ZENDEGI-SALAM
ضمیمه روزنامه خراسان
پنج‌شنبه • ۲۰ دی ۱۳۹۷
۳ جمادی الاول ۱۴۴۰ • ۱۰ ژانویه ۲۰۱۹
شماره ۲۰۰۰۹
۱۲۳۲

زندگی سلام

۸ تصویر برای آموزش روش های حفاظت و مدیریت فرزندان در فضای مجازی

غیر مستقیم نظارت کنید

پرونده

الهام یوسفی | روزنامه‌نگار

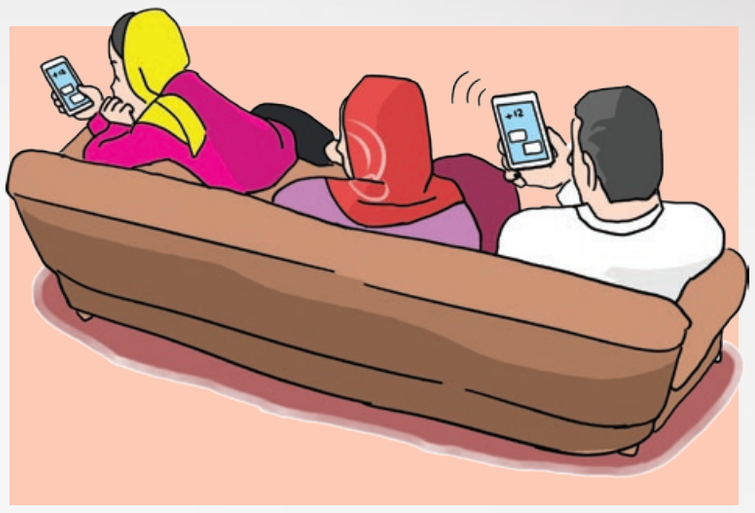
طبق آخرین آمارها، کاربران اینترنت در ایران بیش از ۵۶ میلیون نفر هستند. با توجه به ویژگی های دوره نوجوانی و فرهنگ سازی که کمتر در حوزه استفاده از اینترنت و شبکه های اجتماعی در کشور اتفاق می افتد، خطرات جدی و تامل برانگیزی، نوجوانان را تهدید می کند. استفاده روز افزون از شبکه های اجتماعی به خصوص توسط قشر نوجوان و ناآگاهی بعضی از والدین با این فضاها و تهدیداتش، ما را بر این داشت که به والدین بگوییم: «تنها چیزی که می تواند نوجوان شما را از این خطر نجات دهد، آگاهی شماست و نه چیز دیگری». در ادامه، هشت موقعیت را تصویرسازی کرده ایم که والدین می توانند با کمک آن ها، مدیریت دقیق تری بر فعالیت های فرزندان شان داشته باشند. فراموش نکنید که هر چه درباره این اتفاقات آگاهانه تر عمل کنید، روان فرزندتان سالم تر خواهد بود و خطرات کمتری او و خانواده شما را تهدید خواهد کرد.

۱ میزان حضور فرزندتان در فضای مجازی را به طور غیر مستقیم مدیریت کنید.

۲ به جای تهدید کردن کودک و نوجوان درباره حضور در فضای مجازی، او را با خطراتش آشنا و به او جایگزین مطمئن پیشنهاد کنید.

۳ به جای بدگویی از فضای مجازی و مضرات آن، با نوجوان خود همراهی کنید و دانش و مهارت تان را افزایش دهید.

۴ به جای کنترل زبانی، چشمی یا کنترل گوشی از نرم افزارهای مراقبتی فضای مجازی از راه دور استفاده کنید.



۵ به جای کنترل دایم، برای همه اعضای خانواده قانون استفاده از فضای مجازی وضع کنید و قبل از همه خودتان به آن پایبند باشید.

