

• نویسنده:

مریم احمدی

مدیریت

ایانه

و بازی‌های رایانه‌ای  
در خانواده

• زیر نظر و مشاوره:

محمدرضا رستمی

پایگاه اینترنتی سبک زندگی در عصر رسانه

[www.hamrahafarini.com](http://www.hamrahafarini.com)[www.facebook.com/groups/farzandparvary](https://www.facebook.com/groups/farzandparvary)[www.plus.google.com/communities/111057454664458551759](https://www.plus.google.com/communities/111057454664458551759)

سرشناسه: احمدی، مریم، ۱۳۶۲ =  
عنوان و نام پدید آور: مدیریت رایانه و بازی‌های رایانه‌ای در خانواده/  
نویسنده مریم احمدی.  
مشخصات نشر: تهران: یادافارین، ۱۳۹۳.  
مشخصات ظاهری: ۹۶ ص.  
فروست: سبک زندگی در عصر رسانه/ مدیر مجموعه و ایده‌پرداز  
محمد رضا رستمی.  
شابک: ۲-۹۴۷۱۵-۶۰۰-۹۷۸-۱۰۰۰۰ ریال  
وضعیت فهرست‌نویسی: فیا  
یادداشت: کتابنامه  
موضوع: کامپیوترها و کودکان  
موضوع: بازی‌های کامپیوتری — جنبه‌های اجتماعی  
موضوع: بازی‌های کامپیوتری — جنبه‌های روان‌شناسی  
موضوع: کامپیوترها — جنبه‌های روان‌شناسی  
موضوع: والدین و کودک  
شابک افزوده: رستمی، محمد رضا، ۱۳۵۱ دی -  
رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۳ الف ۳۱۷/۹۱: Q۸۷۶  
رده‌بندی دهی: ۰۰۴/۷  
شماره کتاب‌شناسی ملی: ۳۷۲۶۶۵۰



۸۴۰۱۲۰۰۰ - ۸۸۹۹۴۴۰۹  
مدیریت رایانه و بازی‌های رایانه‌ای در خانواده

نویسنده: مریم احمدی

زیرنظر و مشاور: محمد رضا رستمی

ویراستار علمی: افشین دارپناه

مدیر هنری و طراح جلد: حجت عزیزی

نوبت چاپ: اول، زمستان ۱۳۹۳

شمارگان: ۳۰۰۰ نسخه

چاپ: پروین

شابک: ۲-۹۴۷۱۵-۶۰۰-۹۷۸

ناشر: یادافارین

قیمت: ۱۰۰۰۰ تومان

www.yadafarin.ir

چکیده طلایی کتاب از نظر شما:

پیشگفتار < ۱۱

❖ رایانه و اهمیت آن در زندگی امروز ❖

چرا رایانه؟ < ۱۵

اهمیت یادگیری مهارت‌های دیجیتال برای کودکان و نوجوانان امروز < ۱۶

نقش خانواده‌ها در یاد دادن مهارت‌های دیجیتالی فرزندان < ۱۶

چه سنی برای شروع استفاده از رایانه مناسب است؟ < ۱۷

انواع نرم‌افزارهای آموزشی < ۱۹

❖ آموزش استفاده‌ی صحیح از رایانه ❖

چگونه استفاده‌ی کاربردی از رایانه را به فرزندان آموزش دهیم؟ < ۲۱

برخی فعالیت‌هایی که می‌توانید نوجوانان را به انجام آن‌ها سوق دهید < ۲۲

استفاده از نرم‌افزارها برای پرورش مهارت‌های شناختی < ۲۴

❖ رایانه و آسیب‌های احتمالی ❖

آسیب‌های احتمالی استفاده بیش از حد از رایانه < ۲۷

چگونه از اعتیاد فرزندان به رایانه جلوگیری کنیم؟ < ۲۸

## ❖ ورود به دنیای سرگرمی و بازی‌های رایانه‌ای ❖

- بازی‌های رایانه‌ای و دنیای سرگرمی امروز < ۳۳
- چگونه والدینی هستیم؟ < ۳۵
- با چه عینکی به بازی‌های رایانه‌ای بنگریم؟ < ۳۶
- به عنوان والدین با انجام بازی‌های رایانه‌ای آشنا شوید < ۳۸
- به زبان فرزندان نسل دیجیتال سخن بگوییم < ۳۹

## ❖ انسابی با ماهیت بازی ❖

- بازی چیست؟ < ۴۱
- چرا بازی می‌کنیم؟ < ۴۳
- تجربیات ما حین انجام بازی‌های رایانه‌ای < ۴۶
- آیا می‌دانید فرزندان به چه نوع بازی علاقه دارد؟ < ۴۷

