اعتیاد به فضای مجازی در بین کودکان گسترش پیدا کرده و اغلب خانواده‌ها برنامه‌ای برای کنترل این شرایط ندارند. جام جم

استفاده از تلفن همراه و تماشای بیش از حد کارتون و تلویزیون با بچه‌ها چه کار می‌کند؟

خداحافظی با دنیای کودکی

در سبک زندگی یک خانوار، تربیت فرزندان اهمیت بسیاری دارد. کدام پدر و مادری است که دوست نداشته باشد فرزندش از تربیتی درست برخوردار باشد؟ اما مسأله‌ای که در این‌میان وجود دارد، نبود اطلاع و آگاهی والدین و خانواده‌ها از روش‌های تربیت است. این نبود آگاهی را در جاهای مختلفی می‌شود به عینه مشاهده کرد. یعنی شما سبک زندگی خانوارها را مشاهده کنید، می‌بینید این نبود آگاهی والدین در تربیت فرزندان به تولید رفتارها و عادت‌هایی منجر می‌شود که برای حال و آینده بچه‌ها خوب نیست. یکی از این جنبه‌های منفی را، در تماشای بیش از حد تلویزیون و استفاده بیش از حد و غیرقاعده‌مند از تلفن‌همراه و بازی‌های موبایلی و رایانه‌ای و تماشای کارتون‌ها و انیمیشن‌ها می‌توان مشاهده کرد. در این‌باره دکتر فاطمه قاسم‌زاده، روان‌شناس و پژوهشگر عرصه روان‌شناسی کودک نکته‌های ارزشمندی را با خوانندگان جام‌جم در میان می‌گذارد.

عیسی محمدی

جامعه

ابتدا از دکتر قاسم‌زاده درباره صورت مسأله می‌پرسیم. او در پاسخ به ما می‌گوید: «البته در این قضیه، برای والدین و حتی فرزندان نمی‌شود حکم کلی صادر کرد. چه بسیار مطالب و برنامه‌های جالبی که به والدین آموزش‌های لازم را می‌دهند تا فرزندان‌شان را بهتر تربیت کنند. خیلی از روان‌شناس‌ها و روانپزشک‌هایی با خانواده‌ها به گفت‌وگو می‌نشینند. اینها نوعی آموزش است که چطور با فرزندان‌مان کنار بیاییم و رفتار کنیم اما شاهدیم فرزندان‌مان گاهی ساعت‌ها از برنامه‌های این‌چنینی استفاده می‌کنند. حتی در صورتی که این برنامه‌ها محتوای خوبی هم داشته باشند، باز هم به صلاح نیست. درست مثل دارو می‌ماند؛ حتی داروی خوب را هم نمی‌شود بسیار و بیش از حد لازم مصرف کرد. متأسفانه گاه شاهد بی‌برنامگی خانواده‌ها در این قضیه هستیم اما نکته دیگری هم وجود دارد آن است که گاهی خانواده‌ها برنامه‌هایی داشته‌اند اما به هر دلیلی از ابتدا نتوانسته‌اند خوب دنبال کنند. در نتیجه بچه‌ها هم از این تشتت در برنامه‌ریزی و اجرای برنامه‌ها سوءاستفاده کرده و برخلاف نظرات والدین رفتار می‌کنند و مثلا پای برنامه‌های مختلف اینترنتی و تلویزیونی و... می‌نشینند که برایشان آسیب‌زاست.»

آموزش‌هایی که نمی‌بینیم

البته این روان‌شناس و استاد دانشگاه، به همان نکته‌هایی که در مقدمه اشاره کردیم نیز نقبی می‌زند. او یادآوری می‌کند باید مسأله را به‌طور ریشه‌ای مورد ارزیابی قرار دارد، این‌که پدر و مادرهای ما اساسا آموزشی نمی‌بینند که بشود از آنها انتظاری هم داشت. این فعال حوزه تربیت روانی کودکان، اشاره می‌کند حتی در خیلی از کشورهای غربی، در دوره دوم متوسطه درس‌هایی برای نوجوانان و جوانان در نظر گرفته می‌شود تا به‌عنوان والدین آینده، اطلاعات کاملی به دست بیاورند که چطور باید با فرزندان برخورد کرد و یک خانواده متعادل و سالم داشت. در این درس‌ها و آموزش‌ها که نهاد آموزشی رسمی کشورها ارائه می‌کند، به آنها آموخته می‌شود چگونه باید از کودکان مراقبت‌های بهداشتی و تغذیه‌ای و درسی و روانی و... داشته باشند. این آموزش‌ها معطوف به آن است که این نوجوانان و جوانان چطور در آینده به والدینی اثرگذار و بهتر تبدیل شوند.

