دکتر امین حشمتی، مشاور و مترجم کتب روانشناسی کودک و نوجوان، مطرح کتب و فضای شهری بخشی از محیط رشد کودکان هستند اما بازی چه چیزهایی به کودک یاد می‌دهد و شهر و خانواده چطور می‌توانند دوباره برای بازی و ارتباط بچه‌ها جا باز کنند؟ پرسش هایی است که پاسخ آنها در گفت‌وگو با این روانشناس آمده است.

محله‌ها کارکرد خود را برای بازی و رشد کودکان از دست داده اند



چرا بازی برای بچه‌ها اینقدر مهم است؟ آیا بازی فقط برای سرگرم شدن و پر کردن اوقات فراغت کودکان است یا در رشد و تربیت آنها هم نقش دارد؟

بازی، زبان کودک است. همانطور که برای برقراری ارتباط با افراد مختلف باید زبان و دنیای آنها را بشناسیم، برای ارتباط مؤثر با کسوک هم باید وارد دنیای او شویم و یکی از مهم‌ترین راه‌های ورود به این دنیا، بازی است. از طرف دیگر، بازی یکی از مهم‌ترین بسترهای رشد کودک است. بازی‌های فکری و شناختی به رشد توانایی‌های ذهنی کمک می‌کنند. بازی‌های گروهی فرصت تمرین مهارت‌های اجتماعی، همکاری و رعایت نوبت را فراهم می‌کنند و بازی‌های مناسب می‌توانند به رشد هیجانی کودک کمک کنند.

بچه‌ای که بیشتر وقتش را با بازی‌های دیجیتال و انفرادی می‌گذراند، چه تجربه‌هایی را کمتر از کودکی که با هم سن و سال‌هایش بازی می‌کند به دست می‌آورد؟

وقتی کودک بازی می‌کند، در واقع دارد با محیط و اطرافیانش ارتباط برقرار می‌کند و یاد می‌گیرد چطور با دیگران همکاری کند، نوبت بدهد و بگیرد، ببازد و ببرد. در بازی‌های دیجیتال، به‌ویژه بازی‌های آنلاین، کودک با صفحه‌نمایش تنها است و با یک برنامه طرف است. این تجربه‌ها برای رشد اجتماعی و هیجانی او کافی نیست. کودک در بازی‌های دیجیتال یاد نمی‌گیرد چطور با شکست کنار بیاید، چطور منتظر بماند یا چطور با دیگران همدلی کند. او فقط با یک صفحه‌نمایش روبه‌رو است و واکنش‌هایش هم از پیش تعیین شده است. در بازی‌های گروهی، کودک با موقعیت‌های واقعی‌تری روبه‌رو می‌شود که در آن‌ها باید فکر کند، تصمیم بگیرد و با نتیجه کارش کنار بیاید. این تجربه‌ها برای ساختن اعتماد به نفس و مهارت‌های زندگی خیلی مهم‌اند.

در گذشته، کوچه، حیاط، فضای باز محله و ارتباط میان همسایه‌ها بخشی از زندگی روزمره کودکان بود، اما امروز محدود شدن فضاهای عمومی، نگرانی خانواده‌ها درباره امنیت و کاهش امکان حضور مستقل کودکان در محله، فرصت بازی‌های جمعی را کمتر کرده است



نمی‌توان آن را نادیده گرفت اما خانواده باید هم با دنیای جدید سازگار شود و هم برای نیازهای اساسی کودک برنامه داشته باشد. گاهی خانواده فقط از شرایط موجود گلایه می‌کند درحالی که به تعبیر من، به جای اینکه فقط از تاریکی شکایت کنیم، باید شمعی هم روشن کنیم. اگر می‌دانیم کودک به بازی گروهی نیاز دارد، باید ببینیم این نیاز چطور برآورده می‌شود. آیا بازی در محیط امن خانواده، با همسایه‌ها یا در مکان‌های عمومی امکان‌پذیر است؟ اگر نه، چه تغییری در زندگی روزمره باید ایجاد شود؟ بازی و فعالیت بدنی‌ای کاهش پیدا کرده است. مثلاً اگر خیلی شکست می‌خورد، باید به او یاد بدهیم که شکست بخشی از بازی است و همه گاهی می‌بازند و می‌برند. این تجربه‌ها برای رشد اجتماعی و هیجانی او خیلی مهم‌اند.

