

نسل تکنولوژی به جای نسل مداد و کاغذ

چند نکته درباره
کودکانی که
زندگی‌شان در
موبایل و فضای
مجازی خلاصه
شده
و مهارت‌های
کودکان نسل
قدیم را ندارند

«یکی از مهم‌ترین تغییرات نسلی، توسعه قابل توجه تکنولوژی و فضای مجازی برای نسل زد و آلفاست؛ کودکانی که متولد دهه ۸۰ به بعد هستند و تقریباً تمام کارهایشان در فضای مجازی راه می‌افتد؛ به همین دلیل تفاوت‌های بسیار واضحی میان کودکان این نسل با کودکانی که در دهه‌های ۵۰، ۶۰ و حتی ۷۰ زندگی می‌کردند، دیده می‌شود.» دکتر فاطمه کمالی تبار، روانشناس کودک و نوجوان در مجموعه روانپزشکی بیمارستان امام حسین (ع) با بیان این مطلب به همشپهاری تندرستی می‌گوید: «کودکان امروز، نسل تکنولوژی هستند و کودکان قدیم، نسل مداد و کاغذ.»



آسیب‌ها زیاد است

کمالی تبار درباره اینکه کودکان در زندگی مدرن و مواجهه بیش از حد با تکنولوژی با چه آسیب‌هایی مواجه هستند، عنوان می‌کند: «آسیب‌های زیادی وجود دارد. این فضا باعث می‌شود که مسائل مربوط به بلوغ جنسی، اعتقادی، هویت جنسی و حتی آینده، شغل، رشته تحصیلی و دوستی‌های آنها تحت تأثیر قرار بگیرد. والدین اگر نتوانند خودشان را به روز رسانی کنند، باعث می‌شوند که کودکان با آسیب بیشتری مواجه شوند.»

ضعف در دوستیابی

کمالی تبار با بیان اینکه اکنون دوستی‌های فضای مجازی گسترده و دوستی‌های فضای واقعی کمتر شده‌اند، عنوان می‌کند: «اینکه کودک وابسته به فضای مجازی شود، منجر به کاهش مهارت‌های ارتباطی در او می‌شود. آنها دیگر مهارت دوست‌یابی معمولی را ندارند و حتی نمی‌توانند دوست‌هایشان را برای خودشان نگه دارند؛ این در حالی است که در گروه‌ها و فضاهای مجازی با افراد زیادی دوست هستند که حتی آنها را نمی‌شناسند.» او درباره کاهش مهارت‌های ارتباطی در این کودکان هشدار می‌دهد: «این کودکان زبان بدن مناسب ندارند چون در فضای مجازی دوستی برقرار کرده‌اند و مهارت‌های ارتباطی‌شان در دنیای واقعی کاهش پیدا می‌کند. البته فضای مجازی به‌طور کلی چیز بدی نیست و به شرط استفاده درست، می‌تواند اطلاعات خوبی بدهد، اما اگر والدین نتوانند آن را مدیریت کنند، آسیب‌های بسیاری برای فرزندان‌شان خواهد داشت.»



توصیه به والدین

این روانشناس درباره راهکارهای افزایش آگاهی در خانواده‌ها می‌گوید: «خانواده‌ها پیش از فرزندآوری، باید نسبت به تغییر عادات و رفتارهای خودشان اقدام کنند. والدی که از صبح تا شب پای گوشی است، چطور می‌تواند کودک خود را مدیریت کند. آنها باید عادات غلط را حذف کنند، مهارت‌های فرزندپروری را یاد بگیرند و بدانند در هر سنی با توجه به مسائل رشدی کودک چگونه به او کمک کنند.» به تأکید کمالی تبار، فراهم کردن فضای خوب، اتاق مجزا، لباس گران و تجهیزات و امکانات نشانه والدین خوب بودن نیست، بلکه باید آگاه باشند که چطور به کودک نه بگویند، درباره رفتارهای قانون‌شکنانه او تنبیه مناسب در نظر بگیرند یا چطور پاداش دهند. این آموزش‌ها در کتب مختلف آمده است. مشورت با روانشناس حوزه کودک و نوجوان، به‌ویژه روانشناسان تربیتی هم کمک‌کننده است.»

