**بسم الله الرحمن الرحیم**

**حقيقت مجـازي**

**درباره فضاي مجازي چه بدانيم و چه بگوييم؟**

**مرکز ملی فضای مجازی**

**یادداشت**

**دبير شوراي عالي و رئيس مرکز ملي فضاي مجازي**

**به نام حقیقت همیشه ماندگار**

**اندیشمندان ارجمند، صاحب‌نظران فرهیخته؛**

**اکنون‌که فضای مجازی با گستردگی و ویژگی‌هایی منحصربه‌فرد تمام شئون فردی و اجتماعی زندگی انسان‌ها را تحت تأثیر قرار داده است و فرصت‌هایی بی‌نظیر و تهدیدهایی نرم و مخرب را به همراه آورده است، شناخت درست، مواجهه منطقی و آگاهی بخشی عمومی از مهم‌ترین وظایف همگان، خصوصاً مبلغان دین و ناشران شریعت و فعالان فرهنگ شیعی است.**

**مواجهه امروزی با فضای مجازی که به گفته کارشناسان و صاحب‌نظران به عرصه حقیقی زندگی بشر تبدیل شده است، چالش‌هایی را در جامعه ایجاد کرده که حاصل توسعه سریع اینترنت و شبکه‌های اجتماعی و پایین بودن دانش رسانه‌ای جامعه است و از آنجایی که همواره علمای دین و مبلغان دلسوز با دغدغه‌های اجتماعی، مبشران و مشاوران آحاد جامعه بوده‌اند امید می‌رود فضلا، روحانیون و اندیشمندان گران‌قدر که همواره با ارتباط مستمر و آگاهانه در مسیر تبلیغ فرهنگ ایرانی- اسلامی گام برمی‌دارند در ماه‌های محرم و صفر که از مهم‌ترین ایام تبلیغی سال به شمار می‌رود و در هر موقعیت مطلوب در منابر، مساجد و مدارس که شرایط گفت‌وگو با نسل جوان و خانواده‌ها فراهم است در راستای تحقق منویات رهبر معظم انقلاب، مخاطبان خود را با فرصت‌ها، آسیب‌ها و راهبردهای فضای مجازی آشنا کنند تا به برکت این جهاد فرهنگی شاهد ارتقاء دانش و مهارت عمومی در این حوزه مهم و اثرگذار اجتماعی باشیم.**

**پیشاپیش از توجه ارزشمند شما به این مجموعه - که با همین هدف تهیه شده است - و تلاش اثرگذاری که در نشر این مطالب خواهید داشت صمیمانه سپاسگزاری می‌کنم و اطمینان دارم این خدمت دینی در پیشگاه پروردگار متعال مأجور خواهد بود.**

**همچنین بهره‌مندی از نظرات شما در این حوزه را برای «مرکز ملی فضای مجازی» مغتنم و راهگشا می‌دانم.**

**با آرزوی سلامتی و توفیقات الهی**

**سید ابوالحسن فیروزآبادی**

**مقــدمــه**

روحانيت شيعه در طول سال‌هاي زياد در برابر پديده‌هاي اجتماعي و موضوع‌هاي جديد منفعل و بي‌موضع نبوده است و به مدد مسير پربرکت و پوياي اجتهاد همواره از سرچشمه قرآن و معارف اهل بيت عصمت و طهارات (عليهم‌السلام) پاسخ و نظر دين را در برابر سؤال‌هاي نوپديد و مسأله‌هاي تازه تبيين كرده است. طلاب و فضلاي جوان نيز در حريم فکري مراجع عظام و ـ به برکت انقلاب اسلامي ـ ولي‌فقيه، در ميدان تبليغ تلاش كرده‌اند که رسالت خود را براي روشنگري و تشريح راه درست و مبتني بر صلاح بشريت و تميز دادن آن از مسير ضلالت و گمراهي جهادگونه و خالصانه به انجام برسانند و در تحقق اين مسئوليت خطير از هرگونه مجاهدت علمي و تبليغي و تحمل شرايط دشوار و ناروا دريغ نکرده‌اند. «فضاي مجازي» از مهم‌ترين مسائل روزگار و به احتمال زياد نسل‌هاي آينده ماست. قابليت‌ها، ويژگي‌ها و مشخصات اين موضوع، کم‌نظير و پراثر است، اما شايد آنچه اهميت اين مقوله را از پديده‌هاي مشابه دهه‌هاي اخير بسيار بيشتر كرده است، در دسترس بودن و حضور بي‌مرز و دائمي آن کنار کاربران و در همه شئون زندگي فردي و اجتماعي ايشان باشد، به نحوي که مصرف حجم گسترده‌اي از اطلاعات ـ آن هم بيشتر بدون حق انتخاب ـ و برقراري ارتباطات در هر لحظه و هر زمان با افراد، گروه‌ها و کانال‌هاي شناخته‌شده و بدون هويت، به‌آرامي انديشه، رفتار، شخصيت و همه جوانب زندگي انسان‌ها را تحت تأثير قرار داده و سبک زندگي، ارزش‌ها و حتي باورهاي جامعه را با تغييرات زيادي روبه‌رو كرده است.

روشن است كه اين حجم گسترده از تحولات دائمي، فرصت‌ها و تهديد‌هاي فراواني نيز با خودش به همراه دارد که مبلغان ديني به‌ويژه در فصول تبليغي که زمينه ارتباط چهره‌به‌چهره با مخاطبان عمومي برايشان فراهم مي‌شود نمي‌توانند از کنار اين موضوع تأثيرگذار به‌راحتي عبور کنند و در مواقع وعظ و منبر و خطابه و تبليغ به آن نپردازند.

رهبر فرزانه انقلاب اسلامي که همواره بر ضرورت توجه به فرصت‌ها و تهديد‌هاي فضاي مجازي به صورت توأمان تصريح فرمودهاند؛ تأکيد داشته‌اند که روحانيون بايد باشناخت فضاي مجازي و استفاده از فرصت‌هاي آن، معارف و مفاهيم اسلامي را تبيين کنند:

«ما بايد خودمان را مجهّز کنيم؛ خيلى از ماها مجهّز نيستيم، خيلى از ماها نميدانيم، نه از جنبه‌هاى نرم‌افزارى، نه از جنبه‌هاى سخت‌افزارى. بعضى‌ها با اين روشهاى جديد اصلاً آشنايى ندارند، با رايانه و مانند آن اصلاً آشنا نيستند، معنايش را نميدانند، اهمّيّت اين کار را درک نميکنند. مى‌بينيم ما؛ در بين مسئولين هم هستند کسانى که اهمّيّت اين کار بزرگ را بدرستى و آنچنان‌که بايد و شايد درک نميکنند لذا اقدام لازم را انجام نميدهند. ما شوراى عالى فضاى مجازى درست کرديم براى همين قضيّه؛ براى اينکه مسئولان بيايند دُور هم بنشينند، فکر کنند، متمرکز کنند اراده‌ها و تصميم‌ها و اقدامهاى خودشان را براى مواجهه‌ى با اين حادثه‌ى بزرگ. اين يک عرصه‌اى است که داراى منافع بى‌شمار و داراى مضرّات بى‌شمار است؛ عرصه‌ى فضاى مجازى اين‌جورى است؛ ميتوان از آن حدّاکثر منافع را [کسب کرد]؛ همان کارى که آن دشمن ميکند، شما [هم] ميتوانيد بکنيد در جهت عکس؛ [يعنى‌] مفاهيم اسلامى و معارف اسلامى را پخش کنيد بدون هيچ مانع و رادعى.[[1]](#footnote-1)»