در فضای هیجانی که بسیاری از ما در آن زندگی می‌کنیم، چه عواملی باعث شده‌اند که بازی کودکان کمتر شود و از بین برود؟

هیجان، شتاب و روزمرگی بخش بزرگی از این ماجرا هستند. وقتی همه‌چیز سریع و پرهیجان است، بازی‌های آرام و طولانی برای کودک جذابیت کمتری پیدا می‌کنند. بخشی از این تغییر به فضای شهری برمی‌گردد. محله‌ها دیگر مثل گذشته فضای امن و قابل‌اعتمادی برای بازی کودکان نیستند. ترس از تصادف، نگرانی از آزار و اذیت، شلوغی خیابان‌ها و حتی بی‌اعتمادی بین همسایه‌ها باعث شده خانواده‌ها کمتر اجازه دهند بچه‌ها بیرون بروند و با دیگران بازی کنند. بخشی هم به فرهنگ برمی‌گردد. ما کم‌کم یاد گرفته‌ایم که بازی کودک را جدی نگیریم، مگر اینکه به نتیجه مشخصی مثل نمره یا مدال برسد. در حالی که بازی خودش ارزش دارد.

در دکشده، کوچه، حیاط، فضای باز محله و ارتباط میان همسایه‌ها بخشی از زندگی روزمره کودکان بود، اما امروز محدود شدن فضاهای عمومی، نگرانی خانواده‌ها درباره امنیت و کاهش امکان حضور مستقل کودکان در محله، فرصت بازی‌های جمعی را کمتر کرده است

نمی‌توان آن را نادیده گرفت اما خانواده باید هم با دنیای جدید سازگار شود و هم برای نیازهای اساسی کودک برنامه داشته باشد. گاهی خانواده فقط از شرایط موجود گلایه می‌کند درحالی که به تعبیر من، به جای اینکه فقط از تاریکی شکایت کنیم، باید شمعی هم روشن کنیم. اگر می‌دانیم کودک به بازی گروهی نیاز دارد، باید ببینیم این نیاز چطور برآورده می‌شود. آیا بازی در محیط امن خانواده، با همسایه‌ها یا در مکان‌های عمومی امکان‌پذیر است؟ اگر نه، چه تغییری در زندگی روزمره باید ایجاد شود؟ بازی و فعالیت بدنی‌ای کاهش پیدا کرده است. مثلاً اگر خیلی شکست می‌خورد، باید به او یاد بدهیم که شکست بخشی از بازی است و همه گاهی می‌بازند و می‌برند. این تجربه‌ها برای رشد اجتماعی و هیجانی او خیلی مهم‌اند.

بازی‌های جمعی امروز چه تفاوت‌هایی با بازی‌های گروهی گذشته دارند؟ آیا بازی‌های گروهی امروز هم مثل گذشته به کودک کمک می‌کنند یاد بگیرد با دیگران همدلی کند، نوبت بدهد و بگیرد، ببازد و ببرد؟

بازی‌های جمعی امروز هم می‌توانند مهارت‌های اجتماعی را تقویت کنند، اما نه به‌طور خودکار. بسیاری از بازی‌های گروهی امروز، مثل بازی‌های آنلاین، بیشتر رقابتی هستند تا همکاری. کودک در این بازی‌ها یاد می‌گیرد که برای برنده شدن، دیگران را شکست بدهد یا حتی تحقیر کند. این با بازی‌هایی که در گذشته در حیاط یا کوچه انجام می‌شد، خیلی متفاوت است. در آن بازی‌ها، کودک مجبور بود با همان بچه‌ها کنار بیاید، حتی اگر دوستشان نداشت. این تجربه‌ها سخت‌تر بودند، اما به رشد اجتماعی واقعی کمک می‌کردند.

در بازی‌های گروهی امروز، نقش والدین چیست؟ آیا باید فقط ناظر باشند یا می‌توانند وارد بازی شوند؟

والدین می‌توانند وارد بازی شوند، اما نه برای کنترل. اگر پدر یا مادر همه‌چیز را کنترل کنند، بازی دیگر مال کودک نیست. بهتر است والدین بیشتر نقش همراه را بازی کنند؛ کسی که همراه بازی می‌کند، اما تصمیم‌ها را کودک می‌گیرد. مثلاً می‌توانند بگویند: «من دوست دارم با تو بازی کنم، ولی تو باید قوانین را توضیح بدهی.» این کار به کودک اعتماد‌به‌نفس می‌دهد و او را مسئول می‌کند.

چه تفاوتی می‌کند که یک بازی گروهی در فضای باز یا در خانه انجام شود؟

فضای باز امکان حرکت بیشتر، تنوع بیشتر و کمتر خسته شدن را فراهم می‌کند. اما خانه هم می‌تواند فضای خوبی باشد، به شرط اینکه برای بازی برنامه داشته باشیم. مثلاً می‌توانیم یک ساعت مشخص را برای بازی گروهی در خانه تعیین کنیم و قوانین روشنی بگذاریم. مهم این است که بازی، تنها جایی برای صفحه‌نمایش نباشد.

