

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ

سُورَةُ الْعَدْلِ
مَكَّيَّةٌ (٤٢) آيَةٌ ٨٠

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

فَلَيَنْظُرِ الْأَنْسَابُ إِلَى طَعَامِهِ ۝ أَنَا صَبَبْتُنَا الْمَنَاءَ صَبَبَا ۝

ثُمَّ شَقَقْنَا الْأَرْضَ شَقَّا ۝ فَانْبَشَّا فِيهَا حَبَّا ۝ وَعَنْبَارًا قَضَبَا ۝

وَرَزَبُونَا رَخْلًا ۝ وَحَدَّا تَرْقَ غُلْبًا ۝ وَفَاكِهَةَ وَأَبَّا ۝

مَتَاعًا لَكُمْ وَلَا نَعْمَمْ كُمْ ۝ فَإِذَا جَاءَتِ الْصَّالَّةُ ۝

يَوْمَ يَفِرُّ الْمَرءُ مِنْ أَخِيهِ ۝ وَأُمِّهِ وَأَبِيهِ ۝ وَصَاحِبِهِ وَتَنِيهِ ۝

لِكُلِّ أَمْرٍ يُنْهُمُ يَوْمَئِذٍ شَأْنٌ يُعْنِيهِ ۝ رُجُوهٌ يَوْمَئِذٍ مُسْفِرَةٌ ۝

ضَاحِكَةٌ مُسْبَثَرَةٌ ۝ وَرُجُوهٌ يَوْمَئِذٍ عَلَيْهَا غَبَرَةٌ ۝

رَتَهْقُهَا قَتَرَةٌ ۝ أُولَئِكَ هُمُ الْكَافِرُ بِالْفَجْرِ ۝

دزیم مصرف رسانه‌ها

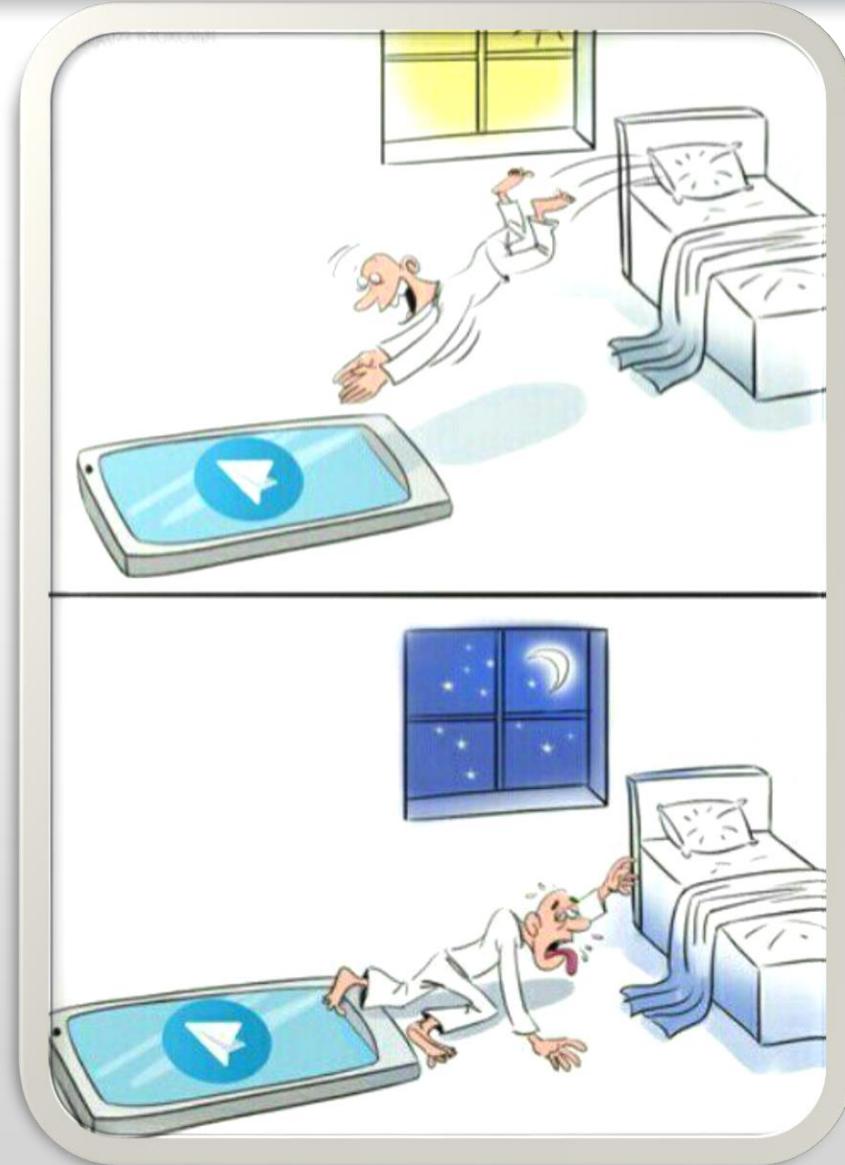
(راهنمای عملیاتی برای مردمان)