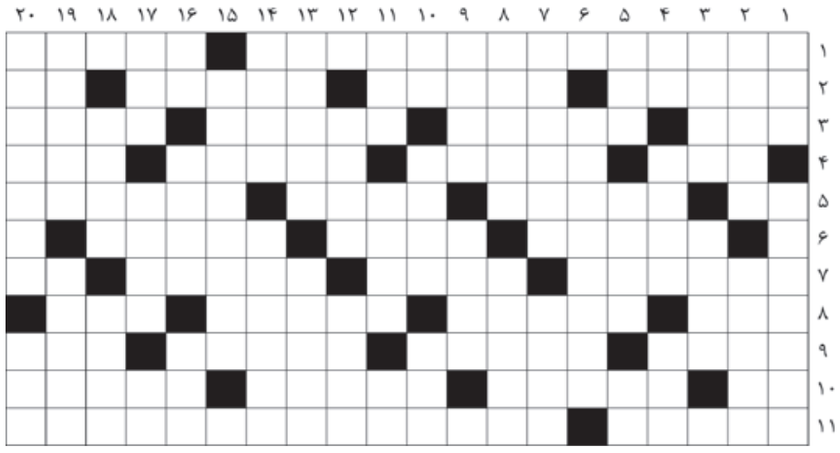
۶ هر روز بخشی از وقت تان را به گفت و گو درباره ویدئوهای فضای مجازی اختصاص دهید تا برای به اشتراک گذاشتن علایق و درگیری هایش فرصت پیدا کند.

۷ برای اوقات فراغت نوجوان، برنامه بریزید. خیلی وقت ها حضور بسیار زیاد در فضای مجازی ناشی از بیکاری و ملال نوجوان است.

۸ اگر احیانا چیزی در گوشی او دیدید به جای سرزنش کردن، توبیخ و تنبیه زودهنگام، با او گفت و گو کنید. ممکن است او بیش از شما آسیب دیده باشد.

تصویرساز: سعید مرادی

جدول سخت [شماره ۵۱۶]



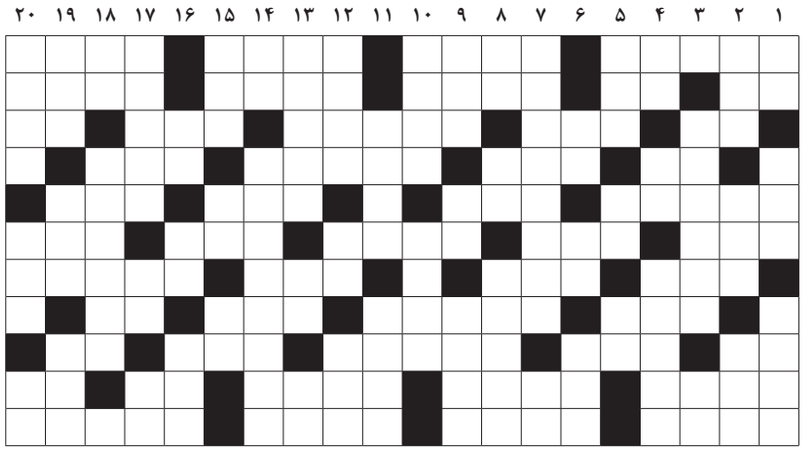
افقی:
۱ – کنایه از آماده شدن برای سفر است – شیوه معماری کلیسایی رایج در قرون گذشته اروپا ۲ – آلیاژی از آهن – سراینده مثنوی عرفانی جام جم – پایتخت کانادا ۱ – دانه معطر ۳ – قدرت و تحمل – بزرگداشت – نام سه تن از پادشاهان اسکاتلند بود – روز قیامت ۴ – شخص – کم پهنا – زنجیر – شروع، آغاز ۵ – تکرار حرفی – سلسله جبالی در فرانسه – بهشت – هم پیمان شدن چند گروه سیاسی ۶ – رمان مشهور اتل لیلیان وینیچ ایرلندی – ابزار اضافه قابل‌تعویض – شاعر دربار سلطان سنجر ۷ – شهری در استان کرمان – ترس ناشی از احساس عظمت خدا – زورگویی – زائوترسان ۸ – آبراه کوچک – عالم ماده – قومی از نژاد سامی – سخنان بیمار تب دار ۹ – مرطوب – دیده ها در طلب لعل ... خون شد – بافته شده – گریه کردن ۱۰ – گشاده – از ماه های فرنگی – عظمت و بزرگی – هیدراته ۱۱ – کودنی – رمان مشهور امیلی برونته، بانوی نویسنده انگلیسی