به نظر شما فقط خانواده و مدرسه در این زمینه مسئول هستند یا محله و فضای شهری هم می‌تواند در فراهم کردن فرصت بازی و ارتباط بچه‌ها با یکدیگر نقش داشته باشد؟

کودک در یک محیط اجتماعی بزرگ می‌شود پس محله و فضای شهری نیز بخشی از همین محیط تربیتی است. سبک زندگی و شکل محله‌ها تغییر کرده و محله تا حد زیادی کارکرد خود را برای بازی و رشد کودک از دست داده‌اند. بسیاری از محله‌های قدیمی که امکان ارتباط و بازی کودکان را فراهم می‌کردند امروز تغییر شکل داده‌اند. در گذشته، کوچه، حیاط، فضای باز محله و ارتباط میان همسایه‌ها بخشی از زندگی روزمره کودکان بود، اما امروز محدود شدن فضاهای عمومی، نگرانی خانواده‌ها درباره امنیت و کاهش امکان حضور مستقل کودکان در محله، فرصت بازی‌های جمعی را کمتر کرده است. به همین دلیل، مدیریت شهری و مسئولان مربوط باید به ایجاد و نگهداری فضاهای عمومی امن برای کودکان توجه جدی‌تری داشته باشند. مسئله فقط وجود یک وسیله بازی نیست، کیفیت، کمیت، ایمنی، دسترسی و شرایط اجتماعی حاکم بر این فضاها نیز اهمیت دارد. اگر خانواده احساس کند محیط پیرامون امن نیست، ممکن است اجازه ندهد کودک به کوچه برود، حتی اگر خود او هم دلش بخواهد. بنابراین، مسئولیت فقط به خانواده‌ها یا مدرسه‌ها محدود نمی‌شود، بلکه به سیاست‌گذاری شهری هم مربوط است.

این موضوع چه تأثیری بر نسل کودک، حواسه و صبر کودک می‌گذارد؟

اثر مستقیم و آسانی روی حافظه یا تمرکز نمی‌گذارد، اما بر توانایی‌هایی مثل صبر، تحمل ناکامی، همدلی و مهارت‌های اجتماعی اثر می‌گذارد. کودکی که بازی نمی‌کند، کمتر یاد می‌گیرد که برای رسیدن به چیزی باید چه کار کند، چطور با شکست کنار بیاید یا چطور با دیگران همکاری کند. این مهارت‌ها در زندگی واقعی بسیار مهم‌اند. کودکی که بازی نکند، ممکن است در موقعیت‌های واقعی زندگی، مثل ارتباط با همسالان، کلافه‌تر یا زودرنج‌تر باشد. البته این به معنای آسیب دائمی نیست، اما نشانه‌ای است که نباید نادیده گرفته شود.

خیلی از پدرومادرها نمی‌دانند استفاده فرزندشان از تلفن همراه و بازی‌های رایانه‌ای تا چه اندازه طبیعی است. از کجا بفهمند این استفاده از حد معمول بیشتر شده است؟

کودک برای رشد سالم به موبایل یا بازی مشغول است به تنهایی معیار کافی نیست. باید ببینیم این استفاده چه تغییری در زندگی روزمره او ایجاد کرده است. مثلاً آیا خوابش کمتر شده؟ بازی و فعالیت بدنی‌اش کاهش پیدا کرده؟ آیا دیگر علاقه‌ای به بازی‌های قبلی ندارد؟ آیا وقتی موبایل را ازش می‌گیریم، خیلی عصبانی یا بی‌قرار می‌شود؟ این‌ها نشانه‌هایی هستند که نشان می‌دهند استفاده از حالت طبیعی خارج شده است.

خیلی از پدرومادرها نمی‌دانند استفاده فرزندشان از تلفن همراه و بازی‌های رایانه‌ای تا چه اندازه طبیعی است. از کجا بفهمند این استفاده از حد معمول بیشتر شده است؟

کودک برای رشد سالم به موبایل یا بازی مشغول است به تنهایی معیار کافی نیست. باید ببینیم این استفاده چه تغییری در زندگی روزمره او ایجاد کرده است. مثلاً آیا خوابش کمتر شده؟ بازی و فعالیت بدنی‌اش کاهش پیدا کرده؟ آیا دیگر علاقه‌ای به بازی‌های قبلی ندارد؟ آیا وقتی موبایل را ازش می‌گیریم، خیلی عصبانی یا بی‌قرار می‌شود؟ این‌ها نشانه‌هایی هستند که نشان می‌دهند استفاده از حالت طبیعی خارج شده است.