مرکز ملي فضاي مجازي به منظور زمينه‌سازي براي تحقق اين رهنمود مقام معظم رهبري و در زمان کوتاه باقي‌مانده تا مهم‌ترين ايام تبليغ يعني ماه محرم که به برکت قيام سالار شهيدان امام حسين(عليه‌السلام)، نهضت تبليغ ديني در رگ‌هاي جامعه جريان پيدا مي‌کند سعي كرده تا با تهيه بسته فرهنگي تبليغي سهمي هرچند اندک در انجام اين رسالت اجتماعي بر عهده بگيرد. محصولات اين بسته عبارتند از:

**کتاب هميار مبلغ در موضوع فضاي مجازي**

در اين کتاب که هم‌اکنون در اختيار شماست سعي شده است کليات مطالبي که مورد نياز مبلغان گران‌قدر است به اختصار ارايه شود، بنابراين سرآغاز اين کتاب خلاصه‌اي از رهنمود‌هاي مقام معظم رهبري است که در حقيقت حدود اصلي بحث مبتني بر آن شکل مي‌گيرد. در فصل دوم کليات فضاي مجازي مانند ويژگي‌ها، ماهيت، گستره و موضوعاتي از اين قبيل مطرح شده است. در فصل سوم کليدواژه‌ها و اصطلاحات ضروري اين حوزه براي آشنايي بيشتر مرور شده است.

فصل چهارم به تشريح آسيب‌ها و تهديد‌هاي فضاي مجازي اختصاص پيدا کرده است و فصل پنجم راهکارهاي مواجهه با اين آسيب‌ها و روش‌هاي کاهش آنها را ارايه كرده است. در فصل ششم نيز فرصت‌هاي اين پديده مهم برشمرده شده است.

پرواضح است که همه مطالب کتاب مناسب نقل مستقيم نيست، در حقيقت ذوق و دقت مبلغ محترم است که پس مطالعه کامل کتاب نکات مورد نياز و مناسب با هر مخاطب را براي بيان انتخاب و تنظيم مي‌كند.

**فايل پاورپوينت**

اين محصول که خلاصه و برگرفته‌اي از مطالب همين کتاب است براي ارايه در جمع‌هاي دانشجويي يا جوانان و نوجوانان تهيه شده است تا اگر در روزهاي تبليغ، امکان حضور در اين محيط‌ها نيز فراهم شد بتوانيد سخنراني منسجمي با همين موضوع ارايه دهيد.

**طرح‌هاي تبليغات محيطي**

بسياري از دوستان روحاني تبليغ را به منبر و وعظ محدود نمي‌کنند و با ورود خود به مناطق با اجراي برنامه‌هاي مختلف و با مشارکت گروه‌هاي مردمي مانند بسيج يا کانون‌ها در حقيقت جرياني تبليغي و فرهنگي به راه مي‌اندازند.

اين‌گونه روحانيون معمولاً علاوه بر منبر و کلاس و مشاوره و انواع فعاليت‌هاي گروهي نيازمند تبليغات محيطي هم مي‌شوند.

به همين دليل طرح‌هاي گرافيکي با موضوع فضاي مجازي و با الهام از روايت‌ها و مطالب ارزنده تهيه شده است که مي‌توانيد با پرينت آنها در اندازه‌هاي مختلف، نمايشگاه درست‌و‌حسابي و پرمحتوايي برپا کنيد. اين طرح‌ها قابليت‌هاي ديگري مانند برگزاري مسابقه، نصب روي تابلوهاي اعلانات محيط‌هاي آموزشي و اداري را نيز دارند.

استفاده از اين طرح‌ها نيز به ذوق و سليقه و ابتکار شما عزيزان بستگي دارد.

**محتواي تصويري و چندرسانه‌اي**

محتواي کتاب، به‌صورت برنامه‌هاي تصويري و تلويزيوني کوتاه نيز توليد شده است تا به اقتضا نياز مخاطبين و جلسات، مورد استفاده قرار گيرد. اين برنامه‌هاي کوتاه تصويري قابليت نمايش و ارائه در جلسات عمومي را دارد.

**کتاب صوتي**

اين محصول براي موقعيت‌هايي که تمايل داريد از طريق شنيدن با محتواي کتاب آشنا شويد، تهيه شده است. اهم محتواي کتاب به صورت يک فايل صوتي تهيه و در اختيار قرار گرفته است.

**نرم‌افزار «حقيقت مجازي»**

اين نرم‌افزار که مخصوص گوشي‌هاي موبايل اندرويدي طراحي شده است، علاوه‌براينکه شامل تمامي محتواي توليد شده اين بسته آموزشي است، رابط کاربر و ساير توليدات و محصولات جديد اين حوزه خواهد بود.

به‌روزرساني‌هاي مستمر اين نرم افزار، محتواها و توليدات جديد مرکز ملي فضاي مجازي را در اختيار شما قرار مي‌دهد و مي‌تواند به سئوالات ارسالي شما پاسخ دهد. روشن است آنچه در اختيار شماست بضاعت اندکي است که در فرصت محدود تهيه شده است، حتماً نواقص و ضعف‌هايي دارد که با تذکرها و نظرهاي شما به‌ويژه وقتي در عمل مورد استفاده قرار مي‌گيرد، اشکالات آن روشن شده و اصلاح و تکميل خواهد شد و در آينده شاهد ارتقاي محتوايي و بهبود شکلي اقدامات مشابه خواهيم بود. به سهم خود از تلاش ارزشمند و مقدس شما سپاسگزاري مي‌كنيم. بديهي است اجر واقعي شما در پيشگاه خداوند متعال محفوظ خواهد بود.

**مرکز ملي فضاي مجازي | معاونت محتوا**

**فصل یک**

**کارزار فکری**

**فضای مجازی از منظر رهبر معظم انقلاب**

ضرورت شناخت فضاي مجازي

توجه به فرصت بودن اينترنت و پرهيز از تهديدانگاري صرف نسبت به آن

امروز شما ببينيد وسايل تبليغ در دنيا چقدر متنوع شده؛ اين طرف دنيا يك نفر جوان پاى دستگاه كوچكي مى‏نشيند و افكار، تصورات، تخيلات، پيشنهادهاى فكرى و پيشنهادهاى عملى را از سوى هركسى ـ بلكه هر ناكسى ـ از آن طرف دنيا دريافت مى‏كند. امروزه اينترنت‏ و ماهواره و وسايل ارتباطى بسيار متنوعي وجود دارد و حرف، آسان به همه جاى دنيا مى‏رسد. ميدان افكار مردم و مؤمنان، عرصه‏ كارزار تفكرات گوناگون است. امروز ما در ميدان جنگ و كارزار حقيقى فكرى قرار داريم. اين كارزار فكرى به‏هيچ‏وجه به زيان ما نيست؛ به سود ماست. اگر وارد اين ميدان بشويم و آنچه را كه نياز ماست ـ از مهمات تفكر اسلامى و انبارهاى معارف الهى و اسلامى ـ بيرون بكشيم و صرف كنيم، قطعاً بُرد با ماست؛ ليكن مسأله اين است كه ما بايد اين كار را بكنيم.[[2]](#footnote-2)

