



داوود تاروردیزاده

عضو هیئت علمی دانشگاه پیام نور گرمی

علی اکبر عبدالله زاده

کارشناس ارشد تکنولوژی آموزشی

سرآغاز

در زندگی مدرن امروزی، تصویر دنیای بدون اینترنت دشوار است. این جهش در فناوری اطلاعات، تأثیرات عمیقی بر رفتار انسان‌های امروزی گذاشته است. استفاده از اینترنت، یکی از جلوه‌های آشکار دنیای مدرن و ابزاری مهم برای آموزش نسل نو به شمار می‌آید. اینترنت در همه‌جا حضور دارد. کودکان در شمار رو به افزون کاربران اینترنتی قرار می‌گیرند. در سال ۲۰۰۵ بیش از ۷۷ میلیون کودک وارد فضای سایبر شده‌اند. هم‌زمان با دسترسی گسترده افراد به اینترنت، تأثیرات منفی آن نیز بیش از پیش به چشم می‌خورد و با علائمی مثل اضطراب، افسردگی، کج خلقی، بی‌قراری و تفکرات وسواسی همراه است. از طرف دیگر، در عین حال که در جهان مجازی، روابط این افراد، به ویژه کودکان و نوجوانان، افزایش می‌یابد، در مقابل، از دامنه روابط آنها در جریان واقعی کاسته می‌شود و حتی احتمال لطمه دیدن عملکرد آموزشی نیز وجود داد. [معیدفرد و دیگران، ۱۳۷۶]. گوشه‌ای از این مشکلات را با هم بررسی می‌کنیم:

اشاره

رابطه کامپیوتری بین انسان‌ها روز به روز فراگیرتر می‌شود. رایانه‌ها روز به روز از طریق شبکه‌های محلی و جهانی و نیز از طریق فناوری بی‌سیم، به یکدیگر پیوند می‌خورند. ارتباط گسترده، هر روز بیش از پیش افراد را به سوی خود جذب می‌کند و در این میان، ارتباط کودکان و نوجوانان با این وسیله ارتباطی، بیش از اқشار دیگر به چشم می‌خورد.

اینترنت با وجود دارا بودن جنبه‌های مثبت از قبیل جنبه‌های آموزشی و ارائه خدمات ارتباطی و ... در صورت استفاده نادرست و کنترل نشده، ممکن است لطمات و صدمات جبران‌ناپذیری برای کودکان در پی داشته باشد. استفاده کنترل نشده از اینترنت، به ویژه وقتی با دیگر فناوری‌ها از قبیل تلویزیون همراه باشد، کودک را در معرض خطر اثرات مضر آن بر تکامل فیزیکی، اجتماعی و روانی قرار می‌دهد؛ از جمله: مشکلات بینایی، صدمات سیستم اسکلتی، چاقی، مشکلات ارتباطی در خانواده و اعتیاد الکترونیکی. در صورتی که اگر از رایانه به طور صحیح استفاده شود، اثرات مثبتی در پی دارد. در این مقاله برآنیم که تأثیرات منفی استفاده کنترل نشده از اینترنت را در رشد و تکامل فیزیکی، رفتاری و اجتماعی کودکان بررسی کنیم.

کلیدواژه‌ها

اینترنت، رشد کودکان، مهارت‌های اجتماعی، بازی‌های رایانه‌ای، رایانه و انسان، اعتیاد به اینترنت.

۱. تأثیرات استفاده کنترل نشده از اینترنت بر رشد مهارت‌های اجتماعی کودکان

الف) تأثیرات خانوادگی: امروزه اینترنت جایگاه ویژه‌ای در ساختار زندگی خانواده‌ها پیدا کرده است و رایانه به عنوان یک وسیله اما با کاربردی متفاوت‌تر، متنوع‌تر و شخصی‌تر وارد خانه‌ها شده، عرصه زندگی اجتماعی را دچار تغییر و تحول کرده و روابط اجتماعی جدیدی با ویژگی‌های نوین در جامعه حاکم ساخته است. دلیلی اصلی خانواده‌ها برای خرید رایانه و ارتباط با شبکه اینترنت در منزل، آموزش است. والدین اعتقاد دارند که این ابزار، نگرش کودک نسبت به مدرسه را بهبود می‌بخشد. اما با گسترش سریع استفاده از این فناوری، سؤال مهمی که ایجاد می‌شود، تأثیر آن بر ارتباطات بین اعضای خانواده است. استفاده از اینترنت، بر روابط خانواده تأثیر می‌گذارد:

استفاده از اینترنت نوعی فعالیت زمان‌گیر است. پس می‌تواند مدت تعامل کودک با خانواده‌اش را کاهش دهد. زمان اختصاص داده شده برای تعامل، پیش شرط ارتباط با کیفیت است. وجود فقط یک رایانه در منزل، رقابتی میان کودک و والدین برای استفاده از رایانه ایجاد می‌کند که گاهی سبب کشمکش می‌شود. استفاده از صفحات وبی که از نظر محتویات متناسب سن کودک نیستند، سبب بحث و کشمکش میان والدین و کودکان می‌شود. گاهی کشمکش، از دست‌یابی کودکان به اطلاعات خصوصی والدین ناشی می‌شود و گاهی والدین نگران هستند که اینترنت کودک را از سایر فعالیت‌ها منحرف کند. هم‌چنین، اثر ایزوله کننده‌ای بر او داشته باشد [Mesch, 2005].

ب) تأثیرات اجتماعی: اینترنت به عنوان نوعی فناوری شگفت‌آور معرفی شده است، اما بر مهارت‌های اجتماعی افراد اثرات منفی دارد. بهترین راه برای کشف خود، زمانی که کودک در حال رشد و یادگیری است، تعامل با دیگر کودکان است. یادگیری از طریق کسب تجربه و تحریک حس‌ها اتفاق می‌افتد و زمانی که کودک از رایانه استفاده می‌کند، این امر کمتر صورت می‌گیرد. کلیک کردن بر موس و بازی‌های رایانه‌ای، پیشرفت مناسب مهارت‌های اجتماعی کودک را به تأخیر می‌اندازد. زمانی که کودک به اینترنت معتاد شد، انگیزه‌اش برای تعامل با دیگران کم می‌شود و این خود بر ارتباط شخصی و تعاملات اجتماعی اثرات منفی می‌گذارد. [www.public.iastate.edu]

مطالعات اخیر نشان می‌دهد، استفاده از اینترنت سبب ایجاد احساس بدبختی، تنهایی و به طور کلی کاهش سلامت روانی می‌شود. اشخاصی که از اینترنت زیاد استفاده می‌کنند، دوستی‌ها را کمتر حفظ می‌کنند، زمان کمتری را با خانواده صحبت می‌کنند، استرس بیشتری را تجربه می‌کنند و احساس تنهایی و افسردگی می‌کنند [Affonoso, 1999].

اینترنت با وجود
دارا بودن جنبه‌های
مثبت در صورت
استفاده نادرست،
ممکن است لطمات و
صدمات جبران‌ناپذیری
برای کودکان در پی
داشته باشد

ج) صرف زمان طولانی و هزینه زیاد برای نرم افزار و سخت افزار، روزنامه‌ها و فعالیت‌های مربوط به رایانه.
د) بی‌خیال شدن نسبت به کار، مدرسه و خانواده [Affonoso, 1999].

به آن‌هایی که نمی‌توانند از صفحه رایانه دور شوند، توصیه می‌شود:

به یک شبکه حمایت‌شده و سالم متصل شوند. زمانی که حس می‌کنند باید جلوی رایانه بنشینند، با کسی تماس بگیرند و با او صحبت کنند. این روش رفتارشناختی است. به این ترتیب، به افراد کمک می‌شود تا الگوی ذهنی خود را دریابند و بدانند چگونه باید آن را تغییر دهند.