چه راه‌حل‌هایی برای والدین وجود دارد که بتوانند بدون درگیری و تنش، زمان استفاده فرزندشان از صفحه‌نمایش را مدیریت کنند؟

اول از همه، باید قوانین روشن و ثابتی برای استفاده از موبایل و بازی‌های رایانه‌ای داشته باشیم. مثلاً می‌توانیم بگوییم که موبایل فقط بعد از انجام کارهای مهم، مثل درس خواندن و بازی کردن، در دسترس کودک باشد. مهم‌تر از قانون، نحوه اجرای آن است. اگر ما خودمان دائم با موبایل سرگرم باشیم، کودک هم همین کار را می‌کند. بنابراین، بخشی از راه‌حل به خود ما برمی‌گردد. ما باید برای خودمان هم زمان‌هایی بدون صفحه‌نمایش تعیین کنیم. مثلاً می‌توانیم بگوییم که سر سفره شام، موبایل‌ها کنار گذاشته می‌شوند. این کار برای کودک هم یک الگو می‌سازد. در کنار این، باید جایگزین‌های جذاب هم برای کودک فراهم کنیم. اگر او فقط موبایل را به عنوان تنها سرگرمی می‌بیند، باید کمک کنیم که علاقه‌های دیگری هم پیدا کند. مثلاً می‌توانیم او را به ورزش، موسیقی، نقاشی یا بازی‌های گروهی تشویق کنیم. مهم این است که این فعالیت‌ها برای او لذت‌بخش باشند، نه اینکه فقط یک وظیفه دیگر به لیست کارهایش اضافه شود.

آیا ممکن است که با محدود کردن بیش از حد، ناخواسته به کودک آسیب بزنیم؟

بله، ممکن است. اگر ما به‌طور ناگهانی و بدون هیچ توضیحی موبایل را از کودک بگیریم یا همه بازی‌های او را ممنوع کنیم، او احساس می‌کند که دنیایش را از او گرفته‌اند. این می‌تواند باعث عصبانیت، لجبازی و حتی دروغ گفتن شود. کودک ممکن است یاد بگیرد که پنهانی بازی کند یا از ما دور شود. به جای ممنوعیت‌های ناگهانی، بهتر است با او صحبت کنیم و بگوییم که نگران چه چیزهایی هستیم و چرا فکر می‌کنیم که زمان صفحه‌نمایش او زیاد شده است. مهم این است که کودک احساس کند ما می‌خواهیم به او کمک کنیم، نه اینکه فقط او را کنترل کنیم.

در پایان، اگر بخواهیم یک جمله کلیدی برای والدین بگوییم که بتواند راهنمای آنها باشد، چه جمله‌ای است؟

«فقط ۵دقیقه دیگه...» جمله‌ای آشنا برای خیلی از پدرومادرهاست. وقتی می‌خواهند فرزندشان تلفن‌همراه یا بازی را کنار بگذارد و آن را از صفحه دست نمی‌کشد. گاهی والدین به‌دنبال یک راه‌حل سریع برای متوقف کردن این رفتار هستند و ممکن است به کتاب‌هایی مثل کتاب «کنترل بیرونی» به قلم نیکولا یولا مراجعه کنند. این کتاب به والدین کمک می‌کند تا با درک بهتر رفتار کودک، راه‌حل‌هایی برای مدیریت زمان صفحه‌نمایش پیدا کنند. این کتاب به والدین کمک می‌کند تا با درک بهتر رفتار کودک، راه‌حل‌هایی برای مدیریت زمان صفحه‌نمایش پیدا کنند.

دکتر سارا میرقاسمی، پژوهشگر و مدرس سواد رسانه‌ای:

مدیریت رسانه‌ای کودک بدون مدیریت سبک زندگی او ممکن نیست



منظر علوم ارتباطات، نظریه واسطه‌گری رسانه‌ای بیان می‌کند که رسانه‌ها تنها کانال انتقال پیام نیستند، بلکه می‌توانند بر نحوه تجربه و بازنمایی حوزه‌های مختلف زندگی، از جمله دین و فرهنگ، تأثیر بگذارند. برای مثال، محتواهایی که با استفاده از داستان‌گویی و گیمیفیکیشن، مفاهیم اخلاقی و معنوی را بیان می‌کنند، می‌توانند برای مخاطبانی که با روش‌های سنتی ارتباط کمتری برقرار می‌کنند، جذاب‌تر باشند. تولیدکنندگان محتوا باید بدانند تا در برابر سطحی‌نگری یا دستکاری محتوا آسیب‌پذیر نباشند. نظر من اینجا باید یک تغییر پارادایم داشته باشیم، یعنی از «مقابله با رسانه» به سمت «حکمرانی فعال رسانه‌ای» حرکت کنیم. اگر می‌خواهیم کودک تاریخ و فرهنگ ایران را بشناسد، لازم نیست فقط یک متن آموزشی درباره تاریخ ایران به او بدهیم. می‌توانیم از بازی، انیمیشن، داستان، شخصیت‌پردازی، پادکست، ویدئوهای کوتاه و حتی ابزارهای هوش مصنوعی استفاده کنیم به عبارت دیگر، ما نباید فقط ارزش‌های فرهنگی را به کودک معرفی کنیم؛ باید این ارزش‌ها را در قالب رسانه‌ای جذاب بسازیم.

