

دلواپسی های

پنهان

بررسی علل گرایش و اعتیاد کودکان و نوجوانان به
وسایل الکترونیکی (کامپیوتر، موبایل، ماهواره) و مواد
مفتر، راهکارهای پیشگیری و درمان

مؤلفان:

ابوالفضل آزادنیا

سمیه سلطانی

سرشناسه: آزادنيا، ابوالفضل، ۱۳۶۲

عنوان و پديدار: دلوپسي هاي پنهان بررسي علل گرايش و اعتياد كودكان و نوجوانان به وسايل الكترونيكي (كامپيوتر، موبایل، ماهواره) و مواد مخدر، راهكارهاي پيشگيري و درمان

مؤلفان: ابوالفضل آزادنيا، سميه سلطاني

مشخصات نشر: يزدا، نيكو روش، ۱۳۹۱

مشخصات ظاهري: ۲۰۰ ص، مصور (رنگي)

شابك: ۹۷۸-۹۶۴-۷۲۲۴-۸-۸

وضعيت فهرست نويسي: فيبا موضوع ۱: رفتار بيمارگونه در نوجوانان

رده بندي كننگره: ۱۳۹۱ ۸ د ۴۱ / ۵ - ۴۳۱

رده بندي ديوي: ۶۱۶/۸۹۰۰۸۳۵

شماره كتابشناسي ملي: ۲۹۱۹۱۳۲

دلوپسي هاي پنهان

علل گرايش و اعتياد كودكان و نوجوانان به وسايل الكترونيكي (كامپيوتر، موبایل، ماهواره) و مواد مخدر، راهكارهاي پيشگيري و درمان

مؤلفان: ابوالفضل آزادنيا، سميه سلطاني

طراح جلد: نجمه سلطاني

تايب: نيمه آزادنيا / طراح و صفحه راز: نجمه سلطاني

ويراستار علمي: اصغر كارآمد / ويرااستار ادبي: طوبى زاير، نجمه آزادنيا

ليتوگرافي، چاپ، صحافي: عثرت قم / نوبت چاپ: اول، تابستان ۱۳۹۱

شمارگان: ۱۰۰۰ / قيمت: ۶۵۰۰ تومان

«حق چاپ محفوظ و در اختيار مؤلفان است»



انتشارات نيكوروش

يزدا، ابتدای خيابان امام خميني (ره)، تلفن ۶۲۴۴۶۹۹



۱۳	پیشگفتار
۱۷	مقدمه
۲۳	تعریف ارتباط
۲۴	انواع خانواده و اثربخشی آن بر آسیب های پنهان
۲۶	ارتباط مؤثر والدین با فرزندان در پیشگیری از آسیب ها
۴۶	اعتیاد به اینترنت
۴۹	تعریف اعتیاد به اینترنت
۵۱	روان پویایی و شخصیت
۵۳	روانی - اجتماعی و شخصیت
۵۶	توجیهات رفتاری
۵۷	توجیهات زسیت پزشکی
۶۲	علائم اعتیاد به اینترنت
۶۸	نشانه های روان شناختی



- ۱۵۵ پنج روش برای سرکوب نامهربانی در مدارس و خانواده ها
- ۱۵۷ شش تمرین برای پرورش بردباری در کودکان
- ۱۵۸ پنج رفتار بزرگسالان جهت تقویت انصاف در کودکان
- ۱۶۰ اجرای چهار مرحله برای کودک بی عاطفه و بی مسئولیت
- ۱۶۰ شش روش ساده برای پرورش حساسیت در کودکان
- ۱۶۱ پنج روش برای کمک به کودکان برای انجام دادن یک کار خوب
- ۱۶۲ راهکارهای پرورش انگیزش درونی فرزند
- ۱۶۳ راهکارهای رهایی از شر رفتارهای ناهنجار آموختن فرزند
- ۱۶۳ پنج روش برای کمک به کودک جهت مقابله با رفتار ناخوشایند
- ۱۶۴ چند روش برای اجتناب از مخرب ترین انواع مقایسه
- ۱۶۶ برنامه درمانی - آموزشی ۸ جلسه ای برای تقویت هوش هیجانی
- ۱۷۰ تعریف تاب آوری
- ۱۷۱ ویژگی های کودکان تاب آور
- ۱۷۱ ویژگی های بزرگسالان تاب آور
- ۱۷۲ چرخه تاب آوری
- ۱۷۳ مراحل شش گانه چرخه ی تاب آفرینی



۱۷۴	عناصر و اجزای تاب آوری
۱۷۴	نکته اصلی در فرایند تاب آوری و عوامل محافظت کننده
۱۷۵	عوامل فردی و محیطی مؤثر در تاب آوری
۱۷۶	گام های عملی برای افزایش تاب آوری
۱۷۷	شبکه تاب آوری
۱۷۸	آموزش مهارت های زندگی
۱۸۳	بحث و نتیجه گیری
۱۸۷	منابع و مأخذ:



اما امروزه همه روان شناسان و روان کاوان براین باورند که اختلالات روانی، شخصیتی و رفتاری کودکان و نوجوانان از خانواده آغاز شده و در مدرسه و اجتماع تثبیت می گردد.

