

وقتی بازی‌ها تبدیل به اضطراب می‌شوند

در دنیای امروز، بازارهای دیجیتال و اپلیکشن‌های آموزشی کودکان را به رقابت بی‌پایان، فشار مداوم و اضطراب روانی سوق می‌دهند. بیشتر تولیدات کودک محور نه بر



اساس نیاز واقعی کودکان، بلکه برای سودآوری طراحی می‌شود و رشد شخصیتی و کرامت آن‌ها را به شدت تهدید می‌کند و برخلاف حق سلامت روان کودکان است.این محتواها اغلب کودک را با ترس، اضطراب و رقابت افراطی مواجه می‌کنند و پیام‌های عمیقی بر رشد روانی و هویتی او دارند. حقوق‌دانان هشدار می‌دهند که دولت، رسانه و والدین مسئولند تا از کودکان در برابر این فشارها محافظت کنند و محیطی امن برای رشد سالم آن‌ها فراهم آورند. در این خصوص ایران، با دکتر محمدمهدی سیدناصری، حقوق‌دان و پژوهشگر حقوق بین‌الملل کودکان، به گفت‌وگو نشسته تا بررسی شود چگونه تولید محتوا و محصولات کودک‌محور در فضای دیجیتال، می‌تواند سلامت روانی و حقوق بنیادین کودکان را تهدید کند.

محمدمهدی سیدناصری معتقد است که روند تجاری‌سازی اضطراب در فضای دیجیتال، به‌ویژه در اپلیکشن‌های آموزشی، شبکه‌های کودک‌محور و تبلیغات اسباب‌بازی‌های هوش‌افزا، پیامدهایی جدی برای کودکان دارد. وی توضیح می‌دهد: کودک به جای پذیرش خود و توانایی‌هایش، با پیام‌های پنهانی یا آشکار مواجه می‌شود که او را همواره نگران و مضطرب می‌کنند، پیام‌هایی مانند اینکه "اگر بیشتر تلاش نکنی عقب می‌مانی" یا "باید با دیگران رقابت کنی". این پیام‌ها باعث می‌شوند کودک هر روز تحت فشار ارزیابی و مقایسه قرار گیرد. او به مفاهیمی همچون «فرزند نابغه»، «کودک صد زبان» و «پیش‌دستانی موفق» اشاره می‌کند و می‌گوید: این مفاهیم نه از نگاه رشد کودک، بلکه از زاویه رقابت والدین و بازار تولید می‌شوند و به تدریج اضطراب عملکرد، ترس از شکست و احساس عدم کفایت را در ذهن کودک نهادینه می‌کنند.

این فعال حقوق کودکان در ادامه توضیح می‌دهد: در بسیاری از برنامه‌ها و پلتفرم‌های دیجیتال، کودک به جای همدلی، همکاری و بازی آزاد، با معیارهایی مانند رتبه بالاتر، تست‌زنی بهتر یا هوش بیشتر سنجیده می‌شود. الگوریتم‌های پلتفرم‌هایی مانند تیک‌تاک و یوتیوب کودکان غالباً محتواهای تحریک‌کننده و تنش‌آمیز را بیشتر به نمایش می‌گذارند، زیرا نرخ تعامل بالاتر است و سود بیشتری برای این پلتفرم‌ها به ارمغان می‌آورد.

وی تأکید می‌کند که این چرخه مصرف محتوا و افزایش اضطراب، سلامت روان کودک را به طور جدی تهدید می‌کند و نیاز به مصرف مداوم محتوا را ایجاد می‌کند، به گونه‌ای که کودک همواره احساس کمبود، ترس از عقب ماندن و اضطراب ناشی از مقایسه با دیگران دارد.

این استاد دانشگاه با استناد به مواد ۲۴ و ۲۹ پیمان‌نامه جهانی حقوق کودک، خاطرنشان می‌کند که دولت‌ها موظف به تضمین سلامت روان، رشد آزاد شخصیت و آموزش متناسب با نیازهای کودک هستند. محتوای مبتنی بر اضطراب و نگرانی با کرامت کودک در تعارض است و نقض حق برخورداری از آموزش مناسب با سن و توان کودک محسوب می‌شود.همچنین، اصل مصالح عالیه کودک ایجاب می‌کند که کلیه سیاست‌گذاران، تولیدکنندگان محتوا و نهادهای فرهنگی کودک را نه سئوه اقتصادی، بلکه سئوه‌ای انسانی از حقوق مستقل ببینند.

