

آثار منفی استفاده از تبلت و موبایل بر سلامت جسمی و روانی کودکان

پریسا پورعلمداری*

اشاره

فضای مجازی افزون بر آسان‌سازی برقراری ارتباط و دسترسی به اطلاعات و همچنین فرصت‌های جدیدی که برای زندگی بشر با خود به ارمغان آورده، بشر امروزی را دستخوش چالش‌ها و نگرانی‌هایی نیز کرده است. امکان تعامل آسان با این فضا و در دسترس بودن تجهیزات آن برای کودکان و نوجوانان، این فضا را وارد زندگی روزمره کودکان و نوجوانان کرده است؛ به طوری که بیشتر کودکان آشنایی نسبی با تبلت و تلفن همراه دارند و بچه‌های سه تا چهارساله اگر خودشان صاحب گوشی همراه نباشند، استفاده تمام فنون تلفن همراه و تبلت پدر و مادرشان را حتی بهتر از خودشان می‌دانند.

آسیب‌پذیری بیشتر این گروه سنی، نگرانی‌هایی را برای والدین ایجاد

* کارشناس ارشد مشاوره خانواده.

نموده است؛ از این‌رو آسیب‌شناسی این ابزار بایسته است.

اهمیت بازی در رشد کودک

بازی از نیازهای اساسی کودک است و نباید کودک را از آن منع کرد. به بازی و سرگرمی کودک به لحاظ نقش تربیتی‌اش در احادیث نیز توجه شده است.^۱ همچنین تربیت فرزند زمان مناسب خود را دارد که بهترین زمان دوره‌ی کودکی و نوجوانی است. از این‌رو بازی در جایگاه ابزاری مهم برای تربیت و فراگیری مهارت‌ها است که باید مورد اهتمام جدی قرار گیرد. این در حالی است که امروزه بازی‌های رایانه‌ای جای بازی واقعی را گرفته و فضای سرگرمی‌های کودکان را به خود اختصاص داده‌اند. «در حال حاضر دشمن از این وسیله برای نفوذ و سلطه‌فرهنگی استفاده می‌کند، ما هم باید از این فضا برای تبلیغ معارف قرآن و اهل بیت علیهم‌السلام استفاده کنیم».^۲ از سوی دیگر در آموزه‌های تربیتی، بزرگان دینی ما توصیه کرده‌اند فرزندان خویش را مطابق با زمان خودشان پرورش دهیم. علی علیه‌السلام می‌فرماید: «لَا تَقْسِرُوا أَوْلَادَكُمْ عَلَى آدَابِكُمْ، فَإِنَّهُمْ مَخْلُوقُونَ لِزَمَانٍ غَيْرِ زَمَانِكُمْ»^۳ فرزندان‌تان را به اجبار و اِکراه بر آداب خود تربیت نکنید؛ چراکه آنها برای زمانی غیر از زمان شما آفریده شده‌اند.

متأسفانه امروزه شاهدیم والدین با هزینه‌ی زیادی برای کودکان گوشی و تبلت تهیه می‌کنند و می‌بالند که توانسته‌اند وسیله‌ی بازی کودک را فراهم

۱. محمد بن یعقوب کلینی، الکافی، ج ۶، ص ۴۷ و ۴۸.

۲. محسن قرائتی، «فعالیت در فضای مجازی از منظر قرآن»، مجله‌ی کیهان، ۳۰ آذر

۱۳۹۴: <http://kayhan.ir/fa/news/63615>

۳. عبدالحمید ابن ابی الحدید، شرح نهج البلاغه، ج ۲۰، ص ۲۶۷.

آورده و او را از این تکنولوژی بهره‌مند کنند و کودک در گوشه‌ای آرام سرگرم بازی می‌شود، غافل از اینکه آسیب‌ها و تهدیدهای این تکنولوژی در صورت استفاده نکردن صحیح توسط کودکان، بسیار بیشتر از فواید آن است. بنابراین نقش والدین در انتخاب، مدیریت نوع سرگرمی و وسایل بازی فرزندان بسیار مهم است.

