

سرگرم شدن کودکان به چه قیمتی؟



در حالی که سازمان بهداشت جهانی تاکید می‌کند کودکان کمتر از پنج سال، باید مدت زمان کمی را به تماشای تلویزیون اختصاص دهند یا از تلفن همراه و تبلت استفاده نکنند، بسیاری از والدین برای آنکه به خیال خود، امکانات بیشتری در اختیار فرزندانشان بگذارند یا در فضاهای عمومی مثل مترو گریه کودکانشان را بند بیاورند، از این ابزارها استفاده می‌کنند.

در حالی که سازمان بهداشت جهانی تاکید می‌کند کودکان کمتر از پنج سال، باید مدت زمان کمی را به تماشای تلویزیون اختصاص دهند یا از تلفن همراه و تبلت استفاده نکنند، بسیاری از والدین برای آنکه به خیال خود، امکانات بیشتری در اختیار فرزندانشان بگذارند یا در فضاهای عمومی مثل مترو گریه کودکانشان را بند بیاورند، از این ابزارها استفاده می‌کنند.

سازمان بهداشت جهانی (WHO) در دستورالعمل اخیر خود اعلام کرده است که کودکان کمتر از پنج سال نباید مدت زمان زیادی را صرف تماشای تلویزیون، استفاده از تلفن همراه، تبلت و انجام بازی های رایانه ای کنند. لازم است خواب خوبی داشته باشند و مدت زمان بیشتری را بازی کنند تا در سلامت کامل باشند.

این در حالی است که برخی والدین از اینکه کودکانشان می‌توانند برخی از بازی ها را دانلود و نصب کنند، لذت می‌برند و احساس خوشحالی و رضایت می‌کنند و آن را به حساب باهوش بودن فرزندشان می‌گذارند، غافل از اینکه استفاده زودهنگام و زیاد از این ابزار، فرزندشان را پرخاشگر می‌کند.

تهمینه امیریان - روانشناس کودک - درباره پیامدهای استفاده کودکان از موبایل و تبلت به ایسنا می‌گوید: استفاده از این ابزار موجب می‌شود تعامل مثبتی که باید بین پدر، مادر و کودک باشد، روی ندهد و موجب عدم تمرکز و افزایش پرخاشگری کودک شود، به همین دلیل سازمان بهداشت جهانی به نقش بازی در سلامت کودکان تاکید می‌کند.

او ادامه می‌دهد: وقتی کودک از ابزارهایی که نباید، استفاده می‌کند، ارتباطی که باید با محیط داشته باشد، از بین می‌رود و این امر موجب نداشتن تمرکز دیداری و کاهش کیفیت شنیداری او می‌شود. هر چه کودک با محیط ارتباط بهتری بگیرد موجب تمرکز بیشتر او می‌شود.

این روانشناس اضافه می‌کند: ما در اولین برخورد با کودکان چهار یا پنج ساله، مدت زمانی را که صرف تماشای تلویزیون یا استفاده از گوشی تلفن همراه و تبلت می‌کنند، بررسی می‌کنیم زیرا خوراکی که رسانه به کودک می‌دهد نقش مهمی دارد، برای مثال من تماشای کارتون های «پاندای کونگ فو کار» یا «باب اسفنجی» را برای کودکان نامناسب می‌دانم زیرا تحقیقات نشان می‌دهد کارتون «باب اسفنجی» موجب گندذهنی کودکان می‌شود و هوش آنها را پایین می‌آورد یا کارتون «پاندای کونگ فو کار» موجب افزایش پرخاشگری آنها می‌شود.

امیریان می‌گوید: تدوین کارتون ها، بیزینسی است و اسلایدهایی که کنار هم قرار می‌گیرند تا کودکان بتوانند برنامه را تماشا کنند به دلیل جذابیت زیاد نور و رنگ ها، لذت بخش است در حالی که کارتون های قدیمی آنقدر نور پخش نمی‌کردند. این امر موجب پرخاشگری کودک می‌شود به همین دلیل تماشای زیاد برنامه های تلویزیونی برای کودکان ممنوع است.

او با بیان اینکه در حال حاضر، کارتون ها یا جنبه بیزنس - آموزشی و یا جنبه تجاری صرف دارند، ادامه می‌دهد: کارتون های بیزینس - آموزشی کودک را یکجانشین می‌کنند تا به او یکسری مسائل را آموزش دهند. کارتون های تجاری هم برای آنکه به فروش برسند، ساخته می‌شوند. برای مثال کارتون «شیرک» برای لذت بردن بزرگسالان ساخته شده که به بهانه کودکان روانه بازار شده است و مفاهیم ازدواج را به همراه دارد و در نهایت پندآموزی که برای کودک مناسب باشد، ندارد.