ب) بازی‌های رایانه‌ای خشونت‌آمیز و کودکان:

امروزه گسترش بازی‌های الکترونیکی و رایانه‌ای، به تهدیدی بزرگ برای قشر کودک و نوجوان تبدیل شده است و این امر می‌تواند به بروز بیماری‌های روانی و افسردگی در قشر جوان نیز منجر شود. در گذشته، بازی‌ها از طریق ارتباط کودکان با یکدیگر انجام می‌شد. اما امروزه کودکان بیشترین ساعات روز را صرف این‌گونه بازی‌ها می‌کنند، درحالی‌که این ارتباط هیچ‌گونه رابطه عاطفی و انسانی ایجاد نمی‌کند. تأثیر بازی‌های رایانه‌ای به ویژه در ایجاد خشونت در کودکان و نوجوانان، انکارناپذیر است و به چند عامل بستگی دارد: اولین عامل، درجه شدت خشونت بازی است. دوم، توانایی کودک برای تشخیص و تمیز بین دنیای تخیلی و واقعیت زندگی است. عامل سوم، قدرت کودک برای مهار کردن تمایلات و انگیزه‌های وجودی است و بالاخره عامل چهارم، چارچوب ارزشی است که کودک در آن رشد کرده است و یا هم‌اکنون زندگی می‌کند و نیز ارزش‌هایی که در متن و محتوای بازی مستتر است. تحقیقات اخیر دلالت دارد، بازی‌های رایانه‌ای سبب بروز صدمات مغزی طولانی مدت می‌شود. بازی‌های رایانه‌ای فقط قسمت‌هایی از مغز را که به بینایی و حرکت اختصاص دارد، تحریک می‌کند و به تکامل دیگر نواحی مغز کمک نمی‌کند. [www.gentleparents.com].

ترکل بر این باور است که رایانه و بازی‌های رایانه‌ای در حال حاضر به بخشی از نسل جدیدی از این نوع بدل گشته است که در حال رشد و ترقی است. اگر چه ممکن است این مقوله حقیقت داشته باشد، موضوع نگران‌کننده



۲. تأثیرات استفاده کنترل نشده از اینترنت بر رشد رفتار

و اخلاق کودکان

الف) اعتیاد الکترونیکی و کودکان: مطالعات نشان داده است که در بین کودکان مصرف‌کننده سنگین اینترنت، الگوهای رفتاری اعتیاد وجود دارد. بررسی‌ها شیوع آن را از ۶ درصد تا بیش از ۸۰ درصد گزارش کرده‌اند. نگران‌کننده‌ترین جنبه اعتیاد به اینترنت، آسیب دیدن کودکان است. آن‌ها به راحتی به بازی‌های چندنفره، حتی بخش‌های مبتدل، وابسته می‌شوند [www.news.zdent.com].

کودکان معتاد به اینترنت، ساعت‌های بسیار طولانی در طول روز را به استفاده از این وسیله ارتباطی می‌گذرانند، به نحوی که عملکرد شغلی و اجتماعی آن‌ها تحت تأثیر قرار می‌گیرد. کارشناسان، این نوع استفاده غیرطبیعی از اینترنت را اصطلاحاً «اعتیاد به اینترنت» می‌نامند. علت اعتیاد به اینترنت، در بسیاری از این افراد و کودکان، دست‌یابی به راهی برای سرکوبی اضطراب‌ها و تنش‌های زندگی است. به گفته پژوهشگران، احتمال اعتیاد به اینترنت در کودکان گوشه‌گیر و افرادی که در ارتباط‌های اجتماعی و بین‌فردی خود مشکل دارند، بیش از سایرین است.

علائم شناخته‌شده این اختلال عبارت‌اند از:

الف) استفاده از رایانه برای خوش‌گذرانی، شادی یا تسکین استرس.

ب) احساس تحریک‌پذیری غیرقابل کنترل و افسردگی در زمانی که از آن استفاده نمی‌شود.

استفاده از اینترنت نوعی فعالیت زمان‌گیر است. پس می‌تواند مدت تعامل کودک با خانواده‌اش را کاهش دهد

این است که کودکان زندگی خود را از دست داده و رو به زوال و افول می‌روند. این مرگ، در واقعیت به حقیقت نمی‌پیوندد و به دردی فیزیکی که بتوان آن را تحمل کرد، مربوط نمی‌شود. براساس نظریه آموزش اجتماعی، کودکان ممکن است اعمال تهاجمی و پرخاشگرانه را، همان‌گونه که در رسانه‌های الکترونیکی مشاهده می‌کنند، تقلید نمایند.

