

استفاده درست و بهینه از اینترنت توسط نوجوانان ارومیه

فرشید رستم زاده

مدرس دانشگاه فرهنگیان ارومیه

rostanzadehfarsid@yahoo.com

مریم شجاع آبادی

دبیر زیست شناسی

shojaabadimaryam@gmail.com

زهرا محمدوند

کارشناس ارشد برنامه ریزی درسی

z.a.a.mohammadvand@gmail.com

1

چکیده

اینترنت و دنیای مجازی جایگاه بروز تحول در فرهنگ هستند و بصورت مختلف بر فرهنگ و سبک زندگی تاثیر می گذارند بنابراین فضای مجازی در سطح جامعه جایگاهی را اشغال کرده اند که بطور فزاینده در سطح ملی و بین المللی مطرح شده اند و محققان در این تحقیق به دنبال این هدف هستند که استفاده درست از اینترنت را برای نوجوانان نهادینه کنند نتایج تحقیق حاکی از آن است که - خانم ها بیشتر از آقایان آنلاین می شوند. - ۵۰٪ از افرادی که آنلاین می شوند در مورد سن، وزن، شغل، وضعیت تاهل و جنسیتشان دروغ می گویند. - ۲۰٪ از افرادی آنلاین می شوند، تاثیر منفی در زندگیشان تجربه می کنند. - تقریباً ۵۰٪ از مشکلات خانوادگی به اینترنت مربوط است. - ۱۱٪ از افرادی که آنلاین می شوند تدریجاً به اینترنت اعتیاد پیدا می کنند. مشکل اصلی این است که مشکل را متوجه نمی شویم و در مورد همه چیز احساس خوبی داریم. آدم ها می توانند هر جا که دوست دارند بروند، هر چیزی دوست دارند ببینند، هر کاری دوست دارند بکنند و هر کسی که دلشان می خواهد باشند. در اینترنت می توانند بدون اینکه دغدغه یک آدم واقعی بودن را داشته باشند، هر طور که دوست دارند رفتار کنند در دنیای مجازی جوابگویی، نظارت و نتایج اجتماعی وجود ندارد. بنابراین در پژوهش حاضر تلاش شد با شناخت معماری خاص اینترنت و شناخت دقیق از محیط کنشگر استفاده از فضای مجازی را بهینه نموده و آسیب های آن را برای نوجوانان کاهش دهیم.

کلمات کلیدی: اینترنت، استفاده بهینه، نوجوانان

مقدمه

در دنیای امروز که استفاده از اینترنت و فضای مجازی جز لاینفک زندگی انسانی شده بیش از یک بلیون نفر به اینترنت دسترسی دارند. جمعیت ایالات متحده در سال ۲۰۰۶ تا ۲۰۰۹ میلادی بوده است. تقریباً ۲۲۰ میلیون آمریکایی به اینترنت دسترسی دارند و ۴۰٪ از آنها از اینترنت پرسرعت استفاده می کنند. بچه ها برای گرفتن اطلاعات، سرگرمی، و ایجاد رابطه به



اینترنت متصل می شوند. تعداد پیام های کوتاهی که هر روز فرستاده می شود بیشتر از جمعیت جهان است. مردم وقتی می شنوند کسی بگوید که استفاده از اینترنت مشکلاتی دارد، معمولاً شکاک می شوند.

بیان مسئله

اینترنت مشکلات بسیار و در حال رشد دارد. تقریباً ۲۰٪ از کسانی که آنلاین می شوند با یکی از این مشکلات مواجه می شوند:

- غفلت های شخصی
- چک کردن ها و کلیک کردن های اعتیادگونه
- انزوا و مردم گریزی
- پایین آمدن بازده کاری
- افسردگی
- مشکلات زناشویی
- اعتیاد جنسی
- سوءاستفاده از اینترنت در محل کار
- ناتوانی در تحصیلات

2

آیا شما هم به اینترنت اعتیاد دارید؟

استفاده از اینترنت برای کاربرانی که کمتر از دو ساعت در هفته آنلاین می شوند، هیچ مشکلی به دنبال ندارد. کسانی که بیش از ۱۸ ساعت در هفته آنلاین می شوند، بیشتر در معرض مشکل هستند. اعتیاد به اینترنت به هیچ روش خاصی قابل تشخیص نیست. این اختلال، اختلال اعتیاد به اینترنت نام دارد. هیچ معیار خاصی برای سنجش آن وجود ندارد اما تشخیص این مشکل تقریباً راحت است. یک کاربر معتاد بیش از ۱۰ ساعت در روز برای مصارف غیرکاری آنلاین است. پاسخ به سوال "آیا من هم به اینترنت اعتیاد دارم؟" به چهار سوال زیر وابسته است:

