموزش و انجام تکالیف به رایانه روی آورده است آیا می توان در بزرگسالی از او توقع داشت که کتاب در دست بگیرد و مطالعه نماید!؟

والدین الگو

آمار فروش تبلت و موبایل افزایش چشم‌گیری یافته است. یکی از دلایل تحقق این امر، کاربرد این محصولات از جانب اعضای خانواده و به ویژه پدر و مادر است.^۱ زیرا هنگامی که والدین در خانه از تکنولوژی نوین استفاده میکنند، فرزندان نیز نسبت به استفاده از آن کنجکاو و ترغیب می‌شوند. حال این پرسش مطرح می‌شود که آیا والدین مجاز هستند که چنین وسایلی را در اختیار فرزندان شان قرار دهند؟!^۲

۱- یکی از روش‌های تربیت اسلامی، الگوپذیری است. خداوند متعال در قرآن کریم رسول اکرم ﷺ را به عنوان نمونه و الگو برای ما انسان‌ها معرفی می‌فرماید:

«لقد کان لکم فی رسول الله اسوة حسنة لمن کان یرجو الله والیوم الآخر...» سوره مبارکه الأحزاب آیه ۲۱
این خصلت الگوپذیری و تقلید در کودکان، به دلیل فطرت پاک و مقبولیتی که خداوند به پدر و مادر در نگاه کودک بخشیده است بسیار بالاتر از سنین دیگر می‌باشد. از این رو رفتارهای والدین برای کودکان الگومی باشد و کودکان طبق قانون همانندسازی (این صفت در کودکان بسیار مشاهده می‌شود که دوست دارند خود را شبیه دیگران کنند) بسیار سعی دارند خود را شبیه والدین شان نمایند. با توجه به این نکات می‌طلبید که والدین دقت فراوانی در رفتارهای خود داشته باشند.

از طرفی کار برای والدین بسیار سخت می‌شود زمانی که برای کودک قابل درک نیست که ما با آن‌ها تفاوت داریم. ما بزرگ تر هستیم و از سر نیاز و مشغله‌های کاری به تبلت، موبایل و رایانه روی می‌آوریم. او والدین خود را معصوم و بدون خطا می‌داند و فقط به رفتارشان توجه دارد و تحلیل نمی‌کند. هرآنچه والدین انجام دهند الگومی گیرد و بی‌آنکه از علت کارها سراغی بگیرد تمام سعی خود را می‌کند تا او هم از انجامش بهره ببرد.

۲- خبرگزاری دانشجویان ایران به نشانی www.isna.ir

تبلت و عدم تحرک کافی

یکی از مهمترین آسیب‌ها و مضرات کاربرد تبلت این است که کودک به جای تحرک داشتن و تخلیه شور و شغف کودکانه خود درگیر این بازی‌ها می‌شود و فعالیت بدنی او به شدت کمتر می‌شود.^۱ در نتیجه هماهنگی بین اندام‌ها خوب شکل نمی‌گیرد و فرزندان دچار مشکلات حسی و حرکتی می‌شوند. حال آنکه تفریحات سالم نظیر دوچرخه سواری، بازی کردن با اسباب بازی و گردش، نقش بسیار مهمی در فرآیند رشد سالم روانی و فیزیکی کودکان دارد.^۲

۱- اکنون که از این جملات می‌گذرم دوران کودکی خود و هم سن و سالانم را به یاد می‌آورم که بازی‌های کوچکی و شیطنت‌هایش را با دنیا عوض نمی‌کردیم. به راستی چه روزهای زیبایی بود و چقدر زود گذشت و اکنون در این فکر که فرزندان ما در بزرگسالی زمانی که گذشته و کودکی خود را مرور می‌کنند چیزی جز خانه و پای رسانه بودن یادشان نمی‌آید.

و ترسم از این است که کم تحرکی‌ها به دوران بزرگسالی شان نیز پای نهد و این خصلتی شود برای همه عمرشان. در اینصورت دیگر تلاش و حرکت خبری نیست، روز را شب می‌کنند و شب را روز می‌انگند فعالیت خاصی از خود نشان بدهند و سودای نشستن پشت میز چه بسا برای راحتی در سرشان باشد و با این تقدیر، دیگر تحول و موفقیت تنها آرزو و رویایی بیش نیست...