حسین غفاری
پاییز ۹۵





حال نوجوانان عزیزمان چطور است؟



حال نوجوانان عزیزمان چطور است؟



حال نوجوانان عزیزمان چطور است؟

TECHNOSAPIENS:
MODERN
MAN IN THE
DIGITAL AGE

98%
USE THE INTERNET



67% USE
THE INTERNET
AFTER 11PM

74%

ACCESS THE
INTERNET IN
THEIR BEDROOM
OR PRIVATE ROOM

94%
USE THE INTERNET
DAILY OR ALMOST
EVERY DAY

AVERAGE OF LESS THAN
4 HOURS A DAY

71%

MOST COMMON DEVICE OF
CHOICE IS A SMARTPHONE

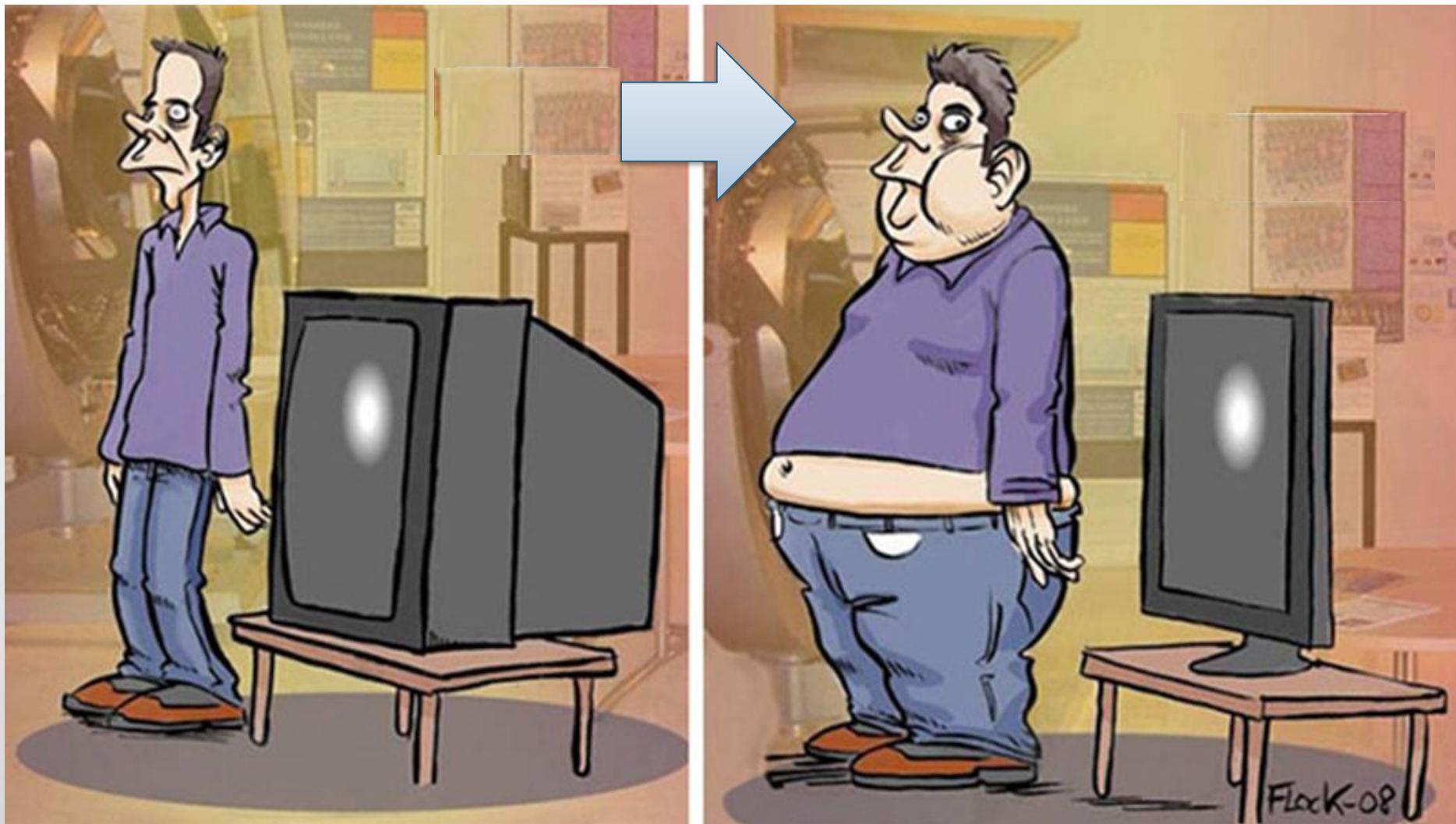
82%

USE THE INTERNET
TO CONTACT OTHER
YOUNG PEOPLE

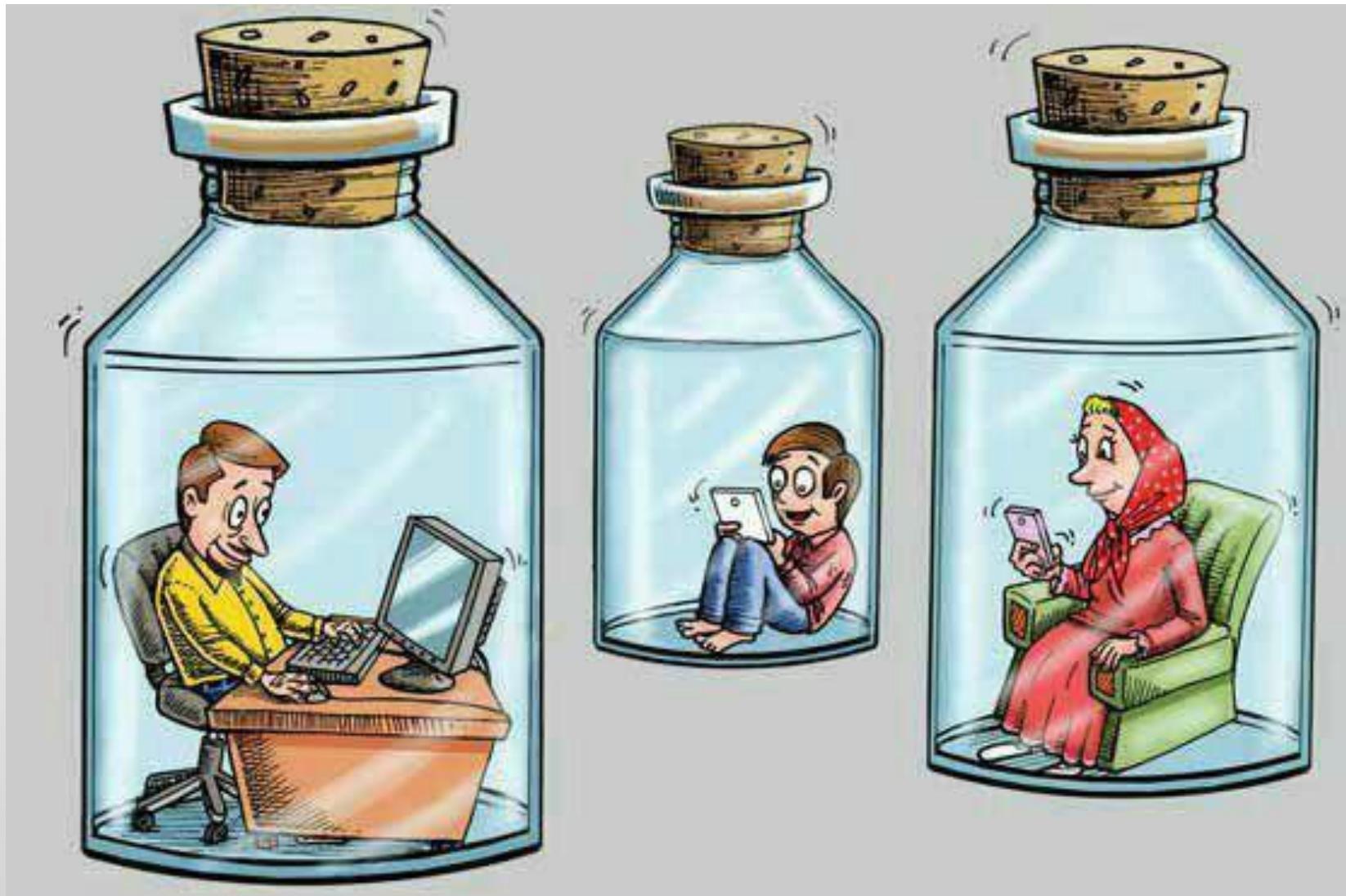




حال خودمان چطور است؟



حال خودمان چطور است؟



حال خودمان چطور است؟

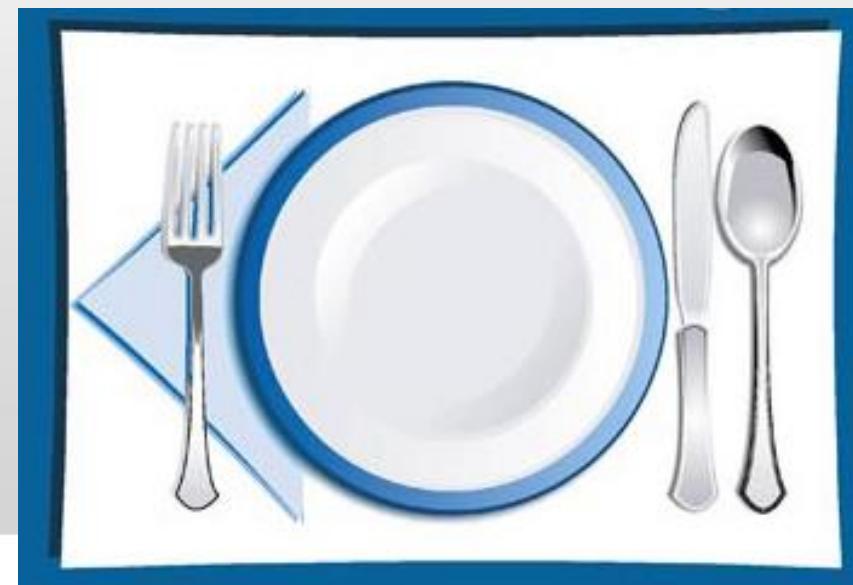


حال خودمان چطور است؟

فَلِيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ إِلَى طَعَامِهِ

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيمِ

فَلِيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ إِلَى طَعَامِهِ



رزیم مصرف، دستوری عمومی برای سلامتی



عواقب جبران ناپذير عدم رعایت رژیم مصرف





چه
جایی؟



چه
وقتی؟



چه
مقدار؟



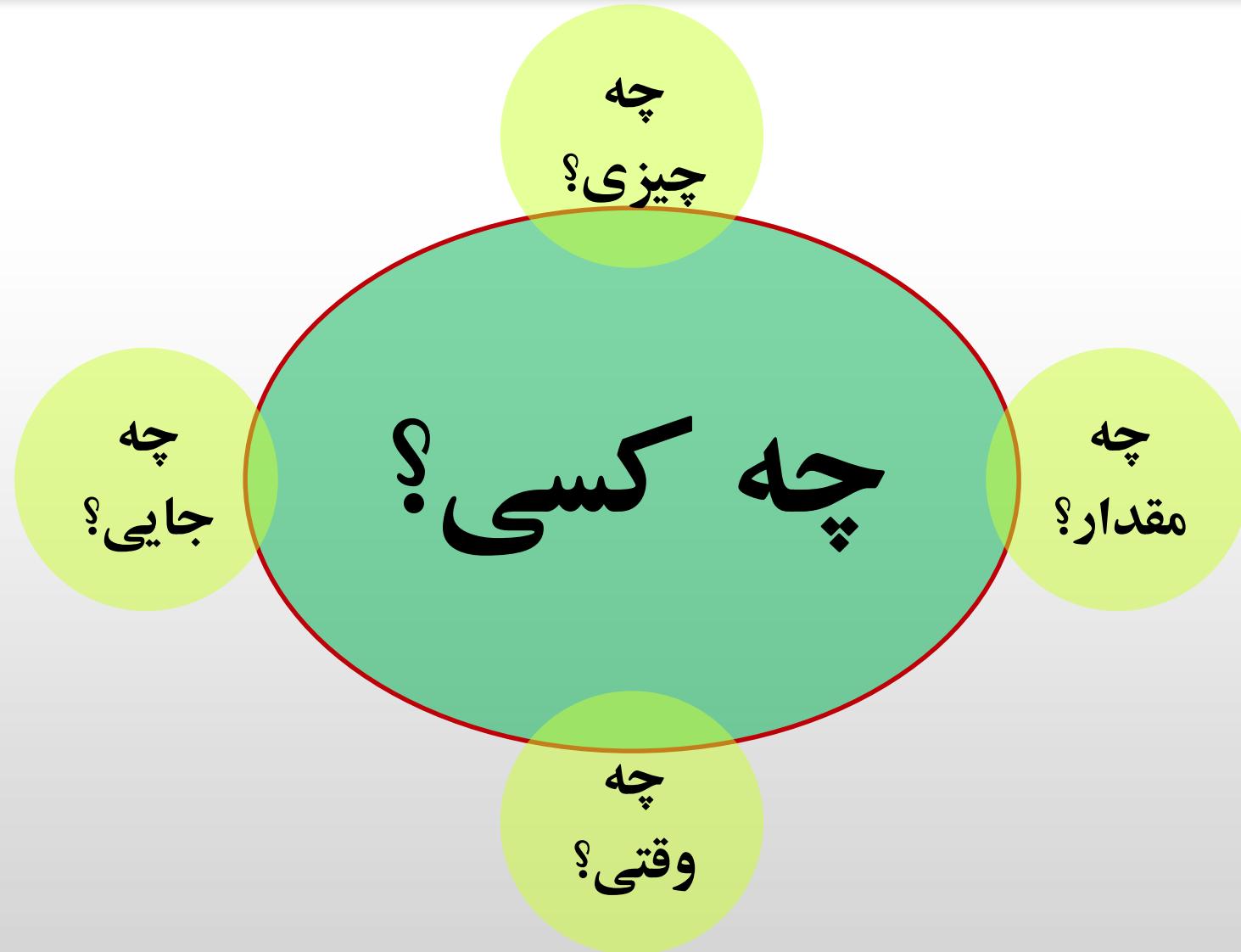
چه
چیزی؟



چه
کسی؟

برای چه کسی؟ چه چیزی را؟ به چه مقداری؟ در چه وقتی؟ و در چه جایی؟ توصیه می‌کنیم

پنج سؤال کلیدی در تعیین رژیم مصرف هر چیز



سوال یکم: چه کسی؟

دلیل اختلاف نظر کارشناسان فناوری، علوم ارتباطات، روانشناسی، جامعه‌شناسی و علوم تربیتی درباره استفاده از رسانه‌ها چیست؟



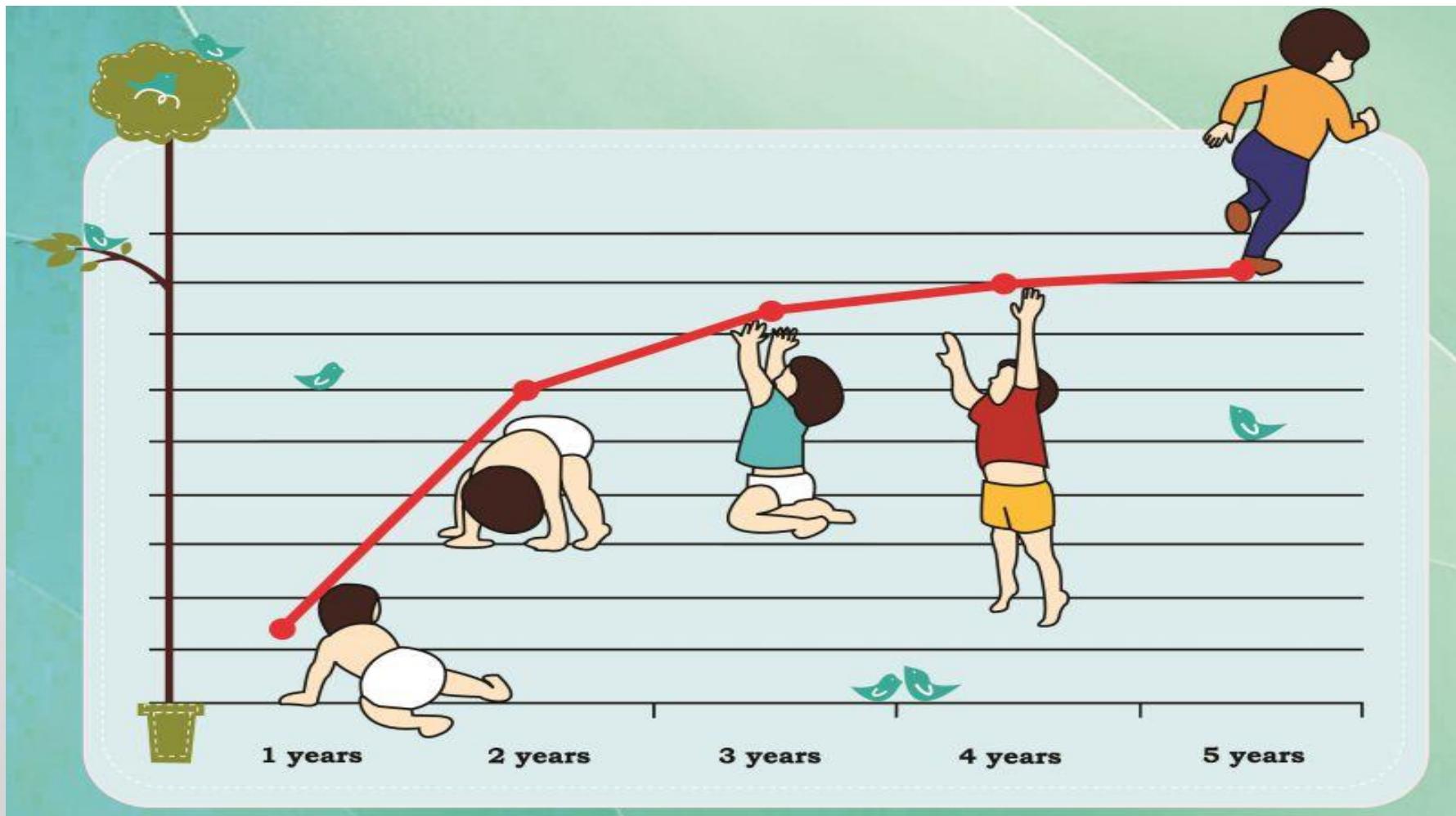
سؤال یکم: چه کسی؟

مسئله رشد: مخاطب‌ها در مراحل مختلف رشد هستند



سؤال یکم: چه کسی؟