- (۱) وقتی آنلاین هستید، چت می کنید یا سایت گردی می کنید، احساس بهتری پیدا می کنید؟
 - (۲) آیا مدت زمان آنلاین بودن شما روز به روز بیشتر می شود؟
 - (۳) آیا وقتی را که باید به انجام کار دیگری بگذرانید، آنلاین هستید؟
 - (۴) آیا تا به حال تلاش کرده اید که این رویه را کنار بگذارید و موفق نشده اید؟
- زمانیکه باید وقتتان را صرف کار دیگری بکنید اما در عوض میل شدیدی به وصل شدن به اینترنت احساس می کنید، یعنی به آن اعتیاد دارید. "غذا خوردن یادتان می رود؟" یا "ساعت ۳ صبح که برای رفتن به دستشویی از خواب بیدار می شوید ایمیلتان را چک می کنید و بعد دوباره می خوابید؟" چک کردن ایمیل در شب هنگام زمانیکه هیچ کس دیگری آنلاین نیست و بدون هیچ دلیل خاص، نوعی اعتیاد به شمار می رود.

ادبیات و پیشینه تحقیق

هدف از ایجاد اینترنت که در سال ۱۹۶۵ توسط وزارت دفاع امریکا مورد استفاده قرار گرفت در ابتدا ایجاد شبکه کامپیوتری قوی برای اتصال کامپیوترهای حساس در مراکز نظامی کشورهای عضو ناتو (NATO) بود تا به این ترتیب در صورت حمله موشکی شوروی سابق به تجهیزات کامپیوتری آنها در یک نقطه، به دلیل متمرکز بودن فعالیت های کامپیوتری سایر

کامپیوترهای روی شبکه بتوانند به کار خود ادامه دهند. به این ترتیب فلسفه تشکیل اینترنت بیانگر لزوم عدم تمرکز شدید در ساختار این شبکه است که در واقع این ویژگی خود یکی از مزیت های مهم اینترنت محسوب می شود. با چنین ساختاری کامپیوترهای موجود بر روی شبکه های بهم متصل قادر خواهند بود حتی در صورت از کار افتادن یک یا چند شبکه کماکان به کار خود ادامه دهند نیز از ارتباط با یکدیگر از طریق سایر مسیرها ادامه دهند. اوایل دهه ۸۰ اقدام به ایجاد شبکه ای با توان انتقال بالای اطلاعات نمود. لذا اینترنت که با هدف نظامی ایجاد شده بود وارد مرحله دوم عمر خود یعنی مرحله آکادمیک گردید و تسهیلات فوق العاده ای را برای انجام تحقیقات علمی بشر ایجاد و توسعه سریع شبکه اینترنت امکان مبادله ی سریع پیام ها الکترونیکی (E-mail) و فایل های کامپیوتری را برای محقق فراهم کرد. بتدریج با افزایش قابلیت های جدید اینترنت و توسعه مراکز متصل به این شبکه اینترنت وارد مرحله سوم حیات خود یعنی مرحله تجاری گردید و این مرحله مقدمه ی رشد و توسعه ی سرسام آور اینترنت در جهان می باشد.

استفاده از اینترنت

مهم ترین تحولی که از دوره انقلاب صنعتی تاکنون در دنیای تجارت رخ داده است ظهور اینترنت است. مدیران اگر بخواهند که تجارت موفق داشته باشند باید تغییرات عظیم ناشی از این پدیده را بپذیرند و با آن سازگار شوند.

3

انقلاب تجاری

اینترنت: بازارهای جدید و فرصت های منحصر بفردی را فراهم می آورد. هنوز بسیاری از سازمانها این پدیده را همچون تهدیدی برای خود می بینند، اما اگر بخواهید در اوج بمانید باید هرچه زودتر چگونگی استفاده از اینترنت را به شیوه ای کارآمدتر از رقبای خود فرا گیرید.

استفاده از امکانات بالقوه

ظهور اینترنت دست کم به اندازه اختراع ماشین چاپ، تلفن یا تلویزیون اهمیت دارد. این پدیده تحول عظیمی در دنیای تجارت پدید آورده است. بعضی از شرکت ها از این تغییرات بهره خواهند برد و بسیاری از آنها نیز چنین قابلیتی ندارند. شرکت هایی که از سرعت لازم برای واکنش نشان دادن به رقبا و سازگاری با بازارهای متغیر موجود را ندارند، خود را به شدت مورد تهدید اینترنت می یابند. فراگیری شیوه های استفاده از اینترنت در تجارت را در اولویت قرار دهید. بیشتر به فراگیری شیوه های پیردازید که برای انجام تحقیق و جستجو، سرعت بخشیدن به امور تجاری مرتبط به شرکت های عرضه کننده خدمات و برقراری ارتباطات نزدیکتر به مشتریها بکار می آیند.

