



**YOUTH
AND
MEDIA**

NATIONAL PLATFORM
FOR THE PROMOTION
OF MEDIA SKILLS



برای والدین
کودکان
تا ۷ سال

توصیه‌هایی
برای تعامل با
رسانه‌های دیجیتال

www.youthandmedia.ch



رسانه‌های دیجیتال در دنیای کنونی همیشه و همه جا وجود دارند - حتی برای کودکان. حتی کودکان بسیار کوچک مشاهده می‌کنند که بزرگسالان چگونه از تلفن همراه هوشمند استفاده می‌کنند و خواهر و برادر بزرگ‌تر چگونه پشت لپ‌تاپ نشسته‌اند یا تلویزیون تماشا می‌کنند. رسانه‌های دیجیتال مانند همه چیزهایی که برای آن‌ها تازه و جدید است، کنجکاوی آن‌ها را بر می‌انگیزند. افراد به عنوان والدین کودک چگونه با این مساله مواجه می‌شوند؟

یک چیز قطعی است: دور نگه داشتن کودکان از رسانه‌های دیجیتال نه معقول است و نه واقع‌گرایانه. در عوض موضوع بر سر آن است که با نحوه رفتار خود در زندگی الگویی برای تعامل مسئولانه با آن‌ها ارائه نماییم، محتواهای متناسب با سن و سال انتخاب کنیم و کودکان را در هنگام استفاده از رسانه‌ها همراهی کنیم. کودکان افراد منحصر به فردی هستند، روند رشد و پیشرفت آن‌ها متفاوت است، به همین دلیل قواعد و محدودیت‌هایی که فقط مبتنی بر سن هستند، اغلب به هدف مورد نظر منتهی نمی‌شوند. با وجود این شاخص‌هایی وجود دارند که والدین و سایر افراد مرجع می‌توانند در زندگی روزمره بر مبنای آن عمل نمایند.

ما می‌خواهیم با توصیه‌های خودمان شما را تشویق کنیم که رویکردی مثبت و خلاقانه به مساله استفاده از رسانه‌ها داشته باشید، همراه با کودکان محتواها را کشف کنید، عملکردهای دستگاه‌ها را امتحان کنید و تعامل با رسانه‌های دیجیتال را به صورت آگاهانه ساماندهی کنید.





کودکان را در استفاده از رسانه‌ها همراهی کنید.

کودکان در دنیای رسانه یا دیجیتال به همراهی والدین یا سایر افراد مرجع نیاز دارند. مشاهده کنید که استفاده از رسانه‌ها چگونه روی کودک تاثیر گذار است و او چگونه واکنش نشان می‌دهد (به طور مثال با ترس یا شادی). با او در این مورد صحبت کنید.

به نقش الگو بودن خود توجه کنید.

والدین و سایر افراد مرجع برای کودکان الگوهایی در تعامل با رسانه‌ها هستند. به همین دلیل در عادات‌های رسانه‌ای خودتان بازنگری کنید.

تعامل با رسانه‌های دیجیتال را به صورت آگاهانه ساماندهی کنید.

کودکان خردسال در وهله اول به توجه شما و البته همچنین به تحرک و نیز زمان برای بازی و اکتشافات آزادانه نیاز دارند. این تجربیات ممکن است با همراهی در استفاده از رسانه‌های دیجیتال کامل شوند. استفاده از رسانه‌های تصویری قبل از رفتن به تختخواب مشکلاتی در خوابیدن ایجاد می‌کنند.

زمان‌های استفاده از رسانه‌های تصویری را مشخص کنید.

شما تعیین می‌کنید که کودک در روز چقدر از زمان خود را در مقابل صفحه نمایش بگذراند. هر کودک با دیگران متفاوت است، به تاثیر فردی رسانه‌های دیجیتال و بازه زمانی توجه کودک توجه کنید. حد و مرزهای مشخص تعیین کنید و برای رعایت شدن این حد و مرزها اهمیت قائل شوید.

به رده بندی های سنی توجه کنید.

به رده بندی های سنی در مورد فیلم ها (FSK و غیره) و بازی ها (PEGI، USK) و غیره) توجه کنید و علاوه بر این در این مورد تامل کنید که آیا آن محتواها برای کودک مناسب هستند.

رسانه ها جایگزین مراقبت از کودکان نمی شوند.