آیا صرفاً آموزش «سواد رسانه‌ای» به کودک کافی است؟ یا خانواده و مدرسه باید یک قدم فراتر بروند و به کودک یاد بدهند که چگونه در برابر الگوسازی، تبلیغات، اینفلوئنسرها و محتوایی که ارزش‌های متفاوتی را ترویج می‌کند، انتخاب و قضاوت کند؟

به نظرم این یکی از مهم‌ترین نکات بحث است. اگر سواد رسانه‌ای را فقط به این محدود کنیم که کودک بفهمد «خبر جعلی چیست» یا «تبلیغ چیست»، تعریفمان خیلی محدود است. سواد رسانه‌ای باید از دسترسی و تحلیل به او رزیابی، انتخاب، تولید و مشارکت مسئولانه برسد. ضمن اینکه امروز یک مفهوم دیگر هم بسیار مهم شده و آن «سواد الگوریتمی» است. کودک باید بفهمد چرا یک محتوای خاص مرتب در صفحه او ظاهر می‌شود، باید بداند الگوریتم بر اساس رفتار قبلی او، محتوای مشابه بیشتری پیشنهاد می‌دهد. بنابراین اینکه یک محتوا مرتب جلوی چشم من قرار می‌گیرد، لزوماً به این معنا نیست که آن محتوا واقعی‌تر، بهتر یا محبوب‌تر است. این فهم، قدرت انتخاب کودک را بالا می‌برد. در نهایت هدف ما این نیست که کودک را به یک مصرف‌کننده مطیع رسانه تبدیل کنیم؛ هدف این است که یک کاربر آگاه، نقاد و مسئولیت‌پذیر تربیت کنیم.

اگر بخواهید برای یک خانواده ایرانی که کودک دبستانی دارد و با مسئله فضای مجازی، بازی و محتوای آنلاین مواجه است، یک نقشه راه عملی ارائه کنید، سه اصل غیرقابل چشم‌پوشی شما برای مدیریت این فضا چیست؟

اگر بخواهم خیلی عملی بگویم، سه اصل دارم؛ اما پیشنهاد می‌کنم، اصل اول قانون داشته باشیم، اما قانون را فقط براساس ساعت تنظیم نکنیم. سن کودک، نوع محتوا، پلتفرم، سطح بلوغ و میزان آسیب‌پذیری کودک مهم است، یعنی مدیریت رسانه باید تا حد زیادی فردی‌سازی محور باشد، نه صرفاً زمان‌محور. اصل دوم نظارت را با گفت‌وگو ترکیب کنیم. والد باید بداند کودک چه می‌بیند، چه بازی می‌کند و با چه محتوایی مواجه است، اما صرفاً بازرس نباشد. با کودک صحبت کند و به او یاد بدهد چگونه تحلیل کند. اصل سوم جایگزین واقعی ایجاد کنیم. اگر موبایل را از کودک بگیریم، ولی هیچ جایگزینی برای سرگرمی، هیجان، ارتباط اجتماعی، بازی و تجربه کردن نداشته باشیم، طبیعتاً دوباره به رسانه برمی‌گردد. پس ورزش، بازی واقعی، ارتباط با دوستان، فعالیت هنری، کتاب، تجربه خانوادگی و فعالیت اجتماعی باید در برنامه کودک وجود داشته باشند. در نهایت باید گفت مدیریت رسانه‌ای کودک بدون مدیریت سبک زندگی او ممکن نیست.



باید مراقب باشیم هر کودکی را که زیاد بازی می‌کند برچسب «معتاد» نزنیم. از نظر علمی، مسئله اصلی فقط تعداد ساعت بازی نیست، بلکه از دست رفتن کنترل و اختلال در عملکرد زندگی او اهمیت دارد

مطلوب است و برای اینکه احساس کنیم از دیگران عقب نمانده‌ایم، چه چیزهایی باید داشته باشیم. اینجاست که بحث مصرف و الگوسازی با هویت پیوند می‌خورد. بنابراین نگرانی فقط این نیست که کودک یک نوع پوشش یا یک کلمه را از فضای مجازی یاد بگیرد. نگرانی عمیق‌تر این است که معیارهای او برای قضاوت درباره خودش و دیگران تغییر کند. اگر می‌خواهیم هویت ایرانی- اسلامی برای کودک جذاب و ماندگار باشد، صرفاً با توصیه، نصیحت و تبلیغات مستقیم به نتیجه نمی‌رسیم، بلکه باید بتوانیم روایت‌های جذاب و اثرگذار از این هویت تولید کنیم؛ روایت‌هایی که از ظرفیت‌های داستان‌پردازی، شخصیت‌پردازی، بازی، موسیقی، تصویر و فناوری‌های نوین استفاده کنند و با جهان ذهنی کودک ارتباط برقرار کنند. ما با رسانه‌هایی مواجهیم که با استفاده از تکنیک‌های حرفه‌ای تولید محتوا، روایت‌سازی و شناخت مخاطب، بر شکل‌گیری نگرش و هویت تأثیر می‌گذارند. اگر در مقابل، صرفاً به پیام‌های مستقیم، شعاری و گاهی کم‌جاذبه اکتفا کنیم، طبیعی است که نتوانیم با این جریان رقابت کنیم. بنابراین مسئله این نیست که صرفاً پیام ارزشی بیشتری تولید کنیم؛ مسئله این است که باید بتوانیم برای ارزش‌های فرهنگی و دینی خودمان روایت‌های جذاب، حرفه‌ای و متناسب با جهان کودک و نوجوان بسازیم.

