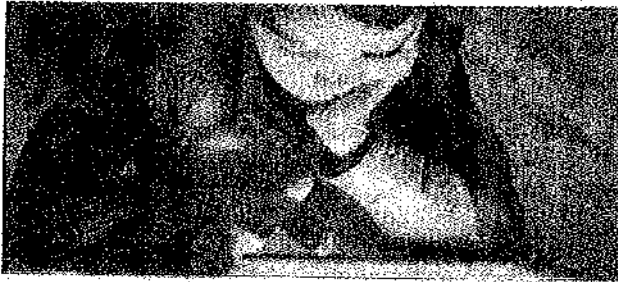


روزانه چند ساعت استفاده کودکان از اینترنت مناسب است؟



با رشد فناوری و توسعه اینترنت طی سال‌های اخیر، اعتیاد به اینترنت در میان کودکان و نوجوانان، به یک نگرانی بزرگ در میان خانواده‌های سراسر جهان، بدل شده است. به گزارش بیان‌ما، اینترنت، طی سال‌های اخیر و هم‌تأم با رشد روزافزون فناوری، از یک کالای لوکس، به ابزاری کارآمد با ضربت نفوذ بسیار بالا در زندگی روزمره افراد بدل شده است. دسترسی به این فناوری، بویژه، به حدی فزاینده شده است که تقریباً همه شئون زندگی اجتماعی افراد در جوامع مدرن، به خود وابسته ساخته است.

بی‌شک آمار موجود در مورد همه‌گیری استفاده شهروندان از اینترنت طی سال‌های اخیر علاوه بر وجوه مثبت، نقاط تاریکی نیز در پی داشته است. اعتیاد به اینترنت آن‌هم در میان کودکان و نوجوانان یکی از آسیب‌های پررنگ توسعه فناوری یاد شده، محسوب می‌شود.

این پدیده که اکنون در برخی کشورها به موز هشدار رسیده است، در میان کودکان به ویژه نوجوانان، ناهنجاری پیش‌رفته است که طی سال‌های اخیر مواردی از مرگ‌های مرتبط با اعتیاد به بازی‌های آنلاین نیز خبرساز شده‌اند. از همین رو آشنایی بیشتر با این پدیده و به کار بستن تدابیری برای جلوگیری از بروز آن از سوی کشورها و پلتفرم‌های مختلف ضروری است.

نشانگان اعتیاد کودکان و نوجوانان به اینترنت
 - صرف وقت زیاد برای انجام فعالیت‌ها (بیش از ۲ ساعت در روز)
 - احساس هیزجان و سرخوشی زیاد در حین انجام فعالیت در اینترنت
 - احساس بی‌قراری و آسردگی در زمانی که مشغول فعالیت نیست
 - کاهش اشتها
 - اضافه وزن یا از دست دادن وزن
 - افت تحصیلی

نتایجی که از دست کشیدن از فعالیت‌های اینترنتی در زمان کردن فعالیت‌های ورزشی و اجتماعی بدوآموزش کردن وظایف تحصیلی و اوقات تحصیلی به اختلالات خواب
 - بروز عصبانیت و بی‌خوابی چشمه سرده، درد ناحیه مچ و ساعد، کمردرد
 - فراموش کردن پرداخت شخصی و یا وعده‌های غذایی
 - کاهش مهارت‌های اجتماعی
 - افت تحصیلی و افت نمرات
 - خشکی چشم و ضعف بینایی
 - آمار آمار و اعتیاد کودکان به اینترنت
 به عقیده کارشناسان، کودکان یکی از آسیب‌پذیرترین اقشار هر جامعه در برابر مفصل اعتیاد به اینترنت هستند. بر اساس آمار مؤسسه سلامت رفتار و خدمات مبارزه با اعتیاد «Webroot»