آسیب‌های استفاده از گوشی همراه و تبلت بر کودکان

به نقل از روزنامه ایندپیندنت در ایالات متحده، تحقیقات جدید پژوهشگران آمریکایی نشانگر این است که ۹۷ درصد از کودکان زیر چهارساله صرف‌نظر از درآمد خانواده، از تلفن همراه استفاده می‌کنند.^۱ در حالی که هم‌زمان با رشد سریع تکنولوژی، شاهد بروز اختلالات و مشکلات بسیاری در روند رشدی کودکان هستیم و محققان تاکنون اختلالات روان‌شناختی، رفتاری و جسمانی بسیاری را در کودکان استفاده‌کننده از تبلت و گوشی همراه گزارش کرده‌اند.

۱. آسیب‌های جسمی کودکان

الف) تأخیر در رشد

دستگاه‌های حمل‌شدنی مانند گوشی هوشمند، سبب محدودیت حرکت در کودکان شده و می‌تواند تأخیر در رشد را به همراه داشته باشد؛ زیرا تحرک سبب توانایی در یادگیری شده و توجه را بهبود می‌بخشد. همچنین تأخیر در رشد هنگام ورود به مدرسه، تأثیر منفی بر وضعیت

۱. شهین مرادی، «۱۴ آسیب سنگین تلفن همراه در زندگی دانش‌آموزان»، فارس، ۱۷

تحصیلی کودکان می‌گذارد؛ چراکه براساس پژوهش‌های محققان، «استفاده از این دستگاه‌ها توسط کودکان زیر دوازده سال به طور قابل توجهی می‌تواند یادگیری و رشد آنها را محدود کند»^۱.

ب) مشکلات سیستم بینایی

بررسی‌های جدید دانشمندان نشان می‌دهد کار زیاد با رایانه به چشم کودکان آسیب‌های جدی وارد می‌کند و می‌تواند برای سیستم عصبی و چشمی کودکان بسیار مضر باشد؛ تاری دید، تنبلی چشم، خشکی چشم، آب‌مروارید و پیری زودرس چشم از عوارض شایع در کودکانی است که عادت به استفاده زیاد از تبلت و رایانه دارند. «خیره‌شدن به نمایشگر دستگاه‌های قابل حمل مانند گوشی هوشمند و تبلت می‌تواند فشار زیادی به چشم وارد کرده و موجب چشم‌درد یا سندرم^۲ بینایی رایانه‌ای می‌شود که علائم سوزش، احساس جسم خارجی در چشم، آبریزش و قرمزی را به همراه دارد»^۳.

«رعایت نکردن فاصله از منابع نوری سبب خسته‌شدن چشم می‌شود و حساسیت به نور یا فوتوفوبی پیامد این مسئله است. کار زیاد با رایانه، تبلت، گوشی و حتی تماشای زیاد تلویزیون از فاصله نزدیک و مواجهه بیش از حد کودکان با منابع نوری سبب بروز این مشکل در آنها می‌شود».

ج) تومور مغزی

امواج رادیویی تأثیرگذار و ویرانگر بر کودکان و نیز بزرگسالان امروزی،

1. Cris Rowan PARENTING, ۱۰ Reasons of 12. ۲۰۱۷.

۲. نشانه‌های بیماری.

۳. نیره ولد خانی، «خطرات موبایل و تبلت برای کودکان»، سایت تبیان، ۱۳۹۵/۸/۲۶.

هرگز با این شدت و تنوع در نسل‌های گذشته وجود نداشته است. امروزه این پدیده ناگزیر سبب بروز مشکلات و چالش‌های جدی در سلامت افراد می‌شود. با توجه به اینکه مغز مهم‌ترین ارگان تأثیرپذیر از امواج گوشی‌های بی‌سیم و سایر وسایل الکترونیکی است، متخصصان انگلیسی باور دارند تومور مغزی در نوجوانی و بزرگسالی حاصل استفاده بی‌رویه کودکان از وسایل الکترونیکی است: «یک مطالعه جامع بین‌المللی در سال ۲۰۱۱ نشان داد میان استفاده از وسایل الکترونیکی و ابتلا به تومور مغزی در بزرگسالی ارتباط مستقیم وجود دارد. هرچه کودک بیشتر از وسایل الکترونیکی استفاده کند، احتمال آسیب‌دیدن او در بزرگسالی افزایش می‌یابد».^۱

د) ابتلا به سرطان

تلفن‌های همراه برای برقراری ارتباط از امواج رادیویی استفاده می‌کنند؛ از این رو یکی از مهم‌ترین نگرانی‌های استفاده از اینگونه وسایل، افزایش خطر ابتلا به سرطان است.

