



بابک وزیری

موبایل و عوارض آن

موبایل و عوارض آن

بابک وزیری

# موبایل و عوارض آن

بابک وزیری

روز بروز استفاده از تلفن همراه افزایش می یابد - بدون اینکه بدانیم چه غول چراغ جادویی را در درون منزل خود وارد کرده ایم و یک روز این غول از چراغ خود بیرون خواهد آمد و آن زمان است که دیگر هیچ راه برگشتی نخواهد بود .  
لذا در چند بحث کوچک و خلاصه سعی شده است تا خواننده را از عوارض آن آگاه کنیم و در نهایت چند توصیه نیز چاشنی کار کنیم.

سلولهای بدن انسان در گستره 10 تا 1000 هرتز با یکدیگر ارتباط برقرار می کنند ، اکثر موبایل ها نیز در گستره 270 تا 1800 هرتز ارتباط برقرار می کنند. در نتیجه گستره امواج الکترومغناطیس موبایل با سیستم ارتباط بین سلولی انسان هم پوشانی دارد و باعث ایجاد اختلال در بدن می شود.

امواج موبایل تاثیر بدی در باروری مردان دارد. زیرا اسپرم را می کشد و باعث کاهش قوای جنسی می شود. بخصوص در کسانی که موبایل را به کمرشان می بندند.

امواج موبایل سرطان زاست و علاوه بر آن احتمال ابتلا به بیماریهای آلزایمر و پارکینسون را افزایش می دهد. در ازای حتی 2 دقیقه صحبت با موبایل ، ساختار مولکولی بزاق دهان تغییر می کند.

میدان های اکترومغناطیسی به ویژه آنهایی که در گستره فرکانس بدن هستند ، باعث تغییر عملکرد جذب مواد معدنی در بدن می شوند و سرعت گسترش تومرها را افزایش می دهد.

یکی از خطرناکترین مشکلات امواج موبایل برای خانم باردار است . بدن جنین هنوز بافت خوب و کاملی را به خود نگرفته و بسیار حساس است . امواج موبایل منجر به کاهش عکس العمل مولکولی در بدن جنین می شود .

یک سلول را در نظر بگیرید دیواره ای آن را احاطه کرده ، سلول های مغز اطفال هنوز شکل و ساختار محکمی به خود نگرفته اند . در واقع تکامل یافته نیستند و دیواره محکمی ندارند . به همین دلیل میزان بیشتری از تشعشعات را از خود عبور می دهند که باعث اختلالات عصبی در آنها می شود و مواردی مانند چشم درد و کم اشتهایی در آنها دیده می شود . فاصله یک آنتن مخابراتی ( BTS ) با انسان باید حداقل 50 تا 60 متر باشد ، تا ضرر امواج کمتر به انسان آسیب برساند .

حمل کردن موبایل ضرر دارد. حتی اگر 30 سانتی متر با تلفن همراه فاصله داشته باشید امواج الکترومغناطیس حدود 400 هزار  $Pw/M^2$  در هر لحظه با بدن اصابت می کند. هنگام حرکت در مکان هایی که سیگنال موبایل متغیر است ، گوشی موبایل سعی در بدست آوردن سیگنال بیشتر می کند . در واقع امواج بیشتر و قوی تری از خود ساطع می کند و خطرناکتر است .

مکان هایی که پوشش سیگنال کم است امواج گوشی بیشتر می شود و در مقابل مکان هایی که نزدیک آنتن مخابرات ( BTS ) می باشد و پوشش خوب است ، امواج ساطع شده از طرف آنتن برای بدن بسیار خطرناک است. ((CellTowers))

## فصل دوم خطر

خطر امواج هنگام صحبت کردن از هر زمان دیگر بیشتر است. زیرا این امواج همواره در حال کم و زیاد شدن هستند.

خانم های باردار باید حداقل 2 متر با موبایل فاصله داشته باشند.

هنگام ارسال MMS یا پیام تصویری ، خطر امواج 1000 برابر بیشتر است .

استفاده از هندزفری ( Hands Free ) نمی تواند درصد امواج را کاهش دهد. زیرا مانند یک آنتن عمل می کند.

پاره شدن رشته های DNA و احتمال ابتلا به سرطان ، ناراحتی قلبی ، فشار خون ، رشد تومرهای مغزی ، سر درد ، آلزایمر ، پارکینسون و ...

چه آزمایش هایی جهت اثبات خطر جدی امواج موبایل انجام گرفته است؟

در سوئد روی یک خرگوش آزمایش جالبی انجام دادند. یک خرگوش را کنار یک موبایل گذاشتند که آن موبایل همواره روشن بود. در این مدت هم تغذیه کاملی به آن می دادند.

پس از 2 ماه خون و سلول های خرگوش را برای آزمایش به آزمایشگاه بردند و نتیجه جالب توجهی را اعلام کردند؛ آن خرگوش با ادامه این وضعیت بیشتر از یک سال زنده نمی ماند. حال باید ببینیم اگر روی یک انسان چنین آزمایشی انجام دهند نتیجه چه می شود! اگرچه فکر نکنم کسی داوطلب این آزمایش پیدا شود.

نمونه نسبی آزمایش شده این کار برای انسان را می توانید در افرادی ببینید که شغلشان مرتبط با رادارهای نظامی است. آن ها طول عمر بسیار کمی دارند و یا بسیاری از آن ها در زمان سالخوردگی به بیماریهایی مبتلا می شوند که در جمعیت عادی کمتر دیده می شود.

پرفسور برن گروپر در آزمایشی نشان داد که اگر شخصی 2 دقیقه با موبایل صحبت کند، ساختار آنزیمی بزاق دهانش کلاً



تغییر می‌کند. علاوه بر این، تأثیرات منفی بر روی خون و ادرار دارد.

پرفسور برن گروپر در مقاله خود نوشته میدان‌های الکترومغناطیسی به ویژه آن‌هایی که در گستره فرکانس بدن هستند، باعث تغییر عملکرد جذب مواد معدنی در بدن می‌شوند و سرعت گسترش تومورها را افزایش می‌دهند.

پژوهشگران اعلام کردند کودکانی که از گوشی‌های تلفن همراه استفاده می‌کنند 5 برابر بیشتر در خطر ابتلا به انواع تومورهای مغزی قرار دارند. به گزارش سلامت نیوز به نقل از دیلی تلگراف، تحقیقات دانشمندان سوئدی نشان داد که کودکان زیر 16 سال به علت اینکه سیستم عصبی و مغز آنها هنوز در حال رشد و توسعه است آسیب بیشتری را از تشعشعات تلفن‌های همراه می‌پذیرند.

دانشمندان معتقدند که کوچک‌تر بودن سر و نازک‌تر بودن جمجمه آنها باعث نفوذ بیشتر تشعشعات به درون مغز می‌شود. این دسته از محققان پس از ارائه نتایج تحقیقات بر این باورند که کودکان زیر 12 سال باید تنها در مواقع اضطراری از تلفن همراه استفاده کنند.

دانشمندان همچنین افزودند که نوجوانان باید از "هندزفری" استفاده کرده و تا جای ممکن سعی کنند از پیام کوتاه استفاده کنند.