مسئله رشد: مرا حل مختلف رشد اقتضائات خود را دارد



سؤال یکم: چه کسی؟

هر مخاطب (از نظر سن، سواد، تجربه و ...) ظرفیتی دارد



سؤال یکم: چه کسی؟

مخاطب این رسانه (این محتوای رسانه‌ای) چه کسی است؟

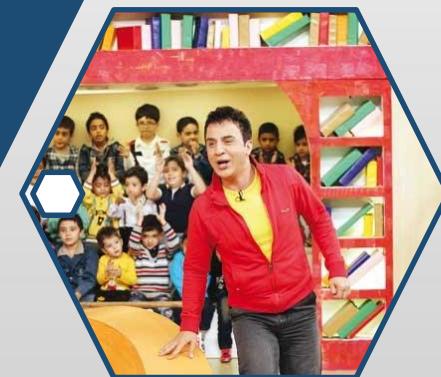
برنامه خبری



برنامه
آشپزی

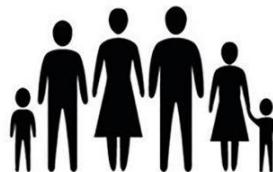


برنامه
کودکان



سؤال یکم: چه کسی؟

تماشاگران عمومی
GENERAL AUDIENCES



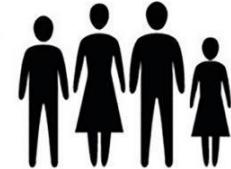
محتواهای حساسی
و خطرناکی برای
کودکان نیز ندارد

با راهنمایی و تصمیم والدین
PARENTAL GUIDANCE SUGGESTED



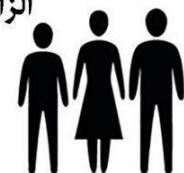
ممکن است مواردی
برای بچهها مناسب نباشد و
در واقع ممکن است والدین
دست نداشته باشند
کودکانشان بینند

تذکر قاطع به والدین
PARENTS STRONGLY CAUTIONED



بعضی از موارد برای بچههای
زیر ۱۳ سال مناسب نیست و
والدین برای اجازه دادن به
فرزندان شان باید وقت کنند.
این فیلم‌ها حاوی نمایش کامل
سکس، خشونت و پرخنگی نیستند

الازام به همراهی والدین برای زیر ۱۷ سال
RESTRICTED



بچههای زیر ۱۷ سال باید با
والدین همراه باشند و یا شخصی
بزرگتری سرپرست آنها باشد.
این فیلم‌ها ممکن است حاوی
کلمات ریکی، خشونت، سکس
و نمایش استعمال مواد مخدور باشد

منوعیت برای اشخاص ۱۷ سال و کوچک‌تر
NO ONE 17 AND UNDER ADMITTED



به هیچ عنوان اشخاص ۱۷ ساله
و کمتر از این سن حق تماشای
این فیلم‌ها را ندارند. این فیلم‌ها
ممکن است حاوی صحنه‌های
واضح سکس، عبارات زشت،
خشونت زیاد و یا تمامی
این موارد باشد

ردیبندی سنی تصاویر متحرک

Motion picture rating system



The Kijkwijzer ratings used in the Netherlands



The Japanese Motion Pictures
Ratings.