به عبارتی دیگر امروزه همه اختلالات رفتاری و شخصیتی کودکان و نوجوانان را تابعی از محیط نابسامان و نابهنجار آنان می دانند. ولی آنچه مسلم است با وجود همه کوششها و تحقیقات و با توجه به اینکه قرن بیست و یکم قرن پیشرفت و تکنولوژی می باشد، جامعه بشری هنوز نتوانسته به معنای فساد شخصیت و آسیب های رفتاری امروز که در جامعه رو به گسترش است پاسخی بدهد، زیرا شاهد گسترش جرم های سایبری و آسیب های پنهان از قبیل اعتیاد به اینترنت، هرزه نگاری، بلوتوث^۱، خیابان گردی و روابط نامشروع، سوءاستفاده از باورهای اعتقادی، حجاب گریزی و حجاب ستیزی و حتی دین گریزی هستیم که از جامعه جوانان به گروه های سنی نوجوانان و کودکان رسیده است.

کامپیوتر، ماهواره، موبایل و ... که ابزارهای خارق العاده ای برای گسترش دانش فرزندانمان است، نیز جنبه های تاریک و خطرناکی دارد. در صدها سایت که به آسانی قابل دسترس هستند، زبان زشت و مسائل غیراخلاقی به کار می رود و نمایش داده می شود. رسانه ها فقط جلوه های ضد اخلاقی را نمایش نمی دهند، نمایش خشونت و بی احترامی آشکار در آنها بسیار عادی شده است.

^۱- Bluetooth

پیشگفتار:

امروزه ابعاد آسیب های اجتماعی روز به روز گسترده تر می شود و جامعه را با مشکلات ناشی از خود درگیر می کند. از جمله آسیب های اجتماعی که روند رو به گسترش آن مشهود است، مسئله اعتیاد به اینترنت، موبایل، مواد مخدر، خیابان گردی، سوءاستفاده از باورهای اعتقادی، موسیقی، بدحجابی و ماهواره می باشد. که عوامل استفاده نادرست و عدم فرهنگ سازی قبل از استفاده از این وسایل جامعه اسلامی و به اصطلاح فرهنگی امروز را به آسیب های روانی، رفتاری و شخصیتی کشانده است، که حاصل آن، ممکن است دین گریزی و دین ستیزی نیز باشد.

متأسفانه با سرعت گرفتن تحولات اجتماعی و صنعتی، خانواده جایگاه و نقش محوری خود را آرام آرام از دست می دهد و انواع آسیب های رفتاری و اجتماعی، اقتصادی، فرهنگی و روانی بروز می کند، زیرا شاهد روزافزون آسیب های شخصیتی و رفتاری هستیم که دامنه سنی و بروز آن از جامعه جوان به نوجوان و کودک گسترش یافته است.

مقدمه

پدیده نوظهور گرایش کودکان و نوجوانان به وسایل الکترونیکی (کامپیوتر، ماهواره، موبایل و...) و استفاده از آن، که معلول خانواده نابسامان و عدم آشنایی والدین با این وسایل و شیوه های فرزندپروری نامطلوب می باشد و مشکلاتی از قبیل: دوست یابی های موقت، روابط نامشروع، بدحجابی، هرزه نگاری، گردشگری های مبتذل و به طور کلی اختلالات روانی و رفتاری را به دنبال دارد، موجب شده است که در پرتو خانواده نابسامان، تعداد قابل توجهی از کودکان و نوجوانان معصوم جامعه به دلائل متعددی از جمله عدم آشنایی استفاده صحیح از این وسایل و عدم برخورد مطلوب والدین با این مسئله به سوی استفاده پنهانی و ناصحیح از این وسایل کشیده شوند.

این کودکان و نوجوانان به آسیب های رفتاری و روانی دچار و درصد قابل توجهی از آنها دست به خودکشی می زنند و یا به دیگران آسیب می رسانند. از این رو کودکان و نوجوانان نیاز به مراقبت و حفاظت به خصوص در دوران رشد دارند.



