



احتمالا شما هم وقتی کلمه «معتاد» را می‌شنوید، یاد همان تصویر آشنای همیشگی می‌افتید که یک نفر با حال خیلی نزار گوشه‌ای نشسته، دست و صورت سیاهی دارد و آنقدر تکیده است که حتی نمی‌تواند قدم از قدم بردارد و خودش را روی زمین می‌کشاند. اما امروز می‌خواهیم شما را با گونه جدیدی از معتادها آشنا کنیم. آنهایی که شاید آل استار می‌پوشند، شاید گوشی آخرین مدل دارند، شاید رستوران رفتنشان سر وقت است و شاید عطرشان هم فراموش نمی‌شود. اما با همه اینها آنها معتاد هستند، معتادان مدرن! منظور از اعتیاد این است که رفتاری بر رفتارهای دیگر غلبه کند و آنقدر تکرار شود که امکان ترک آن وجود نداشته باشد، اعتیاد به اینترنت هم در همین دسته قرار می‌گیرد. اعتیاد به اینترنت یعنی استفاده افراطی، بی‌هدف و وابستگی بیش از حد به اینترنت طوری که در ارتباطات زندگی روزمره، کار، تحصیل و به طور کلی همه فعالیت‌های اجتماعی اختلال و بی‌نظمی به وجود بیاورد.

گروه مجازیست

وقتی از معتاد فضای مجازی حرف می‌زنیم، منظورمان چیست؟

معتادان مدرن!



راهکارهایی برای استفاده کودکان از فضای مجازی



نظارت

قرار نیست کودکان را کنترل کنیم، بلکه باید حواسمان به آنها باشد و بدانیم به چه برنامه‌هایی دسترسی دارند و وقتی سرشان در گوشی است، مشغول چه کاری هستند.



آشنایی با رسانه‌ها

خیلی مهم است که خودمان کار با برنامه‌ها را یاد گرفته باشیم. این‌طور نباشد که متوجه فعالیت‌های بچه‌ها نشویم.



زمان‌بندی

برای استفاده از اینترنت و شبکه‌های اجتماعی، زمان‌بندی داشته باشیم و آن را رعایت کنیم تا تبدیل به برنامه شود.



الگوی غلط

اگر می‌خواهیم فرزندان کاری را در شبکه اجتماعی انجام ندهند، ابتدا خودمان آن را انجام ندهیم! بچه‌ها از رفتار بزرگ‌ترها الگو برداری می‌کنند.



اعتمادسازی

با کودکان همراه باشیم، گاهی همراه‌شان فیلم و عکس ببینیم، باهم بازی کنیم تا اعتماد آنها را بدست آوریم. در این صورت اگر با مشکلی روبه‌رو شوند، برای‌مان تعریف می‌کنند.