آموزش‌ها را باید آموخت

بسیار ناراحت‌کننده است که چنین آموزش‌هایی آن‌طور که باید در کشورمان وجود ندارد. دکتر قاسم‌زاده در این باره توضیح می‌دهد: «متأسفانه والدین ما هیچ آموزشی نمی‌بینند. ما در کارهای مشاوره‌ای که در این حوزه‌ها داشته‌ایم نکته‌های ناراحت‌کننده زیادی را دیده‌ایم. مثلا مادری که رشته مهندسی خوانده و موقعیت شغلی مناسبی دارد ولی درباره کوچک‌ترین مسائل اجتماعی مرتبط با فرزندش چیزی نمی‌داند. حقیقت این است باید بدانیم پدر و مادر خوب بودن، آموختنی است. ما با آموزش‌های‌مان به دنیا نمی‌آییم بلکه باید راه بیفتیم و آموزش‌های لازم را ببینیم. نهاد آموزش و پرورش می‌تواند در این زمینه آموزش‌هایی را بدهد و کلاس‌هایی را برگزار کند و چه جایی بهتر از آموزش و پرورش؟ پدر و مادرها حقیقتا باید آموزش ببینند تا بتوانند مانع از آسیب‌های استفاده بیش از حد از تلفن‌همراه، تلویزیون، فضای مجازی و... توسط فرزندان‌شان شوند.»

در بحث تربیت کودکان باید مسأله را به‌طور ریشه‌ای مورد ارزیابی قرار دارد، چراکه پدر و مادرهای ما اساسا در این خصوص آموزشی نمی‌بینند که بشود از آنها انتظاری هم داشت

چگونه کودکان را با کتاب دوست کنیم؟

نکته‌های باریک‌تر از مو

متأسفانه باید بپذیریم تماشای تلویزیون و استفاده از تلفن‌همراه گاهی به یک ابزار برای ساکت کردن بچه‌ها تبدیل شده؛ بدون این‌که والدین فکر کنند با این کار چه آسیب‌هایی را می‌توانند متوجه فرزندان‌شان کنند. البته تفاوتی هم میان تلویزیون و تلفن‌همراه وجود دارد. تلویزیون و برنامه‌های مرتبط با کودکان در رسانه‌هایی از این دست، دست‌کم حد و مرزی داشته و کسانی هستند که آنها را تأیید و مدیریت کنند، چیزی که در فضای مجازی و تلفن‌های‌همراه که همیشه در اختیار فرزندان است، وجود ندارد. جالب این‌که آموزش‌های مجازی و رواج آن در سال‌های اخیر نیز، موجب شده تا حتی خانواده‌هایی که تا پیش از این استفاده‌ای از این ابزارها نداشتند، هر طور شده برای فرزندان‌شان تبلت، گوشی و... تهیه کنند.

فرزندانی که منفعل می‌شوند

اما مسأله مهم دیگر اثری است که استفاده از چنین برنامه‌هایی بر ذهن بچه‌ها می‌گذارد. بسیار شنیده‌ایم که رسانه‌هایی چون رادیو و کتاب، قوه تخیل و تعقل و... را در افراد تقویت می‌کند، در حالی که در سینما و تلویزیون و انیمیشن و... شاید شاهد چنین مواردی نباشیم و بچه‌ها را بیشتر مسحور می‌کنند و دیگر خبری از تعقل و تقویت خلاقیت و تخیل نیست. البته به گفته برخی کارشناس‌ها، این موضوع هم به محتوای برنامه‌هایی که وجود دارد بر می‌گردد و هم به ماهیت رسانه. طبیعتا این محتواها غالبا محتوایی نیست که فکر کردن و نظر دادن و درک کردن و حل مسأله و... را در فرزندان ما ایجاد کند. این دست برنامه‌ها اصطلاحا یکجانبه و منفعلانه هستند. در نتیجه فرزندان ما هر جایی از این برنامه‌ها را که جالب ببینند مورد توجه قرار داده سپس در زندگی‌شان اجرا خواهندکرد؛ همان بحث الگوپذیری. نکته مهم‌تر دیگر آن است که محتوای بخش بزرگی از این برنامه‌ها، حالا به هر دلیلی غیرعلمی است. یعنی محتوای برنامه‌ها شاید متناسب با نیازهای روز و واقعی والدین و فرزندان نبوده و در نتیجه توسط آنها دنبال نباشند. این نکته هم باعث می‌شود برخلاف بعضی‌ها که بسیار تلویزیون می‌بینند و تلفن‌همراه استفاده می‌کنند، شاهد گروهی هم باشیم که اصلا به سمت چنین رسانه‌هایی نمی‌روند و در نتیجه از وجود برنامه‌هایی هم که می‌توانند مفید باشند، بی‌بهره می‌شوند.