به راستی شور و هیجان کودکان ما کجا تخلیه می‌شود و در کدام برنامه آن شور و نشاط کودکی را تجربه می‌کنند؟! دقت به این نکته، بسیار مهم است که تعیین بازی‌های بچه‌ها به دست والدین و اطرافیان است و این ما هستیم که برای فعالیت‌های فرزندان مان انتخاب کننده هستیم و این مسئولیت ما را بسیار بزرگ می‌کند.

۲- دکتر مهرنوش دارینی، روان‌شناس و مشاور / روزنامه اینترنتی جام جم به نشانی: jamejamonline.ir در تاریخ

۲۲ دی ۱۳۹۴ / کد خبر: ۲۲۴۱۷۷۱۹۶۷۸۷۳۹۱۷۳۹۳

و دکتر محمد حسن فیروزی، روانپزشک و روان‌درمان کودک نیز در گفت‌وگو با خبرگزاری دانشجویان ایران به نشانی www.isna.ir کد خبر: ۹۳۰۶۲۵۱۴۷۲۷

کودک منزوی

موبایل و تبلت به دلیل جذابیت‌های بسیار می‌تواند وابستگی شدیدی در استفاده مکرر از آن ایجاد کند، چنانکه شکل‌گیری این وابستگی باعث منزوی شدن کودک می‌شود. فراموش نکنیم که به هر میزان کودک در سنین رشد فیزیکی و روانی خود منزوی‌تر شود، سطح مهارت‌های اجتماعی او کاهش پیدا می‌کند و زمانی که در گروه همسالانش قرار می‌گیرد، برقراری ارتباط با آن‌ها برایش کار سختی می‌شود^۱. به عنوان مثال زمانی را تصور کنید که کودک به همراه خانواده به مسافرت می‌رود؛ او به جای اینکه وقتش را در کنار دیگران بگذراند و از موقعیتی که پیش آمده، بیشترین استفاده را ببرد، مشغول وقت‌گذرانی با موبایل است و همواره از دیگران فاصله می‌گیرد^۲.

۱- سنین کودکی و نوجوانی سنین فراگیری مهارت‌های اجتماعی اعم از برقراری ارتباط با هم‌نوعان و... می‌باشد. چه بسیار افرادی وجود دارند که در بزرگسالی به سختی می‌توانند با دیگران ارتباط برقرار کنند و از طرفی اعتماد به نفس لازم را ندارند. ریشه این مشکلات را باید در کودکی این افراد بررسی کرد. عمدتاً اینگونه افراد در کودکی مهارت‌های اجتماعی را فرا نگرفته‌اند و فرصت لازم برای آزمون و خطا در برقراری ارتباط با بقیه به آن‌ها داده نشده است.

کودکان در بازی‌هایی که با هم سن و سالان خود انجام می‌دهند در حال آزمون و خطا درباره چگونگی ارتباط سازنده و موثر با دیگرانسان‌ها هستند. کودکی را تصور کنید که با رفتار خاصی که انجام داد یا حرفی که زد دوستش از او ناراحت شد، او متوجه این ناراحتی دوستش می‌شود و اگر دقت کنید متوجه خواهید شد که کودک شما در دفعه بعدی ارتباط سعی می‌کند آن رفتار را انجام ندهد و رفتار دیگری را جایگزین نماید. این آزمون و خطاها، بسیار کودک را در رشد مهارت‌های اجتماعی یاری خواهد کرد و در بزرگسالی قادر خواهد بود ارتباط صحیح و سازنده‌ای را با دیگران برقرار کند و حتی می‌تواند جمع‌ها را مدیریت کند نه اینکه در گوشه‌ای سرگرم موبایلش شود تا زمان باهم بودن به اتمام برسد.

۲- دکتر مهرنوش دارینی، روان‌شناس و مشاور روزنامه اینترنتی جام جم به نشانی: jamejamonline.ir در تاریخ ۲۳ دی ۱۳۹۴ کد خبر: ۲۲۴۱۷۷۱۹۶۷۸۷۳۹۱۷۳۹۳

امواج الکترونیکی

تبلت و تلفن همراه، وسایل الکترونیکی هستند که امواج خاص خود را دارند و طبعاً اثرات بدی را بر مغز کودک می‌گذارند.^۱