کاهش هزینه های ویژه ارتباطات

استفاده از اینترنت می تواند هزینه های ارتباطی سازمان را کاهش دهد. به جای نمابر، خدمات پست شهری و استفاده از پیک برای ارسال اسناد و مدارک از پست الکترونیکی استفاده کنید و اگر لازم است که نمابرهای بین المللی زیادی را ارسال کنید به خدمات اینترنت توجه داشته باشید که مبادله این نمابرها را با هزینه ای بسیار کمتر از سیستم های تلفن انجام می دهد. اگر شبکه گسترده پرسرعتی از نوعی (WAN) در اختیار دارید که برای تماس با دفاتر دور از مرکز خود از آن استفاده می کنید. توجه داشته باشید که به کمک ارتباطات پیوسته این شبکه می توانید جلسات (ویدئو کنفرانس) تشکیل دهید. این شیوه ارتباطی بسیار کارآمد است و نیاز به ملاقاتهای چهره به چهره را به شدت کاهش می دهد. برای پاسخگویی به همه سوالهایی



که مشتریها، ارائه دهندگان خدمات و کارکنان بطور معمول می پرسند، از سایت و اینترنت (شبکه داخلی) خود استفاده کنید تا کارکنان سازمان کمتر مورد سوال قرار گیرند.

اعتیاد به اینترنت چگونه شکل می گیرد؟

تصور کنید فردی تمام طول هفته را کار کرده و در انتهای هفته کاملاً احساس خستگی و فرسودگی می کند. مضاف بر اینها ممکن است وی خود را کسل، عصبی و شاید کمی تنها و بی اهمیت بباید. وقتی که در شرایط اخیر فرد مورد نظر تصمیم بگیرد سراغ رایانه خود رفته، ببیند که در فضای الکترونیکی چه اتفاقی می افتد ناگهان حالات خود را متفاوت از روحیات پیش یافته، احساس می کند هیجانی تر و پرنرژی تر شده است. فرد مورد نظر در اتاق گفتگو پیامی به فردی می فرستد و بلافاصله از سوی او پیامی مبنی بر اینکه به وی علاقمند بوده، دوست دارد با او بیشتر گفتگو کند، دریافت می دارد. طرح دوستی هایی که از آن یاد شد تداوم یافته به زودی فرد زمان بیشتری صرف کار با اینترنت می کند و ممکن است اتاق گفتگوی شخصی را که بی شباهت به یک تختخواب الکترونیکی نیست به جای اتاق گفتگوی عمومی گذشته، انتخاب کند. بنابراین زندگی اجتماعی الکترونیکی فرد تعمیق یافته، ممکن است در این روند وی با الحاق به سایت های دیگر، به گسترش آن بپردازد. در آغاز رابطه فرد با اینترنت، وی احساس ضعف، نشاط و هیجان می کند. در این مرحله افراد غالباً از وجود عواطف و احساس هایی مانند: مرز بی انتها، ایجاد پیوند با کل جهان و نظایر آن یاد می کنند که احساس های قوی بشمار می روند، ولی باید دانست که حالات اخیر مستقیماً با تغییرات هورمونی که بیش تر از آن یاد شد، رابطه دارند و تکرار ارتباط با اینترنت بمنظور لذت جویی و فرار از ناراحتی ها و ناکامی هایی که فرد را در بر گرفته اند وی را درگیر با اینترنت می کند. تحقیقات انجام شده دلالت بر آن دارد که گاه افرادی ۱۶ ساعت یا بیشتر طول روز را به کار با اینترنت اختصاص می دهند و گاهی همسر، فرزندان، دوستان، خانواده، مدرسه و یا کار خود را در روند اعتیاد به اینترنت به دست فراموشی می سپرند و قربانی کردن اشخاص مهم زندگی، از بین رفتن بنیاد خانواده آنها و ورشکستگی سرانجام کار آنها بوده است.

آنچه از آن یاد شد نه تنها الگوریتمی اعتیاد آور به اینترنت را ترسیم می نماید، بلکه برای سایر رفتارهای اعتیاد آور قابل تعمیم است و می تواند چرخه اعتیاد را در آنها به راه بیندازد و اگر چه ممکن است بعضی از اشکال اعتیاد یا رفتارهای وسواسی، در مقوله های متفاوت، قدری با یکدیگر تفاوت داشته باشند. اما زمینه های اصلی در تمامی این مقوله ها یکسان است. به لحاظ تاریخی عبارت اختلال اعتیاد به اینترنت برای اولین بار توسط روانپزشکی به نام ایوان گلدبرگ در سال ۱۹۹۱ مطرح شد. وی در ابتدا تعریف خود از اعتیاد به اینترنت را به شوخی و براساس باور رایج در آن زمان در مورد اعتیاد روانی مطرح ساخت. براساس این باور افرادی می توانستند به رفتارهایی همچون خرید کردن معتاد شوند. اما گلدبرگ به زودی پیام های الکترونیکی دریافت داشت که طی آن افرادی اذعان داشته بودند به اختلال اعتیاد به اینترنت گرفتار آمده اند.