در مورد بازی‌های رایانه‌ای، مرز میان «بازی سالم و سرگرمی» با «وابستگی یا استفاده مسئله‌ساز» کجاست؟

اینجا باید مراقب باشیم هر کودکی را که زیاد بازی می‌کند، برچسب «معتاد» نزنیم. از نظر علمی، مسئله اصلی فقط تعداد ساعت بازی نیست، بلکه از دست رفتن کنترل و اختلال در عملکرد زندگی او اهمیت دارد. والد باید ببیند آیا خوابِ کودک مختل شده است؟ آیا مدرسه و تکالیف تحت تأثیر قرار گرفته است؟ آیا فعالیت بدنی‌اش کم شده است؟ آیا ارتباطاتی با خانواده و دوستان کاهش پیدا کرده است؟ آیا وقتی بازی را متوقف می‌کنیم، نمی‌تواند خودش را تنظیم کند؟ و مهم‌تر از همه، آیا با وجود پیامدهای منفی باز هم نمی‌تواند بازی را کنترل کند؟ این یک جمله خیلی ساده دارم. مسئله این نیست که کودک چند ساعت بازی می‌کند؛ مسئله این است که بازی چه سهمی از زندگی کودک را اشغال کرده است.

اگر بپذیریم که ممنوعیت کامل فضای مجازی برای کودک در عمل امکان‌پذیر یا حتی مطلوب نیست، چگونه می‌توانیم از خود فضای مجازی برای انتقال ارزش‌های فرهنگی، ملی و دینی استفاده کنیم و آن را از یک تهدید هویتی به یک ابزار تربیتی تبدیل کنیم؟

در عصر دیجیتال، رسانه‌ها نقشی فراتر از انتقال اطلاعات ایفا می‌کنند. آنها بازسازنده معنا و واسطه‌های فرهنگی هستند و می‌توانند در کاهش شکاف میان نسل‌ها و مفاهیم فرهنگی و دینی نقش داشته باشند. از طرف دیگر، بازی یک امر جدی است. بازی‌ها می‌توانند به کودک یاد بدهند که چگونه تصمیم بگیرد، با شکست روبه‌رو شود و دوباره تلاش کند. اگر ما بتوانیم این ویژگی‌ها را با ارزش‌های فرهنگی و دینی ترکیب کنیم، می‌توانیم بازی‌هایی بسازیم که هم سرگرم‌کننده باشند و هم به رشد شخصیت کودک کمک کنند. مثلاً می‌توانیم بازی‌هایی طراحی کنیم که در آن کودک با چالش‌هایی روبه‌رو شود که نیازمند همکاری، صبر و تصمیم‌گیری اخلاقی باشد. در این بازی‌ها، کودک نه‌تنها با مفاهیم دینی آشنا می‌شود، بلکه آنها را در عمل تجربه می‌کند. این نوع بازی‌ها می‌توانند به کودک کمک کنند که ارزش‌های دینی را نه‌فقط به‌عنوان یک درس، بلکه به‌عنوان بخشی از زندگی روزمره خود ببیند.

والدین دیجیتال دایه مهربان‌تر از مادر شده‌اند؟!



حسین گل‌محمدی

امروز ۱۶ مهر مصادف با ۱۸ اکتبر روز جهانی کودک است. روزی مهم در تقویم جهانی که همگان را به تأمل در وضعیت حقوق کودکان و ترویج رفاه و سلامت آنان در سراسر جهان دعوت می‌کند. از جمله اهداف محوری که برای این روز در نظر گرفته شده جلب توجه دولت‌ها، رسانه‌ها و افکار عمومی به چالش‌های پیش‌روی کودکان، بررسی شیوه‌های مختلف فرزندپروری و حمایت اجتماعی از کودکان و از همه مهم‌تر سلامت و امنیت کودکان در ابعاد مختلف است. اگر زمانی در بحث امنیت و سلامت کودکان صرفاً موضوعاتی همچون بهداشت و تغذیه، تمیعض و عدالت، محیط‌زیست، جنگ و خشونت مطرح می‌شد، امروزه باید سلامت شخصیت و روان کودکان در مواجهه با دنیای دیجیتال را یکی از مهم‌ترین محورها دانست. امروز در عصر دیجیتال در حالی‌که زندگی می‌کنیم که بخش اعظمی از تربیت کودکان، بسیار نرم و ظریف به دست گردانندگان پنهان فضای مجازی صورت می‌گیرد؛ همدانی که در حکم والدین دیجیتال، انگار دایه مهربان‌تر از مادر شده‌اند. حالی که می‌دانیم نسل‌ها با چالش‌ها و دشواری‌های بسیار روبه‌روست. سؤال این است: برای تربیت کودک ایرانی در عصر دیجیتال چه باید کرد و نقش والدین در این زمینه چیست؟ کودکان را از ورود به این جهان گسترده و بی‌درو پیکر محروم کنیم یا به مصداق شعر معروف «دستم بگرفت و با به برد»؟ در این دنیای پر چالش نیز دست از راکبریم و با به پایش گام بردارید، تا مبادا خودش و هویتش را گم کند؟!