عده‌ای از محققان با ایراد سئوالاتی به این نتایج اعلام کرده‌اند که تلفن‌های همراه به اندازه کافی در بازار نبوده‌اند تا بشود چنین نتایج دقیقی را از تحقیق بر آنها گرفت.

حدود 90 درصد نوجوانان زیر 16 سال و 40 درصد دانش‌آموزان مدارس در بریتانیا تلفن همراه دارند.

نتایج پژوهش‌های محققان سوئدی در کنفرانسی در مورد تلفن همراه و سلامت در لندن ارائه شده است.

یکی از یافته‌های این تحقیق نشان می‌دهد که یک شخص هر چه زودتر و در سن پایین‌تری به استفاده از موبایل روی بیاورد احتمال ابتلا به تومور مغزی در وی افزایش می‌یابد.

پروفسور لنارت هاردل از دانشگاه هاسپیتال شهر اروپرو سوئد می‌گوید: "افرادی که قبل از 20 سالگی به استفاده از تلفن همراه می‌پردازند 5 برابر بیشتر با خطر ابتلا به تومور مغزی روبرو هستند.

## فصل سوم

عوارض ناشی از تشعشعات تلفن همراه بر روی کلیه

تشعشعات گوشی های تلفن همراه باعث ایجاد سنگ کلیه میشوند!!!

پیش از این درخصوص تأثیرات سوء تشعشعات تلفن همراه ، مانند سرطان زایی ، عقب ماندگی ذهنی و غیره مباحثی مطرح شده بود.

مطالعات اخیر حاکی از این امر است که تشعشعات ناشی از گوشی های تلفن همراه سبب آسیب جدی کلیه ها می گردد.

محققان پس از بررسی های انجام شده به این نتیجه رسیده اند که حتی تشعشعات سطح پایین ناشی از گوشی های تلفن همراه ، باعث تراوش هموگلوبین سلول های خونی به درون جریان خون می شود.

در نتیجه طبق اظهارات محققان ، انباشته شدن تدریجی هموگلوبین ممکن است منجر به ناراحتی‌های قلبی و سنگ کلیه گردد.

## فصل چهارم

مکالمه طولانی با تلفن همراه به حافظه آسیب می‌رساند!

پژوهشگران در مطالعات اخیر دریافته‌اند که صحبت کردن به مدت طولانی با تلفن همراه می‌تواند تاثیرات مخرب و جدی روی حافظه کاربران بر جای بگذارد.

در این تحقیق پژوهشگران، اثرات تلفن همراه را روی موشهای صحرایی آزمایشگاهی بررسی کردند.

محققان بخش جراحی اعصاب در دانشگاه لوند در کشور سوئد با بررسی آزمایشات دریافتند که پرتوها و تشعشعات میکرو امواج که از تلفن‌های همراه ساطع می‌شوند می‌توانند روی مغز تاثیر منفی بگذارند.

محققان می‌گویند؛ این امواج روی ناحیه خاصی از مغز موسوم به «مانع خونی - مغزی» تاثیر نامطلوب دارند.

این مانع نقش حفاظت از مغز را برعهده دارد. در واقع مانع خونی - مغزی از ورود مواد مخربی که در خون جریان دارند به داخل بافت‌های مغزی جلوگیری می‌کند. اگر این مواد به درون مغز وارد شوند می‌توانند به سلول‌های عصبی موسوم به نورونها آسیب برسانند که ادامه این وضعیت عملکرد مغز را دچار اختلال می‌کند.

هنریتا نیتبی، سرپرست این گروه تحقیقاتی دریافته است که وقتی موش‌های صحرایی آزمایشگاهی در معرض تشعشعات تلفن همراه قرار می‌گیرند، نتایج تست‌های حافظه آنها بسیار ضعیف‌تر می‌شود.

به گزارش ایسنا، بر اساس این تحقیق موش‌هایی که به مدت دو ساعت در هر هفته و در طول یکسال در تماس با این امواج قرار داشتند، عملکرد حافظه‌شان به مراتب ضعیف‌تر می‌شده است.

این آزمون حافظه شامل رها کردن موش‌های صحرایی در داخل یک جعبه بود که اشیاء مختلفی در آن قرار داشت،

موشها باید می‌توانستند جای این اشیاء را که هر چند وقت یکبار عوض می‌شد، پیدا می‌کردند.

موشهایی که در معرض امواج تلفنی قرار گرفته بودند مدت بیشتری طول می‌کشید تا می‌توانستند محل اشیاء جا به جا شده را شناسایی کنند.

این تیم تحقیقاتی هم چنین دریافتند که این امواج آسیبه‌های خاص به اعصاب از جمله سلولهای کورتکس پیشانی و در هیپوکامپ که مرکز حافظه در مغز است وارد می‌کنند.

## فصل پنجم

### اثرات مخرب تلفن همراه بر نوجوانان

#### 1- آزمایش بر روی تخم مرغ

مدتی قبل، بی بی سی گزارشی از آزمایش یک تخم مرغ در کنار یک موبایل را منتشر کرده بود که آن تخم مرغ بعد از گذشت زمانی سفت شده بود. در عکس‌هایی که با استفاده از دوربین‌های حساس حرارتی گرفته شده است، دیده می‌شود که یک تخم مرغ را در مقابل یک موبایل روشن در حال صحبت کردن گذاشتند و پس از گذشت یک ساعت، تقریباً نیمی از آن سفت شده بود، زیرا عملکرد امواج مایکروویو موبایل مانند امواج مایکروویوهای خانگی است که هم اکنون در آشپزخانه‌ها وجود دارد.

با مشاهده این آزمایش به خوبی می توان به عمق این فاجعه و مضرات امواج موبایل برای سلامتی انسان پی برد. ببینید که این امواج با تخم مرغ چه کرد، همین کار را با سلول های مغز ما می کند.

## 2- آزمایش بر روی خرگوش

در سوئد روی یک خرگوش آزمایش جالبی انجام دادند. یک خرگوش را کنار یک موبایل گذاشتند که آن موبایل همواره روشن بود. در این مدت هم تغذیه کاملی به آن می دادند. پس از 2 ماه خون و سلول های خرگوش را برای آزمایش به آزمایشگاه بردند و نتیجه جالب توجهی را اعلام کردند؛ آن خرگوش با ادامه این وضعیت بیشتر از یک سال زنده نمی ماند. حال باید ببینیم اگر روی یک انسان چنین آزمایشی انجام دهند نتیجه چه می شود! اگرچه فکر نکنم کسی داوطلب این آزمایش پیدا شود. نمونه نسبی آزمایش شده این کار برای انسان را می توانید در افرادی ببینید که شغلشان مرتبط با رادارهای نظامی است. آن ها طول عمر بسیار کمی دارند و یا بسیاری از آن ها در زمان سالخوردگی به بیماری هایی مبتلا می شوند که در افراد عادی کمتر دیده می شود.