جامعه اینترنتی

افراد آنلاین می شوند و دوست پیدا می کنند. برای خیلی ها اینترنت مثل یک نایت کلاب یا محلی می ماند که دوستانی که همیشه می خواستید را آنجا پیدا می کنید. نیازی نیست که بیرون بروید و آدم های واقعی پیدا کنید و روابط صادقانه ایجاد کنید. می توانید پشت میزتان بنشینید و فعالیت های بشماری را انجام دهید. هر وقت دوست داشته باشید می توانید وارد این دنیای مجازیتان شوید و هر وقت هم که خواستید از آن بیرون بیایید. حتی ممکن است دوستانتان دلشان برایتان تنگ شود و از شما بخواهند که برگردید. اگر کسی را عصبانی کنید یا مشکلی ایجاد کنید، می توانید خیلی راحت هویبتان را عوض کرده و با اسم و خصوصیات دیگری دوباره وارد دنیای مجازی شوید.

وارد شدن به این دنیا شجاعت زیادی نمی خواهد. وقتی وارد آن شدید، به هرکجای آن که دوست داشته باشید می توانید سرک بکشید و بدون هیچ عواقب اجتماعی هرکاری که دوست داشتید بکنید. به همین دلیل است که رفتارهای اجتماعی و جنسی در این دنیا قابل جلوگیری نیست. وقتی افراد صداقت نداشته باشند و رفتارهایشان غیرقابل کنترل باشد، تاثیرات مختلفی بر روابط آنها خواهد بود. صداقت، اتحاد، و جوابگویی در دنیای اینترنت خیلی کمتر از مدرسه، محل کار و جامعه است. این روزها اینترنت عامل بسیار مهمی در خانواده ها و زندگی های زناشویی شده است. در برخی موارد، خیلی از روابط به خاطر همین مسئله فروپاشیده می شود. استفاده بیش از اندازه به اینترنت می تواند انزوای اجتماعی، فقدان صمیمیت واقعی و افسردگی ایجاد کند.

خیلی از زنها، مردها یا خانواده به خاطر مشکلاتی که تاحدودی به واسطه این اعتیادهای اینترنتی ایجاد شده است، برای مشاوره نزد متخصص می روند. خیلی از بچه ها شب ها تا صبح پای اینترنت بیدار می مانند. والدین زمان کمتری را برای تربیت و بزرگ کردن فرزندان خود صرف می کنند.

اینترنت نه تنها زمانی که صرف خانواده و جامعه می شود را کم می کند، بلکه زمانی که باید صرف کار کردن شود را نیز محدود می کند. اما ۷۰٪ از کارمندان که به اینترنت پرسرعت دسترسی دارند، تا یک ساعت از وقتی خود را صرف فعالیت های غیرکاری می کنند. تقریباً ۶٪ از افراد در محل کار از اینترنت بیش از ۶ ساعت از وقتشان را صرف فعالیت های غیرکاری می کنند.

5

شستشوی مغزی اینترنتی

اینکه بدانید چه اتفاقی برای شما، دوستانتان یا حتی فرزندانتان می افتد، به هیچ دردتان نمی خورد. آنهایی که خیلی از اینترنت استفاده می کنند می گویند که اینترنت شما را عوض می کند. اگر زمان زیادی را در اینترنت سپری کنید، بقیه دنیا به نظرتان غیرواقعی و عجیب می آید. حتی ممکن است این تغییر را متوجه نشوید.

چت های طولانی، کلیک های پشت سر هم حالتی ایجاد می کند که روانشناسان به آن اختلال گسیختگی می گویند. کاربران اینترنت از واقعیت جدا می شوند و وارد دنیای کامپیوتر می شوند. همه آنهایی که بچه دارند دیده اند که چطور بچه ها ساعت های متمادی را پای تلویزیون سر می کنند. بچه ها و حتی بزرگسالانی که زیاد تلویزیون نگاه می کنند وارد خلسه هیپنوتیزمی می شوند. آنها غرق در تلویزیون شده و از واقعیت جدا می شوند. استفاده محدود یک تفریح سالم یا نوعی فرار محسوب می شود. استفاده طولانی مدت و مکرر می تواند ایجاد مشکل کند.

خیلی ها ممکن است در یک کتاب یا فیلم غرق شوند اما آن کتاب یا فیلم یک وقتی تمام می شود. یکی از دلایل اعتیادآور بودن اینترنت بی انتها بودن، ارتباطی، اجتماعی و اکتشافی بودن آن، تصاویر و اطلاعات بیکران آن است. قبل از آمدن اینترنت، بچه ها و زوج ها بعد از تاریک شدن شب دیگر هیچ ارتباطی با دوستان خود نداشتند و شب ها را در کنار هم صرف خواندن، بازی کردن و تماشای تلویزیون می کردند. اما دیگر اینطور نیست.