The Hungarian ratings administered by the National Media and Infocommunications Authority

پاسخ به سؤال يكم: چه کسی؟

ردیبندی سنی بازی‌های ویدیویی



Entertainment Software Rating Association



پاسخ به سؤال يكم: چه کسی؟

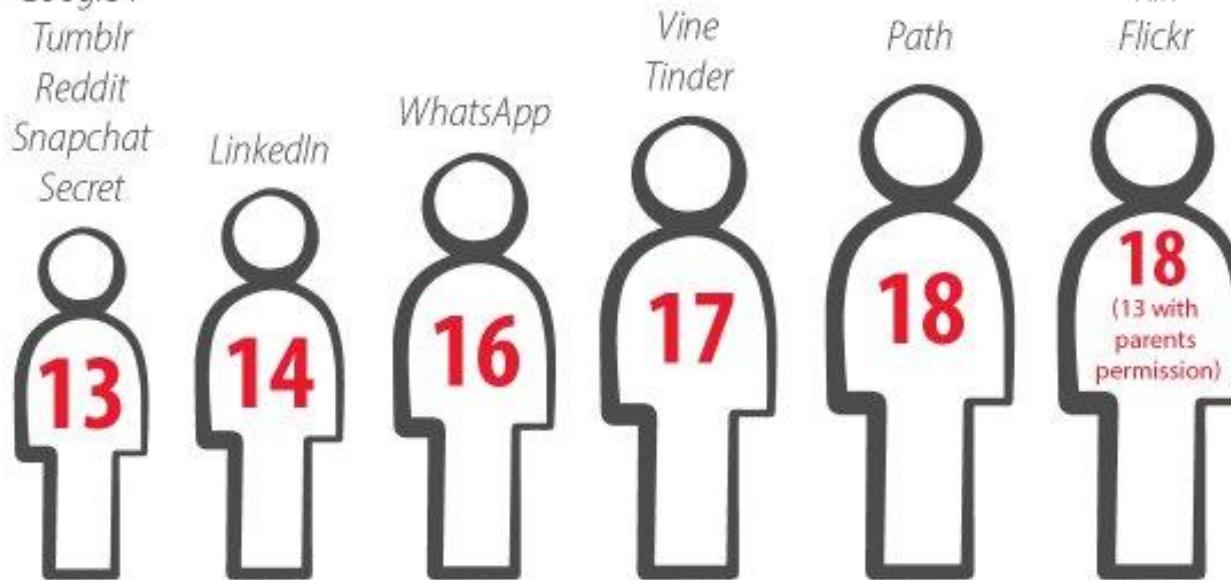
ردہ بندی سنی کاربری رسانه‌های اجتماعی

Age Restrictions for Social Media Platforms

(Ages specified in terms as of 2014)

