

حکمت

صحیفه سجادیه دعای چهارم
امام سجاده (ع)

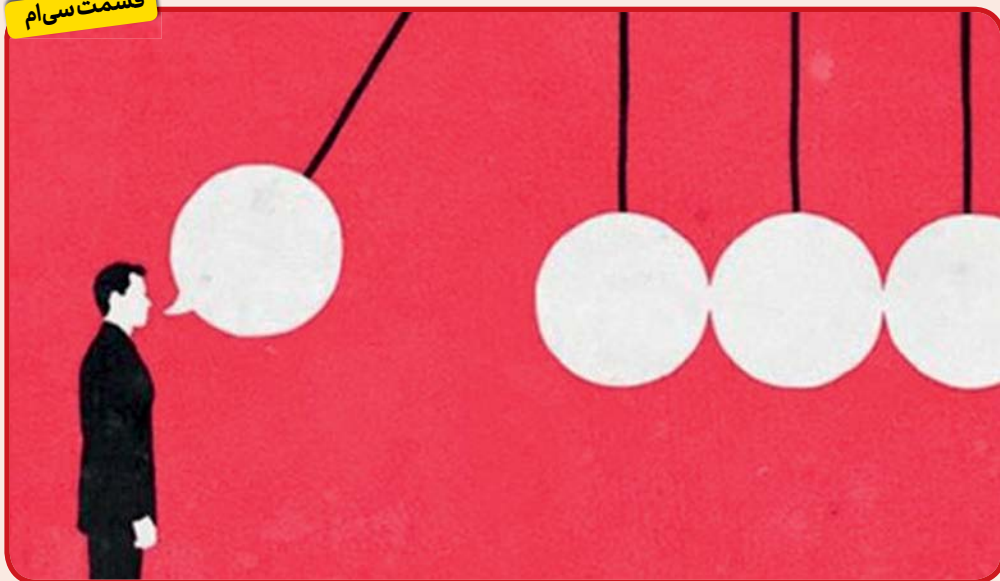


در هر روزگار و زمانی که رسولی فرستادی و برای مردم آن روزگار و زمان، چراغ راه و دلیل و برهان برپا کردی، از زمان آدم تا دوران محمد (صلی الله علیه و آله)، از پیشوایان هدایت و فرماندهان اهل تقوا، بر همه آنان سلام باد!

چگونه در چرخه قلدری مجازی دخالت کنیم و در خنثی کردن آن تاثیرگذار باشیم؟

انفعال دامن همه را می گیرد

قسمت سی ام



زهرا صالحی نیا

کارشناس سواد
رسانه

اگر ساکن یک پنت هاوس باشید و طبقه اول برج تان آتش بگیرد، ممکن است تصمیم بگیرید به استخر روباز خانه تان بروید و از مهتاب یا غروب نارنجی آفتاب لذت ببرید چرا که آتش ربطی به شما ندارد و از شما بسیار دور است. ممکن است ساکنان طبقه اول در مسافرت باشند و ساکنین

طبقات دیگر هم مانند شما فکر کنند، در نتیجه در آن شب مهتابی یا غروب دل انگیز تماسی با آتش نشانی گرفته نمی شود و آتش تک تک طبقات را به سرعت طی می کند، بدون آنکه رحم و شفقتی داشته باشد تمام ساکنان طبقات را غافلگیر می کند و به شما می رسد. آیا راه فراری دارید؟ فرزندان مان نیز مانند مادر طول زندگی شان شاهد بسیاری از ناملایمات و ناعدالتی ها هستند؛ گاهی این ناعدالتی ها در حق خودشان است و گاهی آنها شاهدان ماجرا هستند، مثلاً شاهدان یک قلدری آنلاین یا خشونت در فضای مجازی. مطمئناً با فراگیری استفاده از فضای مجازی و حضور مداوم رسانه در زندگی روزمره مان شاهد این رفتارها هستیم و فرزندانمان نیز به عنوان کاربران جدی اینترنت شاهدان و ناظران این رفتارها و اتفاقات هستند اما آنها چه واکنشی نشان می دهند؟ در استخر روباز می مانند یا به آتش نشانی زنگ می زنند؟