فضاي مجازي؛ بستر نشر افكار باطل

مسأله‏ شما مهم‏تر و دشوارتر است از مسأله‏ علامه‏ حلى يا مسأله‏ علامه‏ مجلسى يا مسائل علماى بزرگى كه در طول تاريخ بوده‏اند؛ با آنها قابل مقايسه نيست. امروز نشر افكار باطل نه فقط به وسيله‏ ابزارهاى ارتباط جمعى فراوان ـ مثل راديو، تلويزيون، اينترنت‏ و انواع و اقسام روش‌هاى الكترونيكى ـ انجام مى‏گيرد بلكه از شيوه‏هاى هنرى هم استفاده مى‏شود. امروز در دنيا پول خرج مى‏كنند و فيلم‌هاى گران‏قيمت مى‏سازند، براى اينكه غيرمستقيم فكرى را وارد ذهن‌ها كنند يا فكرى را از ذهن‌ها بيرون بياورند. يكى از مهم‏ترين نقاط آماج اين كارها، افكار دينى و به‌خصوص افكار اسلامى است؛ البته بعد از برپا شدن جمهورى اسلامى، به‌خصوص افكار شيعه هم آماج همين چيزها قرار گرفته است. شما شايد شنيده باشيد كه در سرزمين فلسطين به وسيله‏ صهيونيست‏ها يا در امريكا كنفرانس‏هاى شيعه‏شناسى تشكيل مى‏شود و كسانى روى آرا و لايه‏هاى فكرى و شكل اجتماعى شيعيان تحقيق مى‏كنند؛ اين براى اين است كه بتوانند با شيعه مبارزه كنند. بايد شيعه را بشناسند تا بتوانند با او مبارزه كنند.[[3]](#footnote-3)

ظرفيت بي‏سابقه فضاي مجازي براي ترويج معارف اسلامى

امروز اين جوان‌هاى دانشجو و غيردانشجو را كه مشاهده مى‏كنيد ـ حالا من دانشجوها را مى‏گويم ـ همه‏شان تقريباً و تغليباً مشتاق‌اند از مفاهيم اسلامى و معارف اسلامى چيزهايى را بشناسند و چيزهايى را بفهمند و سر دربياورند. من و شما بايد زمينه فراهم كنيم كه بتوانيم به آنها جواب دهيم. اين فرصت تا امروز كى براى روحانيت وجود داشته؟ علاوه بر اين، ابزارهاى تسهيل‏كننده، مثل رايانه‏ها و ارتباطات اينترنتى و فضاى‏ مجازى‏ و سايبرى هم كه الان در اختيار شماست. اگر بتوانيد اينها را ياد بگيريد، مى‏توانيد يك كلمه حرف درست خودتان را به هزاران مستمعى كه شما آنها را نمى‏شناسيد، برسانيد؛ اين فرصت فوق‏العاده‏اى است؛ مبادا اين فرصت ضايع شود. اگر ضايع شد، خداى متعال از من و شما روز قيامت سؤال خواهد كرد: از فرصت اين‌همه جوان، اين‌همه استبصار، اين‌همه ميل و شوق به دانستن، شما براى ترويج معارف اسلامى چه استفاده‏اى كرديد؟ نظام اسلامى چنين خدمتى به ما معمّمين و روحانيون كرده. مگر مى‏توانيم خودمان را كنار بگيريم؟[[4]](#footnote-4)

فعاليت سايت‌هاي اينترنتي‏ با هدف تهاجم به تفكرات اسلامى و شيعى

امروز دشمن از همه‏ روش‌ها استفاده مى‏كند. من ديروز در جمع جوان‌ها مى‏گفتم كه امروز صدها سايت اصلى و هزاران سايت فرعى در اينترنت‏ وجود دارد كه هدف عمده‏شان اين است كه تفكرات اسلامى و به‌خصوص تفكرات شيعى را مورد تهاجم قرار دهند. تهاجم هم تهاجم استدلالى نيست؛ از روش‌‌هاى تخريبى و از روش‌هاى روان‏شناسانه و غيره استفاده مى‏كنند. همه‏ اينها پاسخ دارد؛ پاسخ‌هايش هم مشكل نيست؛ بايستى از اين وسايل استفاده كرد. بايد از آنچه در اختيار داريم، حداكثر استفاده را بكنيم. ما نه از صداوسيمايمان، نه از مطبوعاتمان و نه از بسيارى از منابر عظيم عمومى‏مان، چنان‏كه بايد و شايد، استفاده نمى‏كنيم. اين ضعف‌هاى ماست؛ اين ضعف‌ها را بايستى كم كنيم. بايد روز‌به‌روز نقاط ضعف را كم و نقاط قوت را زياد كرد و اين ممكن است.[[5]](#footnote-5)

اهداف دشمن از ايجاد فضاي مجازي

تغيير در شيوه‎هاي انتقال فکر

امروز دو خصوصيت وجود دارد كه بار من و شما را سنگين مى‏كند. يك خصوصيت پيشرفت شيوه‏هاى انتقال فكر است.   
شما ببينيد تلويزيون، راديو، وسايل الكترونيكى، اينترنت‏ و ديگر وسايل ارتباطاتى، امروز در دنيا در خدمت چه اهدافى قرار دارند. امروز استكبار به اين اكتفا نمى‏كند كه شمشير نشان بدهد. شمشير هم نشان مى‏دهد، اما در كنار او به ده‏ها شيوه‏ ديگر متوسل مى‏شود براى اينكه آن فكر غلط، آن راه خطا، آن روش ستمگرانه و طغيان‏گر را بر ملت‌ها تحميل كند... امروز طبق اطلاعات قطعى ثابت شده است كه مؤسسه‏ عظيم هاليوود و شركت‌هاى بزرگ سينمايى با سياست‌هاى استكبارى امريكا همراهى و همكارى مستمر و باب ميل دارند. اين مؤسسه‏ بزرگ فيلم‌سازى و سينمايى كه ده‏ها كمپانى بزرگ فيلم‏ساز از هنرمند و از كارگردان و از بازيگر و از نمايش‏نامه‏نويس و فيلم‏نامه‏نويس و سرمايه‏گذار در آن گرد هم جمع شدند، در خدمت هدفى دارند حركت مى‏كنند. آن هدف عبارت است از اهداف سياست استكبارى‏اى كه دولت امريكا را هم همان سياست‌ها دارد مى‏چرخاند. اينها چيز كوچكى نيست.[[6]](#footnote-6)

گسترش «ناتوى فرهنگى» براي سررشته‏داري تحولات جوامع

هميشه لشكرى هم از امكانات فرهنگى و رسانه‏اى و روزنامه‏هاى فراوان و مسائل گوناگون تبليغات در مشت اينها بوده است كه اينها امروز يواش‏يواش دارد پخش مى‏شود و من پريروز در روزنامه ـ البته سه، چهار ماه قبل از اين، مقاله‏اش را ديده بودم ـ گزارشى از تشكيل «ناتوى فرهنگى» را خواندم؛ يعنى در مقابل پيمان ناتو كه امريكايي‌ها در اروپا به عنوان مقابله‏ با شوروى سابق يك مجموعه‏ مقتدر نظامى به وجود آوردند، اما براى سركوب هر صداى معارض با خودشان در منطقه خاورميانه و آسيا و غيره از آن استفاده مى‏كردند، حالا يك ناتوى فرهنگى هم به وجود آورده‏اند. اين، بسيار چيز خطرناكى است؛ البته حالا هم نيست؛ سال‌هاست كه اين اتفاق افتاده است. مجموعه‏ زنجيره‏ به‌هم‏پيوسته‏ رسانه‏هاى گوناگون ـ كه حالا اينترنت‏ هم داخلش شده است و ماهواره‏ها و تلويزيون‏ها و راديوها ـ در جهت مشخصى حركت مى‏كنند تا سررشته‏ تحولات جوامع را به عهده بگيرند؛ حالا كه ديگر خيلى هم آسان و روراست شده است.[[7]](#footnote-7)