خطر برای کودکان دارای اختلال

این روانشناس به یک آسیب مهم در بازی‌های موبایلی هم اشاره می‌کند و می‌گوید: «ما همین حالا هم کودکانی را داریم که به دلیل حضور بیش از اندازه در چنین فضاهایی، دچار آسیب جسمی، جنسی و مغزی شده‌اند و این مسئله روی روان آنها تأثیر گذاشته است. این کودکان عمدتاً دچار اختلال بیش‌فعالی یا نقص توجه هستند و به همین دلیل رفتارهای آسیب‌زا درباره خودشان یا اطرافیان‌شان دارند.» به گفته کمالی تبار، آسیب فضای مجازی برای کودکانی که اختلال دارند، چندین برابر کودکان معمولی است. اما اگر حضور کودک در فضای مجازی مدیریت نشود، حتی گروه‌هایی هم که از نظر سلامت روان مشکل ندارند، دچار مشکل خواهند شد.

سوءاستفاده از کودکان

کمالی تبار به سوءاستفاده برخی افراد در فضای مجازی از کودکان اشاره می‌کند و می‌گوید: «یک بیمار ۱۵ ساله داشتیم که از یک روانشناس قلابی در فضای مجازی پکیج خریداری کرده بود. توصیه‌های این فرد باعث شده بود که این کودک داروهای خود را قطع کند و در نهایت به دلیل تشدید مشکلات روانی، در بخش روانپزشکی بستری شد.» به گفته این روانشناس، سوءاستفاده از کودکان در فضای مجازی باعث اضطراب، افسردگی، اختلالات رفتاری و مغزی، اختلالات خواب، پرخاشگری و مشکلات تحصیلی می‌شود.

درباره کودکان نرمال هم اگر روش‌های صحیح تربیتی رعایت و حضورشان در فضای مجازی کنترل نشود، فردی با پکیج اختلال رفتاری به جامعه تحویل می‌شود که نافرمانی، لجبازی و تمایل به رفتارهای پرخطر یا عضویت در گروه‌های خلاف از جمله این اختلالات است.

والدین آگاه

کمالی تبار با بیان اینکه در حال حاضر با دنیایی از اطلاعات روبه‌رو هستیم که می‌توانند آسیب‌زا باشند، عنوان می‌کند: «ممکن است بخشی از این اطلاعات منابع صحیح نداشته باشند و کودکان برخی از آنها را از منابع غیر موثق دریافت کنند. والدین باید آگاه باشند که کودکان چه اطلاعاتی را دریافت می‌کنند؟ مناسب سن‌شان هست؟ یا اینکه خلاف چارچوب خانواده، فرهنگ و تربیت نباشد. در فضای مجازی هیچ قاعده و چارچوبی وجود ندارد و اگر والدین نتوانند آن را مدیریت کنند، قطعاً آسیب‌زاست.»

تفاوت آسیب‌ها به کودکان از گذشته تا امروز

به گفته این روانشناس کودک و نوجوان، در گذشته دست‌بسته بود و چارچوب خانواده‌ها بیشتر رعایت می‌شد، اما آسیب‌هایی هم وجود داشت: «کودکان در بیرون از منزل بازی می‌کردند و با آسیب‌های جسمی، روحی و فیزیکی مواجه بودند، اما مسئله مهم این بود که منبع آن آسیب‌ها مشخص بود. اکنون این آسیب‌ها به فضای مجازی آمده، کودکان از آنها مصون نیستند و منبع مشخصی هم ندارند و می‌توانند اوضاع را سخت‌تر کنند.»

او با تأکید بر اینکه والدین وظیفه دارند چنین مصونیتی را برای کودکان‌شان ایجاد کنند، ادامه می‌دهد: «این مسئله نیاز به قوانین، ضمانت اجرا و جرائم متناسب با سن بچه‌ها دارد. کودکان هم باید تبعات نقض قانون را بپذیرند. البته باید روابط والدین مقتدرانه و بامهر بانی باشد؛ یعنی هم قوانین اجرا شود و هم کودک به راحتی مشکلاتش را بیان کند. تمام این شرایط منوط به این است که والدین آموزش مناسب را بگیرند. سرعت تکنولوژی بسیار زیاد است و بسیاری از خانواده‌ها نمی‌توانند خودشان را به این سرعت برسانند.»