اما چرا افراد به سمت اینترنت کشیده می شوند؟ یکی از دلایل آن کنجکاو بودن انسان است. همه ما دوست داریم چیزهای بیشتری ببینیم و کارهای بیشتری انجام دهیم. اکثر ما مسافرت کردن را دوست داریم و وقتی نمی توانیم به مسافرت برویم، دوست داریم کتاب بخوانیم و فیلم نگاه کنیم. دوست داریم احساس قدرت و کنترل کنیم. همه انسانها دوست دارند که احساس خوبی داشته باشند و احساس ناراحتی نکنند. همه ما دوست داریم کارهای لذت بخش انجام دهیم. اما گذران وقت در اینترنت فقط برای خوشگذرانی نیست. با اینکه آنلاین بودن به شما احساس بهتری می دهد اما احساس شما را هم تغییر می دهد. می

تواند نوعی فرار از واقعیت باشد که لزوماً برای شما بهتر نیست. برای خیلی ها یک خیالپردازی دردناک یا نفرت انگیز بهتر از واقعیت دردناک و نفرت انگیز است.

آیا تابه حال متوجه شده اید که بعضی ها حتی وقتی تلویزیون برنامه خوبی هم ندارد، باز هم به تماشای آن ادامه می دهند؟ اینها به جای اینکه تلویزیون را خاموش کنند، پشت سر هم کانال را زیر و رو می کنند. عمل عوض کردن مکرر کانال های تلویزیون پروسه ای رنجش آور است که باعث می شود بقیه افراد اتاق را ترک کنند یا کنترل را از دست آن فرد بگیرند. اینترنت از این نظر که محدودیت زمانی ندارد، ارتباطی بی انتهاست با تلویزیون متفاوت است.

روانشناسان طبیعت اعتیادآور اینترنت را بعنوان یک پروسه اصلاح رفتار که برنامه تقویتی متغیر نام دارد، توصیف می کنند. این یعنی هیچوقت نمی دانید به ازای رفتارتان چقدر پاداش می گیرید. این اعتیادآورترین سیستم پاداش است. شاید باور نکنید، مودم های ADSL بیشتر از مودم های دایال آپ اعتیاد می آورند. اکثر افراد وقتی از اینترنت دایال آپ استفاده می کردند اصلاً حوصله اینترنت را نداشتند. سرعت آن بسیار پایین و خسته کننده بود. تما وقتی اینترنت های پرسرعت وارد بازار شدند همه چیز تغییر کرد. همین سرعت و اعجاب در دریافت انبوه اطلاعات است که ایجاد اعتیاد می کند.

هر چیزیکه در اینترنت وجود دارد اکتشافی، هیجان آور و مملو از فرصت های اجتماعی است. افراد وقتی دلیل کار نکردن برنامه یا وب سایتشان را می فهمند احساس می کنند پاداش گرفته اند. هر نوع ارتقاء در مهارت های شما از جمله ارتقاء برنامه یا دسترسی شما به لینک های جدید و جالب می تواند تغییراتی در شیمی مغز شما ایجاد کند. قوی ترین این تغییرها هجوم دوپامین نام دارد. دوپامین یک ماده شیمیایی در مغز است که عملکردهای مغز مثل تصمیم گیری و تکانشگری را کنترل می کند و وقتی برخی محرک های خاص را تجربه می کنید، ترشح می شود. این ماده می تواند روحیه و اعتماد به نفس شما را تقویت کرده و به شما احساس لذت دهد.

تبلیغات اینترنتی

مردم عقیده دارند که اینترنت در زمان صرفه جویی می کند، اما واقعیت این است که مردم وقت خیلی زیادی را صرف یاد گرفتن نحوه صرفه جویی در زمان می کنند. نتیجه آن این است که کاربرانی که در خانه از اینترنت استفاده می کنند ساعت های متمادی را بدون اینکه متوجه شوند در اینترنت که هیچ سود اقتصادی برای آنها به دنبال ندارد، سپری می کنند. به این ترتیب از کار و خانه و زندگی و گذران وقت با آدم های واقعی عقب می افتند.

تکنولوژی اینترنت به کیفیت زندگی اکثر افراد چیزی اضافه نمی کند. یک حس سلطه گری ایجاد می کند مخصوصاً به خاطر اینکه این تکنولوژی غیرقابل اعتماد است و مردم باید به این تکنولوژی در حال تغییر غالب باشند.

آیا می دانستید که روزانه سایت های بیشتر و بیشتری ساخته می شود تا شما را همانجا نگه دارد، تبلیغات مختلف را پیش چشم شما بگذارد و باعث شود پول خرج کنید؟ هر نوع حيله و نیرنگی که بگویید برای کار کردن روی آدم ها انجام می شود. مثلاً سایت whitehouse.com یک سایت پرنوگرافی است. سایت واقعی کاخ سفید whitehouse.gov است و اگر اشتباهاً آن آدرس را جای این تایپ کنید خواهید دید که وارد دنیایی می شوید که بیرون آمدن از آن واقعاً دشوار است.