تأمين الزامات جهاني‏سازي و نظم نوين جهاني

الان اشغالگر ـ مثل همان اشغالگرى كه بخارست يا پاريس يا فلان كشور را تصرف كرده بود ـ در حال اشغال تدريجى است. اين اشغالگر كيست؟ پاسخ اين نيست كه اين اشغالگر دولت امريكا يا فلان دولت ديگر است؛ نه، اين اشغالگر يك طبقه‏ اجتماعى است؛ طبقه‏اى كه دولت امريكا و دولت‌هاى ديگر را به قدر توانايى و قدرت خود و آمادگى آنها دارد هدايت مى‏كند؛ البته در بافت و ساخت اين دولت‌ها هم بدون‌شك افراد اين طبقه حضور دارند، اما هدايت، هدايت يك دولت نيست؛ هدايت يك مجموعه‏ طبقاتى است كه اگر بخواهيم در يك عبارت براى اينها اسم معين كنيم، بايد بگوييم «زرسالاران اقتدارطلب». هدف‌شان هم سيطره بر منابع حياتى و مالى همه‏ دنياست.   
البته اين سيطره، يك الزامات سياسى دارد كه همان نظم نوين جهانى است؛ يك الزامات علمى و ادارى دارد كه به‌تدريج خود را به آن نزديك مى‏كنند. مسأله‏ جهانى‏سازى كه امروز در تجارت، پول، فرهنگ و شبكه‏هاى فرهنگى ـ مثل اينترنت‏ و مانند آن ـ مطرح است، همه دانسته و نادانسته در خدمت اين مجموعه‏ طبقاتى است؛ البته تحليل جامعه‏شناختى اينها خيلى دقيق، ريز و مفصل است.[[8]](#footnote-8)

روش‏هاي دشمن در بهره‎برداري از اينترنت

شبهه‏آفرينى

امروز نشر افكار باطل نه‌تنها به وسيله‏ ابزارهاى ارتباط جمعى فراوان ـ مثل راديو، تلويزيون، اينترنت‏ و انواع و اقسام روش‌هاى الكترونيكى ـ انجام مى‏گيرد بلكه از شيوه‏هاى هنرى هم استفاده مى‏شود... بر عهده‏ ما طلبه‏هاست كه اين شبهه‏ها را با پيشگيرى يا با درمان برطرف كنيم. چالش عمده‏ امروز شما اين است.[[9]](#footnote-9)

آن‏روز اولاً آن انقلاب با آن عظمت و پرهيجان اتفاق افتاده بود؛ ثانياً آن ‏روز اينترنت‏ نبود، ماهواره نبود، اين‌همه تبليغات گوناگون نبود، اين جوان در معرض اين‌همه آسيب نبود، جوان امروز در معرض اين‌همه آسيب است؛ اينترنت‏ جلوى او است، اين‌همه تلاش دارد مى‏شود براى اينكه اين جوان را منحرف كنند، [اما] اين جوان متدين باقي مى‏ماند... [[10]](#footnote-10)

ايجاد تشويش در ذهن (خصوصا تبليغ ضدجمهوري اسلامي ايران در فضاي بين‌المللي)

حجم تبليغات عليه نظام جمهورى اسلامى يك حجم وحشت‏آورى است؛ تعداد رسانه‏ها ـ با شيوه‏هاى گوناگون ـ عليه نظام جمهورى اسلامى در دنيا يك تعداد نجومى عجيبى است. فلان جوانى كه اهل فلان كشور آفريقايى است يا فلان كشور آسيايى است يا فلان كشور عربى و غيرعربى است، وقتى مى‏نشيند پاى اينترنت‏ يا مى‏نشيند پاى فلان رسانه‏ بين‏المللى يا در دست مى‏گيرد فلان مطبوعه‏ بين‏المللى را، از كجا بفهمد كه آنچه در اينجا نوشته است نسبت به ايران اسلامى، خلاف واقع است؟ حضور شما در حج، در اين عرصه‏ بين‏المللى اين فرصت را به شما مى‏دهد كه حقايق را منتقل كنيد؛ نه‌فقط با زبان بلكه با زبان و عمل؛ حقايق اسلام را بگوييد، حقايق شيعه را بگوييد، حقايق انقلاب اسلامى را بگوييد، ماجراهايى را كه امروز وجود دارد بگوييد.[[11]](#footnote-11)

كسى كه زمانه را مي‌شناسد؛ يعنى وقتى اوضاع‌و‌احوال محيط خود و محيط پيرامونى‏اش و محيط جهان را مي‌داند و مي‌فهمد جريا‌ن‌هاى گوناگون جهانى كى‏هايند، كجايند، اهداف‌شان چيست، چه‌جور با هم مواجه مي‌شوند، دچار اشتباه نمي‌شود؛ در قضاياى گوناگون، قضاوت اشتباه نمي‌كند و دچار اشتباه نمي‌شود.

البته دشمن مرتب دارد تحليل‏باران مي‌كند. اين تعداد رسانه‏هايى كه آمارش را چندى پيش اينجا آوردند و به ما دادند، اصلاً دهشت‏آور است. اينها غير از رسانه‏هاى اينترنتى است ـ اينترنت‏ كه ديگر يك دنياى بى‏مرز و خارج از محدوده‏اى است ـ منظور، همين ماهواره‏ها و راديوها و تلويزيون‌هاست. تحليل‌هايى كه در اين رسانه‏ها مرتباً با هدف مقابله با جمهورى اسلامى و نظام اسلامى و ملت ايران داده مي‌شود، سرسام‏آور است. حالا آنهايى كه انبوه توليد مي‌كنند، مي‌دانند كه مردم به همه اينها گوش نمي‌دهند. مي‌گويند هر مقدارى كه مي‌شود، بايد تلاش كرد.[[12]](#footnote-12)