پاسخ به این پرسش به ارزش هایی بستگی دارد که در زندگی فرزندان آنها را نهادینه کرده اید و مهارت هایی که برای رسیدن به این ارزش ها به او آموخته اید. آیا این که فرزندان تاثیرگذار باشد و در موقعیت هایی که شاهد یک قلدری یا خشونت است، واکنش نشان دهد، برای شما مهم است؟ و تا چه اندازه واکنش و حمایت از سمت فرزندان صحیح است؟ پاسخ به این پرسش نیاز به این دارد که در ابتدا فرد درک درستی از خشونت و قلدری آنلاین و تاثیرات آن داشته باشد، در مرحله دوم بتواند احساسات و شرایط خود را مدیریت کرده و با ذهنی آرام و فکری باز با مساله روبه رو شود و سپس تصمیم بگیرد که رفتار و حرکت صحیح که کمترین آسیب را به خود، فرد قربانی و فرد مهاجم وارد کند، کدام است. درباره تعریف درست و دقیق خشونت آنلاین و قلدری مجازی مفصل صحبت کردیم اما درباره نحوه تاثیرگذاری بهتر است نکاتی را مرور کنیم.

برای تاثیرگذاری هرچه بهتر:

■ آموزش یک ابزار یا مهارت تصمیم گیری تعاملی به صورت گام به گام و آنلاین که به دانش آموزان کمک کند تا استراتژی هایی را برای مداخله در موقعیت های مختلف مزاحمت اینترنتی انتخاب کنند.

■ در نظر گرفتن یک ساعت درسی در کلاس که مهارت تصمیم گیری را در آن تمرین کنند.

■ راهنمایی والدین چرا که آنها می توانند هرچه بهتر به کودکان کمک کنند. والدین در صورت هدف یا مشاهده آزار و اذیت اینترنتی از بچه های خود حمایت کرده و به آنها راه هایی برای تاثیرگذاری نشان می دهند.

■ مجموعه ای از پوسترهایی قابل چاپ برای کلاس که روش های کم خطر مداخله را هنگامی که دانش آموزان شاهد آزار و اذیت اینترنتی هستند، تبلیغ می کنند.

■ تاثیرگذاری فرزندانمان از سه یافته کلیدی که از مطالعه بر روی قلدری آنلاین حاصل شده بهره می گیرد: اول این که نوجوانان وقتی شاهد آزار و اذیت اینترنتی هستند میل به مداخله دارند اما برای مداخله به حمایت نیاز دارند. دوم، در تلاش برای این که نوجوانان

بیشتر میل به مداخله و تاثیرگذاری در موقعیت های قلدری آنلاین داشته باشند، باید موانعی که آنها بر سر راه خود می بینند را درک کنید و انگیزه های آنها را پرورش دهید و سوم، هنجارهای اجتماعی و نگاه گروه دوستان و آنچه که هر نوجوان در دید عموم برای خود و شخصیت خود ساخته است، به شدت در تصمیم گیری اش در مورد و نحوه مداخله تاثیر دارد اما همواره باید در نظر داشت که حقارت و بی رحمی آنلاین، حتی اگر فقط یک شوخی یا «فقط یک ماجرا» باشد، می تواند عواقب جدی به همراه داشته باشد و فرزندان ما باید این را بدانند که می توانند برای کمک به دیگران، هنگام مشاهده مزاحمت اینترنتی تاثیرگذار باشند.

