



حفاظت از نسلِ برخط (آنلاین) دغدغه جدی والدین

مقدمه

اینترنت، هم برای کودکان و هم بزرگسالان رسانه‌ای بسیار مهم محسوب می‌شود. کودک^۱ اغلب از اینترنت برای ارتباط، نوآوری و بازی استفاده می‌کند. مطالعات نشان می‌دهد که استفاده بیش‌ازحد از اینترنت و وابستگی به آن مشکلی بزرگ و اساسی برای کودکان است. کودکی که تا قبل از گسترش اینترنت با فعالیت‌هایی چون بازی با دوستان یا تماشای تلویزیون زندگی می‌کرد، حالا خود را در دنیایی به‌ظاهر مجازی می‌یابد که به‌تدریج وابستگی شدیدی هم به آن پیدا می‌کند و زندگی در آن دنیا را به زندگی واقعی ترجیح می‌دهد. وابستگی به اینترنت در زمانی که کودک بیشترین زمان خود را صرف دنیای آنلاین کند، بیشتر او را در معرض روبه‌رو شدن با تهدیدهای سایبری و مشاهده محتوای نامناسب قرار می‌دهد. این روند همچنین بر مهارت‌ها و تندرستی کودک اثر می‌گذارد؛ به‌طوری‌که وی خود را در اعماق دنیای برخط فرو می‌برد و این امر روند زندگی‌اش را به‌طور کامل مختل می‌کند. این دنیای دوم روابط خانواده‌ها را تحت فشار می‌گذارد و کودک را در معرض خطر قرار می‌دهد. در این میان، ضروری است که والدین با تمسک به راهکارهایی علمی، تبعات ناشی از استفاده نامناسب از اینترنت را برای کودک خود به حداقل کاهش دهند.

کلیدواژه‌ها: سواد دیجیتالی، رفتار اینترنتی، حریم شخصی، گفت‌وگو

همراهی همدلانه در دنیای دوم

ممکن است صحبت کردن با کودک درباره اینکه در اینترنت چه کرده و با چه کسی آشنا شده است، برای والدین مشکل باشد؛ به‌خصوص که کودک در این زمینه به‌طور معمول از پدر و مادرش بیشتر می‌داند و از اصطلاحات و کلماتی استفاده می‌کند که ممکن است والدین متوجه آن‌ها نشوند. مهم این است که والدین بتوانند رابطه‌ای مؤثر بین خود و کودک برقرار کنند تا در چارچوب آن رابطه، گفت‌وگو درباره اینترنت، مانند حرف زدن درباره هر اتفاق روزمره دیگر امری طبیعی محسوب شود. والدین هیچ‌گاه اجازه نمی‌دهند کودکان در شهر تنها بمانند و گم شود. همین رویکرد باید نسبت به حضور کودک در فضای اینترنت هم حاکم شود. گرچه اینترنت یک دنیای دیجیتالی است، ساکنان آن مردمان واقعی هستند. به همان ترتیب که والدین نمی‌گذارند کودکان تنها در شهر راه بروند، نباید بگذارند در اینترنت نیز تنها بمانند.

هرچه کودک کوچک‌تر باشد، تعیین شرط توسط بزرگ‌ترها برای استفاده امن و بهینه از اینترنت ساده‌تر است. به همین دلیل، مهم است که والدین کنار کودک بنشینند و به‌محض کشف بازی‌ها، فیلم‌ها و دیگر چیزهای جالب در تلفن‌های همراه

هوشمند، تبلت و رایانه توسط کودک، خود را وارد جریان کنند و درگیر موضوع شوند. برای بسیاری از کودکان، این موضوع از دوسالگی شروع می‌شود. همان‌گونه که تلویزیون پرستار بچه نیست، تلفن‌های همراه هوشمند، تبلت‌ها و فیلتهای نیز همین‌گونه‌اند. والدین با علاقه نشان دادن به این موضوع و درگیر شدن با آن می‌توانند به کودک آموزش دهند که اینترنت چیزی است که آن‌ها با کودک در آن سهیم‌اند. با سؤال کردن و نظر دادن می‌توان نشان داد که صحبت کردن درباره آنچه روی صفحه رایانه یا تلفن همراه هوشمند می‌گذرد، عادی است و این امر در عین حال که در دوران کودکی فرزندان فضیلت محسوب می‌شود، بنیان‌گذاری یک گفت‌وگوی مثبت و صریح برای زمانی است که آن‌ها بزرگ‌تر می‌شود. اگر بزرگ‌ترها در دنیای مجازی با کودک سهیم شوند، کودک نیز راحت‌تر و طبیعی‌تر درباره تجربه‌های مثبت و منفی‌اش در اینترنت با آنان گفت‌وگو می‌کند. یک راه خوب برای سهیم شدن در اینترنت، انتخاب بازی‌ها و فیلم‌ها به‌طور مشترک است.