تهاجم فرهنگي يک واقعيتي است. صدها ـ حالا من که مي‌گويم صدها، مي‌شود گفت هزارها؛ منتها حالا بنده چون يک‌خرده در زمينه‌هاي آماري دلم مي‌خواهد احتياط کنم، مي‌گويم صدها ـ رسانه‌ صوتي، تصويري، اينترنتي و مکتوب در دنيا دارند کار مي‌کنند با هدف ايران! با هدف ايران! نه اينکه دارند کار خودشان را مي‌کنند. يک‌وقت هست که فرض کنيد راديوي فلان کشور يا تلويزيون فلان کشور يک کاري دارد براي خودش مي‌کند؛ اين نيست، اصلا هدف اينجاست؛ با زبان فارسي [برنامه مي‎سازند]؛ آن را با وقت استفاده‌ فارسي‌زبان يا عنصر ايراني تطبيق مي‌کنند؛ مسائل ما را رصد مي‌کنند و طبق آن مسائل، موضوعات و محتوا براي رسانه‌ خودشان تهيه مي‌کنند؛ يعني کاملاً واضح است که هدف اينجاست. خودشان هم مي‌گويند، انکار هم نمي‌کنند، بنابراين تهاجم فرهنگي يک حقيقتي است که وجود دارد؛ مي‌خواهند روي ذهن ملت ما و روي رفتار ملت ما ـ جوان، نوجوان، حتي کودک ـ اثرگذاري کنند. اين بازي‌هاي اينترنتي از جمله‌ همين است... خب در مقابل اينها بايد چه‌کار کرد؟ در مقابل اينها دو چيز لازم است: يکي کار، يکي ابتکار؛ اين دو کار و اين دو نقطه‌ مهم را بايد در نظر [داشت‌]؛ بايد کار کنيم، کار هم بايد کار ابتکاري باشد؛ البته در اين مورد مسئوليت صداوسيما خيلي سنگين است، مسئوليت وزارت ارشاد خيلي سنگين است... خب روي اين زمينه کار بکنيد؛ کارهاي ابتکاري بکنيد؛ اسباب‌بازي همين‌جور، بازي رايانه‌اي همين‌جور، عروسک همين‌جور، اينها چيزهايي است که لازم است.[[13]](#footnote-13)

اخلال در عقيده، تزريق نااميدى و ايجاد اختلاف (خصوصاً اختلافات مذهبي)

خب، اگر بناست من و شما تبليغ رسالات الهى را بكنيم، منتظر شياطين انسى و جنى باشيم. به ما حمله مي‌كنند؛ آماده بشويم. از لحاظ روحى، در درون خود حصار مستحكمى به وجود بياوريم ـ كه اين حصار، حصار ايمان و توكل است ـ تا مغلوب نشويم و از درون شكست نخوريم...   
يك آمادگى ديگر هم آمادگى بيرونى است. اين شيطانى كه حمله مي‌كند، هميشه يك‌جور حمله نمي‌كند. شيطان امروز كه از راه اينترنت‏ و ماهواره و روش‌هاى ارتباطى مدرن و فوق‌مدرن سراغ شما مى‏آيد، حرف‌هاى مدرنى هم دارد؛ سخت‏افزارش را مدرن كرده، نرم‏افزار مدرن هم دارد. شبهه‏آفرينى دارد، اخلال در عقيده دارد، ايجاد تشويش در ذهن دارد، تزريق نااميدى دارد، ايجاد اختلاف دارد. الان دلارهاى نفتى دارد يك جاهايى صرف مي‌شود؛ بنده خبر دارم، اطلاع دارم. اينها گزارش‌هايش غالباً گزارش‌هايى است كه پخش نمي‌شود. در بعضى از كشورهاى اسلامى مثل ريگ پول مي‌ريزند براى اينكه در بين سنى‏ها اجتماع ضدشيعه درست كنند. اين از اين طرف؛ از آن طرف هم به يك گوينده‏ به‌اصطلاح شيعى پول مي‌دهند كه در تلويزيون، به نام شيعه، ام‏المؤمنين عايشه را متهم كند، قذف كند، اهانت كند. رو‌ش‌ها اينهاست. شما در مقابل اين روش‌ها چه‌كار مي‌كنيد؟ سنى چه كار مي‌كنى؟ شيعه چه‌كار مي‌كنى؟ از كارهاى اينها گول نخوريم. اختلاف براى آنها بيشترين و بزرگ‌ترين نعمت است.[[14]](#footnote-14)

استفاده از روش‌هاى تخريبى و روان‏شناسانه براي تهاجم به تفكرات اسلامى و شيعى

امروز صدها سايت اصلى و هزاران سايت فرعى در اينترنت‏ وجود دارد كه هدف عمده‏شان اين است كه تفكرات اسلامى و به‌خصوص تفكرات شيعى را مورد تهاجم قرار دهند. تهاجم هم تهاجم استدلالى نيست؛ از روش‌هاى تخريبى و از روش‌هاى روان‏شناسانه و غيره استفاده مى‏كنند. همه‏ اينها پاسخ دارد؛ پاسخ‌هايش هم مشكل نيست؛ بايستى از اين وسايل استفاده كرد. بايد از آنچه در اختيار داريم، حداكثر استفاده را بكنيم.[[15]](#footnote-15)

لوازم‏ استفاده از فرصت‌هاي فضاي مجازي

الف) ضرورت شناخت نحوه مواجهه فعال و خردمندانه با فضاي مجازي

استفاده از اينترنت براي دسترسي به اطلاعات علمي

به موقعيت‏ها نگاه كنيد و دانشگاه را از لحاظ تدريس به ميدان پرتحركي تبديل كنيد؛ با تعامل دانشجو با استاد، تحرك استاد، مطالعه‏ استاد، دسترسى استاد به مراكز علمى و اطلاعات علمى و نشريات علمى ـ كه امروز خوشبختانه با رواج اينترنت‏ و چيزهاى ديگر، خيلى نسبت به گذشته آسان‏تر شده ـ دانشگاه را به يك مجلس عمومى دائماً در حال مباحثه و در حال كار تبديل كنيد؛ دانشجو را رشد بدهيد و تربيت كنيد.[[16]](#footnote-16)

استفاده از اينترنت براي نشر دين

امروز وظايف حوزه‏هاى علميه با گذشته تفاوت‏هاى زيادى كرده است. حوزه‏ علميه فقط براى اقامه‏ جماعت نيست. منبر رفتن به‌ صورت سنتى هم اگر محتواى عالى و پُرمغزى نداشته باشد، كافى نيست. امروز حوزه‏هاى علميه وظيفه‏ هدايت قشرهاى گوناگون را در سطوح مختلف بر عهده دارند؛ البته من اعتقاد دارم كه تبليغ سنتى ما كه مسجد و منبر و سخنرانى روبه‏روست بديل ندارد؛ اين را بايد حفظ كنيم. اينكه شما بنشينيد با يك نفر روبه‏رو صحبت كنيد؛ نگاه شما به او بيفتد، نگاه او به شما بيفتد و نفس گرم شما به او برسد، اين چيز خيلى خوبى است؛ اين را بايد حفظ كنيم، ليكن اين كافى نيست. امروز وسايل تبليغ نوشتارى و گفتارى به‏قدرى متنوع و زياد است كه اگر روحانيت دين از اين قافله عقب بماند، قطعاً يك خسارت بزرگ تاريخى براى او پيش خواهد آمد.[[17]](#footnote-17)

وظيفه‏ ما چيست؟ اولين وظيفه‏ ما اين است كه اين نقش روحانيت اصيل را جدى بگيريم. من بارها گفته‏ام كه با همه‏ اين وسايل ارتباط جمعى‏اى كه وجود دارد؛ البته روحانيت بايد از همه‏ اين وسايل ارتباط جمعى استفاده كند؛ از اينترنت‏ و فناوري‌هاى جديد ارتباطاتى بايد همه‏ روحانيت براى دين استفاده كند؛ همچنانى كه از راديو و تلويزيون و بقيه‏ چيزها استفاده مى‏كند. در عين حال، مسجد، جلسه‏ مذهبى، نشستن روبه‏روى مردم، دهان‌به‌دهان با مردم حرف زدن، يك نقش بى‏بديل دارد و هيچ‏چيزى جاى اين را نمى‏گيرد و اين هم مال شماست.[[18]](#footnote-18)