سلام به کتاب

حقیقت این است که کتابخوان کردن فرزندان، می‌تواند برای حال و آینده آنها به شدت مفید باشد و آثار منفی استفاده افراطی از رسانه‌های تصویری را هم نداشته‌باشد. غالبا از بازی‌های میدانی و کتاب خواندن و... به عنوان جایگزین‌های مناسبی یاد می‌شود اما چطور می‌شود کتاب را در مقابل جاذبه تلفن‌همراه و انیمیشن و برنامه‌های تلویزیونی برای کودکان جا انداخت؟ کارشناسان امور تربیتی اشاره می‌کنند باید از همان ابتدا کتاب خواندن را برای فرزندان‌مان جا بیندازیم. آنها اشاره می‌کنند کتابخوان بودن فرزندان، باعث می‌شود خلاقیت و هوش بیشتری داشته‌باشند و حتی درس‌هایشان بهتر بشود و نگاه دیگری به مسائل داشته‌باشند. پس کتابخوان کردن بچه‌ها همه‌اش برد است و نکته‌ای منفی در آن وجود ندارد.

داستان یک گسست بزرگ

در حوزه نیازهای کودک در کشورمان، گسست بزرگی را مشاهده می‌کنیم که شامل کتاب هم می‌شود. حالا به این قصه، ماجرای کرونا را هم باید افزود که باعث شده حضور اجتماعی بچه‌ها کمتر شود؛ تا عملا نتوانند از خدمات موسسات کتاب، کتابخانه‌ها و... نهایت استفاده را ببرند. کتاب می‌تواند یکی از گزینه‌های جذاب، جالب و مفید برای سرگرم کردن و جهت دادن به زندگی بچه‌ها باشد. گزینه‌ای که در کنار مواردی چون بازی‌های میدانی و ارتباطات شفاهی با همسالان و...، اگر جای‌شان خالی باشد، می‌تواند به استفاده بچه‌ها از تلفن‌همراه و فضای مجازی منجر شود؛ استفاده‌ای که غالبا از کنترل خارج شده و می‌تواند دردسرهای زیادی در تربیت آنها ایجاد کند.

درنگ

آیا متوجه چنین خطری هستیم؟

لابد شما هم این سفارش معروف را شنیده‌اید که می‌گویند اگر هدف و نیت یکساله دارید، برنج بکارید و اگر نیت ۱۰ ساله دارید درخت بکارید و البته اگر نیت و هدف صدساله دارید، آدم تربیت کنید. اینجاست که درک می‌کنیم تربیت چه مقوله مهمی است و چقدر فرهنگ‌ها و مکاتب مختلف بر آن تأکید داشته‌اند.

از روزگاران گذشته تا به امروز، تربیت فرزندان در دستور کار بوده‌است. گاهی این تربیت به صورت ناخودآگاه اتفاق می‌افتاده؛ یعنی فرزندان به رفتار والدین و بزرگان نگاه کرده، الگوپذیری اتفاق می‌افتد سپس تکرار و تکرار و در نهایت سبک زندگی ناشی از این عادت‌ها و تکرارها اتفاق می‌افتاد. البته از دوران گذشته برخی اقوام بوده‌اند که به تربیت فرزندان خود اهمیت بیشتری می‌دادند؛ از جمله ایرانیان. مورخانی چون گزنفون نوشته‌اند که: «ایرانیان به فرزندان خود تقوی و فضیلت می‌آموزند، همان گونه که دیگران خواندن و نوشتن می‌آموزند.»