والدین با تقویت فضای ارتباطی بین فردی و ایجاد احساس اعتماد و امنیت در کودک، باید اجازه دهند که وی آنچه را در بازی یا فیلم می‌گذرد، به آن‌ها نشان دهد و آزادانه درباره آن حرف بزند. والدین نیز با رفتار و گفتار خود به کودک نشان دهند که به آنچه می‌شنوند علاقه‌مندند و می‌خواهند بیشتر یاد بگیرند. وقتی کودک بخشی از فیلم یا بازی را روی صفحه رایانه یا تلفن همراه هوشمند به والدین نشان می‌دهد، والدین باید با گفتن جمله «خیلی خوشحالم که این را نشانم دادی» یا «چه خوب که پرسیدی» کودک را تشویق و رفتار مثبت اینترنتی او را تقویت کنند. با کودک چهار یا پنج ساله می‌توان درباره خطرات ناشی از استفاده سهل‌انگانه از اینترنت گفت‌وگو کرد. البته مهم است که مخاطرات طوری طرح شود که کودک دچار رسانه‌هراسی نگردد. مضاف بر اینکه چیزهایی که ترس را تحریک کنند، به‌طور طبیعی باعث تحریک کنجکاوی نیز می‌شوند. بنابراین، بهترین راه آگاه‌سازی کودک درباره موضوعات ناراحت‌کننده و خطرناک از جمله معایب اینترنت، بی‌طرفانه و عینی صحبت کردن و خودداری از انتقال اضطراب‌ها و ترس‌های والدین از طریق زبان بدن و واژه‌هاست. برای مثال، والدین می‌توانند بگویند: «در اینترنت افرادی هم وجود دارند که وانمود می‌کنند آدم‌های خوبی هستند ولی در واقع چنین نیست و می‌خواهند به تو آسیب برسانند.» یا بگویند: «همان‌طور که هنگام عبور از خیابان دست را می‌گیرم، می‌خواهم با هم در اینترنت بگردیم؛ زیرا باید از تو در برابر خطرهای محافظت کنم تا بعدها که بزرگ‌تر شدی، بتوانی خودت راحت را پیدا کنی و بدانی که بهتر است با چه کسانی در اینترنت ارتباط برقرار کنی.»

در مجموع، به‌گمان نگارنده بهترین راه کمک به نوآموز پیش‌دبستانی در استفاده از اینترنت، همراهی همدلانه والدین است. از این طریق می‌توان راهنمایی‌های لازم و مناسب را ارائه

داد و از به دردمس افتادن کودک جلوگیری کرد.

نتیجه‌گیری

اینترنت فرصت‌هایی زیاد برای کودک فراهم می‌کند اما گزارش‌ها نشان می‌دهد که باید در مورد خطرات آن به‌شیوه‌ای عملگرایانه و صداالبته آگاهانه، کنترل داشت. برای در امان نگه‌داشتن کودک از تبعات استفاده نامناسب از اینترنت، پیشنهاد می‌شود والدین به موارد زیر توجه کنند:

- **حدی را برای استفاده از اینترنت برای فرزند خود در نظر بگیرید.**
- **خود را در فعالیت‌های برخط فرزندتان سهیم کنید و شیوه استفاده صحیح از امکانات موجود در فضای مجازی را به او آموزش دهید.**
- **کودک خود را به بازی در بیرون از منزل، کتاب خواندن و دیگر فعالیت‌ها در خارج از فضای مجازی تشویق کنید.**
- **هرگز دستگاه‌های دیجیتال را در اتاق خواب کودک قرار ندهید.**

• **کودک را از طریق ذکر مصادیقی چون شماره تلفن، نشانی منزل، اطلاعات مرکز پیش‌دبستانی و... با مفهوم «حریم شخصی» آشنا کنید و او را از خطر مشاهده عکس‌ها و فیلم‌هایی که باعث مغشوش و مشوش شدن ذهنش می‌شود، مطلع سازید.**

• **با کودک خود در شبکه‌های اجتماعی دوست شوید.**

• **از نرم‌افزارهای ویژه والدین برای نظارت بر نحوه استفاده فرزندتان از رسانه‌های وب‌محور بهره بگیرید تا آن‌ها نتوانند به تارنما‌های نامناسب دسترسی پیدا کنند.**

• **مهم‌تر از تمام موارد مذکور، «گفت‌وگو» با فرزندتان را اصل بدانید و در اولویت قرار دهید. سعی کنید هم‌صحبتی خوب برای فرزندتان باشید تا مشکلاتی را که در دنیای سایبر با آن‌ها مواجه می‌شود، با آسودگی و در فضایی مملو از اعتماد و امنیت با شما در میان بگذارد و هم‌زمان، یاد بگیرد چگونه چارچوبی مناسب برای زندگی در دنیای دوم خود بسازد.**

پی‌نوشت

در این مقاله منظور از کودک دختر و پسر گروه سنی ۴ و ۵ سال است.

والدین باید با کودک ارتباطی مؤثر برقرار کنند. در چارچوب چنین رابطه‌ای، درباره «گفت‌وگو» اینترنت مانند حرف زدن درباره هر اتفاق روزمره دیگر، امری طبیعی محسوب می‌شود