مضرات استفاده زیاد از موبایل



مهم ترین مشکل موبایل برای انسان : اول اینکه سلول‌های بدن انسان در گستره 10 تا 1000 هرتز با یکدیگر ارتباط برقرار می‌کنند، اکثر موبایل‌ها نیز در گستره 270 تا 1800 هرتز ارتباط برقرار می‌کنند. می‌بینید که گستره امواج الکترومغناطیسی موبایل با سیستم ارتباط بین سلولی انسان همپوشانی دارد و این مسأله باعث ایجاد اختلالات جبران‌ناپذیری به بدن می‌شود، مانند ضعیف شدن سیستم دفاعی بدن. همچنین ثابت شده که این امواج تأثیر بدی در باروری مردان دارد، زیرا اسپرم‌ها را می‌کشد و باعث کاهش قوای جنسی آقایان می‌شود، مخصوصاً در کسانی که موبایل را به کمرشان می‌بندند. من فکر کنم با وجود استفاده زیاد آقایان از موبایل، در 50 سال آینده خیلی از آن‌ها نابارور شوند یا حداقل توانایی‌های جنسی‌شان کاهش یابد.

موبایل سرطان زاست. تحقیقات موجهی در این مورد توسط دانشمندان صورت گرفته که این مسأله را اثبات می‌کند و در بسیاری از روزنامه‌های آلمان نیز این مسأله گفته شد. علاوه بر آن احتمال ابتلا به بیماری‌های آلزایمر و پارکینسون را هم افزایش می‌دهد. حتی تحقیقات جدید نشان داده اند که اگر شخصی 2 دقیقه با موبایل صحبت کند، ساختار آنزیمی بزاق دهانش کلاً تغییر می‌کند. علاوه بر این، تأثیرات منفی بر روی خون و ادرار دارد. میدان‌های الکترومغناطیسی به ویژه آن‌هایی که در گستره فرکانس بدن هستند، باعث تغییر

عملکرد جذب مواد معدنی در بدن می‌شوند و سرعت گسترش تومورها را افزایش می‌دهند. هر 0/004 ثانیه این امواج به بدن ما برخورد کرده و از آن عبور می‌کنند. حال شما اگر یک روز موبایل را با خود حمل کنید حساب کنید چند بار در معرض آن‌ها قرار می‌گیرید؟ این‌ها تحقیقات مستند است.

خطرات امواج موبایل برای همه یکسان است یکی از بدترین چیزها برای جنینی که در شکم مادر است، امواج الکترومغناطیسی موبایل است. بدن جنین هنوز بافت خوب و کاملی را به خود نگرفته و بسیار حساس است. امواج موبایل منجر به کاهش عکس‌العمل مولکولی در بدن جنین می‌شود. این مسأله باعث ضعیف شدن سیستم‌های مختلف بدن می‌شود که شاید هنگامی که فرزند به دنیا آمد در آن دیده نشود، ولی پس از سال‌ها بیماری‌های مختلفی خود را نشان دهند. در کشورهای سوئیس و اتریش به خانواده‌ها بسیار تأکید شده که بچه‌های زیر 16 سال اصلاً با موبایل صحبت نکنند. چرا؟ شما اگر یک سلول را در نظر بگیرید، دیواره‌ای آن را احاطه کرده است. سلول‌های مغز بچه‌ها هنوز شکل و ساختار محکمی به خود نگرفته‌اند. در واقع تکامل یافته نیستند و دیواره محکمی ندارند. به همین دلیل میزان بیشتری از تشعشعات را از خود عبور می‌دهند که باعث اختلالات عصبی در آن‌ها می‌شود و مسائلی مانند چشم درد و کم‌اشتهایی در آنها دیده می‌شود. در کل حدود 58 درصد امواج

موبایل‌ها برای کودکان و نوجوانان بیشتر مضر است. علاوه بر آن در برخی کشورهای اروپایی استفاده از موبایل را در فضاهایی که افراد زیادی تجمع کرده‌اند، مانند اتوبوس، صحیح نمی‌دانند، زیرا امواج موبایل تنها به شخص استفاده کننده آسیب نمی‌رساند، بلکه نسبت به میزان فرکانسش افراد را تحت الشعاع قرار می‌دهد.

علت این که تا کنون اطلاع‌رسانی خوبی در مورد زیان‌های موبایل‌ها نشده این است که این قضیه درست مثل جریان سیگار است. وقتی که کمپانی فیلیپ موریس میلیاردها دلار درآمد از فروش سیگار داشت، اجازه نمی‌داد دانشمندان در این مورد نظر بدهند. حتی اگر به خاطر داشته باشید در سال 1960 ماجرای برای یک پروفیسور که روی سیگار تحقیق می‌کرد رخ داد و او را کشتند. الان فروش موبایل‌ها در دنیا از پُر درآمدترین کارهاست و حتی بسیاری از مراکز آن‌ها دولتی هستند و کسی دوست ندارد از میزان سودش کاسته شود. پس با وجود آگاهی از مضرات آن، هیچ اطلاع‌رسانی نمی‌کنند. آن‌ها میلیاردها دلار برای راه‌اندازی آنتن‌های BTS خرج کرده‌اند و می‌خواهند سودش را ببرند. اگر بخواهند سیستم‌هایشان را تغییر دهند، باید تریلیون‌ها دلار هزینه کنند. پس راه پر سود برای آن‌ها عدم اطلاع مردم از زیان‌های موبایل است. گفته می‌شود که در ایران اگر در روی خانه‌ای آنتن‌های BTS را نصب کنند به آن‌ها ماهیانه پول می‌دهند؟!!

این پول‌ها هیچ گاه جای آن زیان‌ها را نمی‌گیرد و باید تاکید کنم خانه‌ها باید حداقل 50 تا 60 متر از BTS ها دور باشند تا امواج به آنها کمتر ضرر بزند.

در کشورهای اتریش، آلمان و سوئیس تاکنون دانشمندان مقالات بسیاری را ارائه داده‌اند و از دولت خواسته‌اند که به گونه‌ای قانون‌گذاری کنند که کمترین میزان زیان به افراد برسد. چندی پیش از دولت‌هایشان خواستند که از نصب آنتن‌های BTS در نزدیکی مهد کودک‌ها، بیمارستان‌ها یا مکان‌های تفریحی که بیشتر کودکان در آن‌ها رفت و آمد دارند جلوگیری کنند. در نروژ هم آزمایش جالبی انجام شد که نشان داد استفاده از موبایل برای بچه‌ها باعث خستگی، کم خوابی و کم اشتهایی می‌شود.

موبایل تنها در زمان استفاده و صحبت کردن با آن ضرر ندارد بلکه حمل کردنش هم ضرر دارد. حتی اگر 30 سانتی متر هم از شما فاصله داشته باشد، امواج الکترومغناطیس حدود 400 هزار Pw/M2 در هر لحظه با بدن اصابت می‌کند. وقتی که شما با موبایلتان حرکت می‌کنید، جاهایی که آنتن‌ها آنها را کمتر پوشش می‌دهند، گوشی شما سعی بیشتری برای به دست آوردن آنتن می‌کند، در واقع سیگنال‌های بیشتر و قوی‌تری از خود ساطع می‌کند که این موضوع بسیار خطرناک است. حتی به افرادی که مشکل

قلبی دارند سفارش می‌شود که موبایل را دور از خود نگه دارند، در صورتی که بعضی‌ها آن را در جیب بغلشان می‌گذارند. خانم‌های باردار باید حداقل 2 متر از موبایل دورتر باشند. یکی از نکات جالب این است که زمانی که شما با موبایل‌تان عکس بفرستید یا همان MMS، هزار برابر خطرش بیشتر است. این موضوع را یک دانشگاه اتریشی اثبات کرده است. جاهایی که پوشش کم است، امواج گوشی بیشتر می‌شود و در جاهایی مانند نزدیک آنتن‌های BTS هم که پوشش خوب است، امواج ساطع شده از طرف آنتن‌ها برای بدن بسیار خطرناک است.