دنیای واقعی در مقابل دنیای مجازی اینترنت

روانشناسان عقیده دارند که برای دست یافتن به اکثر چیزهایی که در زندگی وجود دارد، باید تلاش کرد. اینترنت یک ابزار است، زندگی نیست. اینترنت یک چالش تکنولوژیکی است، یک چالش واقعی در زندگی نیست. شاید کاربران آن بتوانند در دنیای مجازی سلطه و غلبه پیدا کنند اما این سلطه در زندگی، کار و روابط واقعیشان نیست. اینترنت روابط اجتماعی و جنسی



بی نهایتی برای شما فراهم می کند. اینترنت یک حس ماجراجویی و اکتشاف به شما می دهد. تحریکتان می کند و می تواند به شدت هیجان انگیز باشد.

شکی نیست که اینترنت در حال گرفتن جای زندگی فعال واقعی است. اینترنت از نظر اجتماعی کاملاً امن است. در اینترنت می توانید هر کجا که دوست دارید با هر هویتی که می خواهید بروید. در دنیای اینترنت، افراد چاق لزومی ندارد که درست غذا بخورند یا ورزش کنند تا وزنشان را پایین بیاورند. می توانند خیلی راحت وانمود کنند که جوان، زیبا و خوش هیكل هستند. دخترها و پسرهای خجالتی می توانند سکس اینترنتی داشته باشند بدون ترس از اینکه پس زده شوند. به هر چیزی که بخواهید می توانید نگاه کنید و با هر کسی که دوست داشتید حرف بزنید بدون اینکه والدینتان، دوستانتان یا همسران متوجه آن شود.

تحقیقاتی که روی کودکان انجام گرفته خیلی جالب است. اینطور مشخص شده که نوجوانان بیشتر از افراد بزرگسال در معرض خطرند. دخترها و پسرهای خجالتی در مدرسه های بزرگ در معرض مشکلات زیادی هستند. اعتیاد نوجوانان به اینترنت در مدرسه های کوچک کمتر اتفاق می افتد. نوجوانان خجالتی در مدرسه های بزرگ به خانه هایشان پس زده می شوند و بی صبر و ناراحت می شوند. جای تعجب نیست که خیلی از آنها دنیای مجازی اینترنت را به دنیای واقعی که در آن تنها هستند ترجیح دهند.

استفاده از اینترنت استفاده خانواده ها از تلویزیون را کاهش داده است. اما این روزها افراد در حالیکه به اینترنت متصل هستند توانان تلویزیون هم تماشا می کنند. چت و ایمیل پرفرودارترین سررمی اینترنتی در بچه ها و نوجوانان شده است.

کودکان ایرانی در برابر اینترنت آسیب پذیرند

به دلیل نبود آموزش های لازم، کودکان ایرانی در برابر اینترنت آسیب پذیری بالایی دارند.

با گسترش ضریب نفوذ اینترنت در ایران، بر میزان نگرانی والدین نسبت به نحوه استفاده از این فناوری نیز افزوده می شود. براساس آمارهای اعلام شده توسط وزارت ارتباطات و فناوری اطلاعات در حال حاضر بیش از ۳۴ درصد از مردم ایران معادل ۲۳ میلیون نفر به اینترنت دسترسی دارند.

با راه اندازی سرویس GPRS همراه اول و با احتساب مشترکان کل اپراتورهای تلفن همراه، قریب به ۵۴ درصد از مردم معادل ۳۸ میلیون نفر از طریق موبایل به اینترنت دسترسی دارند.

اما به دلیل فقدان آموزش های لازم در نهادهای آموزشی و دانشگاهی ایران نسبت به نحوه استفاده صحیح از این فناوری ها، هنوز فرهنگ استفاده از سرویس های اینترنتی در میان خانواده های ایرانی به درستی جا نیفتاده است و همین نکته باعث وارد شدن آسیب های جدی به کیان خانواده شده است.

قوانین حمایت از کودکان

لایحه مبارزه با جرایم رایانه ای و اینترنتی در ایران سال هاست که در کشوی میز نمایندگان مجلس خاک می خورد و چندین دوره رفت و آمد مجلسیان تأثیری بر این لایحه نداشته است.

این در حالی است که سوء استفاده باندهای تبهکاری از کودکان به انحای مختلف از جمله تهیه تصاویر غیراخلاقی و انتشار آنها در وبسایت های متعدد، فریب دادن کودکان در چت روم ها و فضاهای به اشتراک گذاری فایل ها، باعث شده تا بسیاری از کشورهای پیشرفته به فکر تدوین و تصویب قوانین سخت گیرانه برای مبارزه با این متخلفان بیفتند.

