

هذه العلامات تنذر بإدمان طفلك لشبكات التواصل الاجتماعي!



الخميس 29 مارس 2018 01:03 م

باتت الهواتف الذكية من مفردات الحياة اليومية لكثير من الأطفال والشباب؛ حيث إنها تتيح لهم التواصل مع الأصدقاء عبر شبكات التواصل الاجتماعي الشهيرة مثل فيس بوك وانستاجرام وسناب شات □

غير أن مبادرة "Klicksafe" الألمانية حذرت من أن الإفراط في استخدام هذه الشبكات قد يؤدي إلى وقوع الأطفال في براثن إدمانها، والذي تتمثل علاماته في إهمال الدراسة وعدم الرغبة في الذهاب إلى المدرسة وإهمال الهوايات والاهتمامات والانطواء والانعزال عن المحيط الأسري □

وعند ملاحظة هذه العلامات يتعين على الوالدين في بادئ الأمر التحدث مع أطفالهم بهذا الشأن، والاتفاق معهم على تحديد يوم معين يتخلى فيها كل أفراد الأسرة بما فيهم الوالدان عن الهاتف الذكي، كيوم العطلة الأسبوعية مثلا، أو على الأقل تحديد وقت معين يوميا، على سبيل المثال بدءا من الساعة 20:00 مساء □

ولا يجوز أبدا أن يمنع الوالدان الأطفال عن استخدام الهاتف الذكي وشبكات التواصل الاجتماعي؛ نظرا لأن هذا الأمر سيزيد تعلقهم، عملا بعبدا "الممنوع مرغوب".

وإذا لم تفلح هذه التدابير في الحد من "استهلاك" الأطفال لشبكات التواصل الاجتماعي، فينبغي حينئذ استشارة طبيب نفسي، كي يخضع الأطفال للعلاج السلوكي، الذي يساعدهم في التخلص من الإدمان □