۱- نتایج پژوهش‌های محققان سوئدی در کنفرانسی در مورد تلفن همراه و سلامت در لندن ارائه شده است. یکی از یافته‌های این تحقیق نشان می‌دهد که یک شخص هر چه زودتر در سن پایین‌تری به استفاده از موبایل روی بیاورد احتمال ابتلا به تومور مغزی در وی افزایش می‌یابد. پروفیسور لنارت هاردل از دانشگاه هاسپیتال شهراروبرو سوئد می‌گوید: "افرادی که قبل از ۲۰ سالگی به استفاده از تلفن همراه می‌پردازند ۵ برابر بیشتر با خطر ابتلا به تومور مغزی روبرو هستند. عوارض ناشی از تشعشعات تلفن همراه بر روی کلیه انسان نیز قابل چشم‌پوشی نمی‌باشد! تشعشعات گوشی‌های تلفن همراه باعث ایجاد سنگ کلیه می‌شوند!!! پیش از این نیز در خصوص تأثیرات سوء تشعشعات تلفن همراه، مانند سرطان زایی، عقب‌ماندگی ذهنی و غیره مباحثی مطرح شده بود. مطالعات اخیر حاکی از این امر است که تشعشعات ناشی از گوشی‌های تلفن همراه سبب آسیب جدی کلیه‌ها می‌گردد.

محققان پس از بررسی‌های انجام شده به این نتیجه رسیده‌اند که حتی تشعشعات سطح پایین ناشی از گوشی‌های تلفن همراه، باعث تراوش هموگلوبین سلول‌های خونی به درون جریان خون می‌شود. در نتیجه طبق اظهارات محققان، انباشته شدن تدریجی هموگلوبین ممکن است منجر به ناراحتی‌های قلبی و سنگ کلیه گردد.

امواج الکترومغناطیس تأثیرات مخربی بر روی سلول‌های ضعیف گذاشته و می‌تواند در پیشرفت بیماری و طولانی شدن درمان آن تأثیر بگذارد.

همچنین براساس تحقیق سازمان ملل، افرادی که طی ده سال روزانه نیم ساعت به طور مداوم با تلفن همراه صحبت کرده‌اند، دچار تومور مغزی از نوع گلیوما (تومور بدخیم سیستم عصبی مرکزی) می‌شوند. امواج مغناطیسی تلفن همراه روی جریان خون مغز و DNA سلول‌ها نیز تأثیر می‌گذارد و باعث ابتلا به تومور مغزی می‌شود.

سایت تبیان، بخش سلامت به نشانی: www.tebyan.net در تاریخ ۱۳۹۴/۰۲/۱۵ و سایت ایلیا سلامت به نشانی

www.iliahhealth.com

اوتیسم

بنابر گزارش بسیاری از پژوهشگران، اوتیسم^۱ نیز یکی دیگر از عواقب احتمالی استفاده بیش از حد وسایل الکترونیکی است.^۲

اختلالات جسمی

سردرد، افزایش فشار خون، کم شدن حافظه، و اختلال در عملکرد کلیه و قلب و بروز تیک‌های عصبی و حرکتی از مواردی است که برای استفاده زیاد از تلفن همراه و تبلت و رایانه توسط کودکان و نوجوانان مطرح شده است.^۳

۱- اوتیسم Autism نوعی اختلال رشدی است که با رفتارهای ارتباطی، کلامی غیر طبیعی مشخص می‌شود. علائم این اختلال در سال‌های اول عمر بروز می‌کند و علت اصلی آن ناشناخته است. این اختلال در پسران شایع‌تر از دختران است. این اختلال بر رشد طبیعی مغز در حیطه تعاملات اجتماعی و مهارت‌های ارتباطی تأثیر می‌گذارد.

۲- سایت تحلیلی خبری عصرایران به نشانی: www.asriran.com در تاریخ ۲۷ مهر ۱۳۹۵ کد خبر: ۴۹۹۶۱۷

۳- روزنامه کیهان در تاریخ ۱ تیر ۱۳۹۴ کد خبر: ۴۸۰۴۰

آسیب به حس لامسه

لمس کردن مدام صفحه گوشی و تبلت هنگام استفاده کردن، پس از مدتی مفاصل انگشتان را دچار مشکلات جدی می‌کند، به‌گونه‌ای که درمان آن حتی در ابتدای ابتلا ساده نیست.^۱

بی‌نظمی در خواب

تلویزیون، تلفن همراه و وسایل سرگرمی که محصول تکنولوژی جدید هستند، عموماً باعث به هم خوردن نظم در خواب می‌شوند.^۲