WHO یا سازمان جهانی بهداشت و مؤسسه ملی سرطان‌شناسی آمریکا در تحقیقاتی درباره بررسی میزان حساسیت کودکان نسبت به امواج الکترومگنتیک اعلام کرد: «امواج رادیویی ساطع از وسایل الکترونیکی و موبایل بر سلامت عمومی کودکان اثر گذاشته و با تأثیر بر DNA سلول‌ها منجر به ایجاد انواع سرطان‌ها و مشکلات شناختی و رفتاری در آنها می‌شود».^۲

1. Morgan, Miller, Mobile phone radiation causes brain carcinogen, 2015.

2. John D. Boice, Jr Robert E. Tarone, Cell Phones, Volume 103, Issue 16, <https://doi.org/10.1093/jnci/djr285>.

گوشی‌های هوشمند در ماه می سال ۲۰۱۱ توسط سازمان بهداشت جهانی در دسته ریسک B2 (امکان سرطان‌زا بودن) به واسطه انتشار امواج قرار گرفتند. «دو سال بعد، دکتر آنتونی میلر از دانشگاه تورنتو نسبت به خطرات مواجهه با فرکانس رادیویی هشدار داد و پیشنهاد داد این دستگاه‌ها در دسته A2 (احتمالاً سرطان‌زا) طبقه‌بندی شوند».^۱

ه) آسیب‌های سیستم شنوایی کودکان در اثر استفاده از «هندزفری»^۲

بر خلاف تصور عمومی استفاده از هندزفری نیز توان کاهش درصد امواج را ندارد؛ زیرا هندزفری نیز مانند آنتن عمل می‌کند. نتایج تحقیقات متخصصان کلینیک درمانی کالیفرنیا نشان می‌دهد گوش دادن با صدای بلند به موزیک با استفاده از هدفون یا هندزفری در طولانی‌مدت سبب عارضه‌های مختلفی از جمله کاهش سطح شنوایی گوش، آلودگی و احتمال عفونت به صورت موقت یا دائم می‌شود: «هدفون به دلیل انتقال صدا به صورت غیرمستقیم و بی‌واسطه روی سیستم شنوایی و حلق تأثیر می‌گذارد».^۳

و) چاقی کودکان

خطر ابتلا به چاقی در کودکان استفاده‌کننده از دستگاه‌های حمل‌شدنی در اتاق‌های خود، سی‌درصد بیشتر است. همچنین سی‌درصد از کودکان مبتلا به چاقی، در آینده مبتلا به دیابت می‌شوند و با خطرات مستمری

۱. نیره ولد خانی، «خطرات موبایل و تبلت برای کودکان»، سایت تبیان، ۱۳۹۵/۸/۲۶.
۲. وسیله‌ای بدون استفاده از دست در انتقال صوت در ابزارهای صوتی و چندرسانه‌ای کاربرد دارد و بدون سیم یا با سیم است.
۳. شهین مرادی، «۱۴ آسیب سنگین تلفن همراه در زندگی دانش‌آموزان»، فارس، ۱۷ مرداد ۱۳۹۶.

چون افزایش احتمال وقوع سکتۀ مغزی و حملۀ قلبی زودرس مواجه خواهند شد.

محققان آمریکایی با بررسی بیش از هزار کودک چاق اظهار کردند: «با فراگیر شدن تبلت‌ها و گوشی‌های هوشمند، چاقی کودکان بیش از گذشته شیوع پیدا کرده است که در پی آن، بیماری‌های متعدد دیگری نیز در جسم فرد شکل می‌گیرند. همچنین عوامل دیگری چون نگرستن‌های بی‌وقفۀ (زل‌زدن) کودکان به صفحۀ نمایش وسایل الکترونیکی، نشستن‌های مداوم، بی‌حرکی‌های طولانی، کاهش کیفیت خواب و حتی غذاخوردن هنگام بازی به چاقی کودکان دامن زده است»^۱.

