

بسم الله الرحمن الرحيم

چالش ها و راهکارهای والدین در مدیریت مصرف رسانه ای فرزندان نسل Z زد)

نام گروه: یک قدم تا قله

گردآورندگان: گیسو راضی جنبه سرائی، فریده حسینی، فاطمه علیزاده نرگستان

استاد راهنما: سمیرا گلزار فشالمی

مدرسسه: فاطمه الزهرا (سلام الله علیها)

استان: گیلان

شهرستان: رضوانشهر

مقطع تحصیلی: سطح دو

نیمسال تحصیلی: ۱۴۰۴

چکیده	۱.....
کلیدواژه‌ها	۱.....
مقدمه	۲.....
- سوالات پژوهش	۳.....
ویژگی‌های	
نسل	
Z.....	۳.....
- ارتباط ذاتی با فناوری	۳.....
- چندوظیفگی افراطی	۴.....
- گرایش به محتوای بصری و کوتاه	۴.....
- جستجوی هویت و تایید اجتماعی در فضای مجازی	۴.....
- دسترسی نامحدود به اقیانوس اطلاعات	۴.....
- سازگاری سریع و نیاز به مهارت‌های	
نوین	۴.....
بخش اول: چالش‌ها	۴.....
دسترسی آسان و مداوم	۴.....
پیامدهای استفاده افراطی از فناوری	۵.....
- تاثیر دسترسی از طریق تلفن همراه هوشمند	۵.....
- چالش‌های مدیریت و نظارت	۵.....
- لزوم آموزش و الگوسازی	۵.....
- پیامدهای مالی	۶.....
انواع محتوای نامناسب و پیامدهای آن	۶.....
- محتوای مستهجن و پورنوگرافی	۶.....
- محتوای خشونت‌آمیز	۶.....
- اطلاعات	
گمراه‌کننده	۶.....
- مخاطرات امنیتی و رفتاری	۷.....

- آزار سایبری.....۷
- حریم خصوصی و سلفی‌های خطرناک.....۷
- تهدیدات سایبری.....۷
- تأثیرات کلی مواجهه با محتوای نامناسب.....۷
- مقایسه اجتماعی.....۷
- فقدان مهارت‌های سواد رسانه‌ای.....۸
- آیات قرآن.....۸
- شکاف نسلی و تفاوت درک قدرت مسایل معنوی بر جسم ارتباط گذشته.....۹
- شکاف دیجیتالی و دانش فنی.....۹
- ضعف در نظارت والدین.....۱۰
- چالش حریم خصوصی در برابر امنیت.....۱۰
- کمرنگ شدن مرزهای فضای شخصی.....۱۰
- از دست دادن اقتدار والدین.....۱۰
- زبان و فرهنگ جداگانه.....۱۰
- کاهش عمق ارتباطات عاطفی.....۱۰
- تأثیر بر سلامت روان.....۱۰
- تهدید حریم خصوصی و امنیت سایبری.....۱۱
- کاهش تمرکز و عملکرد تحصیلی.....۱۱

آن	مقایسه	اجتماعی	و	آسیب‌های	ناشی	از
نادرست	قرار	گرفتن	در	معرض	اطلاعات	۱۱
مفید	اعتیاد	به	اینترنت	و	جایگزینی	۱۱
بدنی	تأثیر	منفی	بر	تصویر	۱۱	
مدیریت	فضای	مجازی				۱۱
فرزندان	معضل	نظارت	در	برابر		۱۱
اعتماد	کاهش	تعاملات	حضور	و		۱۱
خانوادگی	-	پنهان‌کاری	و	دور	زدن	۱۲
محدودیت‌ها	جذابیت	ذاتی	و	مقاومت	در	۱۲
محدودیت	اقتصاد	توجه	و	تربیت	کودکان	۱۲
بی‌حوصله						۱۲
بخش	راهکارهای				دوم:	
۱۳	مدیریت	و	آموزش	سواد	رسانه‌ای	به
فرزندان						۱۳
انتقادی	-	آموزش	تفکر			
۱۳	خصوصی	آگاهی	از	حریم		
۱۳	تعیین	قوانین	و	مرزهای		۱۳
شفاف	-	تعیین	عواقب			
سالم						۱۳
جایگزین	ایجاد	تعادل	و	ترویج	فعالیت‌های	۱۳
زمان	-	آموزش	مدیریت			۱۳

والدین باید الگوی مناسبی برای استفاده متعادل از رسانه‌ها باشند. هنگامی که فرزندان می‌بینند پدر و مادر در زمان‌های مهم خانوادگی مانند صرف غذا، غرق در تلفن همراه نیستند و به گفت‌وگوی رو در رو می‌پردازند، این رفتار صحیح را به‌طور عملی می‌آموزند.