ب) مقابله با آسيب‎هاي فضاي مجازي

ضرورت مقابله با آسيب‎هاي فضاي مجازي

عدم بزرگ‎انگاري در تحليل اثرگذاري فعاليت‎هاي اينترنتي ضدفرهنگي

كسانى اين‏طور وانمود مى‏كنند نسلى كه روى كار مى‏آيد ـ كه اصطلاحاً به آن «نسل سوم انقلاب» مى‏گويند ـ پُشت‏كرده‏ به انقلاب و روى‏گردان از ارزش‌هاى دينى است؛ يا اگر هم نيست، به طور اجتناب‏ناپذيرى اين‏گونه خواهد شد! بنده صددرصد حرف آنها را رد مى‏كنم. نه اينكه من عوامل فسادبرانگيز فرهنگى را نمى‏بينم يا نمى‏شناسم يا از آنها خبر ندارم؛ نخير، بنده از ماهواره و اينترنت‏ و رمان‌ها و فيلم‌ها و آهنگ‏ها و حرف‌هاى فاسد كاملاً خبر دارم و آنها را دست‌كم نمى‏گيرم. من عمرم را در ميان جوانان گذرانده‏ام. از دورانى كه خودم جوان بودم، با جوانان دانشگاهى كه خارج از محيط ما بودند، ارتباط برقرار كردم؛ تا امروز هم ارتباط من با جوانان قطع نشده است، بنابراين مى‏دانم حال‌و‌هواى جوانى چيست و امروز در فضاى جوانى ما چه مى‏گذرد، اما معتقدم نسل كنونى امروز اين‌قدر هم آسيب‏پذير و شكننده نيست؛ اين را بد فهميده‏اند. اين نسل در محيطى بار آمده كه از محيط سى سال و سى‌و‌پنج سال قبل به‌مراتب پاكيزه‏تر و بهتر است. كسانى كه در اين محيط متولد شده‏اند، به بركت هدايت دينى توانستند آن كار عظيم را انجام دهند و آن ايمان‏هاى پولادين و استوار را عرضه كنند. من معتقدم كه اين نسل نسبت به آن نسل، در محيط بهترى پرورش يافته و آمادگي‌ها و آگاهي‌هاى به‌مراتب بهتر و بالاترى دارد. بنده وقتى حدود بيست‌سالم بود، هرگز آگاهي‌هايى كه امروز شما جوان بيست‏ساله داريد، نداشتم. امروز جوان ايرانى، آگاه و بامعرفت و بصير و سياسى و اهل تحليل است و از همه بالاتر باايمان است.   
چه چيزى موجب مى‏شود كه با اين بمباران فرهنگى‏اى كه سال گذشته در مجموعه‏اى از مطبوعات زنجيره‏اى عليه مذهب و عليه فكر مذهبى و عليه انقلاب و عليه امام و عليه همه‌چيز صورت گرفت، وقتى روزهاى اعتكاف ماه رجب فرا رسيد، مسجد دانشگاه تهران جزو شلوغ‌ترين مراكز اعتكاف شود؟ چه كسى به جوانان گفت برويد اعتكاف كنيد؛ سه روز روزه بگيريد و از مسجد بيرون نرويد و وقت‌تان را در آنجا به عبادت و ذكر و دعا و تضرع و توسل بگذرانيد؟ چه كسى به جوانان بخشنامه كرده بود؟ من خبر دارم كه در رشت هم مساجد و مجامعى وجود دارد كه قبله‏ اميد جوانان است؛ به آنجا مى‏روند و استفاده‏ معنوى مى‏برند.   
جوانى كه پرورش‏يافته‏ دوران انقلاب است، از معرفت دينى برخوردار است؛ ايمانش هم ايمان عميقى است؛ البته احتياج دارد كه تغذيه‏ معنوى و فكرى دايمى شود. بله، اين چيزى را كه در نامه خطاب به بنده نوشته بودند و مقدارى از آن خوانده شد، تصديق مى‏كنم. ابزارها و فعاليت‌ها و كارهاى فرهنگى بايد در اختيار جوانان قرار گيرد. روحانيون خوش‏فكر و دانشگاهيان مؤمن بايد در مقابل ايمان جوانان احساس مسئوليت كنند.[[19]](#footnote-19)

رعايت نشدن حقوق افراد در اينترنت و لزوم آسيب‎شناسي علت آن از زاويه سبک زندگي

در اين زمينه بايد كار كنيم، حركت كنيم... بايد آسيب‏شناسى كنيم؛ يعنى توجه به آسيب‌هايى كه در اين زمينه وجود دارد و جست‌وجو از علل اين آسيب‌ها. البته ما اينجا نمى‏خواهيم مسأله را تمام‏شده فرض كنيم؛ فهرستى مطرح مى‏كنيم: چرا فرهنگ كار جمعى در جامعه‏ ما ضعيف است؟

در محيط اجتماعى، برخى‏ها پرخاشگرى‏هاى بى‏مورد مى‏كنند؛ علت پرخاشگرى و بى‏صبرى و نابردبارى در ميان بعضى از ماها چيست؟ حقوق افراد را چقدر مراعات مى‏كنيم؟ در رسانه‏ها چقدر مراعات مى‏شود؟ در اينترنت‏ چقدر مراعات مى‏شود؟ چقدر به قانون احترام مى‏گذاريم؟... اينها بخش‌هاى گوناگونى از مسائل سبك زندگى است و ده‏ها مسأله از اين قبيل وجود دارد.‏[[20]](#footnote-20)

**فصل دو**

**جهان مجازی، فضای حقیقی**

**معرفی و کلیات فضای مجازی**

فضاي مجازي چيست؟

نمي‌توان فضاي مجازي را مترادف با ‌اينترنت دانست، اما‌ اينترنت ابزار ورود به فضاي مجازي است؛ اينترنت سامانه‌اي جهاني از شبکه‌هاي رايانه‌اي به‌هم پيوسته است که از «مجموعه پروتکل اينترنت»[[21]](#footnote-21) براي ارتباط با يکديگر استفاده مي‌کنند. به عبارت ديگر اينترنت، شبکه‌ شبکه‌هاست که از ميليون‌ها شبکه‌ خصوصي، عمومي، دانشگاهي، تجاري و دولتي در اندازه‌هاي محلي و کوچک تا جهاني و بسيار بزرگ تشکيل شده است که با آرايه‌ وسيعي از فناوري‌هاي الکترونيکي و نوري به‌هم متصل شده‌اند.[[22]](#footnote-22) اگر بخواهيم آنچه اينترنت را تشکيل مي‌دهد معرفي کنيم بايد به سه بعد اشاره ‌کنيم:

زيرساخت

منظور از اين عنوان، وسايلي فيزيکي است که امکان اتصال و دسترسي به فضاي مجازي را فراهم مي‌کند كه شامل روش اتصال به اينترنت اعم از استفاده از خطوط تلفن (Dial-up)، خطوط زميني پهناي باند (از طريق کابل کواکسيال، فيبر نوري يا سيم مسي)، واي‌فاي (Wi-Fi)، ماهواره و فناوري 3G تلفن همراه و غيره، همچنين دستگاه اتصال به اينترنت اعم از تلفن همراه، تبلت، رايانه و... مي‌شود.[[23]](#footnote-23)

خدمات

منظور نرم‌افزارهايي است که روي زيرساخت فضاي مجازي ارايه مي‌شوند و شرايط برقراري ارتباط اينترنتي را برقرار مي‌کند.