در موقع صحبت کردن با موبایل از هر زمان دیگری برای بدن خطرناک تر است. فرض کنید در اتوبان در حال رانندگی هستید. این امواج همواره در حال کم و زیاد شدن هستند که باعث افزایش میزان برخورد امواج و شدت یافتن آن می‌شود، زیرا در مسیر اتوبان میزان پوشش‌دهی آنتن موبایل یکسان نیست.

استفاده از هندز فری نیز نمی‌تواند درصد امواج را کاهش دهد زیرا هندز فری هم مانند یک آنتن عمل می‌کند و تفاوت خاصی در میزان اصابت امواج با بدن ندارد.

تلفن همراه را به رختخواب نبرید: به گفته اساتید همین پدیده در بررسی اثرات امواج در بیماران تالاسمی هم مشاهده شده و در این مورد از نظر ساختار هموگلوبین، ساختمان سوم آن که عامل اصلی عملکردهای این مولکول است، دچار تغییر شده است...حالا دیگر استفاده از تلفن همراه در جامعه کنونی اجتناب‌ناپذیر است و البته نگرانی‌ها درباره اثرات امواج تلفن همراه بر سلامت انسان با رشد بیش از حد تلفن‌های همراه نیز بیشتر شده است. به تازگی هم اعلام شده براساس بررسی‌های تازه موسسه Pew حدود ۶۵ درصد از بزرگسالان گوشی‌های تلفن همراه خود را نیز همراه با خود به بستر می‌برند که این کار از نظر بهداشتی و حفظ سلامت زیانبار است.

استفاده محدود زمانی از تلفن همراه اساتید با تاکید بر این‌که هرگز نباید تلفن همراه را با خود به رختخواب برد، ادامه می‌دهد: اثر سوءمیدان‌های الکترومغناطیسی بویژه میدان تلفن همراه به صورت فزاینده نقش تخریبی در بدن، ارگانیس‌م‌ها، بافت‌ها، سلول‌ها و ماکرومولکول‌های حیاتی مانند DNA، پروتئین‌ها و آنزیم‌ها دارد. وی با بیان این‌که در حال حاضر سیستم‌های تلفن همراه دارای فرکانس ۹۴۰ مگاهرتز است که به بیشتر بافت‌های بدن از جمله مغز و حتی گوشت و ماهیچه‌ها آسیب می‌زند، ابراز عقیده می‌کند که نباید به تلفن همراه به عنوان وسیله‌ای بی‌خطر نگاه کرد و

هر کس هر اندازه که تمایل داشت از آن استفاده کند؛ بلکه کاربرد تلفن همراه باید همانند مصرف دارو، محدود و کنترل شده و به زبانی دارای دوز مشخص باشد؛ به طوری که یک فرد تنها ساعاتی از روز را می‌تواند از موبایل استفاده کند و پس از آن استفاده دوباره از آن مضر خواهد بود.

دوز استفاده از تلفن همراه برای مبتلایان به بیماری‌های گوناگون متفاوت است استاد مرکز تحقیقات بیوشیمی - بیوفیزیک دانشگاه آزاد می‌گوید: مساله مهم دیگری که باید مورد توجه محققان قرار بگیرد، دوز مشخص استفاده از تلفن همراه برای مبتلایان به بیماری‌های گوناگون است؛ مثلاً، میزان استفاده از تلفن همراه در افراد دیابتی که در برابر امواج آسیب‌پذیرتر از افراد سالم هستند باید متفاوت باشد. تحقیقات جدید می‌باید میزان استفاده از تلفن همراه را برای هر بیماری معین نماید.

تحقیقات نشان می‌دهد تاثیر میدان الکترومغناطیسی تلفن همراه با هموگلوبین موجب تغییرات ساختاری در آن و کاهش پیوند اکسیژن با هموگلوبین می‌شود. همچنین اختلال در عملکرد هموگلوبین، موجب آزادسازی اکسیژن بیشتر در بافت و در نهایت بروز ناهماهنگی در واکنش‌های بدن می‌شود.

دگرگونی در عملکرد هموگلوبین خون اثرات سوءتغییر ساختاری هموگلوبین خون تحت تاثیر امواج تلفن همراه تنها به آزادسازی بیش از حد اکسیژن در بافت محدود نمی‌شود، بلکه بر سایر وظایف هموگلوبین هم تاثیر منفی می‌گذارد. همین پدیده در بررسی اثرات امواج در بیماران تالاسمی هم مشاهده شده و در این مورد از نظر ساختار هموگلوبین، ساختمان سوم آن که عامل اصلی عملکردهای این مولکول است، دچار تغییر شده است.

خطر استفاده همزمان از تلفن همراه با مایکروویو یا رایانه تداخل استفاده از تلفن همراه و وسایل یاد شده اثرات سوء امواج تلفن همراه را تشدید می‌کند. همچنین بدترین شکل تداخل در استفاده همزمان از تلفن همراه و مایکروفر است. از سوی دیگر شرایط استفاده از تلفن همراه در اثرات آن تعیین‌کننده است به عنوان مثال استفاده از تلفن همراه در مکان‌های مسقف و شهرهای آلوده دوز خاصی را طلب می‌کند که امیدواریم با شروع تحقیقات بتوان دوز استفاده از موبایل برای هر فرد مانند زن، مرد، کودک و غیره را مشخص کرد.

بدترین شکل مکالمه؛ قرار دادن تلفن کنار گوش هنگام صحبت‌کردن است و البته قرار دادن در کمر هم آسیب‌های جدی به انسان وارد می‌کند. تلفن همراه در مواقع عدم استفاده



باید بیش از یک متر با کاربر فاصله داشته باشد، صحبت با تلفن همراه باید در فضایی باز و در کمترین زمان مکالمه باشد. استفاده از تلفن همراه در حالت اضطرار است نه به صورت مداوم. اگر کسی می‌خواهد صحبت طولانی‌تر داشته باشد باید از تلفن ثابت استفاده کند و در صورتی که فرد در جایی هست که تلفن ثابت وجود دارد بهتر است تلفن همراه خاموش شود. بهترین حالت در هنگام پیاده‌روی هم گذاشتن تلفن همراه داخل کیف است.