ز) رشد سریع مغز

طی بازۀ زمانی تولد تا دوسالگی، اندازه مغز سه‌برابر می‌شود و تا سن ۲۱ سالگی به رشد خود ادامه می‌دهد. رشد اولیه مغز به واسطه محرک‌های محیطی یا محرومیت‌هایی از آنها صورت می‌گیرد. در این زمان اگر کودک بیش از حد در معرض تلویزیون، موبایل، تبلت و ... قرار گیرد، به رشد مغز سرعت داده می‌شود که پیامد آن اختلال در عملکرد کودک، کمبود تمرکز، تأخیر شناختی، اختلال در یادگیری، حساسیت زیاد و کاهش توانایی کودک در خودتنظیمی و «سندرم تتروم»^۲ خواهد بود.^۳

1- Mary Aiken, Obesity, aggression, developmental delays: What tablets and mobiles are doing to our children, the telegraph, APRIL 2017.

۲. «tantrum سندرم تتروم» به معنی بدخلقی و شلوغ کردن کودک به گونه‌ای غیر قابل کنترل و رفتارهای پرخاشگرانه است.

3. Cries Rowan PARENTING, Reasons Why Handheld Devices Should Be Banned for Children Under the Age of 12 . 2017.

ح) مشکلات ستون فقرات و دست‌ها

قرارگیری نامناسب وضعیت بدنِ کودکان و بزرگسالان هنگام استفاده طولانی‌مدت از موبایل، تبلت و لپ‌تاپ - برای کار یا بازی - سبب بروز ناهنجاری‌های اسکلتی و نیز آسیب‌های گوناگونی در سر، گردن، دست و کمر می‌شود. «دکتر کنت هنسراج^۱ نیروی وارد بر گردن را با زاویه ۴۵ درجه ۴۹ پوند و در زاویه ۶۰ درجه ۶۰ پوند^۲ برآورد کرده که این میزان فشار، عوارض مختلفی برای ماهیچه‌ها و استخوان‌های ستون فقرات ایجاد می‌کند».^۳

در حالی که بسیاری از والدین نگران سلامت روان فرزندشان هستند، همیشه در حال کار با تبلت بوده و توجهی به اطراف خود ندارند. متخصصان دربارهٔ آسیب‌های انگشت کودکان نیز که به دلیل استفاده طولانی‌مدت از صفحات لمسی ابزارهای الکترونیکی به وجود می‌آید، هشدار می‌دهند؛ زیرا «بدین ترتیب عضلات کودکان روزه‌روز تحلیل می‌رود و حرکات عضلات تأخیر بیشتری خواهند داشت».^۴

ت) مشکلات خونی

تحقیقات نشان می‌دهد تأثیر میدان الکترومغناطیسی تلفن همراه بر هموگلوبین خون، سبب تغییرات ساختاری در آن و کاهش پیوند اکسیژن

۱. جراح گردن در نیویورک.

۲. پوند: یکایی برای جرم است که دقیقاً برابر ۰/۴۵۳۵۹۲۳۷ کیلوگرم می‌باشد.

3. Sarah Jacobson Purewal, 8 smartphone injuries that can seriously affect your future, Greenbot, AUG 12, 2016.

4. Ibid.

با هموگلوبین^۱ می شود. «همچنین اختلال در عملکرد هموگلوبین، موجب آزادسازی اکسیژن بیشتر در بافت و در نهایت بروز ناهماهنگی در واکنش های بدن مانند آسیب به سوخت و ساز سلولی و تخریب سلولها و مشکلات دیگر می شود».^۲ دگرگونی در عملکرد هموگلوبین خون تحت تأثیر امواج تلفن همراه تنها به آزادسازی بیش از حد اکسیژن در بافت محدود نمی شود، بلکه بر «سایر وظایف هموگلوبین»^۳ نیز تأثیر منفی می گذارد.

۲. آسیب های روانی و رفتاری

ارتباط با رسانه به ویژه اینترنت از طریق موبایل و تبلت و ... از عوامل دامن زننده به فشرده گی سنی هستند. «پدیده ای که در آن بلوغ صورت می گیرد، اما نه به معنای رشد عاطفی و اجتماعی فرزندان ما، بلکه پیامد فشرده گی سنی سه جنبه رشد: شناختی، فیزیکی و عاطفی کودک را از مدار خود خارج می کند».^۴ همچنین استفاده بیش از اندازه از فن آوری در کودکان، منجر به افزایش روند اضطراب، افسردگی، اختلال دوقطبی،

۱. هموگلوبین پروتئینی است که در گلبولهای قرمز خون وجود دارد و نقش آن انتقال اکسیژن و دی اکسید کربن در خون است.