محتوا

منظور نوع و ميزان داده‌ها (Data) و اطلاعاتي است که از طريق نرم‌افزارهاي فضاي مجازي منتقل مي‌شوند که مي‌تواند در قالب متن، صوت، تصوير، ويديو يا فايل کاربردي باشد و به لحاظ موضوعي هم شامل اقتصادي، سياسي، فرهنگي، اجتماعي، ديني، آموزشي، سرگرمي و... مي‌شود.

از اين سه مورد آن که اهميت و کاربرد بيشتري دارد، خدمات فضاي مجازي است؛ فضاي مجازي آن‌قدر از لحاظ محتوايي خدمات متنوعي دارد که به‌سختي مي‌توان دسته‌بندي‌اي از آن ارايه داد، اما خدمات موجود را تقريباً مي‌‌توان در دسته‌بندي‌هاي استقرايي زير نشان داد:

خدمات پايه: موتورهاي جست‌وجو و...

خدمات مبتني بر انتشار اطلاعات: شامل وبگاه‌‌‌‌هاي خبري و اطلاع‌رساني و پايگاه‌هاي تخصصي در موضوع‌هاي مختلف علمي، فرهنگي، مذهبي، اقتصادي و...

انتقال پيام: مانند رايانامه (اي‌ميل)، پيام‌رسان‌هاي فوري (Telegram، WhatsApp) و برقرارکننده‌‌هاي تماس صوتي و تصويري (Imo، Skype).

اشتراک‌گذاري: مانند سرويس‌هاي ميزباني فايل (4share)، متن، صوت، عکس (Instagram)، ويديو (YouTube، aparat) و...

آموزش و تحصيل: شامل دانشگاه‌‌‌هاي آن‌لاين و وب‌سايت‌هاي درس‌محور.

خدمات شهروندي بين مردم و حاکميت: اعم از دولت الکترونيک (e-government)، امور قضايي، ثبت درخواست‌ها، مجوزها و...

کسب‌وکار: تجارت الکترونيک اعم از خريدوفروش کالا، تراکنش‌‌‌هاي مالي، مبادله بورس و اوراق بهادار و...

شبکه‌‌هاي اجتماعي و پيام‌رسان: شبکه‌هاي اجتماعي رايانه (Facebook، Cloob)، شبکه‌هاي اجتماعي موبايلي (Beetalk، Tango) و...

تفريح و سرگرمي: شامل انواع بازي‌هاي رايانه‌اي، گيم‌ها، ورزش‌هاي فکري و...

ويژگي‌هاي فضاي مجازي

پيش از هر چيز بايد توجه داشت که فضاي مجازي پيوستاري از فضاي واقعي است، اگرچه تفاوت‌هايي هم با فضاي فيزيکي دارد. فضاي مجازي را مي‌توان فضايي تلقي کرد که واقعيت دارد چون اعمال انسان در اين فضا تأثيري واقعي دارد؛ براي ‌مثال در آن پول جابه‌جا مي‌شود، ماليات پرداخت مي‌شود، فعاليت‌هاي مديريتي از راه دور انجام مي‌شود، انسان‌ها به همديگر دل‌بسته مي‌شوند و رشد علمي و اخلاقي پيدا مي‌کنند و... بنابراين محيط مجازي‌اي که با آن سروکار داريم کاملاً عيني است و عملکرد و اثري واقعي دارد.

به تعبير دقيق حضرت آيت‌الله جوادي آملي «چيزي که امروز به‌ عنوان فضاي مجازي معروف شده در اصل حقيقت است چرا که مجاز را مي‌توان کنار زد، اما حقيقت را نمي‌توان، بنابراين فضاي مجازي در اصل خودش حقيقت است، اين سيم و تلويزيون حقيقت نيست بلکه آن چيزي که معرفت و شناخت باشد حقيقت است.»[[24]](#footnote-24) به‌ بيان ‌ديگر «آنچه با انديشه مرتبط است و پيام را به ذهن منتقل مي‌کند، حقيقت است؛ خواه از ابزار حسي يا ماوراي‌حس استفاده شود.»[[25]](#footnote-25)

اما اين فضا ويژگي‌هايي دارد که کم‌وبيش آن را با فضاي فيزيکي و عيني متمايز مي‌کند که در ادامه به برخي از اين ويژگي‌ها اشاره مي‌شود.

پويايي زمان

اولين ويژگي فضاي مجازي اين است که زمان در آن پويا شده است. برعکس دنياي واقعي که زمان گذشته و آينده دارد، اين هم‌زماني در فضاي مجازي، نوعي پويايي را در کار ايجاد کرده است. روز و شب در فضاي مجازي وجود ندارد و هر زمان که شما به اينترنت وصل مي‌شويد، هزاران نفر را مي‌بينيد که آن‌لاين هستند و به کار مشغول‌اند.

به عبارت ديگر، کار در فضاي مجازي تمامي ندارد؛ يعني توليد و توزيع، پيوسته و ناتمام ادامه دارد.

فشردگي مکان

ويژگي دوم فضاي مجازي، فشردگي مکان است. در زمان‌هاي قديم فاصله جغرافيايي محدوديت محسوب مي‌شد، در حالي كه در اين فضا اين مشكل از بين رفته است و در اين محيط همه جهان با هم همسايه شده‌اند. افراد بدون طي مسافت فيزيکي مي‌توانند با دوستان، همکاران، جوامع و فرهنگ‌هاي مختلف آشنا شوند و تعاملات درازمدت برقرار کنند. اخبار به‌سادگي در دسترس افراد قرار مي‌گيرند و به‌سرعت باعث واکنش‌هايي مي‌شوند.

تکثر و تنوع عددي

جهان مجازي از محيطي متکثر، عددي، غيرمرکزي و به‌هم‌پيوسته برخوردار است. همين ويژگي سوم باعث لايه‌اي شدن فضاي مجازي مي‌شود که طبقه‌بندي اطلاعات و دسترسي به آنها را بسيار سرعت مي‌بخشد. اطلاعات مربوط به اشخاص، علوم، اديان، هنرها، اشيا و اماکن همگي در فضاي مجازي به‌راحتي قابل‌ دسترسي هستند.

در حقيقت فضاي مجازي نوع متفاوتي از واقعيت مجازي و ديجيتالي است که آن را «واقعيت خلق‌شده به‌وسيله رايانه» مي‌دانند؛ واقعيتي که از آن جهت، مجازي يا مصنوعي است که در دنياي واقعي و محيط مادي، مکاني را اشغال نکرده و در اذهان کاربران و در نتيجه تعامل با واسط الکترونيکي به وجود آمده است و مي‌تواند کاري کند که افراد زندگي جديدي را تجربه کنند.

پيوستگي و يکپارچگي

به‌هم پيوستگي و يکپارچه بودن فضاي مجازي منجر به ارايه خدمات اينترنتي مکمل شده است. خدمات اينترنتي با توجه به زيرساخت، برنامه، محتوا، لايه‌هاي مختلف و متنوعي پيدا مي‌کند. در يکپارچه شدن، خدمات از سطح خرد به سطح کلان و از تصوير جزئي به تصوير کامل منتقل مي‌شود. در نتيجه نوعي يکپارچگي خدمات را به وجود مي‌آورد؛[[26]](#footnote-26) براي مثال هرکسي هم‌زمان مي‌تواند درخواست ويزا، مشاهده فضاي هتل‌ها و خريد بليت هواپيما را انجام بدهد.