این حقوق‌دان می‌گوید: تحقیقات و گزارش‌های منتشرشده از یونیسف در سال ۲۰۲۳ نشان می‌دهد بازار آموزش خصوصی به‌ویژه در فضای آنلاین، به‌تدریج نسلی ایجاد می‌کند که با استرس مزمن، ترس از قضاوت و احساس دائمی عقب‌ماندگی بزرگ می‌شود. این بازار برای افزایش فروش طراحی شده و نه برابری آموزشی؛ وقتی والدین نگران هستند که فرزندشان عقب نماند، بازاری که خود این ترس را ایجاد کرده، پاسخ می‌دهد: برای اینکه عقب نماند، باید محصول ما را خریداری کنید. سیدناصری تأکید می‌کند که دولت‌ها باید با مقررات هوشمندانه در حوزه تبلیغات کودک، تولید محتوا و نظارت بر اپلیکشن‌ها و پلتفرم‌ها مانع از تبدیل کودک به مشتری دائمی اضطراب شوند. ایجاد نشان‌گذاری محتوای سالم، الزام به تبیین پیام‌های روان‌شناختی پنهان در محصولات کودک و حمایت از محتوای بومی آرامش‌گرا، از جمله اقدامات ضروری هستند.

کودک

کودکان در صف اول اضطراب اعتراضات

روایتی از یک ویدئوی تکان‌دهنده؛ «بابا تو رو خدا بسه...»

جسمی توام نشود، حتما زخم عمیقی به روح و روان آنها می‌زند. **آسیمی که دیده نمی‌شود، اما می‌ماند**
روانشناسان بارها هشدار داده‌اند که مواجهه کودک با خشونت



واقعی، به‌ویژه زمانی که احساس بی‌پناهی کند، می‌تواند آثار ماندگار داشته باشد؛ از کابوس‌های شبانه و اضطراب جدایی گرفته تا پرخاشگری، انزوا یا ترس مزمن از فضاهای عمومی. کودکی که

آن را مشخص کرد. کسی نمی‌تواند بگوید که در یک شهر چند هیئت و چند مجلس عزاداری وجود دارد و چند نفر در آن شرکت می‌کنند. به همین نسبت نمی‌توان به دقت مشخص کرد که چند نفر در اعتکاف امسال شرکت کرده‌اند. اغلب مساجد تلاش می‌کنند همه معتکفان را پذیرند و به همین دلیل تعداد شرکت‌کنندگان بیشتر از آنچه ثبت نام شده است، می‌شود. در برخی شهرستان‌ها و مناطق روستایی هم اساساً ثبت‌نام انجام نمی‌شود و اهالی به روال هر سال



برای اعتکاف به مسجد می‌روند. این تعداد هم در آمارها ثبت نمی‌شود.»

امسال این حضور چشمگیرتر خود را نشان داد؛ بخش گسترده‌ای از جمعیت اعتکاف را کسانی تشکیل می‌دهند که در آستانه جوانی هستند و بیش از نیمی از آنها دانش‌آموزند؛ نسلی که خود با پاهایش وارد مسجد شده و انتخابی فعلانه برای حضور در این تجربه معنوی نداشته است. در تهران نیز نزدیک به ۵۰ درصد مساجد میزبان برنامه‌های اعتکاف نوجوانان هستند؛ یعنی تقریباً نیمی از مساجد پایتخت به‌طور ویژه برای حضور نسل جوان تجهیز و آماده‌سازی شده‌اند، با مربیان آموزش‌دیده و فعالیت‌هایی اختصاصی برای دختران و پسران نوجوان؛ یا در مثالی دیگر، در خراسان جنوبی نزدیک به ۲ هزار و ۹۱۰ نفر ثبت‌نام کرده‌اند که حدود ۷۱ درصد از آنها دانش‌آموزند. این آمار نشان می‌دهد که نوجوانان، هر سال با انگیزه و شور بیشتر، مسیر سه‌روزه اعتکاف را انتخاب می‌کنند و حضورشان

پدرش را ناتوان از محافظت می‌بیند، با دنیایی ناامن روبه‌رو می‌شود؛ دنیایی که در آن خیابان، پلیس، جمعیت و حتی صدای بلند، همگی منبع تهدیدند. این ترس، با پایان ویدئو تمام نمی‌شود. اگر با نیت سیاسی نباشد، در عمل کودک آزاری است؛ کودک‌آزاریی که زیر پرچم حق‌خواهی پنهان شده است.