۲. امیر بامه، «تلفن همراه را به رختخواب نبرید: مصاحبه با دکتر علی اکبر موسوی موحدی»، چهارشنبه ۱۷ شهریور ۱۳۸۹. روزنامه جام جم،

<http://jamejamonline.ir/online/670727621655333755>

۳. علی قدس، «تأثیر امواج الکترومغناطیس بر سلامت انسان»، اقتصادنیوز،

<http://www.eghtesadnews.com>، کد خبر: ۱۹۴۴۸۶، ۱۳۹۶/۹/۲۷

۴. پریسا پورعلمداری، «رابطه فرایند و محتوای خانواده و استفاده آسیب زا از اینترنت با هویت من در دانش آموزان»، دانشگاه شهید بهشتی، ۱۳۹۱، ص ۲۶.

جنون، اوتیسم، اختلال دلبستگی، کمبود توجه، رفتار مشکل ساز و بزهکاری کودک می شود.

الف) انزوای اجتماعی

اینترنت در حال دگرگون کردن سیمای زندگی روزانه جوامع، به ویژه کودکان و جوانان است. جذابیت اینترنت سبب شده بسیاری از نوجوانان رایانه را به جای تعامل با همسالان و والدین خود برگزینند که این موضوع سبب به وجود آمدن انزوای اجتماعی می شود.^۱ روزنامه دیلی میل گزارش کرده است: «بازی با تبلت و گوشی همراه فرصت آموزش، خواندن، نوشتن و حتی اجتماعی شدن و برقراری ارتباط با دیگران را از کودکان سلب می کند».^۲ تمام روزهایی که باید بهترین گزینه های برقراری ارتباط کودکان با دیگران و ایجاد روابط اجتماعی مفید باشند، با بازی با وسایل الکترونیکی به هدر می روند.

ب) خواب نامنظم

مطالعات انجام شده حاکی از آن است کودک در صورتی که بداند با تبلت و تلفن همراه به دیگران پیامک بفرستد یا پیامک های دریافتی را بخواند، الگوی خواب او مختل می شود و این مسئله نه تنها بر هوش کودک، بلکه حتی بر رشد جسمی او نیز تأثیر منفی خواهد داشت. زمانی که افراد به

۱. علی ربیعی و فرشته محمدزاده یزد، «آسیب شناسی فضای مجازی، بررسی تأثیر استفاده از اینترنت بر انزوای اجتماعی دانشجویان»، راهبرد اجتماعی فرهنگی، دوره ۲، ش ۶، ص ۴۳ تا ۶۰.

۲. شهین مرادی، «۱۴ آسیب سنگین تلفن همراه در زندگی دانش آموزان»، فارس، ۱۷ مرداد ۱۳۹۶.

گوشی‌های هوشمند و تبلت‌های خود در تاریکی نگاه می‌کنند، طول موج کوتاه نور آبی منجر به تأخیر در ترشح ملاتونین شده و پیرو آن، فرآیند خواب سخت‌تر می‌شود. نویسنده ارشد این تحقیقات از دانشگاه هوستون می‌گوید: «دستگاه‌های الکترونیکی نظیر تبلت و گوشی همراه سطح هورمون خواب را کاهش و کیفیت خواب را تحت تأثیر خود قرار می‌دهند». متخصصان این دانشگاه در ادامه می‌گویند: «هزینه‌های پایین آمدن کیفیت خواب به خصوص در کودکان بسیار بیشتر از خستگی و خواب‌آلودگی است؛ عدم داشتن خواب منظم با خطر بالایی از افسردگی، چاقی، حمله قلبی، سکته مغزی و دیابت مرتبط است».^۱

ج) بروز اختلالات ذهنی

«در کشورهای سوئیس و اتریش به خانواده‌ها تأکید بسیار شده که بچه‌های زیر شانزده سال اصلاً با موبایل صحبت نکنند».^۲ به دلیل اینکه اگر یک سلول را در نظر بگیرید، دیواره‌ای آن را احاطه کرده است؛ سلول‌های مغز بچه‌ها نیز هنوز شکل و ساختار محکمی به خود نگرفته‌اند؛ در واقع تکامل یافته نبوده و دیواره محکمی ندارند. به همین دلیل میزان بیشتری از تشعشعات را از خود عبور می‌دهند که سبب اختلالات عصبی در آنها می‌شود.

