



JUGEND UND MEDIEN

NATIONALES PROGRAMM
ZUR FÖRDERUNG VON
MEDIENKOMPETENZEN

کودکان و رسانه ها
برنامه ملی برای حمایت از
صلاحیت رسانه ها

برای والدین و
همه کسانی
که با کودکان
سر و کار دارند.

مهم ترین راهنمایی ها برای
برخورد ایمن با رسانه های دیجیتال

www.jugendundmedien.ch

مراقبت از کودکان به این معنی است که آنها را در دنیای دیجیتال نیز همراهی کنیم.

کودکان باید سر و کار داشتن انتقاد آمیز با رسانه های دیجیتال را

بیاموزند

یک چیز قطعی است: دور نگه داشتن کودکان از رسانه ها نه ممکن است و نه عاقلانه. وجود رسانه های جدید در مدرسه و در محل کار چیزی طبیعی است، و در انجام بسیاری از تکالیف کمک می کند. علاوه بر این رسانه ها امکانات گوناگونی در یادگیری و رشد ارائه می کنند.

به همین دلیل مهم است که نوجوانان یاد بگیرند که در مورد مطالب به شکلی منقدانه قضاوت کنند، خطرات ممکن را تشخیص دهند و بدانند چگونه از خود حفاظت کنند. ضمناً والدین و معلم ها نقش مهم یک همراه را عهده دار هستند، به عنوان یک شنونده مورد اطمینان، همصحبتی کمک رسان و یا فردی که با اشتیاق در یادگیری همراهی شان می کند.

کودکان به همراهی فعالانه بزرگتر ها در استفاده روزمره از رسانه ها نیاز

دارند

ما می خواهیم والدین و معلم ها را تشویق کنیم که کودکان و نوجوانان را در سر و کار داشتن با رسانه های دیجیتال به شکلی فعال و متناسب با سن شان همراهی کنند. این بروشور مهم ترین راهنمایی هایی را که باید در تعلیم و تربیت روزانه مورد توجه قرار گیرند، نام می برد.

رسانه های دیجیتال به زندگی روزمره ما تعلق دارند.

کودکان و نوجوانان در یک دنیای دیجیتال گوناگون رشد می کنند. آنها در اوقات فراغت خود بازی های کامپیوتری بازی می کنند، در اینترنت اطلاعات کسب می کنند و به شبکه های اجتماعی وصل می شوند و بوسیله تلفن موبایل با دوستانشان در تماس هستند. در این میان 80 درصد افراد بین 12 تا 19 ساله یک تلفن شخصی هوشمند دارند و به وسیله آن اینترنت را در جیب شلوارشان همراه خود دارند. اما کودکان در سنین پیش از دیستان نیز هر چه زودتر با رسانه های دیجیتال تماس پیدا می کنند.

رسانه های دیجیتال نه تنها فرصت هایی ارائه می دهند، خطرات را نیز مخفی می کنند.

همیشه زندگی اینچنین است که جایی که فرصت ها هستند، خطرات نیز پیدا می شوند. اینترنت می تواند اعتیادآور باشد، کودکان و نوجوانان می توانند در شبکه های اجتماعی مورد آزار قرار گیرند، اطلاعات شخصی شان می تواند مورد سوء استفاده واقع شود، این جریان می تواند به تجاوز جنسی نیز منتهی شود.

>> چگونه می توانم از بچه ام در برابر چنین خطراتی محافظت کنم؟ چقدر زمان برای استفاده از رسانه ها در چه سنی معقول است؟<<

والدین و دیگر افراد سرپرست حق دارند چنین سؤالاتی را از خود بپرسند.

قوانین طلایی

همراهی بهتر از منع کردن است

کودکان همراهی والدین را در دنیای دیجیتال نیاز دارند. با کودک در مورد تجربیاتش در رسانه های دیجیتال صحبت کنید.

صفحه های نمایش پرستار کودک نیستند.

فعالیت های اوقات فراغت را بدون رسانه های دیجیتال فراهم کنید.

تلویزیون، کامپیوتر و کنسول بازی به اتاق بچه ها تعلق ندارند.

این دستگاه ها را در یک اتاق همگانی قرار دهید. مراقب تلفن های هوشمند و تبلت ها نیز باشید.

دقیق بنگرید که بچه تان با چه کسی چت می کند.

کودکان آشنایان آنلاین را باید تنها با مشایعت بزرگسالان و در مکان های عمومی ملاقات کنند.

در مورد اطلاعات شخصی در شبکه محتاط باشید.