ارزش‌گذاری بر تعاملات حضوری
اولویت دادن به ارتباطات چهره به چهره در خانواده و طراحی اوقاتی بدون رسانه، نقش بسزایی در تقویت پیوندهای خانوادگی دارد.

نظارت هوشمند و حمایت‌گر
نظارت فعال بر محتوای مصرفی فرزندان گام اساسی در این مسیر است. نصب نرم‌افزارهای کنترل والدین برای مدیریت زمان و محتوای دسترسی، همراه با رویکردی آموزشی، می‌تواند بسیار مؤثر واقع شود. علاوه بر این، توجه به تغییرات رفتاری و خلقی نوجوانان و ارائه حمایت عاطفی برای پاسخگویی به سوالات و نگرانی‌های آنان ضروری است.

-----۱۶-----

آگاهی از فعالیت‌های آنلاین
قرار دادن رایانه در فضای عمومی خانه و بررسی دوره‌ای تاریخچه مرورگر با اطلاع قبلی فرزند، از جمله راهکارهای مفید در این زمینه است.

تشویق به فعالیت‌های جایگزین
والدین باید فرصت‌ها و امکاناتی برای فعالیت‌های جذاب غیردیجیتال فراهم کنند. شناسایی و تشویق استعدادها و فرزندان در زمینه‌هایی مانند ورزش، نواختن ساز، نقاشی، مطالعه و هر فعالیت خلاقانه دیگری که به آن علاقه دارند، بسیار اهمیت دارد. برنامه‌ریزی برای فعالیت‌های دسته‌جمعی خانوادگی مانند پارک رفتن، کوهنوردی یا بازی‌های گروهی نیز می‌تواند وابستگی به فضای مجازی را کاهش دهد.

ارتقای سواد رسانه‌ای
شرکت والدین در کارگاه‌های آموزشی مرتبط با فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی، گامی مهم در جهت افزایش آگاهی است.

توانمندسازی فرزندان؛ راهکار نهایی
به جای محافظت منفعلانه، باید به فرزندان آموزش داد که چگونه شهروندان دیجیتال مسئولیت‌پذیری باشند. این آموزش‌ها شامل موارد زیر است:

الف- امنیت سایبری: ساخت رمزهای عبور قوی، شناسایی کلاهبرداری‌های فیشینگ و حفاظت از هویت دیجیتال.

ب- آگاهی از ماندگاری محتوا: درک تأثیر محتوای منتشرشده آنلاین بر آینده و روابط. {هیچ چیز به صورت آنلاین هرگز حذف نمی شود و برای همیشه قابل دست یابی است. دوستان، دشمنان، والدین، معلمان، مربیان، غریبه ها، و کارفرمایان بالقوه می توانند پست های گذشته آنها را پیدا کنند....} بالطبع اینکه دشمن از خصوصی ترین اندام های بدن شما تصویر یافیلیم داشته باشد، می تواند علاوه بر اخاذی، شما را ترسانده و مورد سوء استفاده قرار دهد. {۱. ج- تفکر انتقادی: تشخیص اخبار جعلی و محتوای تبلیغاتی.

د- اخلاقیات و رفتار محترمانه: نحوه تعامل محترمانه با دیگران در فضای مجازی و مقابله با قلدری سایبری. {هر نسل نویی تغییراتی در بشریت ایجاد می کند. بیایید تغییر را بپذیریم و بخشی از داستان باشیم. {۲. با ترکیب این راهکارها، خانواده ها می توانند محیطی متعادل، امن و پر بار در عصر دیجیتال ایجاد کنند. نقش مشترک خانواده و مدرسه

همکاری نزدیک خانواده و مدرسه، نقش تعیین کننده ای در آموزش مدیریت محتوای نامناسب به نوجوانان دارد. این هماهنگی، پایه های اخلاقی محکمی در آنان می سازد و حس تشخیص محتوای سالم از ناسالم را در ایشان پرورش می دهد.

راهکار قرآن برای جلوگیری از گسست بین نسلی

-----۱۷-----

۱. نوری زهره. نگاهی بر ابعاد روان شناختی و سبک زندگی نسل Z. صفحه ۱۴۰

۲. دنیس ویلا. زیکنومی

الف: تأکید بر احترام به والدین و محبت به فرزندان

قرآن کریم به والدین و فرزندان سفارش می کند که در تربیت و برقراری ارتباطات سالم و مثبت میان یکدیگر تلاش کنند، زیرا این امر به تقویت روابط درون خانوادگی کمک کرده و مانع از گسست بین نسل ها می شود.