Twitter
Facebook
Instagram
Pinterest
Google+
Tumblr
Reddit
Snapchat
Secret

YouTube
Keek
Foursquare
WeChat
Kik
Flickr



پاسخ به سؤال يكم: چه کسی؟



طراحی مسیر رسانه‌ای و هدایت نوجوان منطبق با مسئله رشد



خودکنترلی

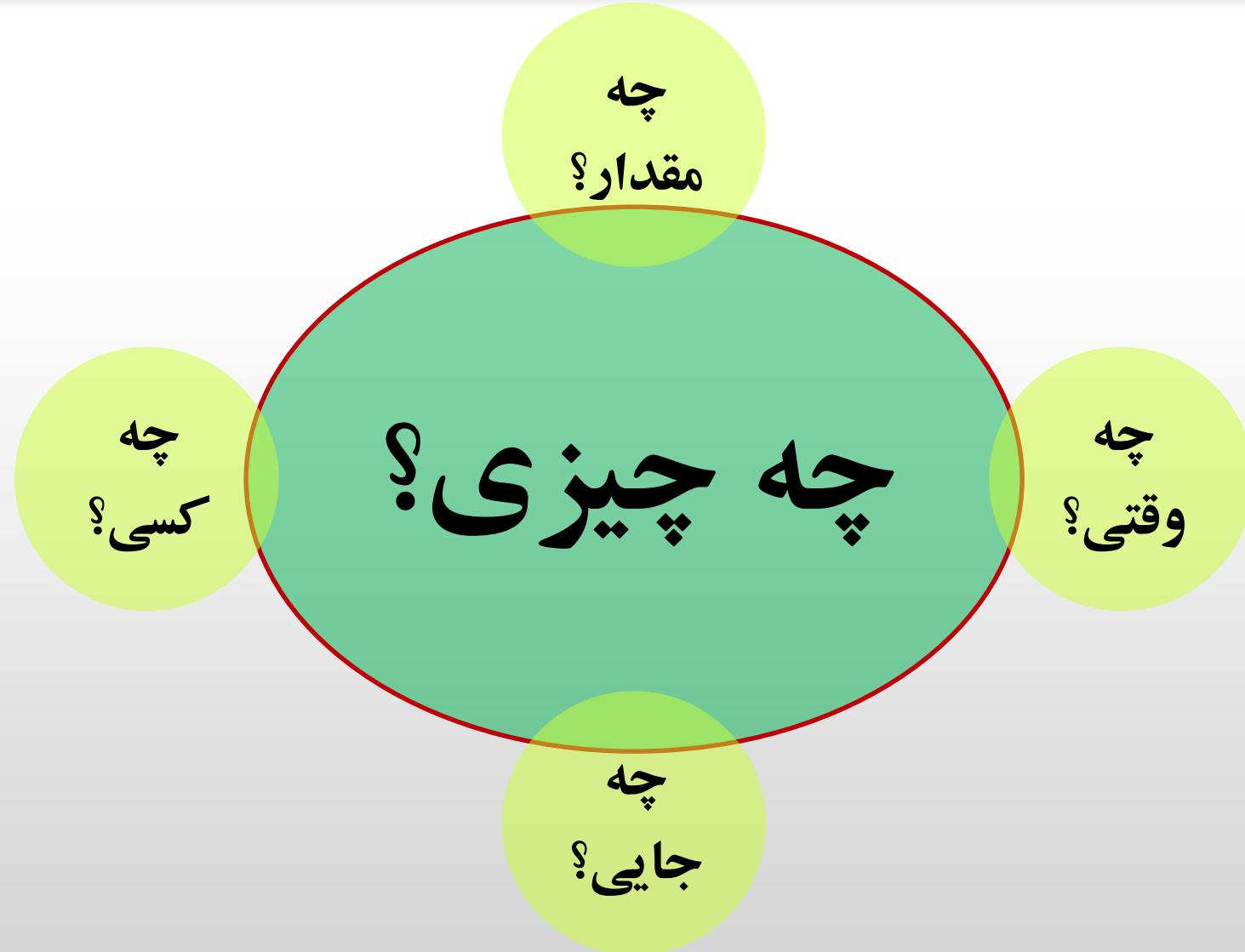
پایش

آموزش

منع



سؤال یکم: چه کسی؟



سؤال دوم: چه چیزی؟

نسبت شرع - عقل و عرف در رژیم مصرف غذا

ضد عرف و عقل

شرعی

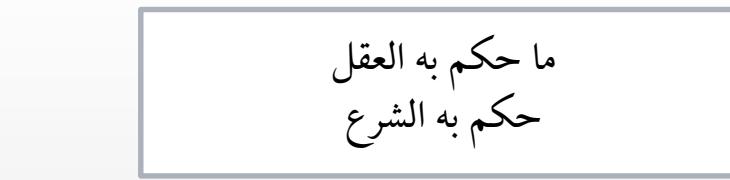
ذبح حلال

آب و نان

ما حکم به العقل
حکم به الشرع

نوشابه

عرف و عقل



خون

سوسک

گربه

شراب

خوک

ذبح حرام

غيرشرعی

سؤال دوم: چه چیزی؟

نسبت شرع - عقل و عرف در رژیم مصرف رسانه

ضد عرف و عقل

ما حکم به العقل
حکم به الشرع

شرعی



پورن اطفال

دروغ گویی

غیرشرعی

انواع سرگرمی ها و بازی ها:
هیجان، خنده
ترس، خشونت

لغو

آموزش

اطلاع رسانی

عقل

قمار

پورن بزرگسال

موسیقی مطراب

سؤال دوم: چه چیزی؟

راه حل طناب جادویی



سؤال دوم: چه چیزی؟

دلیل جذب شدن به یک پدیده: کنجکاوی یا نیاز؟



مدیریت
کنجکاوی

سؤال دوم: چه چیزی؟

نیاز‌شناسی و مدیریت پاسخ به نیازها

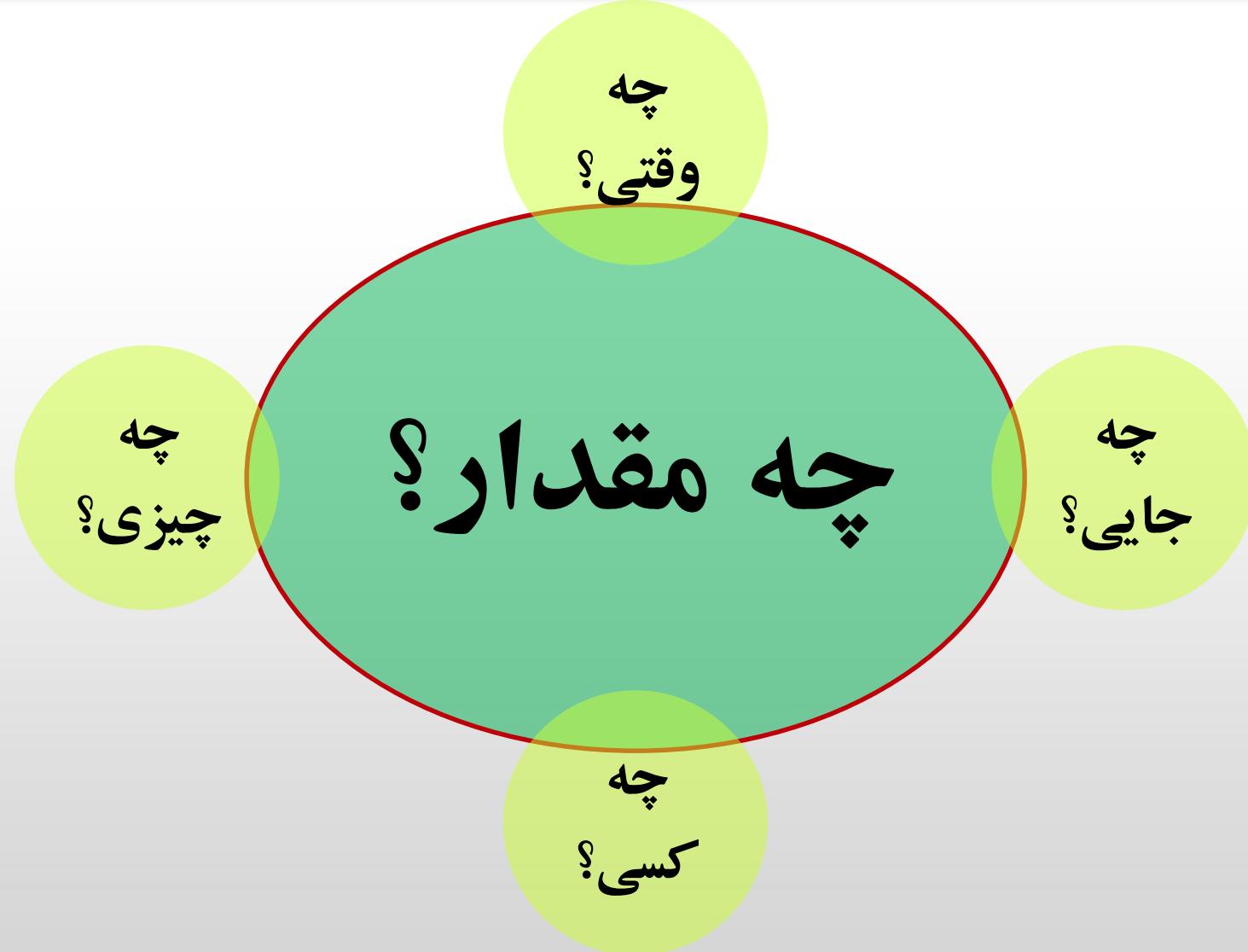
نیاز کاذب	نیاز حقيقی	نیازهای انسان پاسخ به نیازها
		پاسخ حقيقی
		پاسخ کاذب

