

زیست حقیقی در فضای مجازی

دنیای امروز را نمی‌توان بدون حضور در فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی تصور کرد. در واقع فضای مجازی به بخشی از زندگی واقعی ما تبدیل شده است و بخشی از زیست حقیقی ما در فضای مجازی اتفاق می‌افتد. جذابیت‌های فضای مجازی، گروه‌های سنی مختلف را با خود درگیر می‌کند. حتی کودکان یکی دو ساله هم وقتی تلفن همراه پدر یا مادرشان را در دست می‌گیرند، آنچنان در دنیای صفر و یک‌های مجازی غرق می‌شوند که بهانه‌گیری‌های کودکانه‌شان را فراموش می‌کنند.

همین نکته هم موجب شده بسیاری از والدین در برابر بهانه‌گیری و خواسته‌های کودکان به جای برخورد‌های منطقی و اصول روان‌شناسانه، یک گوشی تلفن همراه یا تبلت دست فرزندشان بدهند و با این روش خودشان را راحت کنند. این در حالی است که تحت هیچ عنوان نباید از ابزارهای الکترونیک و نیز فضای مجازی برای آرام کردن کودکان استفاده کرد و اساساً حضور بچه‌ها در این فضا باید با رعایت اصول و مقرراتی ویژه باشد تا آنها را دچار آسیب‌های جسمانی و روانی نکند.

با این همه، مادیر به دیدن تصویر کودکانی که یک تلفن همراه یا تبلت دست‌شان است که شش دانگ حواس‌شان به تصاویری است که در این ابزارهای الکترونیک مشاهده می‌کنند عادت کردیم و حتی این مسئله برایمان عادی شده است. این در حالی است که کارشناسان به هیچ عنوان توصیه نمی‌کنند به بچه‌های کوچک گوشی یا تبلت بدهیم و برای این مسئله محدوده سنی تعیین می‌کنند. بر این اساس تحت هیچ عنوان نباید به کودکان زیر دو سال گوشی تلفن همراه یا تبلت داد. چرا که نور و اشعه این ابزارهای الکترونیک به چشم بچه‌ها آسیب جدی وارد می‌کند. حتی در سنین بالاتر هم نباید بدون ضابطه گوشی، تبلت و وسایل الکترونیک را در اختیار بچه‌ها قرار داد؛ چرا که این وسایل ساعت‌های متمادی بچه‌ها را با خود درگیر می‌کند و تحرک از بچه‌ها گرفته می‌شود، که این بی‌تحرکی با آسیب‌های جدی جسمانی همراه است.

بخش دیگری از این نگرانی‌ها از محتوای بی‌کیفیتی است که احتمال دارد بچه‌ها در فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی با آن مواجه شوند؛ محتوایی که اصلاً مناسب سن و سال آنها نیست و بچه‌ها را با آسیب‌های متعدد روحی و روانی مواجه می‌کند و گاه به بلوغ زودرس کودکان منتهی می‌شود.

به همین دلیل در دنیا برای حضور کودکان در فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی ضوابطی را تعیین کرده‌اند و این‌گونه نیست بچه‌ها بخواهند در هر سن و سالی در هر شبکه‌ای عضو شده یا در هر سایتی وارد شوند. توجه به قانون برای ضابطه‌مند کردن حضور در فضای مجازی، موضوعی است که در کشور ما هم اگرچه پیگیری می‌شود اما ضروریست به شکل ضابطه‌مندی جدی گرفته شود.

از زمانی که پای رایانه و تلفن‌های همراه هوشمند و تبلت به خانه‌ها باز شد، چالش‌های فضای مجازی هم در کنار بی‌شمار مزایای آن آغاز شد. زیر بنای این چالش‌ها هم در این بود که بنا بود فضای مجازی و تکنولوژی به عنوان دستاورد دانش بشری به کمک بشر بیاید اما آنچه در عمل اتفاق افتاد این بود که تکنولوژی سوار بر انسان شد و در برخی موارد کنترل ما را در دست گرفت! این مسئله سرآغاز چالش‌های فضای مجازی بود و موجب شد تا فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی حکم جاقوی دوله‌ای را پیدا کند که در صورت استفاده نادرست می‌تواند برای ما بسیار چالش‌زا باشد. این چالش به طور خاص در رابطه با کودکان و نوجوانان مطرح می‌شود. این‌که برای حفظ سلامت روان و حتی جسم فرزندان مان و برای امنیت آنها در فضای مجازی باید چه نکاتی را رعایت کنیم و حضور کودکان و نوجوانان در فضای مجازی باید با چه ضوابط و اصولی انجام شود تا با کمترین آسیب همراه باشد. علیرضا آل داوود، کارشناس فضای مجازی در گفت‌وگو با چار دیواری درباره آسیب‌های فضای مجازی و راهکارهای مواجهه با آن نکاتی را متذکر شده که در ادامه با هم مرور می‌کنیم.