## فصل ششم

### آسیب های جدی

بلوتوث، پیامک و فیلم های مبتذل بر نوجوانان و جوانان

با فراگیر شدن استفاده از گوشی های تلفن همراه در سطح اقشار جامعه ضمن مزایای فراوان این فناوری جدید، می بایست به جنبه های منفی آن نیز توجه جدی داشت. همانطور که می دانیم در مقوله ها و فرآورده های فرهنگی دیدن یک فیلم یا عکس غیراخلاقی یا شنیدن یک موسیقی مبتذل و یا خواندن نوشته ای نامناسب، واکنش های منفی و خطرناک روحی و روانی و جسمی مانند یک سم کشنده و مهلک را در فرد ایجاد می کند که در صورت عدم درمان به موقع،

شخصیت انسانی فرد، مورد آسیب جدی قرار گرفته که تبعات آن در برخی مواقع غیرقابل جبران خواهد بود. اگر کمی در اطراف خود بررسی مختصری داشته باشیم درمی یابیم که جریانه‌ها و باندهای مرموز بطور محسوس و یا نامحسوس و در قالب دوستی‌ها و همکلاسی‌های فرزندانمان و یا توسط برخی افراد در معابر مبادرت به توزیع سی‌دی‌های فیلم غیرمجاز، انتشار کلیپ‌های صوتی و تصویری و یا نوشتارهای سخیف بوسیله بلوتوث و پیامک در راستای ترویج فرهنگ غیرانسانی و غیراخلاقی و لجن‌زار غرب می‌نمایند که برخی اثرات این جنایت فرهنگی طبق نظر کارشناسان در حوزه پزشکی و روان‌شناسی بطور خلاصه به این شرح می‌باشد:

آسیب‌های جسمی و روحی و روانی:

۱- ایجاد بلوغ زودرس در نوجوانان و اثرات منفی بر رشد طبیعی جسم و روان

۲- گوشه‌گیری و انزوا و بروز افسردگی در نوجوانان و جوانان

۳- بروز رفتارهای عصبی و غیرمتعادل

۴- تپش قلب و بی اشتهایی و یا کم اشتهایی و رنجور شدن  
جس

۵- بی میلی به امر تحصیل و فعالیت های ورزشی

۶- عدم تمایل و یا کم رغبتی به انجام واجبات و حضور در  
مجامع علمی و مذهبی

۷- مشغول شدن و استفاده زیاد از تلفن همراه برای بازی و  
یا دیدن کلیپ و موسیقی (اعتیاد به تلفن همراه)

۸- بیخوابی و کاهش مطالعات درسی و غیردرسی و بروز  
افت تحصیلی

۹- انتخاب لباس و آرایش ظاهری به سبک های نامأنوس و  
ناهنجار

۱۰- گرایش به سیگار، موادمخدر و کاهش انگیزه برای کار  
و تلاش و تشکیل خانواده در جوانان

نقش پدر و مادر و خانواده در سلامت فرزندان

- راهنمایی فرزندان برای انتخاب دوستان سالم و صالح

- انجام راهنمایی و مراقبت از فرزندان در استفاده صحیح از فیلم و تلفن همراه (حتی المقدور برای دور ماندن فرزندان از برخی از معضلات فرهنگی و اخلاقی از تلفن همراه ساده و بدون بلوتوث و دوربین استفاده شود

- تشویق و ترغیب نوجوانان و جوانان برای پر کردن اوقات فراغت با ورزش یا مهارت آموزی و استفاده از کلاس های کامپیوتر، دوره های فنی، زبان و...

کمک در انتخاب حداقل یک نشریه و مجله فرهنگی تخصصی و فنی در حوزه مورد علاقه ایشان.

- آشنا نمودن هرچه بیشتر فرزندان با احکام و آداب دینی و اهتمام در انجام فرائض بالخصوص نماز

- همراهی با فرزندانمان برای حضور در مساجد و هیئت های مذهبی و نمازهای جمعه و جماعت

- استفاده بهینه از برنامه های متنوع آموزشی علمی و سرگرمی صدا و سیما

- برنامه ریزی جهت پیاده روی، دوچرخه سواری و استفاده از پارک ها و برنامه های فرهنگسراها

-آماده سازی و فراهم نمودن زمینه های لازم برای کار، اشتغال و کمک در تشکیل خانواده و مقدمات امر مقدس ازدواج برای جوانان

- همکلاسی های ناباب فرزندانمان را در محل تحصیل به اولیای مدارس معرفی کرده و فرزندانمان را نیز از آنها دور کنیم.

- عوامل توزیع فیلم و بلوتوث های غیراخلاقی و غیرانسانی را به عوامل انتظامی گزارش دهیم.

- در خانواده پدر و مادر، در رعایت شئون اخلاقی و انجام واجبات و ترک محرّمات پیشقدم باشند.

- در صورت بروز مشکلات روحی و روانی از مشاوران و پزشکان کمک بگیریم.

- با فرزندان خود صمیمی باشیم و آنها را در رشد و تعالی و پیشرفت کمک نمائیم.

- هرچند وقت یکبار با حضور فرزندانمان از آنها بخواهیم که محتوای تلفن همراه، فایل های رایانه ای، سی دی های فیلم و

بازی را برای ما نشان داده و توضیح دهند.

## فصل هفتم

اشعه موبایل در بارداری، اثرات بدی روی جنین در حال رشد می‌گذارد. حساس‌ترین زمان برای ابتلای جنین به مشکلات و بیماری‌ها، از ابتدای حاملگی تا حدود 15 هفته پس از بارداری می‌باشد.

اگر جنین طی این مدت در معرض اشعه قرار بگیرد دچار نقایص هنگام تولد و عقب‌ماندگی ذهنی می‌شود، کاهش رشد و آسیب‌های شدید مغزی جنین از عوارض تماس هستیم با اشعه ایکس در این مدت زمان از بارداری است.

در مورد اینکه استفاده از تلفن همراه و وای فای چه مضراتی برای زنان باردار و جنین دارنده نمی‌تواند با قطعیت حرف زد، اما از آنجایی که این دوران، دوران بسیار مهم و حساس

است، لازم است جوانب احتیاط را رعایت کنید و کاری نکنید که کودک و خودتان در معرض خطرات احتمالی قرار بگیرد.

خانم‌هایی که در این دوران حساس از تلفن همراه استفاده می‌کنند، بیش از سایرین در معرض بروز برخی مشکلات مثل مشکلات رفتاری در کودکان خود هستند.

تحقیقاتی که روی بیش از 13000 کودک به عمل آمد نشان می‌دهند مادرانی که دو یا سه بار (روزانه) از تلفن همراه استفاده می‌کنند کودکانی را به دنیا می‌آورند که به بیش‌فعالی و برخی مشکلات ارتباطی با دیگران دچار هستند.

در ضمن این کودکان 54 درصد بیشتر از سایر کودکان به مشکلات رفتاری دچار هستند اگر این کودکان در آینده خود نیز از تلفن همراه استفاده کنند:

- 80 درصد بیشتر از دیگران از مشکلات رفتاری رنج می‌برند.

- 25 درصد بیشتر در معرض مشکلات احساسی هستند.

- 34 درصد بیشتر دچار مشکلات زناشویی می‌شوند.



- 35 درصد بیشتر به بی‌فعالی دچار می‌شوند.

کدام اشعه‌ها زیانبارترند؟

از میان اشعه‌های زیانبار، اشعه ایکس خطرناک‌تر است. زنان باردار نباید در معرض این اشعه خطرناک قرار بگیرند. اشعه ایکس بدون بو و شکل و رنگ است اما تأثیر بسیار زیادی روی جنین دارد.