در این راستا خانواده به عنوان اولین نهاد اجتماعی و بادوام ترین عامل در تکوین شخصیت کودکان و نوجوانان که زمینه ساز رشد جسمانی، اخلاقی، اجتماعی، عقلانی و عاطفی آنان می باشد نقش حیاتی و اساسی دارد و در اسلام نیز به نقش خانواده در سالم سازی افراد تأکید شده است. چرا که پیامبر گرامی اسلام در ۱۴ قرن پیش نیز فرمودند: (اَکْرِمُوْا اَوْلَادَکُمْ وَ اَحْسِنُوْا اَدَبَکُمْ) یعنی برای فرزندان خود شخصیت قائل شوید و به آنها اجازه ابراز وجود و اظهار نظر داده و با آنها با محبت و نرمی رفتار نمایید.

در مطالعات اخیر بهداشت روانی، خانواده واحد زندگی است و از آن به عنوان واحد سلامتی و بیماری یاد می شود. زمانی که خانواده حامی، مشوق، ارائه کننده الگو های مثبت و دارای پیوندهای مستحکم عاطفی باشد، احتمال بروز اختلالات رفتاری و هیجانی، ناسازگاری اجتماعی و آسیب های رفتاری کاهش می یابد در این حال خانواده واحد سلامتی است، ولی اگر خانواده ای سرزنش گر، ناامیدکننده، امر و نهی کننده، تنش زا و بحران آفرین باشد شانس اختلالات رفتاری و هیجانی کودک و نوجوان و احتمال گرایش وی به وسایل الکترونیکی برای جبران این خلأ، تحت تأثیر وضعیت نابسامان جامعه افزایش می یابد، در چنین موقعیتی خانواده واحد بیماری است.

از این رو از آنجایی که تلویزیون، فیلم ها، بازی های ویدیویی و کامپیوتری، موسیقی های مورد پسند عموم و تبلیغات قطعاً از بدترین انواع



به طور متوسط هر کودک و نوجوان، در روز سه ساعت تلویزیون تماشا می کند و چندین ساعت با موبایل و کامپیوتر سرگرم است. آنچه کودکان و خصوصاً نوجوانان تماشا و با آن کار می کنند، باید موجب نگرانی ما شده و توجه ما را بیشتر به خود جلب کند، زیرا به صورت خاموش و آهسته بر تمدن تأثیر می گذارد.

چنین به نظر می رسد که نامیدن افراد با الفاظ و لقب های زشت، بی ادبانه و هرزه وار به روش هایی پذیرفتنی، برای شخصیت های سریال های محبوب مردم درآمده تا از آن طریق، با آنها ارتباط برقرار کنند.

با فشار یک دکمه، هر کودکی می تواند به زشتی و پستی که در برنامه های سبک و ناقص عرضه می شود دسترسی پیدا کند و حتی اگر شما به فرزندان اجازه تماشای چنین برنامه هایی را نداده باشید، آنها این امکان را دارند که در تبلیغات سی ثانیه ای که در طول روز پخش می شود، چنین صحنه هایی را ببینند.

یورش بی امان ابتذال، خشونت و بی نزاکتی در رسانه ها تنها یکی از تأثیرات مسمومی است که از پیدایش و رشد احترام در کودکان جلوگیری می کنند. تمامی این حقایق روند مخربی را به ما نشان می دهد.

کودکان امروزی خیلی کمتر از نسل های گذشته به خودشان و دیگران احترام می گذارند و باید خودمان را متعهد سازیم تا این ویژگی را به فرزندانمان بازگردانیم و آن را با جدیت تقویت کنیم. در غیر این صورت فرصت آنها برای زندگی کردن در یک جامعه با اخلاق کاهش می یابد، زیرا افرادی که به این فضیلت دست نیافته باشند، نمی توانند با خودشان و



دیگران به خوبی رفتار کنند. هر چه این بحران ها فراگیرتر شود، رفتارهای غیرمحترمانه ای مانند بی ادبی، بی نزاکتی، بدزبانی، پرخاشگری و حتی خشونت به شدت افزایش می یابد.

از این رو توجه به علل گرایش کودکان و نوجوانان به وسایل الکترونیکی، عوارض آن و چگونگی برخورد با این مهم، جهت شناسایی و پیشگیری از آسیب های رفتاری و روانی لازم و ضروری است.

با آرزوی بهترین ها و آرامش

و

امیدواری به فردایی بدون دلواپسی

(فروردین ۱۳۹۱)



و کم کم با عشق و محبت بیگانه می شوند و عاطفه ی آنها تغییر می نماید و به انسانهای دارای ناهنجاری رفتاری و ناسازگاری اجتماعی تبدیل می شوند.