به گفته محققان روسی «ارسال بیش از اندازه پیام کوتاه نوعی وسواس و

1. Frederick J. Zimmerman, Children's Media Use and Sleep Problems, University of Washington, 2008.

۲. امیر بامه، «تلفن همراه را به رختخواب نبرید: مصاحبه با دکتر علی‌اکبر موسوی موحدی»، چهارشنبه ۱۷ شهریور ۱۳۸۹، روزنامه جام جم.

اختلال ذهنی به دنبال دارد»^۱ که متأسفانه نزد کاربران نوجوان بسیار رایج است. استفاده بیش از اندازه از تلفن همراه برای کاربر، استرس و پریشانی ذهنی پدید می‌آورد؛ این اختلالات به اندازه‌ای است که نوعی بیماری روانی و عصبی بر اساس آن تعریف شده است.

د) اعتیاد

برخی کودکان عادت کرده‌اند به محض بیداری از خواب به سراغ تلفن همراه و حتی قبل از خوردن صبحانه، ساعت‌های زیادی صرف بازی‌های آنلاین می‌کنند؛ در صورت کنترل نکردن بازی‌های آنلاین کودکان توسط والدین، باید گفت به راحتی اینگونه بازی‌ها اعتیادآور می‌شوند.

این نوع اعتیاد، اختلالی فیزیکی - روانی دربرگیرنده افکار و سواسی برای استفاده مداوم، کاهش کنترل هیجانات، ناتوانی کنترل کاربری، فکر درباره وسیله حتی زمان استفاده نکردن و مشکلات بی‌شمار دیگر است.^۲

ضمن اینکه بعضی از کودکان برای افزایش رتبه و جایگاه خود در اینگونه بازی‌ها، حتی حاضر به پرداخت هزینه‌هایی هستند و گاهی می‌بینیم کودکی خردسال با استفاده از کارت بانکی والدین از حساب آنها برداشت کرده تا رتبه خود در بازی را ارتقا دهد؛ ضمن اینکه بعضی از بازی‌های آنلاین دربردارنده تصاویر مستهجنی است که کودک را با فضایی بدون هیچ تناسبی با سن او آشنا می‌کند. بسیاری از محققان معتقدند استفاده

۱. شهین مرادی، «۱۴ آسیب سنگین تلفن همراه در زندگی دانش‌آموزان»، فارس، ۱۷ مرداد ۱۳۹۶.

۲. پریسا پورعلمداری، «رابطه فرایند و محتوای خانواده و استفاده آسیب‌زا از اینترنت با هویت من در دانش‌آموزان»، دانشگاه شهید بهشتی، ص ۲۶.

بیش از اندازه از تلفن همراه در ذهن و اعصاب کاربران نوعی اعتیاد پدید می‌آورد که درست مانند اعتیاد به مواد مخدر، ویرانگر است.

ه) پرخاشگری

شاید پرخاشگری در کودکان نتیجه دسترسی آسان آنها به محتوای رسانه‌ای خشونت‌آمیز باشد. در بسیاری از بازی‌های فضای مجازی، برنامه‌های تلویزیونی و فیلم‌ها صحنه‌های قتل، کشتار، تجاوز، شکنجه، مبارزه و قطع عضو دیده می‌شوند که می‌توانند بر کودک تأثیرگذار باشند.^۱ همچنین در صورت استفاده از فیلترشکن در تلفن همراه، شاید کودکان خودآگاه یا ناخودآگاه (تصادفی) شاهد فیلم‌های مستهجن باشند. این موضوع سبب می‌شود کودکان از روی ترس، استرس، بلوغ زودرس و باورهای نادرست حاصل از فیلم‌ها، رفتارهای پرخاش‌گرانه بسیاری از خود نشان دهند.