این یک امر بدیهی است که بچه‌ها از قدرت تأثیرپذیری بالایی برخوردار هستند. هرچند می‌دانیم کودکان می‌توانند به شدت هم اثرگذار باشند و اتفاقاتی از این دست برای خیلی‌ها افتاده؛ مثل این‌که رفتار یا گفتار یک فرزند، باعث شده مثلا والدینی که میل به جدایی داشته‌اند به زندگی بازگردند. پس در اینجا ما با تأثیرگذاری بچه‌ها هم روبه‌رو هستیم اما بحث اصلی ما اثرپذیری این گروه‌های سنی است. حقیقت این است این اثرپذیری کودکان، هم می‌تواند یک فرصت بزرگ باشد و هم یک تهدید بزرگ. فرصت بزرگ به این شکل که والدین به راحتی و تنها با تغییراتی که در رفتار و گفتار و سبک زندگی‌شان می‌دهند، می‌توانند تربیتی ماندگار در فرزندان ایجاد کنند. اما تهدید بزرگ از این نظر که اغلب به واسطه مشکلاتی که این روزها والدین با آنها درگیر هستند، فرزندان به حال خود رها می‌شوند و به صورت افراطی از تلویزیون، تلفن‌همراه، انیمیشن‌ها، بازی‌های موبایلی و رایانه‌ای استفاده می‌برند. استفاده افراطی از چنین سرگرمی‌هایی، باعث می‌شود قوه و قدرت خلاقیت و توان حل مسأله در بچه‌ها با مشکل روبه‌رو شود. آنها در واقع به یک گیرنده محض تبدیل می‌شوند و قادر نیستند با دنیای اطراف‌شان تعامل داشته‌باشند. کودکان در واقع با آزمون و خطا یاد می‌گیرند و حتما باید به صورت عملی با دنیای اطراف‌شان درگیر باشند. این در حالی است که استفاده افراطی از رسانه‌های تصویری، چنین امکانی را از فرزندان ما سلب می‌کند.

رضا یادگاری، دکترای کارآفرینی و سخنران، روزی به نویسنده‌ای گفت که بخشی از مشکل والدین در مدیریت کلاس‌های فوق‌العاده آموزشی برای فرزندان خود، اینجاست که آنها می‌خواهند چند ساعتی از دست بچه‌ها راحت شده و به خودشان بپردازند؛ و هدف‌شان این نیست بچه‌ها را رشد بدهند و استعدادهای‌شان را به منصه ظهور برسند. به نظر می‌رسید چنین رویکردی در حوزه استفاده از رسانه‌های تصویری نیز وجود دارد؛ هدف اصلی سرگرم کردن بچه‌ها برای چند ساعت است، نه رشد و تربیت آنها. آیا متوجه خطرات و مضرات چنین رویکردی هستیم؟

حق با شماست

info@jamejamOnline.ir

روابط عمومی: ۲۳۰۰۴۴۴۴

#پله_برقی

زندی از تهران:

پله‌های برقی اتوبان بسیج، همگی یا خراب هستند یا بعد از ساعت ۸ صبح شروع به کار می‌کنند. چرا؟

#ترافیک_طرح

قاسمی از تهران:

اعضای محترم شورای شهر تهران بهتر است چند روزی صبح‌ها به سطح شهر بروند تا از ترافیک سنگینی که به‌خاطر تغییر ساعت طرح کاهش آلودگی هوا ایجاد شده با خبر شوند؛ آن‌وقت ممکن است در تصمیم‌شان تجدید نظر کنند.

#تردد_کالسکه

اصلانی از تهران:

خیابان‌ها و کوچه‌های خیابان پیروزی و شکوفه، پر از نرده‌های آهنی، چاله‌های عمیق و جوی‌های آب بدون پلی است که تردد مادران همراه با کالسکه نوزادان را بسیار سخت کرده است. از شهرداری منطقه درخواست دارم فکری به حال این موضوع کند.

#پوشاک_کودک

ایمن از تهران:

قیمت پوشاک بچه طی سه ماه، سه بار افزایش داشته است. مسؤولان مربوط لطفا در این خصوص رسیدگی کنند، چراکه خانواده‌های بچه‌دار واقعا تحت فشار هستند.

#تعرفه_پزشک

حسامی از تهران:

بهتر است سازمان نظام پزشکی به تعرفه‌های نجومی پزشکان عمومی، متخصص و فوق تخصص نظارت بیشتری داشته باشد، زیرا در طول سال پزشکان دو تا سه بار نرخ ویزیت خود را افزایش می‌دهند.

#بیکاری_جوانان

یک شهروند:

رفع مشکل بیکاری جوانان یکی از دغدغه‌های مهم دولت است اما به عنوان مثال، جوانانی که قصد دارند شغل تاکسیرانی را انتخاب کنند باید حتما متأهل باشند که این قانون متاسفانه جوانان را با مشکل مواجه می‌کند.

#واگن_بانوان

قائمی از تهران:

متاسفانه در برخی ایستگاه‌های مترو، بعضی از آقایان بدون در نظر گرفتن محیط زنانه، اقدام به حضور در بین بانوان می‌کنند. ماموران مترو لطفا از ورود آقایان به واگن بانوان جلوگیری کنند.

#چیذر_پارکینگ

کریمی از تهران:

محله چیذر به دلیل وجود اماکن مذهبی و امامزادگان با کمبود پارکینگ مواجه است و این مساله مشکلات فراوانی برای اهالی این محله ایجاد کرده است.