شناخت ویژگیهای رشدی دوران کودکی و نوجوانی، آگاهی والدین نسبت به نیازهای اساسی نوجوانان و کودکان و فراهم آوردن شرایط و امکانات برای آن ها سبب می گردد تا از سویی مشکلات و نابسامانی های جسمی و روانی آنها پیشگیری شود و از سوی دیگر وی از آسیب های رفتاری و اجتماعی رایج در جامعه از قبیل اینترنت، موبایل، مواد مخدر، خیابان گردی، موسیقی های مدرن و وارداتی، ماهواره و تبلیغات در امان باشد و زمینه رشد و شکوفایی استعدادهای وی مهیا گردد.

از این رو در صورتی که نیازهای اساسی و مهم دوران کودکی و نوجوانی، به طور مناسب و متناسب با شیوه های صحیح فرزندپروری ارضاء گردد، احتمال گرایش نوجوان به استفاده نادرست و خلاف از وسایل ارتباطی به طور چشمگیری کاهش می یابد، ولی اگر به نیازهای اساسی کودکان و نوجوانان توجهی نشود و در راستای آن نیز پرورش هوش اخلاقی کودک و نوجوانان نادیده گرفته شود و ما نتوانیم کودکان و نوجوانانی با سرسختی و تاب آوری روان شناختی بالا تربیت کنیم، آن گاه روز به روز شاهد گرایش بیشتر کودکان و نوجوانان به وسایل الکترونیکی، برای جبران کسبی های شخصیتی و رفتاری خود و عواقب تلخ آن خواهیم بود.



دشمنان اخلاقی هستند، زیرا بدبینی، ماده گرایی، روابط جنسی غیررسمی، ابتذال گرایی و اعتبار یافتن خشونت را به نمایش می گذارند. میزان مطالب ناسالم در اینترنت رو به افزایش است. هرزه نگاری جنسی، شیطان پرستی، تمایلات غیر اخلاقی به کودکان و بسیاری سایت های نفرت انگیز جدید دیگر که حتی بهترین فیلترها هم نمی توانند آنها را مهار کنند.

هر کس یا هر چیزی که با اعتقادات اخلاقی و اسلامی خانواده شما منافات داشته باشد یک تهدید بالقوه است. واقعیت این است که این تأثیرات مخرب به حدی در فرهنگ ما گسترش یافته است که محافظت از فرزندان در مقابل آنها تا حدی غیر ممکن است. حتی اگر ما در منزل اجازه استفاده از این وسایل را به آنها ندهیم، در بیرون از خانه در کمین آنها است.

در این راستا میزان رفتارهای غیر اخلاقی و به دور از بردباری در نوجوانان به سطح هشدار دهنده ای رسیده و در سنین پایین و پایین تری می رسد.

"جیمز کامر^۱ استاد روان کاوی کودک در بخش مطالعات کودک خاطر نشان می سازد که در تاریخ انسانی تاکنون هیچگاه کودکان با این حجم انبوه از اطلاعات که مستقیماً و بدون عبور از صافی بزرگسالان و مراقبان به آنها منتقل شود مواجه نشده اند."

از این رو کودکان و نوجوانانی که مراحل رشد و بلوغ خود را می گذرانند و نیاز به حمایت همه جانبه والدین را دارند، اگر از این لحاظ تأمین نشوند، آمادگی لازم را برای دچار شدن به انواع آسیب های اجتماعی پیدا می کنند

^۱ - James Commer



بنابر آنچه گذشت، عدم ارضای نیازها، نوجوانان را به سوی آسیب های رفتاری از جمله اینترنت (چت، هرزه نگاری و اعتیاد به اینترنت) موبایل (بلوتوث، sms، mms)^۱ مواد مخدر (مواد اعتیادآور و روان گردان) خیابان گردی (دوستی های خیابانی، مزاحمت های خیابانی، روابط نامشروع) بازیهای رایانه ای، سوء استفاده از باورهای اعتقادی، موسیقی (موسیقی مدرن و وارداتی) حجاب (حجاب گریزی، مدگرایی، بدحجابی) ماهواره (کانال های مبتذل) و دین گریزی سوق می دهد. همچنین، شناسایی نیازها و خصوصیات رشد انسان در مراحل مختلف زندگی و برقراری بهداشت روانی به ویژه در نوجوانان موجب می شود که این ارزشمندترین ذخایر جامعه، زندگی خویش را با آرامش و امنیت خاطر سپری ساخته و به این ترتیب از ابتلاء به آسیب های رفتاری مصون بمانند.

با تقدیم احترام - فروردین ۱۳۹۱

ابوالفضل آزادنیا - سمیه سلطانی

^۱ - Short Message Service

^۲ -Multimedia Messaging