سؤال دوم: چه چیزی؟

مدیریت نیازهای کاذب



سؤال دوم: چه چیزی؟



سؤال سوم: چه مقدار؟

میزان مصرف

نان

نمک

گلاب

استامینوفن

عرق نعنا

تعادل در رژیم مصرف
= سلامتی

دوا

غذا

دوا

نوع مصرف

سؤال سوم: چه مقدار؟

میزان مصرف

نمک

گلاب

استامینوفن

عرق نعا

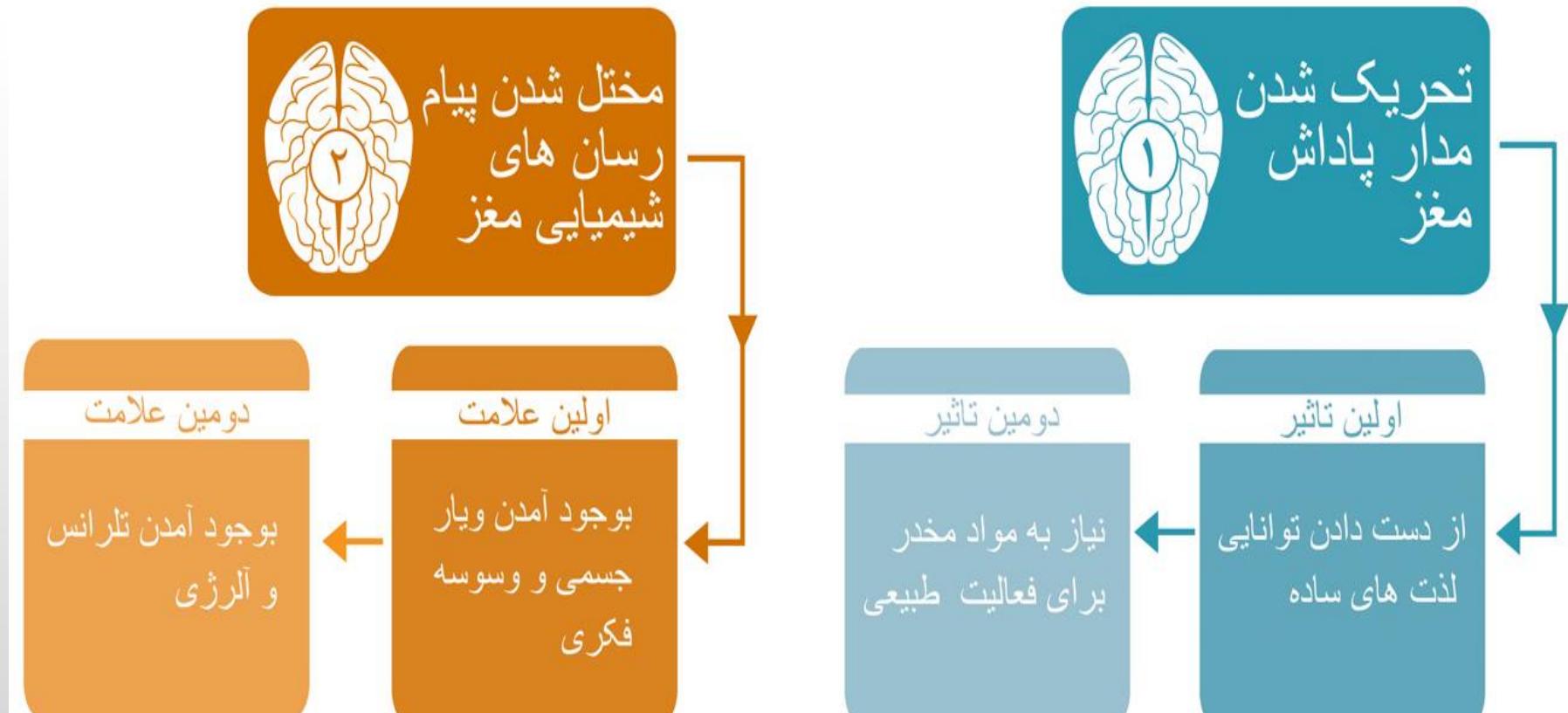
عدم تعادل
در رژیم مصرف
= مرض

مرض

نوع مصرف

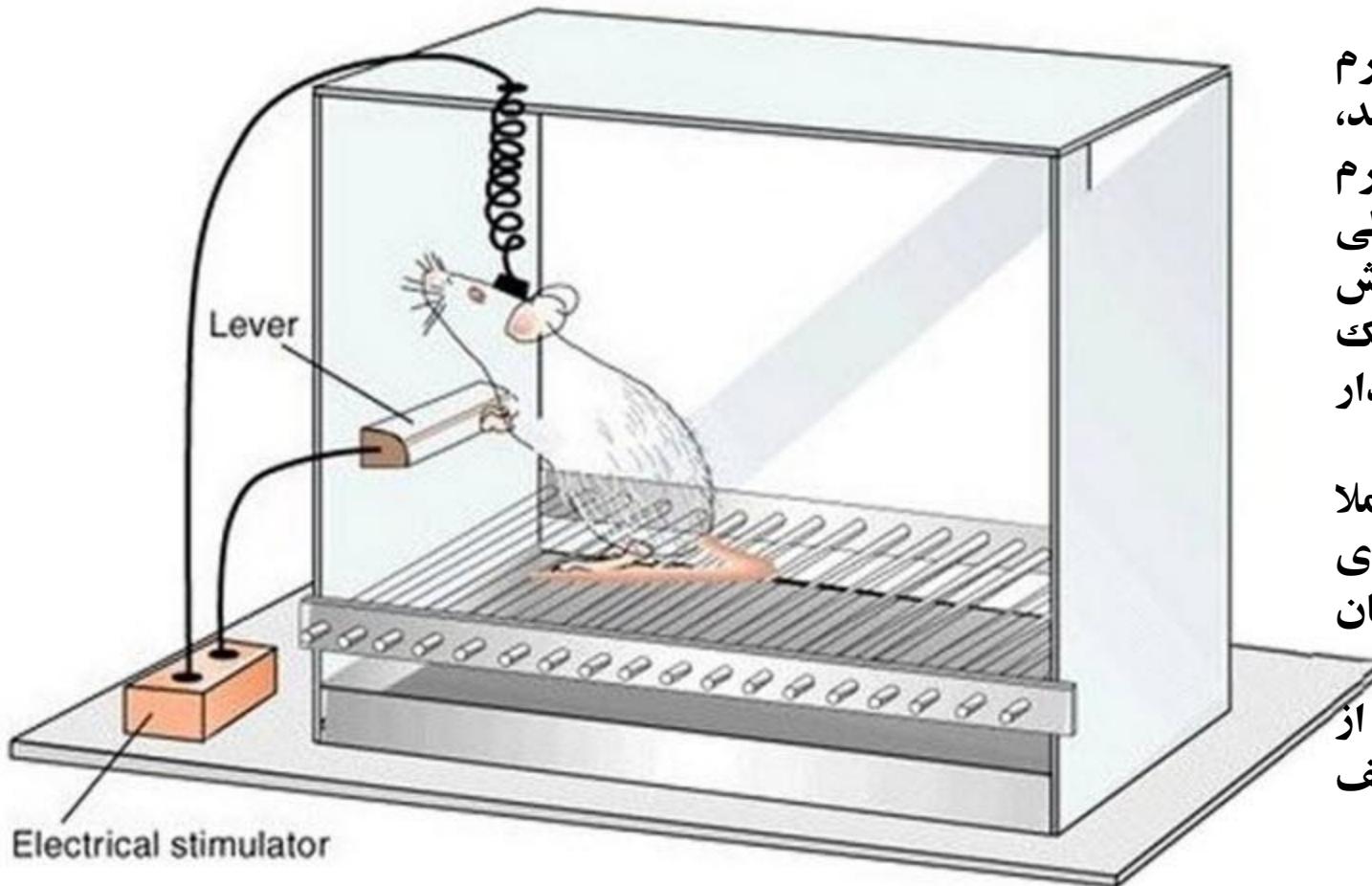
سؤال سوم: چه مقدار؟

تأثیرات مخدرها بر روی ساختار مغز



سؤال سوم: چه مقدار؟

دوپامینی شدن مغز و تقویت مدار پاداش و لذت

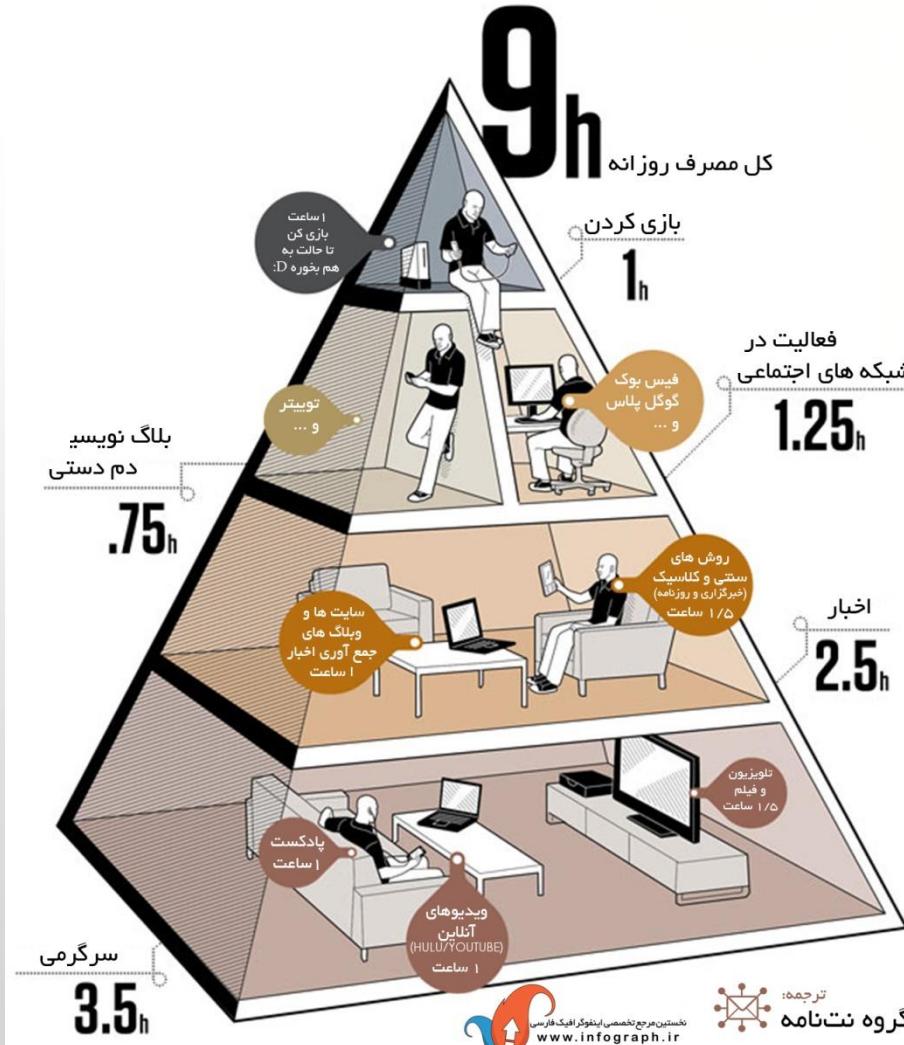


در قفس موش‌ها، اهرم کوچکی را قرار دادند، طوری که اگر موش اهرم را تکان می‌داد، سیگنالی از طریق الکترود به مغزش و بخشی از سیستم لیمبیک فرستاده می‌شد که مدار لذت را فعال می‌کرد.

بعد از انجام این کار، عملاً تنها کاری که موش‌های انجام می‌دادند، تکان دادن این اهرم بود. سرانجام موش‌ها از خستگی و گرسنگی تلف شدند.