تبعاتی فراتر از یک خانواده
این تصاویر، فقط یک کودک را نمی‌ترساند؛ جامعه‌ای را به دیدن کودک در معرض خشونت عادت می‌دهد و به تدریج، خط قرمزها را جابه‌جا می‌کند. بدیهی است که اگر جامعه کودکانش را در معرض ترس مزمن قرار دهد، در آینده با شهروندانی خشمگین، مضطرب یا بی‌اعتماد روبه‌رو خواهد شد. این، هزینه‌ای است که نه در آمار بازداشت‌ها می‌آید و نه در بیانیه‌ها.

صدای آن دخترچه، یک پیام روشن داشت: «بسه»، نه به مطالبه‌گری، بلکه به بی‌ملاحظگی. اگر قرار است از آینده حرف بزنیم، اولین وظیفه‌مان محافظت از همان آینده است؛ کودکانی که قرار نیست هزینه خشونت امروز بزرگ‌گوت‌رها را بپردازند. اعتراض حق است؛ اما ترساندن کودک، نه حق است و نه قابل توجیه.

درباره آینده، این خیلی فرق داره.» زمار، ۱۶ ساله، دانش‌آموز پایه یازدهم گوشه‌ای از شستان نشسته می‌گوید: «اوایل فکر می‌کردم سه روز بدون گوشه‌گیری‌مکنم روزمره و دنیای دیجیتال را کنار گذاشته‌اند و به یکی از عمیق‌ترین اعتکاف امسال شرکت کرده‌اند. سنی‌ترین مناسک عبادی پناه آورده‌اند. در مسجد امام صادق(ع) میدان فلسطین، ساعت نزدیک نیمه‌شب است. چراغ‌های کم‌نور و صف نوجوانانی که آرام از کنار هم رد می‌شوند تا وضو بگیرند، فضایی ساخته که بیشتر شبیه مکتی بیرون، توی خودم.»

برخی روایت‌ها حتی از شک شروع می‌شود. نرگس، ۱۵ ساله، اعتراف می‌کند که با تردید آمده است: «راستش فکر می‌کردم حوصله‌م سر می‌ره. سه روز نشستن تو مسجد؟ ولی حالا حس می‌کنم دلم نمی‌خواد این روزا تموم شه. انگار اینجا زمان یه جور دیگه می‌گذره. نه تند، نه کند؛ قابل تحمل.» اعتکاف، برای این نسل، تمرین صبر است. تمرین کنار آمدن با سکوت، با خود، با دیگران. امیرحسین، ۱۷ ساله، می‌گوید: «اینجا یاد گرفتم لازم نیست همیشه سرگرم باشی. می‌شه فقط باشی. بدون موزیک، بدون اسکرول‌کردن. اولش سخته، ولی بعدش می‌فهمی چقدر از خودت عقب افتاده بودی.»

در میان این روایت‌ها، یک نقطه مشترک دیده می‌شود: انتخاب. هیچ‌کس مجبورشان نکرده است. آن‌ها خودشان آمده‌اند؛ نسلی که برخلاف کلیشه‌ها، هنوز دنبال معنا پیدا می‌کند؛ قطع از هیاهوی بیرون، از نوتیفیکشن‌ها، از مسابقه همیشگی دیده‌شدن. اعتکاف برای این نسل، نه فرار از زندگی، که توقفی آگاهانه وسط شتاب زندگی است. علی، ۱۴ ساله، دانش‌آموز پایه نهم، می‌گوید: «سحراهای اعتکاف یه حال عجیبی داره. نه مثل خونه‌ست، نه مثل اردو. خواب‌آلودی، ولی دلت نمی‌خواد بخوابی. یعنی تقریباً تا خودت رو به‌رو می‌شی. من اولین بار بود این‌قدر به چیزی که تو دلم نگه داشت بودم فکر می‌کردم.» برای بعضی‌ها، اعتکاف فقط خلوت فردی نیست؛ تجربه‌ای است از باهم‌بودن متفاوت. در مسجد شهدای اتوبان محلاتی تهران، حلقه کوچکی از نوجوانان بعد از نماز عصر نشسته‌اند و آرام حرف می‌زنند. فاطمه، ۱۶ ساله، می‌گوید: «اینجا دوست پیدا می‌کنی، ولی نه از اون مدل رفاقت‌های بیرون. کسی نمی‌پرسه ماشین بابات چیه یا اینستا پست چند فالووره. بیشتر درباره ترس‌هامون حرف می‌زنیم،