قرآن کریم به والدین و فرزندان سفارش می کند که در تربیت و برقراری ارتباطات سالم و مثبت میان یکدیگر تلاش کنند، زیرا این امر به تقویت روابط درون خانوادگی کمک کرده و مانع از گسست بین نسل ها می شود.

آموزش مسئولیت پذیری در استفاده از محتوا و تقویت مهارت «نه گفتن» به مطالب نامناسب، توانایی خودمراقبتی نوجوانان را افزایش می دهد. برای دستیابی به این هدف، برگزاری کارگاه های آموزشی مشترک برای خانواده ها و مربیان، تبادل تجربیات و هماهنگی در ارسال پیام های آموزشی، اثربخشی راهکارها را به طور چشمگیری بالا می برد.

در نهایت، رویکردی پیشگیرانه و آموزشی، همراه با حفظ ارتباط مؤثر با نوجوانان، بهترین راهکار برای مقابله با چالش محتوای نامناسب است. این رویکرد، آنان را یاری می کند تا به شهروندانی مسئول و آگاه در فضای دیجیتال تبدیل شوند.

###نتیجه گیری:

مدیریت مصرف رسانه‌ای نسل Z در عصر دیجیتال، یکی از پیچیده‌ترین چالش‌های پیش روی والدین و نظام‌های تربیتی محسوب می‌شود. این پژوهش نشان می‌دهد که رویکردهای سنتی مبتنی بر محدودیت‌های سختگیرانه یا سهل‌انگاری محض، نه تنها کارآمد نیستند، بلکه می‌توانند به تشدید مشکلات بینجامند.

راه حل اساسی، گذار از مدیریت کنترل محور به تربیت توانمندساز است. در این پارادایم جدید:
 -آموزش سواد رسانه‌ای و تفکر انتقادی به فرزندان، به ایجاد یک "قاضی درونی" منجر می‌شود.
 -برقراری ارتباط مؤثر و غیرقضاوتی، اساس اعتماد و گفت‌وگوی سازنده را فراهم می‌کند.
 -الگوسازی رفتاری مثبت توسط والدین، تأثیرگذارترین درس عملی برای مصرف متعادل رسانه است.
 -تعیین قوانین شفاف و مشارکتی در قالب "منشور دیجیتال خانوادگی"، احساس مسئولیت‌پذیری را در نوجوانان تقویت می‌کند.

ترکیب این راهکارها در کنار همکاری نهاد خانواده و مدرسه، می‌توانند نسل Z را به شهروندان دیجیتالی مسئولیت‌پذیر، آگاه و مقاوم در برابر تهدیدات فضای مجازی تبدیل کند. در نهایت، موفقیت در این مسیر مستلزم همراهی، درک و یادگیری مستمر والدین و مربیان در دنیای در حال تغییر دیجیتال است.

منابع

قرآن

نهج البلاغه

۱. ارتباط با نسل Z: درک و همراهی (راهکارهایی ساده و موثر برای درک و تربیت نوجوانان امروز): رسائی وحید، انتشارات طلوع مجد، زمستان ۱۴۰۳
۲. نگاهی بر ابعاد روان‌شناختی و سبک زندگی نسل Z (متولدین دهه های هشتاد و نود): نوری زهره، تهران، انتشارات بوی کاغذ، ۱۴۰۱
۳. فرزندآوری در عصر دیجیتال: آیت الهی زهره، کوهپایه ای مریم، انتشارات پشتیبان، ۱۴۰۰
۴. زیکونومی (چگونه نسل Z آینده کسب کار را تغییر می دهد و چه باید کرد؟): دورسی جیسون، ویلا دنیس، مترجمان: دریایی مهدی، خمسه عباس، انتشارات راه پرداخت، ۱۴۰۱
۵. شبکه های اجتماعی: رضایت پور زینب، تهران، انتشارات عترت نو، ۱۳۹۷
۶. تربیت نسل نو در عصر جدید: عابدی سمیه، رفیعی طاری ندا، انتشارات وانی، ۱۳۹۹

۷. نسل: Z نسلی در حال ساخته شدن: سیمیلر کری، گریس مگان، مترجمان: قاسم زاده حسین، فتاحی دانیال، انتشارات
رهنج، ۱۴۰۰

مجلات

۱. خبرگزاری بین المللی قرآن: جلسات تفسیر قرآن، حسینی سید مجتبی، انتشار ۳۰ آبان ۱۴۰۰

۲. پیام خانواده: سخنران: دیالمه نیکو، انتشار ۲۷ مرداد ۱۴۰۱