سایر اشعه‌های قوی و مضر شامل آلفا، بتا و گاما است. این اشعه‌ها می‌توانند روی همه سلول‌های بدن جنین اثر بگذارند و رشد سالم او را مختل سازند.

خطرات و زیان‌های ناشی از استفاده از تلفن همراه تا به حال ارزیابی کامل نشده است در واقع دانشمندان در این زمینه تحقیقات چندانی به انجام نرسانده‌اند و استناداردی تعیین شده در این زمینه مربوط به حدود 18 سال پیش است.

در آن سالها حتی این خطرات به طور دقیق و واقعی نیز مورد بررسی قرار نگرفته بودند. این روزها مردم حتی نمی‌دانند که باید چه بهای سنگینی را به خاطر این عدم آگاهی خود پردازند.

این روزها از هر 5 کودک یکی به بیماری‌های روحی – روانی دچار است. این اختلالات گاه بسیار پیچیده هستند و نمی‌توان حتی به راحتی آنها را توصیف کرد والدین حق داشتن و آگاه بودن را دارند.

برخی از پزشکان معتقدند که نسل‌های بعدی با اتفاقات عجیب و تکان دهنده جدی مواجه خواهند شد و خطرات استفاده از موبایل‌ها و تلفن‌های همراه مسئول بخش عظیمی از این مشکلات خواهند بود.

این خطرات کمتر از آسیب‌های ناشی از مصرف الکل و دخانیات در دوران بارداری نیست.

این روزها بیشتر مردم از بزرگ و کوچک، از تلفن همراه استفاده می‌کنند و نمی‌دانند که سلامت خود را چگونه به خطر می‌اندازند.

اشعه‌های الکترومغناطیسی تأثیرات بسیار خطرناکی روی جنین در حال رشد دارند.

این امواج روی آنزیم‌ها، غدد، عضلات، هورمون‌ها، قلب و استخوان‌های جنین اثر می‌گذارند.

در واقع فشارهای سلولی، باعث تخریب ساختار DNA می‌شود که با موج عظیمی از خطرات و عوارض ناخوشایند برای مادر و جنین همراه هستند.

کدام دوره از بارداری حساس‌تر است؟  
پزشکان معتقدند حساس‌ترین دوره از زندگی جنین از زمان پیدایش تا حدود 15 هفتگی است. قرار گرفتن در معرض اشعه‌های زیانبار در این مدت می‌تواند نقایص و عقب ماندگی‌های ذهنی ایجاد کند.

تماس با این اشعه‌ها باعث کاهش رشد مغزی و آسیب دیدگی‌های شدید آن می‌شود.

عوارض و خطرات ناشی از امواج الکترومغناطیسی موبایل روی جنین:

- آسیب‌های مغزی: استفاده مداوم از تلفن همراه در این دوران روی جنین اثرات زیادی دارد.

در این مدت سلول‌های عصبی جنین در حال شکل‌گیری هستند وقتی که شکل‌گیری ناقص انجام می‌شود، برخی اختلالات عصبی بروز می‌کنند.

**DNA مسئول رشد و نمو جنین است و اشعه‌های روی DNA اثر مخرب دارند.**

**در ضمن این اشعه‌ها باعث سقط جنین نیز می‌شوند. جنینی که در معرض این آسیب‌هاست، بیشتر از سایرین در معرض خطر سرطان است.**

## فصل هشتم

- آسیب‌های عاطفی: کودکانی که در کودکی و جنینی در معرض این اشعه‌ها هستند بیشتر از سایر کودکان دچار مشکلات عاطفی می‌شوند مشکلات عاطفی و روانی باعث به وجود آمدن استرس و تنش‌های زیادی در آنها می‌شود که سطح کیفیت زندگی‌شان را پایین می‌آورد.

- مشکلات مربوط برقراری ارتباط با دیگران: این دسته از کودکان که در دوران جنینی بسیار در معرض اشعه‌ها بوده‌اند در بزرگسالی در مقایسه با سایر کودکان بیشتر دچار مشکلات ارتباطی می‌شوند.

استفاده از تلفن همراه روی مغز آنها اثر نامطلوبی به جا گذاشته و کودک در بزرگسالی برای برقراری ارتباط دچار مشکل می‌شود

چه باید کرد؟

- مادر که در این دوران حتما باید از اشعه‌های زیانبار مختلف دور بماند.

اگر نیاز به استفاده از اشعه ایکس است، حتما باید طبق نظر پزشک باشد و دور شکم و رحم او پوشانده شود.

- استفاده از تلفن همراه باید به حداقل برسد. این روزها حذف تلفن همراه و بی‌سیم از زندگی کار سخت و پیچیده‌ای شده است.

وسایل الکتریکی بی‌سیم جای خود را در تمام خانواده‌ها باز کرده‌اند و مصرف و کاربردشان هر روز بیشتر می‌شود. علیرغم اینکه جدا شدن از جریان عظیمی که در این رابطه به راه افتاده کار راحتی نیست ولی حداقل مقدور در دوران بارداری خود را کمتر در معرض آنها قرار دهید.

- اینترنت، کامپیوتر، موبایل، تلفن بی‌سیم، مایکروویو همگی روی جنین و سلامت آن اثر می‌گذارند و شما در جایگاه والدین فرزندشان مسئولیت حفظ سلامت او را بر عهده دارید.

پس تماس‌های خود را محدود کنید. وای‌فای خود را اغلب خاموش کنید. از اسپیکر (بلندگوی تلفن) بیشتر استفاده کنید و گوشی را به گوش‌تان نچسبانید.

## فصل نهم

### مضرات استفاده از تبلت در کودکان

امروزه کودکان به جای بازی کردن با هم سن و سالانشان، سرگرم بازی با تبلت و موبایل هستند که گاهی استفاده آنها از این وسایل ساعتها زمان می‌برد و ارتباط آنها را با دنیای اطرافشان قطع می‌کند این در حالیست که استفاده زودهنگام کودکان از تکنولوژی می‌تواند تبعاتی به همراه داشته باشد که گاهی والدین به علت مشغله‌های زیاد از آنها بی‌خبرند. استفاده از تبلت در کودکان

ابتدا والدین از این که فرزندشان توانایی استفاده از لوازم مربوط به فناوری را دارد خوشحال می‌شوند و این مساله را به عنوان شاخصی برای باهوش بودن فرزند خود در نظر می‌گیرند در صورتی که استفاده زودهنگام کودکان از فناوری می‌تواند تبعاتی به همراه داشته باشد که جبران ناپذیر است.

سن استفاده از تبلت به محیط رشد کودک بستگی دارد و به طور معمول از سه سالگی به بعد کودک می تواند از این وسایل استفاده کند. برخی والدین به دلیل شاغل بودن یا نداشتن وقت کافی از تبلت برای خلأ نبودن خودشان استفاده می کنند و در حقیقت تبلت را جایگزین فعالیت های واقعی کرده اند.