PDF Compressor Free Version



شعر ضد سیاسی

ناصر فیض

در هفتاد و دومین محفل شعر قمیز

شکوه دارم از خدا در یاب دندانی که نیست می‌خورم آن را به سختی کار آسانی که نیست بس که می‌گردم بی اجتناس ارزانی که نیست جان خود را می‌کنم قربان جانانی که نیست نیست مهمانی که هست و هست مهمانی که نیست ناگزیر از انتظارم زیر بارانسی که نیست سر به به جنگل می‌گذارم چون بیابانی که نیست می‌گذارم نام ما را بر خیابانی که نیست پس نسازد فرق با دیوار میدانی که نیست مثل آن چایی که می‌ریزی به فنجانی که نیست از همین دوغی که می‌ریزی به لیوانی که نیست باشد این عیب است امام عیب چندانی که نیست فرض کن این بیت هم شد بیت شایانی که نیست شعر غیر جوششی شعر درخشانی که نیست تا بگردم شهر را دنبسال انسانی که نیست چون برای شعر شورای نگهبانی که نیست

معرفی کتاب

هیچ رازی در میان نیست اثر پنی جوئلسون

یکی از ویژگی‌های مهم این رمان، پرداخت شخصیت جماست. او هرگز فقط یک قربانی نیست. ذهن او هوشمند، دقیق، تحلیل‌گر و سرشار از ظرافت‌های عاطفی است. او روابط انسانی را با دقتی می‌بیند که انسان‌های به‌ظاهر «سالم» قادر به دیدنش نیستند. او از سکوت برای مشاهده جهان استفاده می‌کند. این سکوت درونی، او را به راوی‌ای منحصربه‌فرد تبدیل کرده؛ راوی‌ای که هر فکر و قضاوتش نوعی بازتاب اجتماعی درباره نحوه رفتار ما با افراد دارای معلولیت است. وقتی جما برای لحظه‌ای محبتی ساده را تجربه می‌کند، آن را چون گنجی عظیم می‌بیند و وقتی بی‌توجهی، بی‌احترامی یا نادیده‌گرفتن را تجربه می‌کند، آن را با درد عمیقی در ذهنش تحلیل می‌کند. این تضاد میان دنیای درونی و بیرونی، شاکله اصلی روایت را تشکیل می‌دهد.



سهم دیگر قدرت داستان، در شخصیت‌پردازی دن و فضای تهدیدآمیز پیرامون اوست. او نماینده آن دسته از انسان‌هایی است که خشونت در ظاهرشان پنهان شده. او فقط خشونت فیزیکی ندارد، خشونت روانی او بسیار سهمگین‌تر است. او جما را نه یک انسان کامل، بلکه یک شی بی‌قدرت می‌بیند. همین نگاه است که او را قادر می‌کند راز جنایتش را در گوش جما بگوید، بدون اینکه ترس از افشا شدن داشته باشد. این بخش از داستان، نقدی مستقیم بر نگرش جامعه نسبت به معلولیت است؛ جامعه‌ای که افراد دارای ناتوانی را بی‌قدرت، بی‌صدا و حتی «ناتوان در فهم جهان» می‌پندارد. اما جوئلسون این پیش‌فرض را به‌کلی در هم می‌شکند. جما بیش از هرکس دیگری می‌فهمد و تحلیل می‌کند، اما دیگران هستند که توان دیدن او را ندارند.

هیچ‌کس پس از خواندن این رمان، به‌سادگی نمی‌تواند فردی را که در ویلچر نشسته، سکوت کرده، یا توان حرکتی ندارد، بی‌صدا و بی‌ذهن بپندارد. این کتاب یک «دعوت» است، دعوت به فهمیدن دیگری. دعوت به دیدن آنچه دیده نمی‌شود. دعوت به احترام به انسان، حتی در خاموش‌ترین و مهم‌ترین شکلش.

در تصویر بعدی دن با پوزخند، مراسم خاکسپاری رایان را در تلویزیون تماشا کرد و به من گفت که هیچ‌کس نمی‌تواند او را گیر ببینداز. اگر سارا رفته باشد پیش او، جایش امن نیست. من در مدرسه شنا دارم. عوض کردن لباس‌هایم، خشک کردن من و دوباره پوشاندن لباس‌هایم خیلی زحمت و عذاب دارد.