

# اثرات بازی‌های ویدیویی

این کتاب را با فرزندان خود بخوانید

تألیف  
آرین هبرت

تصویرگر  
ژان مورن

ترجمه  
شهلا آزاد

ویراستار  
مهسا صدیق

عمل کردن به آنچه برای خویش مطلوب است همواره دشوارتر  
از پیروی کردن از خواسته‌های تان است، اما برای به دست آوردن  
اراده، عزم و خرد لازم برای مدیریت خود به نیروی درونی  
فوق‌العاده‌ای نیاز است.



**وااای!** دلم نمی‌خواهد از جایم بلند شوم. چند روزی است که با تبلتم روی ساخت دهکده مجازی کار می‌کنم و **بالآخره** برای ساخت قلعه‌ای در دهکده همه چیز را پیدا کرده‌ام! کمی صبر می‌کنم، شاید پدرم فراموش کند که من اینجا هستم...



خُب، دیگر چاره ندارم! چشمانم را می‌مالم تا خستگی‌شان رفع شود، تبلتم را زیر بالش می‌گذارم و برخلاف میلیم از اتاق بیرون می‌روم.

در طبقه پایین، با خانم سوفیا، روان‌شناس مدرسه‌مان، روبه‌رو می‌شوم. می‌دانم چرا او اینجا است: از وقتی که پسرعمویم نیکولا با ما زندگی می‌کند، او و برادرم، البویه، مدام مشغول بازی ویدیویی هستند. پدر و مادرم از من هم انتقاد می‌کنند که چرا بیشتر وقتم صرف بازی با تبلت می‌شود... آنها سعی کرده‌اند قوانینی وضع کنند، اما اغلب بر سر این موضوع **درگیری** پیش آمده است.



خانم سوفیا فکرم را تأیید می‌کند: او اینجاست تا برای پیدا کردن **راه‌حلی** به خانواده‌ام کمک کند.



بچه‌ها، بروید و کفش‌هایتان  
را بپوشید! می‌فواهم شما را  
به دیدن استاد که دوستی  
قدیمی است ببرم...

هوای خوب و تازه بیرون من را حسابی سرحال آورده است. در طول پیاده‌روی، خانم سوفیا توضیح می‌دهد که استاد دانشمند بزرگی است و مشغول پژوهش روی عملکرد مغز انسان است. او چند سالی است که برای درک بهتر **تأثیر** بازی‌های ویدیویی روی مغز کودکان پژوهش‌هایی انجام می‌دهد. ما خیلی خوش شانس هستیم: او نخستین یافته‌هایش را با ما به اشتراک می‌گذارد.