این روانشناس بیان می‌کند: من حتی برنامه های کودک در شبکه های ماهواره ای مثل «جم جونیور» را برای کودکان ممنوع می‌دانم و در نهایت و به شرط آنکه مادر نتواند با کودک کار کند، شبکه پویا را معرفی می‌کنم چون تدوین کارتون های این شبکه به نسبت شبکه های خارجی کمتر است، ارتباطی که مجری با کودکان می‌گیرد بیشتر است و از همه مهم تر فرهنگ این برنامه ها با جامعه ای که ما در آن زندگی می‌کنیم همخوانی دارد. اما کودکان فقط ۴۵ دقیقه صبح یا بعد از ظهر و به عنوان جایزه امکان تماشای برنامه های این شبکه را دارند.

امیریان می گوید: آموزش صرف به کودکان کافی نیست و باید روی بیماری های آنها کار شود زیرا خانواده ها یکسری مشکلاتی دارند که آن را به کودکان هم منتقل می کنند.

این روانشناس معتقد است: مادرانی که خلاق نیستند، اجازه استفاده از ابزارهای الکترونیک یا تماشای تلویزیون را به فرزندانشان می دهند. ما به مادران این چنینی فرزندپروری آموزش می دهیم یعنی مشکلات بچه ها را بررسی می کنیم و به مادرها آموزش می دهیم قوانین را به فرزندانشان آموزش دهند یا لوازم کافی مثل کتاب قصه و اسباب بازی که با روحیه کودک سازگار است، در اختیارشان بگذارند تا بتوانند فرزندشان را سرگرمشان کنند.

امیریان بیان می کند: خانواده باید قبل از ورود هر ابزاری به خانه برای آن قانون بگذارد. برخی از مادرها می گویند فرزندشان در گوشی فرد دیگری عکس ها یا فیلم های نامناسب دیده است. ما باید قبل از هر چیزی فرهنگ استفاده از ابزارها را داشته باشیم. در یک دهه ماهواره آمد که بسیاری از بچه ها تحت تاثیر آن به بلوغ زودرس رسیدند. در حال حاضر بسیاری از خانواده های مراجعه کننده می گویند که ماهواره شان را بسته اند چون متوجه شده اند شبکه های امثال جیم تی وی به درد کودکانشان نمی خورد.

او اضافه می کند: برخی از برنامه ها مثل «عمو پورنگ» یا «خاله قاصدک» را همه ی بچه ها می بینند که من هم به خانواده ها توصیه می کنم اجازه دهند کودکانشان این برنامه ها را ببینند چون به این واسطه می توانند در کار گروهی مهد کودک یا مدرسه درباره آن برنامه صحبت کنند و موضوعی برای گفت وگو داشته باشند. گرچه معتقدم برخی برنامه های کودک تولیدی شبکه های خودمان هم استرس زا و بی محتوا هستند با این حال به خانواده ها می گویم که به فرزندانشان اجازه دهند این برنامه ها را ببینند تا بتوانند با کودکان دیگر ارتباط بگیرند.

این روانشناس درباره اینکه خانواده ها بدون استفاده از این ابزارها چگونه می توانند فرزندانشان را سرگرم کنند، پیشنهاد می دهد: مادر می تواند با فرزندش غذا درست کند زیرا بسیاری از بچه ها دوست دارند در کارهای خانه با مادرشان شریک شوند. یا او را با شعر، کتاب قصه، بردن به پارک سرگرم کند. از طرفی مادری که خلاق است، می تواند از هر ابزاری برای کودکش سرگرمی درست کند. ما معتقدیم مادر باید در اختیار فرزندش که بدنیا آورده باشد، مادری که یک گوشی تلفن دست فرزندش می دهد تا او را سرگرم کند و خودش به کارها و مشکلاتش برسد، مادر در اختیاری نیست و در نهایت فرزند پرخاشگری تربیت می کند. زیادی وقف بچه شدن و زیادی نسبت به آن بی اهمیت بودن خوشایند یک مادر نیست. ما می گوئیم مادر می تواند حدود یک ساعت با کودک بازی کند و سپس باید به کودک یاد دهد خودش سرگرم شود.