به کودکان بگویید که او اجازه ندارد اطلاعات شخصی مثل نام، نشانی، سن و شماره تلفن را در اختیار کسی بگذارد مگر اینکه قبلاً با شما در موردش صحبت کرده باشد.

مکالمات باز بهتر از نرم افزار های فیلترینگ هستند.

با بچه تان متناسب با سنش در مورد مسائل جنسی و تجاوز گفتگو کنید. یک نرم افزار فیلترینگ عاقلانه است، اما مطمئناً یک محافظ کامل نیست.

کودکان به الگو های با صلاحیت در زمینه رسانه احتیاج دارند

افراد مسؤول ((**psychological parents** مثلاً والدین برای کودکان و نوجوانان الگوی برخورد با رسانه ها هستند. به همین دلیل عادت های رسانه ای خودتان را بررسی کنید.

قانون جادویی 12-9-6-3

قبل از 3 سالگی صفحه نمایش هرگز، قبل از 6 سالگی کنسول بازی شخصی هرگز، قبل از 9 سالگی اینترنت هرگز و قبل از 12 سالگی اینترنت بدون نظارت هرگز!

به سنین اجازه دادن ها دقت کنید

برای فیلم ها (**jugendmedien.ch**) و برای بازی های کامپیوتری (**pegi.ch**).

زمان های استفاده از صفحه نمایش را مشترکاً تعیین کردن.

همراه با بچه تان تعیین کنید که وی چه مدت در روز یا در هفته مجاز است جلوی صفحه نمایش وقت صرف کند. مرز های روشنی را مشخص کنید و به این موضوع توجه کنید که قول و قرار ها رعایت شوند.

این قواعد علی الخصوص مربوط به والدینی هستند که بچه های صفر تا 13 ساله دارند. اما برای همراهی بچه ها در سنین تین-ایجری نیز بعضی قوانین بسیار مهم هستند.

اطلاعات دیگر

نوجوانان و رسانه ها یک برنامه ملی برای پشتیبانی از صلاحیت رسانه ها است و این هدف را دنبال می کند که کودکان و نوجوانان ایمن و مسئولیت پذیرانه با رسانه های دیجیتال سرو کار داشته باشند. این برنامه به والدین و معلمان و متخصصان اطلاعات، پشتیبانی و راهنمایی هایی برای همراهی مفید کودکان و نوجوانان ارائه می کند.

اداره فدرال بیمه های اجتماعی این برنامه را به دستور بوندسرات [در آلمان و اتریش: پارلمان نمایندگان ایالات؛ در سوئیس: شورای اجرایی کنفدراسیون] و با همکاری انجمن سرگرمی های تعاملی سوئیس، شرکت سهامی سوئیس کام و بنیاد پاکوب به مرحله اجرا در آورده است.

• در اینترنت :

www.jugendundmedien.ch

• ارائه اطلاعات و مشاوره در نزدیکی شما :
www.jugendundmedien.ch/beratung-und-angebote

• بروشور <<صلاحیت رسانه ها- مهم ترین راهنمایی ها برای برخورد ایمن با رسانه های دیجیتال>>: به شکل PDF در www.jugendundmedien.ch یا به شکل بروشور رایگان در دسترس است، نشانی پست الکترونیکی: verkauf.zivil@bbl.admin.ch (شماره سفارش، f, i, 318.850 d)

به هنگام اضطرار

• تماس اضطراری والدین، تلفن
www.elternnotruf.ch
0848354555

• مشاوره رایگان و ناشناس از www.147.ch طریق تلفن، اس ام اس و چت برای کودکان و نوجوانان، 24 ساعته

قوانین طلایی با همکاری دانشگاه علوم کاربردی سورشر (ZHAW)، تیم روانشناسی رسانه ها تحت نظارت و رهبری پروفسور دکتر Daniel Süß ایجاد شده است.

توزیع : BBL, Verkauf Bundespublikationen, CH- 3003 Bern
www.bundespublikationen.admin.ch
verkauf.zivil@bbl.admin.ch
Art. No. 318.851.far 2.2013 500 860304993

© Jugend und Medien 2013 نوجوانان و رسانه ها ، برنامه ملی برای حمایت از صلاحیت رسانه ها، اداره فدرال بیمه های اجتماعی، حوزه سوالات کودکان و نوجوانان

Zürcher Hochschule
für Angewandte Wissenschaften

zhaw Angewandte
Psychologie



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI
Bundesamt für Sozialversicherungen BSV