۱- مجله سیب سبز تاریخ ۱۸ آذر ۱۳۹۳ کد خبر: ۱۵۹۴۷۶

۲- راضیه سعید منش، کارشناس سلامت روان مرکز بهداشت، پایگاه خبری-اطلاع‌رسانی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی در تاریخ ۱۸ شهریور ۱۳۹۳ شماره خبر: ۱۱۲۹۴۵

افزایش وزن

یکی دیگر از نتایج نامطلوب استفاده نامناسب از وسایل ارتباطی جدید اضافه وزن است. طبیعی است که هرچقدر میزان استفاده از تلفن همراه، تبلت و لپ‌تاپ افزایش پیدا کند، میزان فعالیت فیزیکی کودک و یا نوجوان کاهش پیدا کرده و در نتیجه ایشان دچار اضافه وزن می‌شود. کاهش تحرک به خصوص در دختران منجر به افزایش وزن بدن و چربی می‌شود. با افزایش چربی در بدن، سلول‌های چربی، پروتئینی را آزاد می‌کنند که به مغز علامت می‌دهد تا ذخیره انرژی لازم برای بلوغ در بدن، وجود دارد. از این رو این امر موجب بلوغ زودرس در کودکان می‌شود.^۱

ضعف تمرکز

تمرکز کودکانی که بیش از حد با تبلت بازی می‌کنند، کاهش پیدا می‌کند و در آینده تحصیلی خود برای تمرکز نمودن با مشکلاتی روبه‌رو می‌شوند.^۲

۱- مجله سلامانه در تاریخ ۱۶ دی ۱۳۹۴ کد خبر: ۲۸۰۳۲۵

۲- دکتر مهنوش دارینی، روان‌شناس و مشاور روزنامه اینترنتی جام جم در تاریخ ۲۳ دی ۱۳۹۴ کد خبر: ۲۲۴۱۷۷۱۹۶۷۸۷۳۹۱۷۳۹۳

نتایج مطالعات نشان می‌دهند، تمرکز کودکانی که زیاد از تکنولوژی استفاده می‌کنند در آینده روی دروس کم خواهد بود و دچار افت تحصیلی می‌شوند. باشگاه خبرنگاران جهان در تاریخ ۱۱ بهمن ۱۳۹۳ کد خبر: ۵۱۱۸۰۷۸

ضعف بدنی

ضعف بدنی یکی دیگر از عواقب بکارگیری افراطی و زودتر از موعد این سرگرمی‌ها و تکنولوژی‌ها، برای کودکان است.^۱

تیک ظاهری

تصور نکنید این بازی‌ها فرزند شما را باهوش ترمی کند، برعکس، بنابراین ادعای پژوهشگران، او به مرور علاوه بر مشکلات ذهنی، دچار تیک‌های ظاهری هم می‌شود.^۲

تبلت مانع یادگیری طبیعی

ذهن کودک می‌تواند به واسطه عوامل محیطی اطراف خود رشد و پرورش خوبی داشته باشد.^۳ بنابراین ضرورتی ندارد که از این‌گونه وسایل استفاده شود؛ ضمن اینکه ممکن است کاربرد بیش از اندازه، از وسایل تکنولوژی نوین؛ در فرایند یادگیری طبیعی کودک اختلال ایجاد کنند.^۴

۱- خانم عزیز، کارشناس ارشد روانشناسی کودک در گفت‌وگو با پایگاه خبری تحلیلی تعامل، در تاریخ ۳ آبان ۱۳۹۳ کد خبر: ۷۹۸۹۵

۲- مجله سبب سبز در تاریخ ۱۸ آذر ۱۳۹۳ کد خبر: ۱۵۹۴۷۶

۳- اگر فرزندان در سنین کودکی است تعدادی از وسایل مختلف خانه که هیچ ارتباطی با یکدیگر ندارند در اختیارش قرار دهید و ادامه کار را به تماشا بنشینید که چگونه خلاقیتی از خود به رخ می‌کشد که شما به عنوان پدر یا مادرش تعجب می‌کنید، یا اینکه یک بار او را به طبیعتی ببرید بدون اینکه محدودش نمایید، بگذارید آزادانه بازی کند. و اگر از زمان کودکی اش کمی گذشته خاطرات دوران کودکی فرزند خود را مرور کنید تا با اعتقادی محکم به این نکته باور قلبی پیدا کنید.

۴- استاد هادی انجم‌شعاع، روان‌شناس کودک در گفت‌وگو با سایت خبری کرنا چهارشنبه ۲۸ آبان ۱۳۹۳ شماره خبر: ۹۳۰۸۳۷۵