و) کاهش مهارت‌های ارتباطی

«انزواى ناشى از سپرى کردن زمان‌های طولانی با موبایل یا تبلت می‌تواند موجب بروز اختلال در رشد مهارت‌های کلامی و عاطفی کودکان نیز شود».^۲ این اختلال‌ها به سرنوشت کودکان در آینده لطمه‌های جبران‌ناپذیری وارد می‌کنند. کافی است نوجوانان امروزی را نگاه کنید که

-
۱. زهره لطیفی، «تأثیر استفاده از تبلت بر ابعاد روان‌شناختی کودکان»، اولین کنفرانس ملی بازی‌های رایانه‌ای؛ فرصت‌ها و چالش‌ها، ۱۳۹۴، ص ۲۱.
 ۲. علی‌محمد رجبی، «تأثیر استفاده نامناسب از تلفن همراه بر کودکان و نوجوانان»، سایت کودک و اینترنت وزارت اطلاعات، ۱ مهر ۱۳۹۶.

نمی‌توانند روابط خوبی را در دنیای واقعی به وجود آورند. آنها به جای حرف‌زدن حضوری با دوستانشان، در حال صحبت با گوشی شخصی خود هستند که در بیشتر موارد غیرضروری است؛ همچنین وقتی در مهمانی نشسته‌اید و صدایی از بچه‌ها بلند نمی‌شود؛ شاید فکر کنید بچه‌های بادی هستند یا به حرف‌های پدر و مادرشان گوش می‌دهند؛ اما حقیقت چیز دیگری است! بچه‌ها به اقتضای شرایط سنی‌شان باید اندکی سروصدا و تحرک داشته باشند؛ اما در واقع چرا یک‌جا ساکت نشسته‌اند؟ متأسفانه سرگرم‌شدن بچه‌ها با موبایل و تبلت پاسخ این سؤال است.

شواهد نشان می‌دهد جایگزینی این تکنولوژی به جای ارتباطات حضوری (به‌ویژه با استفاده از امکان ارسال پیام‌های کوتاه) تا حدود زیادی ارتباطات انسان‌ها را به حداقل رسانیده است. افزایش اینگونه ارتباطات به کاهش روابط چهره به چهره و زنده‌صوتی منجر می‌شود. ارتباطات ناقصی که در قالب متون خشک و بی‌روح جان می‌گیرد، مرز شوخی و جدی را درهم می‌آمیزد و مسیر اغراق‌آمیز و نادرستی را می‌پیماید.

ز) اطلاعات نامناسب

بسیاری از مواقع محتویات درون پیامک‌ها، بلوتوث‌ها و اینترنت، مسائل و اطلاعات نامناسبی دارد که ذهن کودک و نوجوان را درگیر می‌کند، مشغله فکری برای او ایجاد می‌شود و افزون بر این معمولاً به دلیل ترس از اطلاع والدین دچار نگرانی، بدبینی و اضطراب می‌شود. «از طرفی کودک به دلیل نداشتن توانایی تشخیص و تمیز، هر نوع تفکری را به عنوان واقعیت، باور و ارزش، می‌پذیرد. از این‌رو بسیاری از بازی‌های

فضای مجازی با بهره‌جستن از عناصر ساخت بازی، به تخریب باورها و ارزش‌های دینی کودکان پرداخته‌اند.^۱ در مسائل و فرآورده‌های فرهنگی دیدن یک فیلم یا عکس غیراخلاقی یا شنیدن یک موسیقی مبتذل یا خواندن نوشته‌ای نامناسب، به تدریج واکنش‌های منفی و خطرناک روحی و روانی و جسمی مانند سمی کشنده و مهلک در فرد ایجاد می‌کند که در صورت درمان‌نکردن به موقع، شخصیت انسانی مورد آسیب جدی قرار گرفته که تبعات آن در برخی مواقع جبران‌نشدنی خواهد بود.

تحقیقات انجام‌شده در کشور مؤید آن است که «استفاده از فضای مجازی در ابعاد خانوادگی، تحصیلی، سازگاری، اعتقادی - عبادی و روانی دانش‌آموزان تأثیر منفی دارد و بین وسایل، «تلفن همراه» بیشترین آسیب را بر دانش‌آموزان داشته است».^۲

-
۱. سیده طاهره موسوی، «تأثیر بازی‌های رایانه‌ای بر باور کودکان»، ره‌توشه راهیان نور، رمضان ۹۶، ص ۷۴.
 ۲. احمد زندوانیان، «آسیب‌های فضای مجازی بین دانش‌آموزان دختر»، مطالعات فرهنگ - ارتباطات، پاییز ۱۳۹۲، دوره ۱۴، شماره ۲۳، ص ۱۹۵.