اینترنت مثبت و منفی

اینترنت پدیده‌ای است که جنبه‌های مثبت فراوان دارد و برای مثال می‌تواند منبعی مهم برای تحقیقات دانش‌آموزان باشد، كما اینکه هم‌اکنون بسیاری از خانواده‌ها برای انجام تحقیقات کلاسی دانش‌آموزان خود از اینترنت کمک می‌گیرند. به عبارت بهتر می‌توان گفت که تمامی خانواده‌ها در اغلب نقاط جهان، از خانواده‌های بسسته تا خانواده‌های منعطف و مدرن، بی‌شک به ارزش اینترنت پی برده اند و به کاربردهای سودمند آن نیز معترفند؛ مطالب علمی و تخصصی، خدمات آنلاین و سریع، صرفه جویی در منابع و هزینه‌ها، تفریحات و سرگرمی‌های سالم، ارتقای سطح دانش و بسیاری از منافع دیگر با یک اتصال ساده به این شبکه، برای تمامی افراد خانواده و در هر سنی قابل دسترسی است. اما باید توجه کرد اینترنت به همان اندازه که مفید و سودمند است، می‌تواند منبع تهدیدات، خطرناک و آسیب‌های فراوان نیز برای کودکان ما باشد. طبق آمارهای موجود، بسیاری از والدین یا هیچ‌گونه نظارتی بر فعالیت‌های آنلاین فرزندان خود ندارند و یا این مسئله را خیلی جدی نمی‌گیرند. برخی از خانواده‌ها اصلاً خودشان نحوه کار کردن با این فناوری‌ها را نمی‌دانند که بخواهند بر نحوه کار دانش‌آموزان با اینترنت و رایانه نظارت کنند.

در این میان شرکت‌های تخصصی نظارت بر محتوای وب، به کمک والدین و خانواده‌ها آمده‌اند. به این منظور و برای حذف و یا دست‌کم کاهش تهدیدها، صدمات و آسیب‌های وارده به کودکان و نوجوانان به علت دسترسی‌های نامناسب به اینترنت، سازمان‌ها و مراکز اصلی فعال در حوزه فناوری اطلاعات، اقدامات فراوانی را مانند جلوگیری از راه‌اندازی یا ادامه فعالیت پایگاه‌های غیراخلاقی و غیرقانونی، محدود کردن عملکرد جست‌وجو در وب برای برخی از کلمات یا عبارات انجام داده‌اند، اما هیچ کدام از آن‌ها برای تضمین امنیت کودکان و نوجوانان در اینترنت کافی نیست. در واقع مهم‌ترین و مؤثرترین راهکار، استفاده از نرم‌افزارهای امنیتی است که شامل سیستم کنترل والدین باشد. ابزار کنترل والدین، معمولاً قدرت بازدارندگی مؤثری در برابر تهدیدات و خطرات اینترنتی در اختیار دارند و خانواده‌ها می‌توانند با تعریف و تنظیم گزینه‌های مختلف در این ابزار، دسترسی فرزندان خود به محتوای اطلاعاتی تحت وب را کاملاً تحت کنترل و نظارت خود قرار دهند.

هرزه نگاری کودکان در اینترنت

مطابق قانون بسیاری از کشورها، صرف گرفتن تصویری نامناسب از یک کودک یا نوجوان به‌منظور مشاهده روی صفحه مانیتور، بدون در نظر گرفتن اینکه تصویر ذخیره شده به دیگران منتقل شود، ممنوع است. مثلاً دولت چین به‌دنبال دستیابی به فناوری‌های جدیدی است که بتوان از آن برای جلوگیری از اعتیاد کودکان به اینترنت استفاده کرد.

دولت چین همواره استفاده از اینترنت برای ارتقای آموزش و تحصیلات و همچنین مقاصد تجاری را در این کشور مورد حمایت قرار داده اما هم‌اکنون نگران اعتیاد روبه‌رشد کودکان به اینترنت است. از سوی دیگر یک کمیته پارلمانی انگلیس نیز خواستار اتخاذ تدابیر لازم برای حفاظت از کودکان و نوجوانان در اینترنت شده است.

این کمیته برخی سایت‌های اینترنتی از جمله یوتیوب را به سهل‌انگاری در مراقبت از توزیع محصولات مضر به حال کودکان متهم کرده و گفته هرچند اینترنت ابزار مفیدی است و زندگی همه ما را تغییر داده ولی همچنان یک جنبه تاریک دارد که باعث شده خانواده‌ها به حق نگران فرزندان خود باشند.

همچنین نتایج یک تحقیق در بلژیک نشان می‌دهد که از هر ۳ کودک، ۲ نفر در اینترنت تجربه منفی داشته‌اند. اتحادیه اروپا نیز قصد دارد کودکان و نوجوانان را بهتر از قبل در برابر صفحات اینترنتی زیان‌آور حفاظت کند و بدین منظور قرار است تا سال ۲۰۱۳ در مجموع ۵۵ میلیون دلار در این جهت صرف شود.