سؤال سوم: چه مقدار؟

هرم مقدار مصرف رسانه‌ای انسان غربی



سؤال سوم: چه مقدار؟

چقدر زمان داریم؟



سؤال سوم: چه مقدار؟

استاندارد مقدار مصرف رسانه‌ای بومی؟

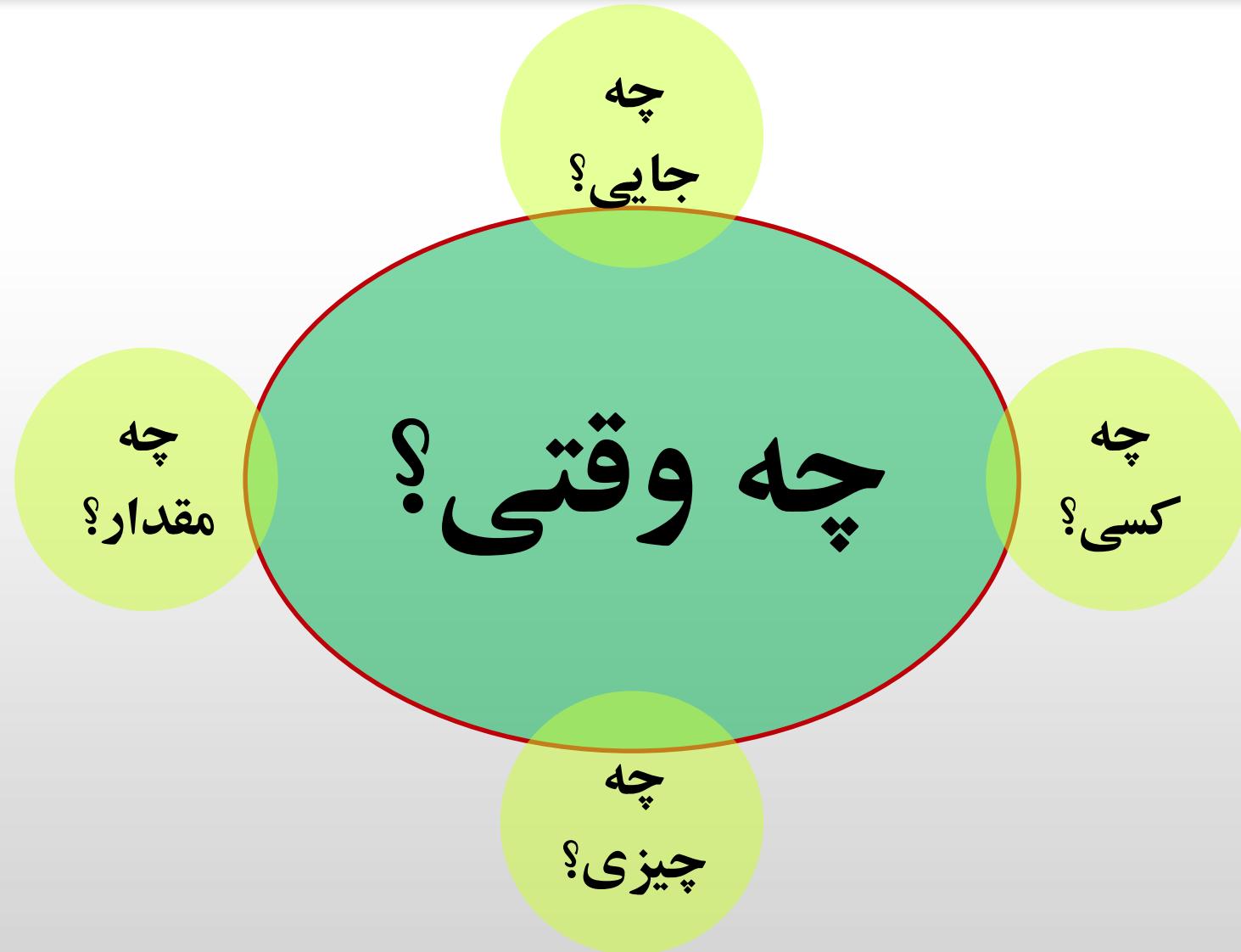


یک آدم عاقل بالغ متین رشید متعهد
چند ساعت در شبانه روز امکان بازی
کردن (سرگرمی - تفریح) دارد؟



یک نوجوان مستعد متعادل معقول
چند ساعت در شبانه روز اجازه بازی
کردن دارد؟

سؤال سوم: چه مقدار؟



سوال چهارم: چه وقتی؟

چه زمانی بخوریم؟



رژیم‌های خاص:

- ❖ دو بار در شبانه روز
 - (سحری، افطاری)
- ❖ سه بار در دو شبانه روز
 - (صبحانه، شام، ناهار)

رژیم‌های عادی:

- ❖ سه بار در شبانه روز
 - (صبحانه، ناهار، شام)
- ❖ چهار بار در شبانه روز
 - (صبحانه، چاشت، ناهار، شام)
- ❖ پنج بار در شبانه روز
 - (صبحانه، چاشت، ناهار، عصرانه، شام)

سؤال چهارم: چه وقتی؟



سوال چهارم: چه وقتی؟

الله الذي جعل لكم الليل لتسكنوا فيه و النهار مبصرًا

(سورة غافر، آية ٦١)



سؤال چهارم: چه وقتی؟

چه وقتی مصرف کنیم؟



سؤال چهارم: چه وقتی؟



انواع پیام‌های گوشی همراه شما،
حتی اگر همیشه حدیث و اخبار مهم و مفید باشد،
به صورت **نامنظم**
در هر لحظه‌ای از شبانه‌روز
به شما می‌رسد،
اگر شما با همان بی‌نظمی که پیام‌ها را
دربیافت می‌کنید،
به صورت **منفعانه** به گوشی مراجعه کنید
و آن اطلاعات و اخبار خوب و مفید را
مطالعه نمایید،
به مرور بسیاری از
قوای ذهنی خود
را از دست خواهید داد؛
و چیزی از **قدرت حافظه** و **تمرکز** شما
باقی نخواهد ماند.

یادداشت حجت‌الاسلام علیرضا پناهیان (۹۳، ۱۰، ۲۷)