## ❖ نظام رده‌بندی بازی‌های رایانه‌ای ❖

- چه بازی برای چه سنی مناسب است؟ < ۵۷
- چگونه یک بازی مناسب را انتخاب کنیم؟ < ۵۹
- چه بازی برای رشد ذهنی در سنین مختلف مناسب است؟ < ۶۰

## — فهرست —

### ❖ انواع پلتفرم‌های بازی ❖

کنسول‌ها < ۶۶

چگونه فعالیت‌های فرزندان‌مان را در بازی‌های آنلاین کنترل کنیم؟ < ۶۸

### ❖ نکات مثبت و منفی درباره‌ی بازی‌های رایانه‌ای ❖

نکات مثبت درباره‌ی بازی‌های رایانه‌ای چیست؟ < ۷۲

آموزش < ۷۲

همراهی و شناخت فضایی < ۷۳

کنترل و کاهش درد < ۷۶

نکات منفی درباره‌ی بازی‌های رایانه‌ای چیست؟ < ۷۷

کم تحرکی و بروز چاقی < ۷۷

خشونت و سوء رفتار < ۷۸

اعتماد به بازی‌های رایانه‌ای < ۸۲

### ❖ راهکارهایی برای کاهش آثار منفی بازی‌های رایانه‌ای ❖

چگونه آثار خشونت‌بار بازی‌های رایانه‌ای را کاهش دهیم؟ < ۸۷

رژیم رسانه‌ای مناسب را رعایت کنیم < ۸۹

قانون خانه ما < ۹۱

### ❖ فهرست منابع ❖

## – پیش گفتار –

حضور همه‌جانبه رسانه‌ها و نقش آن‌ها در زندگی روزمره ما، محتوای پیام‌هایی که در طول روز در محیط کار، خانه و مهمانی دوستانه و بین ما تبادل می‌شود، بی‌شک در شیوه زیستن یا سبک زندگی ما موثر است. امروزه تلویزیون و شبکه‌های ماهواره‌ای، موبایل، اینترنت و بازی‌های رایانه‌ای در کنار دیگر مولفه‌های فرهنگ پوشاک، آشپزی و آداب و رسوم و ... به اجزاء جدایی ناپذیر زندگی ما تبدیل شده به نحوی که سبک زندگی ما را به شدت تحت تأثیر خود قرار داده‌است. بدون اعراق، بخشی بزرگی از اوقات فراغت افراد جامعه به‌ویژه کودکان و نوجوانان در تعامل با انواع گوناگون رسانه‌ها می‌گذرد. همه ما کم و بیش بر اساس آن‌چه در این رسانه‌ها دیده و خوانده‌ایم، در مورد پدیده‌ها، مسائل و محیط اجتماعی، سیاسی و فرهنگی جامعه دآوری یا تصمیم‌گیری می‌کنیم.

ذهن ما از طریق رسانه‌ها در معرض دریافت انبوهی از اطلاعات قرار دارد. اطلاعاتی که مدام تولید و بازتولید یا جایگزین اطلاعات قبلی ما می‌شود؛ در این میان، کالاهای ماهواره‌ای، اینترنت و تلفن‌های همراه به دلیل سهولت، بیشترین ضریب نفوذ و تأثیرگذاری را دارند. در این هیاهوی رسانه‌های گوناگون، مخاطبی موفق خواهد بود که بتواند با آگاهی‌های ناشی از سواد رسانه‌ای، در مواجهه با پیام‌های متعدد رسانه‌ها، رابطه خود و رسانه‌ها را مدیریت کند. چنین مخاطبی از قدرت گزینش و سنجش اطلاعات موردنیاز خود از بین این انبوه اطلاعات ارائه شده برخوردار خواهد بود. مهارت گزینش و ارزیابی اطلاعات رسانه‌ای در ذیل مفهوم سواد رسانه‌ای قرار می‌گیرد.