کلمنتز [Clements, 1995] تصریح می‌کند، بازی‌های اینترنتی خشونت‌آمیز، کودکان را نسبت به بی‌رحمی بی‌احساس می‌کنند و ممکن است آن‌ها را به احتمال قریب به یقین، به انجام اعمال خشونت‌آمیز در زندگی واقعی سوق دهند. علاوه بر این، کودکان و نوجوانانی که در ظاهر لذت و خوشی را در تماشای رسانه‌ها تجربه می‌کنند، با خشونت موجود در رسانه‌ها مواجه می‌شوند و تمایلات و نیازهای سیری‌ناپذیری را برای مضمون خشونت هرچه بیشتر از خود بروز می‌دهند [Schwartz and Matzkin, 1999].

بنابراین، رابطه میان مشاهده توسط کودکان و نوجوانان در رسانه‌ها و سطح تهاجم و پرخاشگری که در طول زمان به وجود می‌آید، وابستگی و تعلق آن‌ها را به بازی‌های خشونت‌آمیز رایانه‌ای افزایش می‌دهد. علاوه بر این، کودکانی که از نظر علمی در سطح پایین‌تری قرار داشته‌اند، از مهارت‌های اجتماعی توسعه‌یافته برخوردار نبوده‌اند و در تخیل خود خشونت را تجسم می‌کنند، به نشان دادن و بروز خشونت و پرخاشگری بیشتر تمایل نشان می‌دهند.

۳. تأثیرات استفاده کنترل‌نشده از اینترنت بر رشد فیزیکی و جسمی کودکان

الف) مشکلات بینایی: به اعتقاد پزشکان، کودکانی که به مدت طولانی از اینترنت استفاده می‌کنند، در معرض خطر نزدیک‌بینی قرار می‌گیرند [Emick M, 2002]; اگرچه ۷۰ درصد بزرگسالان که به دلیل نگاه ممتد به صفحه مانیتور و کار طولانی مدت با رایانه به علائم سندرم بینایی رایانه مبتلا هستند [عظیمی، ۱۳۸۳].

تحقیقات نشان داده است، کودکان به چند دلیل برای ابتلا به این سندرم مستعدتر هستند:

- توجه نکردن به مسائل بهداشتی و سلامت خود، ممکن است ساعت‌ها در مقابل صفحه رایانه بنشینند و بر آن تمرکز کنند.

- بیان نکردن مشکلات بینایی توسط کودکان و نادیده گرفتن آن‌ها.

- طراحی شدن ایستگاه‌های کاری رایانه، متناسب با وضعیت بالغین که برای کودکان مناسب نیست. برای پیش‌گیری از سندرم بینایی رایانه در کودکان، باید:

- قبل از شروع مدرسه، معاینه کاملی از چشم کودکان، از نظر دید نقاط دور و نزدیک صورت گیرد.

- ایستگاه‌های کاری رایانه متناسب با وضعیت کودکان طراحی شود.

- فاصله بین مانیتور و چشم کودک ۷۰-۴۵ سانتی‌متر توصیه می‌شود. فاصله کمتر از ۴۵ سانتی‌متر برای کودکان مضر است.

- والدین از رفتارهایی که بر مشکلات چشمی دلالت می‌کند؛ آگاه باشند؛ مثلاً قرمزی چشم، مالش مکرر چشم‌ها، سردرد، وضعیت‌های غیرمعمول، شکایت از تاری دید و خستگی چشم [Wan I.k, 2005].

ب) صدمات سیستم اسکلتی: مشکلات نواحی مچ، گردن و پشت، کودکانی را که طولانی مدت از رایانه استفاده می‌کنند، تهدید می‌کند. این مشکل، با وضعیت قرارگیری کودک در حین کار با رایانه مرتبط است [www.jhu.edu].

برای پیش‌گیری از این صدمات باید:

۱. وضعیت صحیح قسمت بالایی بدن در حین کار با رایانه حفظ شود:

- پشت به وسیله صندلی حمایت شود.

- در حین نشستن بر صندلی، بر عقب زانوها فشار وارد نشود.

- پاهای روی سطحی محکم (کف زمین یا سطح شیب‌دار) قرار گیرد.

- سر روی گردن متعادل باشد.

- زاویه بین ساق پا و ران، بیش از ۹۰ درجه باشد.

- مچ به طور خنثی قرار گیرد [زاویه کمتر از ۱۵ درجه].