بی‌توجهی به شرط سنی

از مهم‌ترین چالش‌هایی که امروز برای استفاده کودکان و نوجوانان از فضای مجازی وجود دارد، استفاده بدون در نظر گرفتن سن کودک در استفاده از شبکه‌های اجتماعی سرویس‌ها و خدمات فضای مجازی است. متأسفانه فقر سواد رسانه‌ای از سوی والدین این تهدیدات و خطرات را برای کودک به خصوص کودکان زیر سن بلوغ بسیار ضریب می‌دهد، زیرا گاهی در فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی بیش از حد محتوای منفی به کودک نشان داده می‌شود. این مسئله روی روان و حوزه شناخت کودک اثر منفی می‌گذارد.

افشای هویت و ارتباط‌گیری با افراد نامناسب

کودکان در شبکه‌های اجتماعی و فضای مجازی به راحتی هویت‌شان افشا می‌شود و مهم‌ترین خطری که آنها را در حال حاضر تهدید می‌کند ارتباط گرفتن با افرادی است که کودک و نوجوان آنها را نمی‌شناسد و کم‌کم به آن فرد عادت کرده و وابسته شده و اعتماد می‌کند. متأسفانه اگر این چت‌های فضای مجازی تبدیل به دیدارهای حضوری شود تجربه نشان داده است که بیشتر این روابط به موضوعات خطرناکی ختم خواهد شد که به کودک و روحیه او تاثیر منفی خواهد گذاشت.

استفاده افراطی برای پرکردن اوقات فراغت

از خطرانی که کودک ما را در فضای مجازی تهدید می‌کند پر کردن اوقات فراغت کودک است که می‌تواند در قالب استفاده افراطی از شبکه‌های اجتماعی و ابزارهایی مثل تلفن همراه و تبلت خودش را نشان دهد. این مسئله اعتیاد اینترنتی را در کودک ما به وجود می‌آورد. این اعتیاد اینترنتی اگر حاد شود، خودش را به شکل افسردگی و اختلال روان‌شناختی درماندگی آموخته شده نشان می‌دهد.

تبدیل بچه‌ها به کودکان کار مجازی

یکی دیگر از مشکلاتی که امروز در شبکه‌های اجتماعی برای کودکان ما به وجود آمده و خانواده‌های ما متأسفانه آن را رعایت نمی‌کنند، تبدیل کردن کودکان‌شان به کودک کار اینستاگرامی است که می‌تواند بسیار خطرناک باشد و شخصیت او را کاملاً دچار بحران کند و کودک از همان سن پایین درگیر برخی توهمات و خودشیفتگی‌هایی بشود که در بزرگسالی به او آسیب برساند.

بروز افسردگی و انزوای اجتماعی

از تاثیرات روان‌شناختی و شناختی استفاده بدون ضابطه و غیرکنترل شده کودک از فضای مجازی به غیر از اعتیاد اینترنتی، بحث افسردگی و انزوای اجتماعی برای کودک و نوجوان است. هرچه کودک یا نوجوان زمان بیشتری را در اینترنت سر کند از میزان زمانی که صرف محیط‌های اجتماعی واقعی می‌شود کم می‌کند و این می‌تواند در بلند مدت او را با کاهش اعتماد به نفس روبه‌رو و از محیط اجتماع دورش کند.

ارائه اطلاعات و اخبار جعلی

از چالش‌های دیگری که در بحث استفاده بدون ضابطه و بدون کنترل کودک در فضای مجازی وجود دارد، دادن اطلاعات غلط و اخبار جعلی است. کودک متأسفانه همه اینها را باور می‌کند و فکر می‌کند این اطلاعاتی که به او می‌دهند، صحیح است.

در حالی که این اطلاعات می‌تواند جعلی باشد و حتی هویت کودک را دگرگون کند مخصوصاً در شبکه‌های اجتماعی تصویر محور مثل اینستاگرام، یوتیوب و فیسبوک می‌تواند خیلی آسیب‌های جدی به ما برساند.

چار دیواری فراوانی چالش‌های ف و نوجوان و راهکارهای مو هشدار ب آسیب‌ها در فضای

Be