عمودی:
۱ – مانع باز شدن در می شود – سردترین سرزمین جهان ۲ – هم عقیده – دستمال ۳ – برفت و دلشدگان را خبر نکرد – پادشاه ۴ – دو یار همقد – افسرده – عبور گروهی از افراد نظامی در صفوف منظم ۵ – صدای بلند – سوگند – پوستین ۶ – نظریه ای که بر اساس آن همه امور عالم را خداوند مقدر کرده است ۷ – ظرفیت شیمیایی – شنوا ۸ – پرگار – تقاضای محترمانه ۹ – قطعی برای کتاب – نیایش کردن ۱۰ – نام آذری – ژانری سینمایی – تنها ۱۱ – چاه عرب – یگانه – آغوش ۱۲ – عالی و رفیع – بزرگ و عظیم ۱۳ – انگشت نما – سیاهدانه ۱۴ – شجاع – از تیم های فوتبال باشگاهی قطر ۱۵ – رمانی از پیر بنوا، نویسنده فرانسوی قرن بیستم ۱۶ – امر به گفتن دارد – فیلمی ساخته زنده یاد رسول ملا قلی پور – خطاب غیر مودبانه ۱۷ – دریاچه ای در ترکیه – پیشرفت – بادمجانش آفت ندارد ۱۸ – عارف و فقیه بزرگ سده چهارم هجری – جاویدان ۱۹ – از برادران حضرت یوسف(ع) – حاشا کردن ۲۰ – رنگیزه های سبز رنگ برگ گیاهان – گندم آسیاب شده

طراح جدول: بیژن گورانی

حل جدول شماره ۵۱۵

جدول متوسط [شماره ۷۳۰۵]



افقی
۱ – ترازنامه – بخشنده – ابریشم سفید – لای جامه ۲ – اگر – آبادی – جاری – زیرکی – سلام ۳ – بالای فرنگی – ایتالیای قدیم – نازک – چریدن – برکت ۴ – تصدیق بیگانه – کرشمه – هماهنگی – مرغ سعادت ۵ – جوانی که تازه داماد شده – تابناک – طناب – منزل ۶ – پاک از گناه – خو و سرشت – جاده – کم پشت – غوطه ور ۷ – مدرک – مرغزار – اجرت – رزمایش ۸ – امر به سکوت – کیسه – قله زاگرس – درون ۹ – بینش – ظاهر ساختمان – مفلس – بیهوشی – برج داستانی ۱۰ – شناس – سرزمین – پرنیان – ماه سرد – واحد سطح ۱۱ – الهام بخش – پایتخت آذربایجان – شهری در کرمان – حالا

عمودی
۱ – حرف همراهی – پهلو – آهسته ۲ – چین و چروک – مهار شتر – رتبه کارمندی ۳ – سابقه – عدد منفی ۴ – نام آذری – از ادات تشبیه – دستگاهی که نیروی مکانیکی را به نیروی الکتریکی تبدیل می کند ۵ – رود – لحظه – زهر ۶ – درخت زبان گنجشک – جنس خشن – نزاکت ۷ – استانی در غرب کشورمان – حرف انتخاب ۸ – چهره – کسوت ولباس – افسرده ۹ – نابود و ضایع – گریز – فلانی ۱۰ – واحد پول ترکمنستان – سیاهی ۱۱ – ملون – کمیاب ۱۲ – بحر – صریح – دورویی ۱۳ – شکسته – رفوزه – شامه نواز ۱۴ – بند – طلبکار ۱۵ – پوچ و خالی – تکرار حرف – مادر عرب ۱۶ – راه میان بر – اندک – به جا آوردن ۱۷ – جویدنی معروف – گوشت ترکی – عدد پیشرو ۱۸ – راز – ساز افلاطون ۱۹ – دام – نوعی یقه – عشق فرنگی ۲۰ – صف – محکم – رود اروپایی

طراح جدول: مجید شادروح

حل جدول شماره ۷۳۰۴