### مضرات استفاده از تبلت در کودکان

تمرکز کودکانی که بیش از حد با تبلت بازی می کنند کاهش پیدا می کند

با شرایط جامعه امروزی نمی توان کودک را از داشتن تبلت منع کرد، اما والدین می توانند اجازه استفاده را به جایزه و امتیاز تبدیل کنند و با محدوده زمانی یک تا حداکثر دو ساعت به فرزند خود اجازه بازی دهند. انتخاب نوع بازی ها نیز بسیار مهم است و باید از بازی های آموزشی و متناسب با سن بهره گرفت. همچنین زمانی که تبلت را از کودک می گیریم باید بازی های جایگزین جذاب برای او در نظر بگیریم.

استفاده بیش از حد تبلت این عواقب را به دنبال دارد:



- اول از همه کودک به جای تحرک داشتن درگیر این بازی ها می شود و فعالیت بدنی او کمتر می شود. وقتی کودکان با وسایلی مثل تبلت بازی می کنند از فعالیت باز می مانند در نتیجه هماهنگی بین اندام ها خوب شکل نمی گیرد و دچار مشکلات حسی و حرکتی می شوند.

- مشکل دیگر در مورد تبلت ها ارزش گذاری کاذب است؛ یعنی بچه ها به خاطر داشتن این فناوری به هم پز می دهند و احساس برتری می کنند.

همچنین بخوانید : استفاده از موبایل برای کودکان مضر است؟

کاهش اعتماد به نفس کودکان، از معایب استفاده بیش از حد از تبلت است

- تمرکز کودکانی که بیش از حد با تبلت بازی می کنند کاهش پیدا می کند و در آینده در زمینه تحصیلی نیز با مشکلات تمرکزی روبه رو می شوند.

- کاهش اعتماد به نفس کودکان، از دیگر معایب استفاده از تبلت است. کودک باید بتواند به اسباب بازی مسلط باشد و

دائم برنده شود تا احساس توانمندی کند و اعتماد به نفسش بالا رود؛ در بازی های تبلت و موبایل این اتفاق نمی افتد و کودکان پیاپی دچار شکست می شوند، در نتیجه اعتماد به نفس آنها پایین می آید و البته لازم به ذکر است که انتخاب نوع بازی ها باید به گونه ای باشد که کودک در آن پیروز هم بشود.

- این کودکان در برقراری ارتباط و مهارت های اجتماعی با هم سن و سال های خود نیز دچار مشکل می شوند چراکه بیشتر سرگرم تبلت و موبایل خواهند بود و ارتباطشان با اطراف قطع می شود و نحوه دوستیابی آنها ضعیف می شود.

استفاده زیاد کودکان از وسایلی همچون تبلت و موبایل می تواند خلاقیت کودک را از بین ببرد، چرا که خلاقیت از سنین کودکی شکل می گیرد و کودک باید بیاموزد آنچه را که می خواهد با آن سرگرم شود خودش بسازد، اما تکنولوژی همه چیز را آماده در اختیار کودک قرار می دهد و به او اجازه فکر کردن نمی دهد

علاوه بر همه این موارد به مهره های گردن، توانایی کلامی، شور و شوق اجتماعی، میزان تمرکز و روابط عاطفی کودکان آسیب وارد می شود. اوتیسم نیز یکی دیگر از عواقب احتمالی استفاده بیش از حد وسایل الکترونیکی است.

بنابراین، اگر دفعه بعد خواستید برای ساکت کردن کودک، به او گوشی یا تبلت بدهید حتما به عواقب آن فکر کنید؛ شاید نیاز باشد در تصمیم خود تجدیدنظر کنید.

### اثرات تبلت و گوشی بر چاقی کودکان

تا پیش از ورود انواع و اقسام وسایل ارتباطی تنها تلویزیون به عنوان عامل اثرگذار بر اضافه وزن مردم به ویژه کودکان شناخته می شد. حالا فراگیر شدن تبلت ها و گوشی های هوشمند کاری کرده است که در کنار تماشای تلویزیون به چاقی کودکان دامن می زنند. تبلت و گوشی

محققان مؤسسه سلامت عمومی در ماساچوست با انجام پیمایشی از سال 2013 تا 2015 با شرکت حدود 25 هزار نوجوان پایه های 9 تا 12 به نتایج جالبی در مورد رفتارهای پرخطر در جوانان رسیدند. آنها این موارد را اندازه گیری کردند: تعداد ساعاتی که افراد برای وسایل دارای صفحه الکترونیکی (مانند تلفن هوشمند، تبلت، رایانه و بازی ویدئویی) و همچنین تعداد ساعات گذرانده شده برای تماشای تلویزیون وقت می گذارند، میزان ساعات خواب، تعداد نوشیدنی های شیرین و قندی مصرف شده در هفته گذشته و

مقدار فعالیت جسمی (حداقل 60 دقیقه در روز) در هفته گذشته.

نتیجه این بود که تقریباً 20 درصد نوجوانان آمریکایی بیش از 5 ساعت در روز را صرف استفاده از وسایل مختلف الکترونیکی می کنند و تنها 8 درصد از آن ها این ساعات را به تماشای تلویزیون اختصاص می دهند. همچنان تماشای زیاد تلویزیون با چاقی و رژیم غذایی نادرست در میان نوجوانان مرتبط است.

بیشتر از تلویزیون بر چاقی کودکان اثر می گذارد

اما یافته اصلی این پژوهش این است که احتمال می رود نوجوانانی که بیش از 5 ساعت در روز را صرف نگاه کردن به صفحات گوشی و تبلت می کنند دو برابر بیشتر به نوشیدن نوشیدنی های قند دار و نداشتن خواب کافی یا ورزش روی بیاورند و حدود 43 درصد بیشتر احتمال دارد که در مقایسه با نوجوانانی که چنین زمانی را صرف این وسایل نمی کنند چاق شوند.

باینکه این مطالعه نمی تواند به طور قطعی استفاده از دستگاه های الکترونیکی مختلف را دلیل میزان بالای چاقی

بداند اما یافته های این پژوهش نگرانی در مورد رفتارهای جوانان را افزایش می دهد. شاید بهتر باشد به جای محدود کردن کودکان و نوجوانان از تماشای تلویزیون از درگیر شدن بیش از حد آن ها در استفاده از وسایل الکترونیکی مختلف داری صفحات نوری جلوگیری کنیم.

### تاثیر منفی تبلت بر تربیت کودکان

شیوع فراگیر استفاده از تبلت در بین بچه ها و استفاده مداوم آنان از این وسیله الکترونیکی خطرات جدی را برای آنها در پیش خواهد داشت. اولاً که کودکان از بازی هایی که در محیط آزاد و به صورت گروهی انجام می شود دور خواهند شد و ثانیاً بازی های خشن و جنگی تاثیرات بدی بر روحیه بچه ها خواهد گذاشت. علاوه بر این والدین هم نمی توانند نظارت مداوم بر کار بچه ها داشته باشند و همه این موارد در تربیت کودکان خلل ایجاد میکند. تربیت کودکان

## فصل دهم وقتی تبلت بچه را تربیت می کند

### نقش تبلت ها در تربیت کودکان

موج های فناوری آنقدر بلند و سریع شده است که والدین ایرانی از سدسازی و مهار آن جا مانده اند. موج هایی که قدرتشان باعث شده برخی از والدین ایرانی یا در آن غرق شوند یا در بهترین شرایط خود را با آن تطبیق دهند. شتاب این موج آنقدر زیاد است که دیگر فرصتی برای باسواد شدن در حوزه فناوری برای والدین نگذاشته است. این در حالی

است که کار یکجا به طور ناخواسته از سوی والدین به دست نوجوانان افتاده است.