کودکان بین ۸ تا ۱۸ سال آمریکایی، به طور متوسط، ۴۲.۵ ساعت در هفته را در حال استفاده از ابزار دیجیتال متصل به اینترنت هستند و این امر، سبب نگرانی بسیاری از والدین شده است. این در حالی است که بر اساس بررسی‌های میدانی صورت گرفته، حدود ۲۲ درصد از نوجوانان (۲۱ درصد پسران و ۱۳ درصد دختران)، احساس می‌کنند که دچار اعتیاد به فضای مجازی شده‌اند. بر اساس آماری دیگر از وبسایت «The Recovery Village» متعلق به تاریخ ۲ ژوئن ۲۰۲۲، کودکان بین ۸ تا ۱۰ سال به طور متوسط ۸ ساعت در روز را از انواع ابزار الکترونیکی استفاده می‌کنند که عمده این زمان به شکلی فزاینده، به وب‌گردی در اینترنت اختصاص دارد. کودکان ۱۰ تا ۱۸ ساله نیز به طور متوسط بیش از ۱۱ ساعت در روز را از شبکه‌های اجتماعی استفاده می‌کنند. تأثیر تمام این مدت زمان استفاده از اینترنت روی مغز در حال رشد کودکان اثرات مخرب شدیدی دارد.

زمان ایده آل برای استفاده کودکان از اینترنت این در حالی است که بر اساس برآوردهای روانشناسان از مدت زمان مناسب استفاده کودکان از اینترنت، کودکان زیر ۲ سال، به هیچ وجه نباید از ابزار دیجیتال مانند تلفن همراه هوشمند و تبلت استفاده کنند. این در حالی است که باید برای کودکان ۲ تا ۱۰ سال، حداکثر ۱ ساعت زمان استفاده از اینترنت در نظر گرفته شود و این میزان در سنین بالاتر و نوجوانی، نباید به بیش از ۲ ساعت برسد. دکتر داکلاس جنیتل، مدیر آزمایشگاه تحقیقات رسانه در دانشگاه ایالتی آیووا، طی اظهار تفری در این مورد مدعی شده است که تقریباً از هر ده نوجوان، یک نفر با علائم شدید آسیب‌های ناشی از اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای، از جمله آسیب به مدرسه، خانواده و عملکرد روانی، مواجه است. این آماری نگران‌کننده محسوب می‌شود. فرانسوا اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای، کودکان و نوجوانان، این روزها، اوقات فراغت خود را با فعالیت‌های اینترنتی، مانند شبکه‌های اجتماعی، وبلاگ نویسی، وب‌گردی و... پر می‌کنند. آسیب‌های روحی و جسمی بیشمار این نوع از اعتیاد، بسیاری از دولت‌های پیشرو در جهان را بر آن داشته است تا با ارائه پیشنهادات تنظیم‌گرانه، خطرات موجود در این مسیر را به حداقل برسانند.



اطلاعیه

سازمان ملی استاندارد ایران



بر اساس مصوبات نود و یکمین اجلاس شورای عالی استاندارد مورخ ۱۳۷۳/۹/۸ پنیر و سایر فرآورده های لبنی تحت شمول مقررات استاندارد اجباری قرار گرفته؛ اینک اصلاحیه اول استاندارد ملی به شماره ۱۳۴۱۸ تحت عنوان « شیر و فرآورده های آن - پنیر اولیه - ویژگی ها و روش های آزمون » در یک هزار و هشتصد و بیست و هفتمین اجلاس کمیته ملی استاندارد خوراکی و فرآورده کشاورزی مورخ ۱۴۰۰/۴/۱۶ مورد تصویب قرار گرفته؛ در اجرای تبصره یک ماده ۱۴ قانون تقویت و توسعه نظام استاندارد مراتب جهت اطلاع عموم و توجه به الزامات قانونی آگهی می گردد.

الزامات قانونی:

شروع اجرای اجباری استاندارد مذکور سه ماه پس از انتشار نوبت دوم آگهی در روزنامه رسمی جمهوری اسلامی می باشد.

کلیه اشخاص حقیقی و حقوقی ذریعاً میتوانند جهت کسب اطلاع بیشتر به تارنمای رسمی سازمان ملی استاندارد به نشانی: www.isiri.gov.ir و یا در تهران به سازمان ملی استاندارد و در استان ها به ادارات کل استاندارد مراجعه نمایند.

دفتر روابط عمومی و ارتباطات بین الملل

شماره: ۱۲۴۱۵۶۲
م.ت: ۱۷۸۶

روزنامه بیان ملی مورخ ۱۴۰۱/۴/۶