مخاطب بر اساس سواد رسانه‌ای باید بداند که:

- × چه کسی پیام را ساخته است؟
- × چرا این پیام ساخته شده؟
- × هدف سازنده و ارسال کننده پیام چیست؟
- × چه کسی هزینه ساخت پیام را تامین کرده؟
- × چه کسی از ساخت این پیام سود می‌برد؟
- × چه کسی از ساخت این پیام رنج می‌برد؟
- × محتوای پیام درباره چیست؟ چه اطلاعات و ارزش‌هایی را بیان می‌کند؟
- × پیام رسانه چه بار سیاسی، فرهنگی و اقتصادی را همراه دارد؟
- × اعتبار و راستی عقیده یا واقعیتی که در پیام نمایش داده می‌شود چقدر است؟

سواد رسانه‌ای به توانایی تحلیل و ارزیابی محتوای پیام‌های رسانه‌ای مثل روزنامه‌ها، محصولات سینمایی، برنامه‌های رادیویی و تلویزیونی و حتی اطلاعاتی که در شبکه جهانی نت مبادله می‌شود و یا بازی‌های رایانه‌ای اطلاق می‌شود. در سال‌های اخیر با روند رو به رشد رسانه‌های جدید، معنی سواد رسانه‌ای عبارت است از اینکه هر شهروند علاوه بر داشتن نگاه انتقادی به پیام‌های رسانه‌ای، باید از توانایی استفاده از فرصت برقراری دیالوگ جدید از طریق رسانه‌های جدید و تولید محتوا برخوردار باشد.

با توجه به جایگاه نهاد خانواده به عنوان موثرترین نهاد در فرآیند جامعه‌پذیری کودکان و نوجوانان، آموزش‌های سواد رسانه‌ای را باید موضوعی ضروری - بخشی حیاتی - برای خانواده‌ها دانست. به طور مشخص، علت بخشی از ضعف‌ها یا توانمندی‌های جوانان امروز در ارتباط با رسانه‌ها و همچنین تهدیدها و فرصت‌هایی را که در این زمینه در مقابل خانواده‌ها (والدین و فرزندان) قرار دارد باید آموزش‌هایی دوران کودکی و نوجوانی در خانواده دانست.

هدف عمده آموزش سواد رسانه‌ای به خانواده‌ها این است که والدین به فرزندان خود شیوه مواجهه سالم و سودمند با انواع رسانه‌ها را آموزش دهند تا فرزندان آن‌ها در



برابر پیام‌های رسانه‌ای مخاطبانی فعال و گزینش‌گر باشند و همچنین به خوبی از تمام فرصت‌هایی که رسانه‌ها در اختیارشان قرار می‌دهند استفاده کنند.

دربخش بازی‌های رایانه‌ای، ایران با داشتن ۲۰ میلیون کاربر بازی‌های رایانه‌ای یا «گیمِر / Gamer» و ۴۲ میلیون کاربر اینترنت یکی از بزرگترین بازارهای در حال رشد در خاورمیانه است. این مسئله به معنای قرار گرفتن جوانان در معرض محتوایی است که احتمالاً بخش‌های زیادی از آن برگرفته از فرهنگ ایرانی - اسلامی نیست چرا که سازندگان و تهیه‌کنندگان آنها غیرایرانی بوده‌اند؛ اگر چه بسیاری از بازی‌ها با هدف یادگیری و آموزش طراحی می‌شوند اما در کنار اهداف آموزشی، بخش قابل توجهی از محتوایی که از طریق این بازی‌ها ارائه می‌شود، غیر بومی و به دور از فرهنگ جامعه ما به شمار می‌آید. با توجه به چنین شرایطی، ضروری است کودک و نوجوان ما مهارت‌های انتخاب و گزینش بازی‌های رایانه‌ای را بیاموزد. آموزش مهارت سواد رسانه‌ای و در ذیل آن «سواد بازی‌های رایانه‌ای» راه حل مواجهه با مخاطرات احتمالی بازی‌های رایانه‌ای است. بی‌شک باید با آموزش سواد رسانه‌ای به کودک و نوجوان در فضای خانواده، آسیب‌ها را به حداقل رساند و بهره‌مندی از فرصت‌ها را به حداکثر رساند.

باتوجه به دغدغه و نگرانی‌های بی‌شمار والدین درباره نحوه تعامل فرزندان با رسانه‌های جدید بود که تصمیم گرفتیم با تهیه و تدوین مجموعه‌ای با عنوان «سبک زندگی در عصر رسانه»، محتوایی مقدماتی و ضروری را با هدف آموزش سواد رسانه‌ای به خانواده‌های ایرانی فراهم کنیم. این مجموعه به «شیوه» و «بیانی ساده» و «کاربردی» و اطلاعاتی مبتنی بر آخرین پژوهش‌های انجام شده در حوزه سواد رسانه‌ای به فرزندان، در چهار بخش تلویزیون و ماهواره، اینترنت و شبکه‌های اجتماعی، موبایل، رایانه و بازی‌های رایانه‌ای تهیه و تدوین شده‌است.

محمد رضا رستمی

مشاور و مدرس ارتباطات کاربردی

info@yadafarin.com