کودکان ما از یک سو در خانواده تربیت می‌شوند و از سوی دیگر در فضای مجازی. این دو جهان چقدر با یکدیگر در تعارضند؟

به نظرم در ابتدا باید یک نکته مفهومی را اصلاح کنیم. ما نباید فضای مجازی و فضایی را که خانواده در آن تربیت کودک را انجام می‌دهد، دو فضای کاملاً متفاوت تصور کنیم. امروز فضای مجازی دیگر صرفاً یک «فضای مجازی» در مقابل یک «فضای حقیقی» نیست، بلکه تا حد زیادی تبدیل شده به چیزی که می‌توانیم از آن به عنوان یک زندگی موازی یا حتی بخشی از خود زندگی روزمره ما یاد کنیم. یعنی همانطور که کودک از پیام‌هایی که از طریق شبکه‌های اجتماعی، بازی‌ها، پلتفرم‌ها و اینفلوئنسرها دریافت می‌کند تأثیر می‌گیرد، والدین هم از همین محیط رسانه‌ای تأثیر می‌پذیرند. بنابراین اینطور نیست که والدین یک الگوی کاملاً سنتی و ثابت داشته باشند و فقط کودک در معرض ارزش‌های جدید فضای مجازی قرار گرفته باشد. خود خانواده، سبک زندگی خانواده، نوع ارتباط والدین با فرزندان، حتی سلیقه الگوی مصرف، معماری خانه و شکل روابط اجتماعی ما هم تحت تأثیر رسانه و فضای دیجیتال قرار گرفته است. پس ما با یک زیست‌جهان جدید مواجهیم که رسانه در شکل‌گیری آن نقش بسیار جدی دارد.

آیا مسئله اصلی برای تربیت کودک، «دسترسی به فضای مجازی» است یا «نوع مواجهه کودک با این فضا»؟

به نظر من در پاسخ به این سؤال، نباید بین «دسترسی» و «نحوه مواجهه» یکی را انتخاب کنیم؛ هر دو مهم هستند، اما در کنار هم معنا پیدا می‌کنند. ما نمی‌توانیم بگوییم چون نوع مواجهه مهم است، پس محدودیت سنی یا کنترل دسترسی دیگر اهمیتی ندارد. طبیعتاً برای یک کودک دبستانی نمی‌توان همان نسخه‌ای را پیچید که برای یک نوجوان یا جوان در نظر گرفته می‌شود. سن کودک، سطح رشد شناختی، نوع محتوا و میزان آسیب‌پذیری او باید در سیاست خانواده برای استفاده از رسانه در نظر گرفته شود. بنابراین محدودیت سنی، مدیریت زمان استفاده، کنترل محتوای نامناسب و ایجاد یک محیط امن دیجیتال همچنان ضروری است. اگر بخواهیم یک سیاست تربیتی متعادل داشته باشیم، من سه ضلع حفاظت، آموزش و توانمندسازی را در کنار هم می‌بینم. هدف ما این نیست که کودک از دنیای دیجیتال جدا کنیم، چون او قرار است در جایی همه دنیای زندگی کند. هدف این است که وقتی کودک وارد این فضا می‌شود، صرفاً مصرف‌کننده پیام نباشد، بلکه یک کاربر آگاه، نقاد و انتخابگر باشد. پس به جای «حذف کامل» باید به سمت مدیریت هوشمندانه و تربیت رسانه‌ای متناسب با سن حرکت کنیم.

