



گروه هایی با اعضای کاملاً شناخته شده نیز بر ملا نساژند. گاه این رفتارهای کودکانه اختلاف های خانوادگی و چالش های دشواری را میان بزرگسالان ایجاد می کند!

برای میزان و نحوه استفاده از اینترنت قانون بگذارید
برای ساعات، میزان و انتخاب شبکه های اجتماعی که فرزند می تواند از آن استفاده کند قوانینی را تعیین کنید؛ به عنوان مثال، با محدود ساختن زمان استفاده و ساعات حضور کودک در شبکه های اجتماعی به اوقاتی که یکی از والدین او را همراهی می کند می توانید بر کلیت فعالیت های او نظارت کنید. همچنین ارائه پاداش و در نظر گرفتن جریمه برای زمان هایی که کودک به قوانین تعیین شده از سوی والدین پایبند است بسیار اهمیت دارد.

جایگزین معرفی کنید

گاه مطرح کردن دایمی قوانین برای کودک ممکن است روابط والد-فرزند را با چالش مواجه سازد؛ بنابراین بهتر است در این زمینه خلاق باشید و گهگاه با فراهم کردن یک برنامه جدید مانند صرف عصرانه در کنار خانواده یا تفریحی در بیرون از منزل، به طور غیر مستقیم کودک را از ادامه فعالیت در آن زمان بازدارید.

الگوی خوبی باشید

خودمان نیز به قوانین خود پایبند باشیم. به عنوان والد الگوی مناسبی برای کودک باشیم و زمان زیادی را در این شبکه ها سپری نکنیم یا به آسانی اجازه دریافت هر گونه محتوایی را به خود ندهیم.

در فضای مجازی حضور پیدا کنید

در صورت امکان، با اعضای گروه ها یا اتاق های گفت و گویی که کودک در آن ها عضویت دارد آشنا شوید و تعامل داشته باشید همچنین به صورت محرمانه در آن محیط اعلام کنید که: "من در کنار فرزندم حضور دارم" تا از مشکلات احتمالی پیش گیری شود.

فضای مجازی را اسباب بازی تلقی نکنید

به شبکه های اجتماعی به عنوان یک اسباب بازی برای سرگرم کردن کودک خود نگاه نکنید. نباید هر گاه که می خواهید به فعالیت های خود بپردازید کودک را در این فضا های مجازی رها کنید تا وقت بیشتری داشته باشید.

همانگ باشید

اگر فرزند شما در گروه های خانوادگی یا آشنایان شما عضویت دارد در خارج از شبکه مجازی حد و مرزهای خود با آن افراد را به اشتراک بگذارید تا آنان نیز در جریان اطلاعات و موضوعات مورد پسند شما که مایلید فرزندتان صرفاً در آن حوزه ها اطلاعات دریافت کند قرار گیرند.

اطلاعات نامناسب را پاک کنید

اگر برای حضور در شبکه های اجتماعی از یک وسیله مشترک استفاده می کنید (از یک رایانه یا از یک گوشی تلفن) هر بار اطلاعات نامناسب برای سن او را کاملاً حذف کنید و سپس وسیله را در اختیار او قرار دهید همچنین اطمینان حاصل کنید که امکان فعالیت او در گروه هایی که مختص شماست وجود ندارد یا این کار از وقوع مشکلات ناشی از ایجاد سوء تفاهم با همکاران، اقوام و آشنایان جلوگیری کرده اید.

از نرم افزارهای کنترلی استفاده کنید

چنانچه تمایل داشته باشید می توانید از نرم افزارهای فیلتر کننده برای ممانعت از ارائه اطلاعات و محتویات نامناسب به کودک استفاده کنید یا از طریق دیگر نرم افزارها بر نوع و میزان استفاده از شبکه های اجتماعی و همچنین مطالب تبادل شده، میان کودک و دیگران نظارت کنید. البته فراموش نکنید هیچ نرم افزاری جایگزین همراهی والدین با فرزندشان نخواهد بود.