آموزش رایانه و اینترنت برای کودکان

آموزش کودکان به خصوص کودکان کم سن و سال از ظرافت و اهمیت بالایی برخوردار است. ذهن کودکان بسیار پویا و خلاق است و قابلیت یادگیری بی‌نظیری دارد. اگر شما بتوانید علاقه کودک را نسبت به یک موضوع جلب کنید بزرگ‌ترین قدم را در آموزش کودکان برداشته‌اید. سپس باید ابزارهای کودکانی جهت ادامه یادگیری در اختیار کودک قرار دهید. فرآیند آموزش به کودکان باید با فرآیند آموزش بزرگسالان متفاوت باشد و طراحی این فرآیند وقت ویژه‌ای می‌طلبد.

چند نکته برای حفظ امنیت کودکان

9 منع کامل استفاده از اینترنت و رایانه برای کودکان نه مفید است و نه امکان‌پذیر، چرا که مثلاً با وجود اجرای طرح‌هایی نظیر اتصال مدارس کشور به اینترنت، دیر یا زود فرزندان ما کار با این فناوری را فرا می‌گیرند و به آن در اماکن مختلف دسترسی خواهند داشت. پس بهتر است خود شما نحوه استفاده صحیح از اینترنت را بیاموزید و در کنار فرزندانان از امکانات این شبکه استفاده کنید. به فرزندانان بیاموزید که در باره آنچه در محیط اینترنت با آن برخورد می‌کنند با شما صحبت کنند. به آنها بیاموزید که در محیط‌هایی نظیر ایمیل یا چت روم هرگز نام، نشانی، تلفن و مشخصات شخصی خود را به دیگران ندهند. به کودکان بگویید که هرگز نباید دوستان اینترنتی خود را شخصاً ملاقات کنند. توضیح دهید که دوستان اینترنتی ممکن است همانی که خود می‌گویند، نباشند. آنها را تشویق کنید که در مورد صحت مطالب اینترنت از شما سؤال کنند. فعالیت‌های اینترنتی کودکان خود را با نرم افزارهای پیشرفته کنترل کنید. برخی از این تنظیمات ساده، در مرورگرهای اینترنتی وجود دارد.

بحث و نتیجه گیری

اینترنت طوری ساخته شده است که به راحتی قابل مشاهده و دسترسی باشد. در حال حاضر، هیچ راهی برای جلوگیری موثر از دسترسی افراد به محتواهای نامناسب در اینترنت وجود ندارد. فیلترها و روش‌هایی که استفاده می‌شود خیلی راحت به دست بچه‌ها و نوجوانان باهوش فاش می‌شود. خوشبختانه راه‌های زیادی برای کنترل مصرف اینترنت وجود دارد. راه‌هایی برای کنترل استفاده از اینترنت در محل‌های کار ایجاد شده است. کارمندان اگر بدانند که استفاده آنها تحت کنترل کسی است ندرتاً از اینترنت سوء استفاده خواهند کرد. یک راه دیگر این است که کامپیوتر را در یک محیط عمومی قرار دهید. جلوی چشم بودن فشار اجتماعی ایجاد می‌کند و باعث می‌شود افراد نگران عواقب بازدیدهای خود باشند. رفتارهای اعتیادگونه نیز به نظر دوستان، والدین و افراد خانواده خواهد آمد. با اینکه در محل‌های کار سیستم کنترل کاربری کارمندان وجود دارد اما هنوز چنین نرم‌افزاری در دسترس خانواده‌ها نیست. از زمانیکه کودکان به همه اطلاعات کره زمین از طریق اینترنت دسترسی پیدا کرده‌اند، امنیت روانی و حتی فیزیکی نگرانی بزرگی شده است. به همین دلیل است که والدین باید به شدت از نحوه استفاده



فرزندانشان از اینترنت آگاهی داشته باشند. رها کردن بچه به تنهایی در اتاقش خیلی خطرناک خواهد بود. اگر روابط و خانواده تان را دوست دارید نمی توانید اینترنت را نادیده بگیرید. باید بدانید که اعضای خانواده و کارمندان با اینترنت چه می کنند. کاری که افراد بزرگسال در اوقات بیکاری خود انجام می دهند به خودشان مربوط است اما در مورد بچه ها و کارمندان این وضع فرق می کند. اگر در زندگی توازن و تعادل را رعایت کنید، مطمئناً خیلی بهتر می توانید از عوارض بد اینترنت هم پیشگیری به عمل آورید. افراد معمولاً برای پیدا کردن گمشده های زندگیشان به اینترنت می روند و آنقدر درگیر روابط و محتواهای آن می شوند که دیگر کم کم مسئولیت ها و روابط زندگی واقعییشان را فراموش میکنند. به همین دلیل همه تلاشتان باید ایجاد تعادل در همه امور زندگی باشد.

منابع

- صبوری، حمید. (۱۳۹۴). آشنایی با دانش ارتباطات. نشر دانش
رکن الدینی، سید محمد رضا (۱۳۹۶). فناوری اطلاعات. نشر کیهان
منطقی، مرتضی. (۱۳۹۸). راهنمایی والدین در استفاده فرزندان از فناوریهای ارتباطاتی جدید، نشر جوان