کدام بخش از فرهنگ و هویت کودکان ما بیش از سایر مؤلفه‌ها در معرض تأثیرپذیری از فرهنگ جهانی فضای مجازی قرار دارد؛ سبک زندگی، زبان، روابط خانوادگی، پوشش، نگرش به موفقیت و مصرف یا نظام اخلاقی؟

اگر بخواهم دقیق بگویم، یکی از مهم‌ترین حوزه‌ها، سبک زندگی و تعریف کودک از «هر مطلوب» است. فضای مجازی فقط به کودک نمی‌گوید چه لباسی بپوشد یا چه چیزی بخرد؛ به تدریج به او نشان می‌دهد چه کسی زیباست، چه کسی موفق است، ارزش اجتماعی چیست، چه نوع زندگی روشن‌تر کنیم. اگر می‌دانیم کودک به بازی گروهی نیاز دارد، باید ببینیم این نیاز چطور برآورده می‌شود. آیا بازی در محیط امن خانواده، با همسایه‌ها یا در مکان‌های عمومی امکان‌پذیر است؟ اگر نه، چه تغییری در زندگی روزمره باید ایجاد شود؟ بازی و فعالیت بدنی‌ای کاهش پیدا کرده است. مثلاً اگر خیلی شکست می‌خورد، باید به او یاد بدهیم که شکست بخشی از بازی است و همه گاهی می‌بازند و می‌برند. این تجربه‌ها برای رشد اجتماعی و هیجانی او خیلی مهم‌اند.

چطور می‌توانیم به او بیاموزیم که به فضای مجازی به‌عنوان یک ابزار نگاه کند، نه به‌عنوان تنها منبع هویت؟

برای پاسخ به این سؤال، باید از یک نکته مهم شروع کنم: ما نباید فضای مجازی را دشمن فرض کنیم. این فضا امکانات بسیار خوبی برای یادگیری، ارتباط با دیگران و حتی تقویت هویت دینی و ملی فراهم می‌کند. مشکل زمانی شروع می‌شود که این فضا به تنها منبع معنا برای کودک تبدیل شود و او خود را فقط از طریق لایک‌ها، فالوورها و واکنش‌های دیگران بسنجد. بنابراین، ما نباید به دنبال ساختن یک دیوار بلند باشیم، بلکه باید به دنبال ساختن یک پل باشیم. پل میان فضای مجازی و دنیای واقعی. ما باید به کودک یاد بدهیم که چطور با این فضا ارتباط برقرار کند، اما هویت اصلی‌اش را از آن نگیرد. به عبارت دیگر، ما نباید به او بگوییم که فضای مجازی بد است، بلکه باید به او بگوییم که چطور می‌توان از آن به‌درستی استفاده کرد.

به نظر شما خانواده و مدرسه در این زمینه چه نقشی دارند و آیا می‌توانند با یکدیگر همراه شوند؟

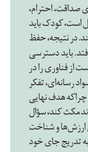
خانواده و مدرسه دو نهاد اصلی هستند که می‌توانند در کنار هم به کودک کمک کنند. اما متأسفانه در بسیاری از موارد این دو نهاد در مقابل هم قرار می‌گیرند. مدرسه فضای رقابت و نمره است، خانواده فضای آرامش و حمایت. اگر این دو فضا با هم هماهنگ نباشند، کودک دچار سردرگمی می‌شود. ما باید به سمتی حرکت کنیم که این دو فضا مکمل یکدیگر باشند. مدرسه باید به کودک کمک کند که مهارت‌های دیجیتال را یاد بگیرد، اما خانواده باید به او کمک کند که معنا و هدف را در این مهارت‌ها پیدا کند. به عنوان مثال، مدرسه می‌تواند به کودک یاد بدهد که چطور از هوش مصنوعی برای تحقیق استفاده کند، اما خانواده باید به او کمک کند که بفهمد چرا این تحقیق برای او مهم است.

در پایان، اگر بخواهیم یک جمله کلیدی برای والدین بگوییم که بتواند راهنمای آنها باشد، چه جمله‌ای است؟

اگر بخواهم یک جمله بگویم، این است: «فرزند شما فقط یک کودک نیست که باید کنترلش کنید، او یک انسان است که باید راهنمایی‌اش کنید.» این جمله نشان می‌دهد که ما نباید به دنبال کنترل کودک باشیم، بلکه باید به دنبال راهنمایی او باشیم. ما نباید به دنبال ساختن یک دیوار بلند باشیم، بلکه باید به دنبال ساختن یک پل باشیم. پلی که به کودک کمک کند تا از دنیای دیجیتال عبور کند و به دنیای واقعی برسد.

نهال مقدم نشاط، روانشناس کودک:

کودک باید چیزی بیشتر از صفحه تلفن همراه برای تفریح و بازی داشته باشد



«فقط ۵دقیقه دیگه...» جمله‌ای آشنا برای خیلی از پدرومادرهاست. وقتی می‌خواهند فرزندشان تلفن‌همراه یا بازی را کنار بگذارد و آن را از صفحه دست نمی‌کشد. گاهی والدین به‌دنبال یک راه‌حل سریع برای متوقف کردن این رفتار هستند و ممکن است به کتاب‌هایی مثل کتاب «کنترل بیرونی» به قلم نیکولا یولا مراجعه