۲. یک محل کار نرمال طراحی شود؛ فضایی که کودک بتواند به آن دسترسی بیابد؛ به راحتی بنشیند، بدون این که بدنش را به طور نامتناسب خم کند یا بیچاند. وضعیت صفحه رایانه را بررسی کنید. صفحه رایانه طوری قرار گیرد

که کودک بدون این که گردنش را به عقب و جلو خم کند، آن را به راحتی ببیند.

۳. در محل کار با رایانه تجهیزات مناسب قرار گیرد. صندلی راحت، میز ثابت، صفحه کلید سطح پایین با شیب منفی و موس در سایز مناسب با کودک.

۴. صفحه مانیتور عاری از گرد و غبار، و نور کافی موجود باشد.

۵. مدت زمان استفاده از رایانه کنترل شود. زیرا صدمات



پیشنهادها کمک کننده است:

- آشنایی والدین با رایانه و گذراندن دوره های آموزشی در این زمینه و در صورت لزوم، یادگیری برخی نکات از کودکان.

- صحبت با کودکان در مورد نحوه استفاده آنان از رایانه و خطراتی که هنگام آن لاین شدن ممکن است آنها را تهدید کنند.

- قراردادن رایانه در مکانی از منزل که بتوان فعالیت های کودک را تحت نظر داشت.

- محدود کردن زمان استفاده از رایانه، در صورتی که وی از تماس های اجتماعی خود کاسته باشد. (استفاده بیش از حد از رایانه، معمولاً نشانگر وجود یک مشکل است).
- همراهی با کودکان هنگام حضور آنان در اتاق های گفت و گوی اینترنتی.

- بررسی نامه های الکترونیکی کودکان و حذف پیام های نامتناسب.

منابع

۱. عظیمی، عباس؛ صالحی، مرضیه؛ مسعودی، حبیبه (۱۳۸۳). اثرات کار با رایانه بر عملکرد بینایی-راز بهزیستن. شماره ۳۰.
۲. معیدفر و دیگران (۱۳۷۶). اعتیاد اینترنتی و پیامدهای آن. رسانه. سال شانزدهم. شماره ۳.

3. Affonoso, B. University of Nevada, Reno. Is the internet affecting the social skills of our children? December 1. 1999.
4. Clements, D. 1995. Video violence too close real thing. [Online].
5. Computer game linked to learning problems. <http://www.news.zdent.com/Agust.19.3>
6. Emick M. study finds direct link between computer use and vision problems in children. Mar 27.2002.
7. Health- Development. Computer technology and children- physical and Oct 28.2004. <http://www.public.iastate.edu/psychologicaldevelopment>.
8. Lang S.S. Cornell ergonomist offers web guide line on how children can avoid injury while at their computers. Feb 15.2000.
9. Mesch G.S. The internet and the family. A study on Israel 2005. <http://www.soc.haif.ac.il/>
10. Schwartz, L.L. & Matzkin, R.G. 1999. Violence and development: does violence (p.117). London: CRC Press.
11. Wan L.K. Children and computer vision syndrome.2005. <http://allaboutvision.com/>
12. What's new in health care computers cause vision problems in children. April 1.2002. <http://www.jhu.edu/>

فیزیکی، به طول مدت استفاده بستگی دارد [Longs.s].
ج) چاقی: کودکانی که مدت طولانی مقابل رایانه می نشینند، از فعالیت های مورد نیاز سلامتی (از قبیل ورزش) دورتر می شوند. در نتیجه خطر چاقی در آنها افزایش می یابد [www.public.iastate.edu]. برای به حداقل رساندن خطر چاقی، توصیه می شود مدت استفاده از رایانه، به ۱ تا ۲ ساعت در روز محدود و بر فعالیت هایی از قبیل ورزش تأکید شود.

نتیجه

با وجود جنبه های مثبت فراوانی که کودکان و نوجوانان در استفاده از اینترنت می توانند بهره مند شوند، جنبه های منفی که در استفاده از اینترنت به آنها اشاره شد، نه تنها نمی تواند آنها را به پیشرفت برساند، بلکه جلوی رشدشان را نیز می گیرد. بنابراین، برای اطمینان از استفاده بهینه و این که رایانه زندگی کودکان را در حال آینده و بهبود ببخشد، به طور کلی توجه به این

نگران کننده ترین جنبه
اعتیاد به اینترنت،
آسیب دیدن کودکان
است