سؤال چهارم: چه وقتی؟

چه وقتی مصرف کنیم؟

پیوسته خواری مذموم است

همیشه در جریان همه چیز بودن = اشباع رسانه‌ای

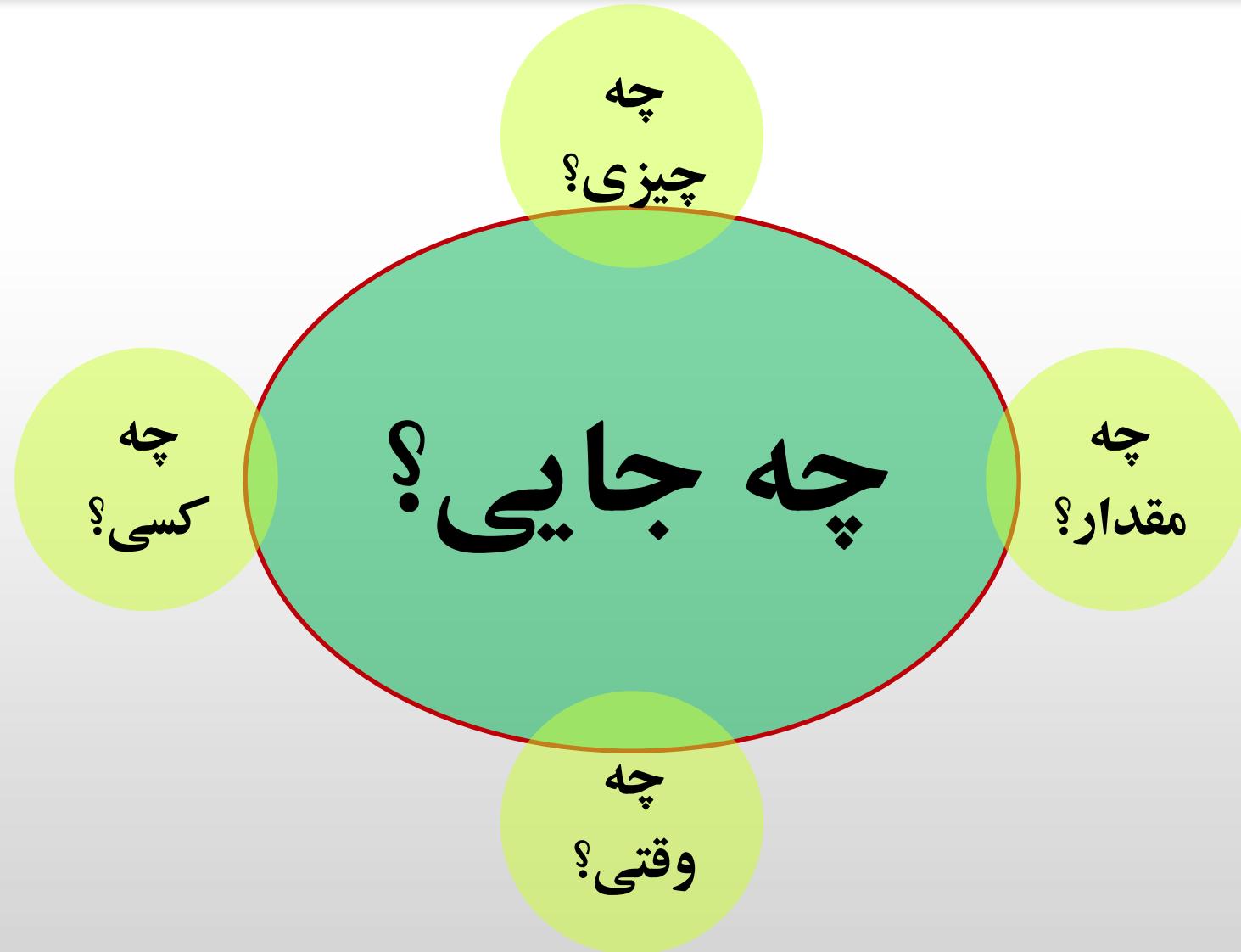
عدم تمرکز، پرش حواس و ضعف حافظه



ساعت بدون رسانه، روز بدون رسانه = روزه‌ی رسانه‌ای



سؤال چهارم: چه وقتی؟



سؤال پنجم: چه جایی؟



سؤال پنجم: چه جایی؟





سؤال پنجم: چه جایی؟



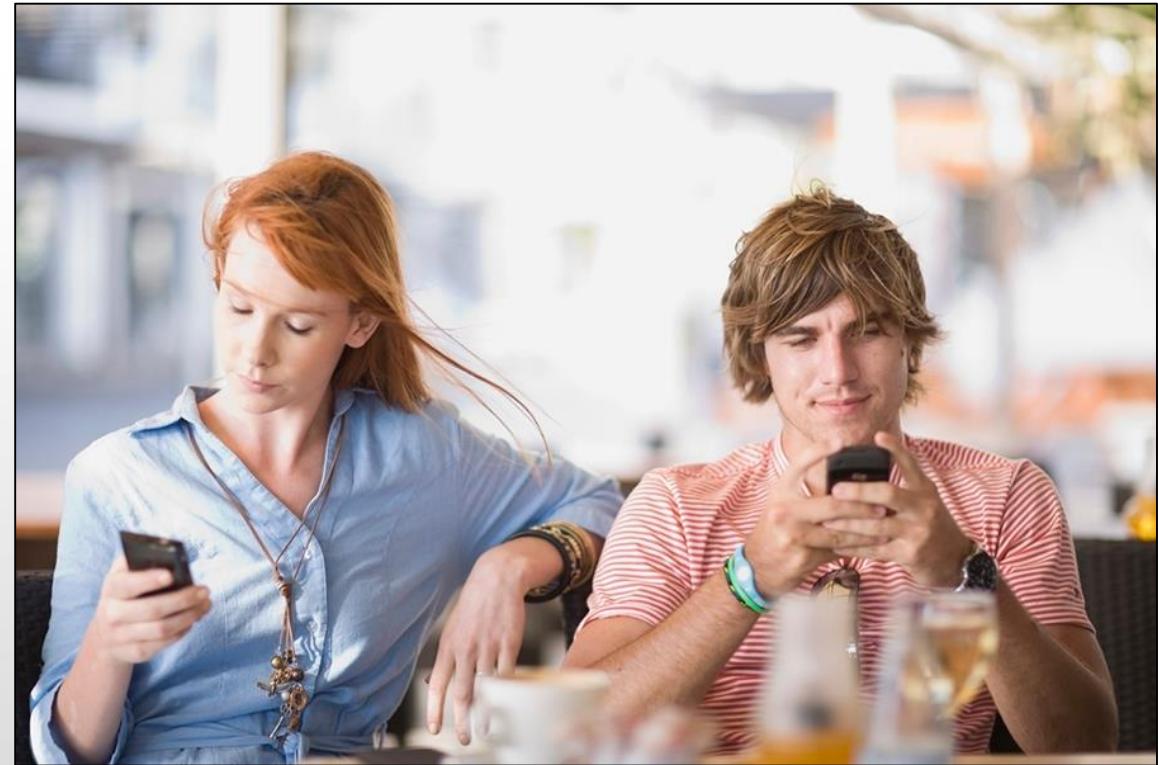
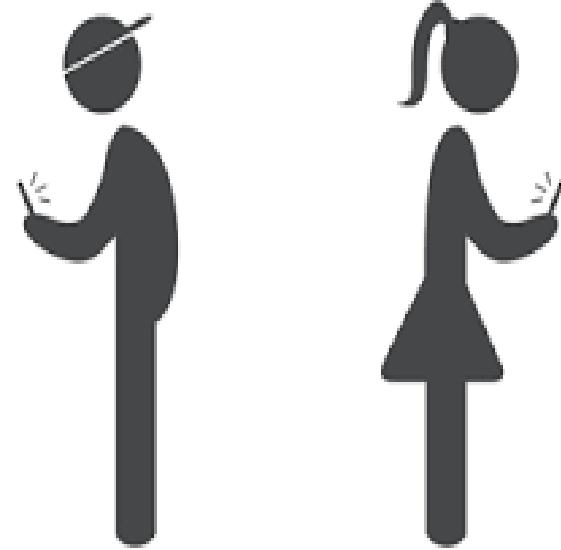


سؤال پنجم: چه جایی؟



سؤال پنجم: چه جایی؟





سؤال پنجم: چه جایی؟





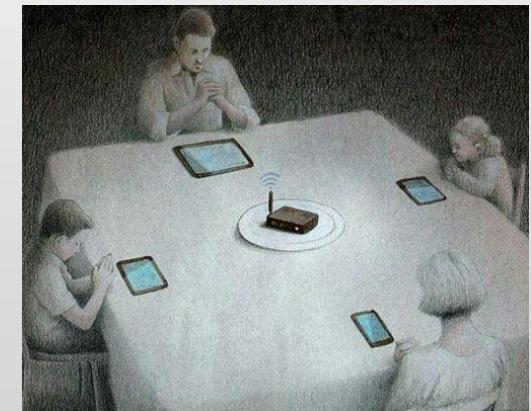
سؤال پنجم: چه جایی؟



STOP
PHUBBING



2,028 likes



سؤال پنجم: چه جایی؟



لطفاً نمکدان را بده!

PASS THE SALT

Directed, written, and produced by

MATTHEW ABELE

Father Bill Abeler

سؤال پنجم: چه جایی؟





سؤال پنجم: چه جایی؟





رفتم به در صومعهٔ عابد و زاهد
دیدم همه را پیش رخت راکع و ساجد
در میکده رهبانم و در صومعهٔ عابد
گه معتکف دیرم و گه ساکن مسجد
یعنی که تو را می‌طلبم خانه به خانه

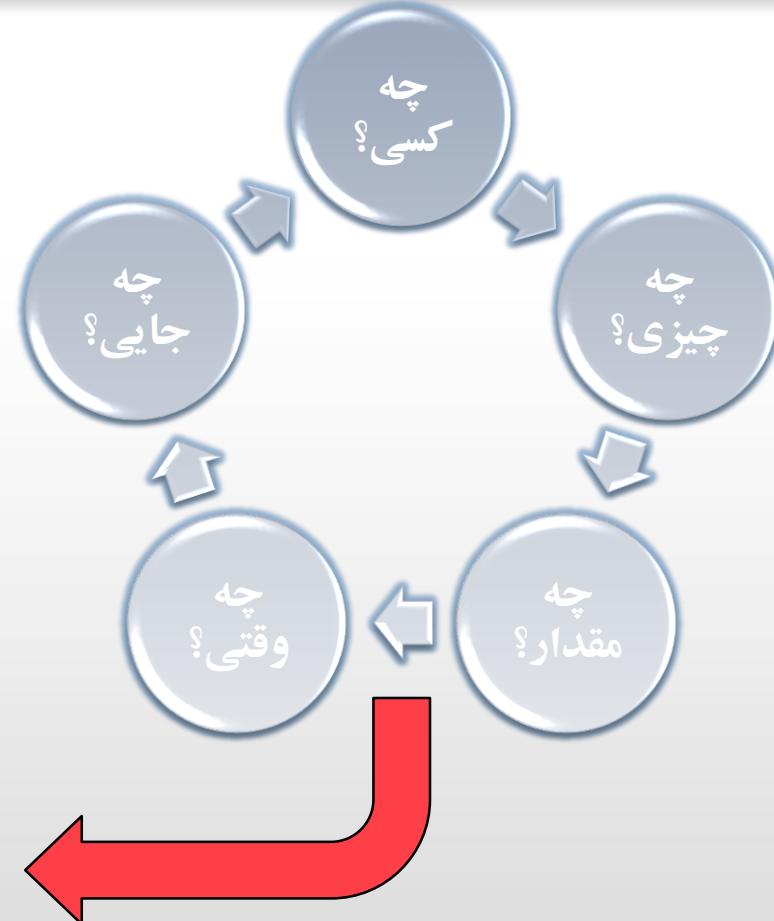
سؤال پنجم: چه جایی؟

یک حرکت جالب: یلدای بدون رسانه



سؤال پنجم: چه جایی؟

هرم آموزش سواد رسانه‌ای



تعیین رژیم مصرف: گام اول در ارتقای سواد رسانه‌ای



نوجوانان را برای ورود به آینده آماده کنیم



از سَرِ نوِشت

AzSarNevesht.ir



جُسَيْنٌ
غَفَارِيٌّ