موانع تاثیرگذاری

در مطالعه ای که بر روی گروهی از دانش آموزان کانادایی انجام شد، یکی از یافته های کلیدی این بود که تعداد قابل توجهی از آنها وقتی شاهد آزار و اذیت اینترنتی هستند قصد مداخله دارند اما تعداد کسانی که واقعا عمل می کنند به طور قابل توجهی کمتر است. وقتی از دانش آموزان علت این که چرا تمایلی به مداخله ندارند پرسیده شد، ابراز داشتند که «به من ارتباطی نداشت»، همچنین روابطی که در بین دانش آموزان وجود داشت نیز باعث پیچیدگی شرایط بود، نیمی از آنها ابراز داشتند که در بسیاری از موارد مطمئن نیستند که این یک موقعیت قلدری و آزار و اذیت اینترنتی واقعی است یا تنها یک «نمایش» است، اکثر جوانان قلدری را مختص سنین پائین می دانند و عقیده دارند این کارها بیشتر از سمت کودکان اتفاق می افتد و مواردی که در فضای مجازی شاهد آن هستیم بیشتر نمایشی از سمت نوجوانان است. قلدری کردن در لباس نمایش یا ابزاری برای جلب توجه نه تنها مانعی برای مداخله دیگران فراهم می کند، بلکه می تواند منجر به وضعیت بسیار دردناکی شود که در آن جوانان با هر دو طرف ماجرا درگیر شده و تمایلی برای جبهه گرفتن ندارند یا با برهم زدن توازن قدرت بدون در نظر گرفتن عواقب و شرایط درست، اوضاع را بدتر می کنند.

روش های از بین بردن موانع

یکی از بدترین عواقب آزار و اذیت اینترنتی این است که شخص هدف هم به عنوان قربانی و هم به عنوان شاهد نتواند کاری انجام دهد و خود را ناتوان بداند. این ناتوانی می تواند از ضعف روحیه شخصی یا نداشتن مهارت بیاید که در هر دو حالت باعث سرخوردگی و تلنباری خشم افسردگی و ناتوانی در فرد می شود.

دو دلیلی که برای مداخله نکردن ذکر شد، «به من ارتباطی نداشت» و «فقط یک نمایش بود» ارتباط تنگاتنگی با از بین بردن اخلاق و عدم همدلی آنلاین دارد. برخی از جنبه های ارتباطات دیجیتال می تواند به «دام های همدلی» منجر شود که باعث می شود نوجوانان در شرایطی خاص که احساس می کنند باید همدلی شان را بروز دهند از آن جلوگیری کنند.

با وجود این که آنچه به صورت آنلاین اتفاق می افتد ممکن است عواقب واقعی داشته باشد اما شاید این احساس در نوجوانان وجود داشته باشد که «واقعا واقعی» نیست. عدم بازخورد حسی می تواند باعث شود کمتر احساس دیگران را هنگام آنلاین بودن تشخیص دهد. این شرایط معمولاً هنگامی رخ می دهد که ما بی حرکت نشسته و روی یک صفحه تمرکز کرده ایم و حتی ممکن است در شناسایی احساسات خود با مشکل روبه رو شویم.

تمرکز اصلی بر پرورش تاثیرگذاری جوانان از طریق فرآیند تصمیم گیری و پرسیدن این سوالات است که «آیا مشخص است چه کسی قلدر است و چه کسی هدف است؟» و «آیا فکر می کنید هدف در حال حاضر تهدید شده یا در معرض خطر است؟» همچنین می توان در یک کلاس درس یا گروهی از نوجوانان یا جمع خانوادگی سناریوهای مختلف را مطرح و تمرین و بازی کرد تا بینش دقیق تری درباره قلدری و روش های تاثیرگذاری پیدا کرد. تاثیرگذاری در مقابل قلدری و آزار و اذیت اینترنتی زمانی نتیجه بهتری خواهد داشت که علاوه بر فرزندان، والدین نیز در این چرخه سهیم باشند، اصلاح اجتماع با تاثیرگذاری و مسوولیت پذیری تمام افراد اتفاق می افتد.