رسانه های دیجیتال نباید برای آرام کردن یا پرت کردن حواس کودکان مورد استفاده قرار گیرند. آن ها کودکان را فقط از نظر جسمی آرام می کنند، در حالی که محتواهای رسانه ها باید از نظر ذهنی پردازش شوند. کودکان را در صورت امکان در انجام امورات روزمره سهیم نمائید.

گفتگوهای صریح مهمتر از نرم افزار فیلتر است.

با کودک متناسب با سن او در مورد محتواهای تحریک کننده صحبت کنید. تلویزیون/لپ تاپ و تبلت را در اتاق کودکان قرار ندهید. برنامه فیلتر معقول و مفید است اما محافظت کامل را تضمین نمی کند.

احتیاط در مورد داده ها و تصاویر شخصی در اینترنت.

در اینترنت و به خصوص در رسانه های اجتماعی در مورد عکس ها و اطلاعات شخصی مانند نام، نشانی و سن کودک با احتیاط عمل کنید. چهره کودکان نباید در عکس هایی که در اینترنت بارگذاری می شوند، مشخص باشند.

درک و فهم از رسانه ها را تقویت نمائید.

به کودک توضیح دهید که تبلیغ به چه نحو عمل می کند و فرد چگونه می تواند آن ها را در تلویزیون یا در یوتیوب از محتواهای دیگر تشخیص دهد.

تعامل مثبت و خلاقانه با رسانه ها را تشویق کنید.

تعامل خلاقانه با عکس های دیجیتال، ویدیوها و موسیقی را تقویت کنید. بازی ها و ویدیوهای بسیار خوبی وجود دارند که تجربه های سرگرمی لذت بخشی را امکان پذیر می کنند. علاوه بر این اینترنت مجموعه وسیعی از محتواهای آموزشی را ارائه می کند.



جوانان و رسانه پایگاه ملی برای تقویت مهارت‌های رسانه‌ای است. ما می‌خواهیم که کودکان و نوجوانان به صورت ایمن و مسئولانه با رسانه‌های دیجیتال تعامل داشته باشند. به همین دلیل اطلاعات، نکات و توصیه‌هایی برای والدین و افراد مرجع و همچنین برای معلمان و کارشناسان ارائه می‌کنیم:

www.youthandmedia.ch

این اطلاعیه ویژه والدین، مراقبان و افراد مرجع کودکان زیر ۷ سال (سنین قبل از رفتن به مدرسه) است. دو اطلاعیه دیگر وجود دارد، یک اطلاعیه حاوی توصیه‌هایی برای گروه سنی ۶ تا ۱۳ سال (سنین دبستانی) و همچنین یک اطلاعیه برای والدین و افراد مرجع نوجوانان (۱۲ تا ۱۸ سال). همه اطلاعیه‌ها به ۱۶ زبان در دسترس هستند. شما می‌توانید آن‌ها را در وب سایت ما به صورت رایگان سفارش داده یا دانلود کنید.

علاوه بر این در وب سایت ما در ارتباط با همه توصیه‌ها اطلاعات تکمیلی، لینک‌ها و توضیحاتی می‌یابید:

www.youthandmedia.ch/recommendations



منتشر شده توسط

جوانان و رسانه

پایگاه ملی برای تقویت مهارت‌های رسانه‌ای

اداره فدرال بیمه‌های تامین اجتماعی

و

مرکز آموزش عالی علوم کاربردی ZHAW زوریخ

دپارتمان روانشناسی کاربردی

گروه تخصصی روانشناسی رسانه

مدیریت: پروفسور دکتر دانیل زوس (Prof. Dr. Daniel Süss)،

کارشناس ارشد گرگور والر (MSc Gregor Waller)

عکس‌ها: پیا نوینشواندر (Pia Neuenschwander)، photopia.ch

سفارش (رایگان):

BBL, Verkauf Bundespublikationen, CH-3003 Bern

www.bundespublikationen.admin.ch

شماره سفارش: 06.20 1000 318.861.far

Farsi

©2020 جوانان و رسانه، پایگاه ملی برای تقویت مهارت‌های رسانه‌ای، اداره فدرال

بیمه‌های تامین اجتماعی / مرکز آموزش عالی علوم کاربردی ZHAW زوریخ

Zurich University
of Applied Sciences

zhaw

School of Applied
Psychology

Psychological Institute



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

Federal Department of Home Affairs FDHA
Federal Social Insurance Office FSIO