استفاده از روش خود کنترلی به وسیله تقویت باورهای دینی کودک

امروزه تاکید می شود که آموزش کنترل درونی به کودک بسیار راحت تر از نظارت دایمی بر رفتارها و تعامل های او در شبکه های اجتماعی است. در این زمینه یافته های پژوهشی در داخل و خارج از کشور نشان داده است که به طور ویژه شکل دهی و تقویت یک نظام اعتقادی و پرورش باورهای دینی در کودک بهترین عامل حفاظت کننده او در محیط هایی است که خطرانی او را تهدید می کند.



نحوه کنترل والدین بر استفاده فرزند از فضای مجازی

از فیلتر تا تقویت خودکنترلی



زهره حسین زاده ملکی - همان طور که در مطالب قبلی خواندید استفاده صحیح و کنترل شده از شبکه های مجازی اگر چه می تواند فوایدی برای کودکان داشته باشد، اما آسیب هایی نیز به همراه دارد در ادامه به برخی راهکارهایی که از میزان و شدت این پیامدهای نامطلوب می کاهد اشاره می کنیم:

والد مقتدری باشید

گام اول در تقویت رفتار مطلوب و کاهش هر رفتار نامطلوبی، استفاده از شیوه های والدگری مناسب است.

چنانچه والدین به جای روش سهل گیرانه یا سخت گیرانه، شیوه مقتدرانه را در تعامل خود با فرزندشان در پیش گیرند کودک در قالب روابطی صمیمانه و تعاملی ایمن با والدین، به پیروی از خواسته های آنان گرایش بیشتری خواهند داشت به خصوص که در چنین تعامل هایی قوانین و مرزهای مشخصی برای رفتارها وجود دارد که کودک در آن چارچوب خاص پرورش می یابد و در نتیجه احساس نمی کند این قواعد به علت خصومت، سخت گیری یا غفلت والدین ایجاد شده است بلکه درک می کند که پایبندی به این اصول به صلاح اوست؛ بنابراین ضرورت دارد که والدین برای پیشگیری از آسیب های شبکه های اجتماعی در ابتدا شیوه فرزندپروری خود را ارزیابی کنند.

اطلاعات خود را افزایش دهید

برای آنکه والدین حضور کودک در این شبکه ها را به نحو مطلوبی مدیریت کنند ضرورت دارد که خود درباره انواع شبکه های اجتماعی اطلاعات لازم را کسب کنند و همواره از دانش به روزی در این زمینه برخوردار باشند. در ضمن درباره تبلت، تلفن همراه هوشمند، رایانه و به طور کلی فناوری مورد استفاده کودک نیز، اطلاعات جامعی داشته باشند.

همچنین برای آشنایی بیشتر با آن دسته از شبکه های اجتماعی که فرزندتان در آن ها عضویت دارد یک حساب کاربری در آن نرم افزار داشته باشید تا با نحوه کار آن به صورت عملی آشنا شوید.

آموزش های لازم را به فرزند خود ارائه دهید

ارائه آموزش به کودک در زمینه خویشتن داری، در جریان گذاشتن والدین هنگام مشاهده برقراری تعامل های مشکوک و ارائه مثال هایی به کودک تا با برخی روش هایی که ممکن است در شبکه های اجتماعی مورد سوء استفاده قرار گیرد آشنا شود بسیار الزامی است. والدین باید با کودک خود صحبت کنند و در جوی دوستانه او بخواهند که آنان را در جریان فعالیت های خود طرف مشورت قرار دهد.

همچنین فرزندتان را نسبت به این مسئله آگاه سازید که اعضای شبکه های مجازی ممکن است هویت ساختگی و غیر واقعی داشته باشند بنابراین صرف اشتراک گذاری مطالب از سوی یک فرد نباید به معنای صحت هویت او باشد. همچنین تاکید داشته باشید که اطلاعات جزئی و شخصی خود را حتی در