نفوذ فناوری های جدید در زندگی جوانان زیاد شده و آنها هم خود را به روز می کنند و در سوی مقابل نفوذ والدین در کنترل فناوری ها رو به کاهش است! طوری که والدین ایرانی در یکی، دو سال گذشته از روی ناچاری به خرید گسترده تبلت برای بچه های کوچک خود روی آورده اند. آنچنان که بسیاری از والدین دلیل این اجبار را رقابت بچه های خود با دیگر بچه ها در داشتن این همدم 7 اینچی یا بالاتر عنوان می کنند. اما این روزها دیگر همان بچه های 6-5 ساله هم دور از چشم پدر و مادر به دانلود بازی های رایانه ای می پردازند. بازی هایی که روح والدین از محتوای آنها خبر ندارد. حتی والدین گاهی آنقدر نسبت به این موضوع بی تفاوت و در حوزه فناوری کم سوادند که متوجه نمی شوند فرزندشان هر روز چه بازی هایی را از اینترنت دانلود می کند.

بازی هایی با محتوای +20

این در حالی است که بازی های مبتذل و مستهجن تنها بخشی از محتوای بازی های اندرویدی است که این روزها کودکان و نوجوانان آن را دانلود می کنند. دانلودی که والدین در

جریان آن نیستند، حتی گاهی والدین، خوشحال از اینکه بچه سرگرم و خاموش شده، به صفحه تبلت یا تلفن همراه آنها نگاهی هم نمی کنند. محتوای

تعدادی از این بازی ها که تحت عنوان بازی های فکری و آموزشی منتشر می شود، به شکل قابل توجهی از بعد فرهنگی- اخلاقی تامل انگیز است، چرا که می توان تصور کرد وقتی بچه 4-5 ساله به انجام بازی ای می پردازد که در آن قرار است کارهایی را انجام دهد که در حد سن و سالش نیست، چه برسر ذهن وی خواهد آمد!

اثرات منفی فناوری امروز بر تربیت بچه ها

به محتوای بازی های کودک نظارت داشته باشید

سیگنال های اندرویدی در تعارض با تربیت

استاد دانشگاه و روانشناس درباره محتوای بازی های اندرویدی که این روزها از سوی بچه ها مورد استفاده قرار می گیرد گفت : محتوای تعدادی از این بازی ها باعث می شود تا بچه در همان سنین کودکی به تشویش ذهنی فراوانی



دچار شود. مفاهیمی همچون رابطه آزاد با جنس مخالف که در این بازی ها مطرح می شود تعارض ذهنی خطرناکی در وی به راه می اندازد و پرسش های فراوانی را برای بچه کم سن و سال ایجاد می کند. پرسش هایی که وی نمی تواند پاسخی برای آن بیابد ضمن اینکه این موضوع برای نوجوانان پسر تحرک های زودهنگام هورمونی را به همراه دارد.

### در ظاهر آرام و غرق در تبلت، در باطن مشوش

استاد درباره خوشحال شدن والدین از سکوت بچه ها هنگام استفاده از این بازی ها می افزاید: برخی محتوای این بازی ها آنقدر برای بچه ها سنگین است که به نوعی ذهن آنها را فریز می کند، یعنی بچه ها سکوت کامل و تمرکز زیادی روی آن بازی دارند. به این ترتیب بچه ها در ظاهر آرامند اما در درون آنها غلیان فکری جدی برپاست. غلیان فکری که ناشی از پرسش های بی شماری است که به دلیل تماشای صحنه هایی غیرقابل درک برای آنها به وجود آمده! صحنه هایی که دارای مضامینی هستند که به هیچ وجه برای سن آنها مناسب نیست. در این میان به نظر می رسد که روز به روز در نبود بازی های اندرویدی جذاب داخلی برای کودکان، بازی های خارجی بیشتر اوقات فراغت کودکان را پر می کند.

تربیت بچه هایمان را به تبلت نسپاریم

تربیت کودک توسط تبلت

وقتی تبلت بچه را تربیت می کند

این در حالی است که روانشناسان و استادان دانشگاه درباره بعد تربیتی موضوع بازی های اندرویدی می گوید: به هر حال محتوای این بازی ها تاثیر تربیتی قابل توجهی دارد، چرا که شما می خواهید فرزندی داشته باشید که از همان بچگی معتقد و باورمند به یک سری حریم ها یا چارچوب خاص خانواده، تربیت شود اما این بازی ها سیگنال هایی متفاوت با چنین باورهایی به بچه ها ارائه می دهد.

روانشناسان خاطرنشان کرده اند:

بسیاری از والدین ایرانی نمی خواهند که فرزند آنها در سنین 4-5 سالگی نسبت به مسائل غریزی و مرتبط با روابط خاص، اطلاعاتی به دست آورد اما این بازی ها به طور مستقیم و غیرمستقیم آنها را با این فضا آشنا می کند. رستگار درباره این اختلال تربیتی توسط بازی های اندرویدی عنوان می کند: ذهن بچه ها به گونه ای شکل گرفته که هر پیام و نشانه دیداری را در رفتارهای خود دیر یا زود نشان

می دهند. ممکن است بچه به هر دلیلی چه از ترس والدین یا محدودیت ها آنچه در این بازی ها را تماشا کرده در رفتار خود نشان ندهد اما آن را به یک پایه ذهنی خود مبدل می کند. حتی ممکن است در گذر زمان هر آموزه تربیتی را با آنچه در این بازی ها دیده و ساعت ها وقت خود را پای آن گذرانده مقایسه کند. به عنوان مثال ممکن است والدین در سنینی از بچه بخواهند که به تدریج نوع پوشش خود را تغییر دهد اما بچه ها به طور ناخودآگاه هم که شده به سراغ مقایسه پوشش خود با محتوای این بازی ها می روند. وقتی بارها در این بازی ها دختران را نیمه برهنه مشاهده کرده اند دیگر به این راحتی از آموزه هایی درباره پوشش پیروی نمی کنند، چرا که قبل از همه اینها الگوهایی به ذهن آنها القا شده و به این راحتی قابل تغییر نیست. به این ترتیب بچه با همین پایه های ذهنی رشد می کند و در کنار تربیت رسمی از سوی والدین نوعی پیش تربیت هم دارند.

### والدین ایرانی در مقابل غول های اندرویدی

در این زمان والدین ایرانی مانده اند و این غول های اندرویدی، غول هایی که هم وقت بچه ها را می خورند و هم پایه های تربیتی آنها را دستکاری می کنند. دستکاری ای که در ابعاد فرهنگی و اجتماعی بر آنها اثرگذار خواهد بود. شاید بسیاری از والدین گمان کنند که این موج اثرگذاری اندرویدی

آنقدرها هم جدی نیست اما بررسی رفتار بچه هایی که تنها اندک مدتی از این نوع محصولات اندرویدی خارجی روی تبلت های خود استفاده می کنند، نشان می دهد که برخی از والدین ایرانی اشتباه فکر می کنند.