گمنامي هويت

پنجمين خصوصيت فضاي مجازي گمنام و سيال بودن هويت کاربران است. در طول تاريخ هويت افراد هميشه ثابت، ايستا و استوار بر تعريف مشخص پشتيباني‌شده از سوي جامعه و نظام‌هايي قانوني است که در آن متولد شده، اما در فضاي مجازي اين امكان وجود دارد که فرد سن، جنس، طبقه و ديگر ويژگي‌هاي اجتماعي و فرهنگي‌اش را هرطور که خودش دوست دارد معرفي مي‌كند و پس از مدتي مي‌تواند اين مشخصات را هم تغيير دهد. امکان گمنامي و ناشناخته بودن، امکان پنهان‌سازي ابعادي از شخصيت، جست‌وجوي همفکران، دوستي با دوستان، اختيار و اقتدار مطلق و احساس عدم تعلق به مکان خاص از مهم‌ترين تأثيرهاي اين فضاست.[[27]](#footnote-27)

فردگرايي

در نهايت آخرين ويژگي فضاي مجازي، «فردگرايي» فزاينده در آن است. در فضاي مجازي محدوديت‌هاي ناشي از عضويت در خانواده، گروه و جمع‌هاي خاص از بين مي‌رود و فرد نيازي ندارد ملاحظه کسي را كند و رفتارش را متناسب با هنجارها و تأييد ديگران شکل دهد، بنابراين به‌راحتي مي‌تواند با هركسي که مي‌خواهد ارتباط برقرار کرده يا قطع رابطه کند. اين ويژگي در عين اينکه احساس آزادي زيادي به افراد مي‌دهد، باعث خودمحوري و فردگرايي در افراد مي‌شود که تنها خود و خواسته‌هاي خودشان برايشان اهميت داشته باشد و به‌مرور «ترجيح مي‌دهند که با رايانه بي‌طرفي ارتباط برقرار کنند تا انسان‌هاي ديگر».[[28]](#footnote-28)

جمع‌بندي

در مجموع در رابطه با فضاي مجازي بايد گفت که «فضاي عددي» فضايي است که تغيير در آن به‌آساني امکان‌پذير است. همان‌گونه که در جهان رياضيات از راه جمع، تفريق، ضرب و تقسيم روي اعداد تغيير ايجاد مي‌شود، فضاي مجازي نيز قابليت بالايي براي تغيير دارد.

«جهاني» به اين معناست که با همه موجودات زنده 3‌ميلياردي مي‌تواند ارتباط برقرار كند.

«غيرمرکزي» به معناي غيرمتمرکز است. برخلاف محيط فيزيکي که در مکاني خاص، فقط همان‌جا که قرار دارد، است و جاي ديگري نمي‌تواند باشد، محيط مجازي همه‌جا حاضر است و در هر جايي که امکان دسترسي به اينترنت وجود داشته باشد، حضور دارد.

بنابراين عمده‌ترين فرق محيط مجازي آن است که صددرصد صنعتي است، در مقابل محيط فيزيکي که صنعتي ـ طبيعي است.

فضاي مجازي زندگي کامل در کنار زندگي حقيقي و به تعبير فلسفي عالم موازي با عالم حقيقي است چنان‌ که عالم مثال عالمي موازي با عالم ماده است. همه عرصه‌ها به سمت مجازي شدن پيش مي‌روند؛ براي مثال پزشکي مجازي (از راه دور)، آموزش مجازي، سرگرمي‌هاي مجازي و ساير موضوع‌هاي مجازي در اين فضا وجود دارد و همه مقوله‌هاي مربوط به سخن و دانش در اين محيط بازتوليد شده است، بنابراين فضاي زندگي جديدي است.

اموري مانند فضاي مجازي نوعي تزاحم خير و شر ايجاد مي‌کند و غلبه هر کدام مي‌تواند براي دين‌داري و اخلاق، سودمند يا زيان‌آور باشد. همانند حقيقتي که در مورد دنيا و زندگي حقيقي وجود دارد که دنيا اگر مزرعه آخرت باشد، خوب است و اگر عامل تباهي عاقبت انسان، بد.

در هر صورت فناوري آن ‌هم يک فناوري به گستردگي فضاي مجازي، يکي از شئون مختلف زندگي و البته متعلق دين است. انسان‌ها عمدتاً تحت تأثير هنجارهاي غالب قرار مي‌گيرند. شايد به همين دليل عبارات «أکثرهم لا يتفکرون»، «لا يعقلون» و... در قرآن زياد است، بنابراين اقتضاي دين اين‌گونه است که وارد اين فضا مي‌شود تا راهنماي سعادت بشر در اين عرصه باشد. در حال حاضر شبکه‌هاي اجتماعي عمدتاً بر مبناي فرهنگ غربي طراحي شده است؛ يعني همان فرهنگ دبيرستان‌هاي امريکا، تبديل به فضاي اجتماعي شده است. به‌گونه‌اي که دوستي دختر و پسر، ارتباطات بين اين دو، نمايش عکس‌هاي خود به يكديگر و... امري کاملاً طبيعي است و تبديل به هنجار اجتماعي شده و متأسفانه دامن برخي متدينين را نيز گرفته است.

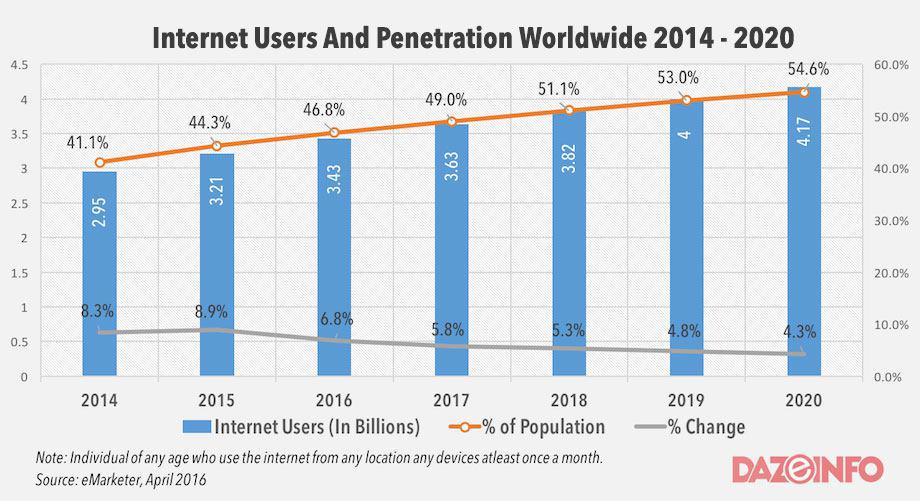
با اين حال استفاده از فضاي مجازي به‌خودي‌‌خود اشکالي ندارد چرا که براي دوران کنوني يعني تراکم جمعيت طراحي ‌شده است، اما صلاح و فساد در آن با يکديگر همراه است و بستگي به اين دارد که چگونه از آن استفاده شود، بنابراين به همه جوانب فضاي مجازي نبايد رويکرد آسيبي يا فرصتي داشت بلکه بايد رويکردي راهبردي داشت؛ يعني ضعف‌ها و قوت‌ها را با هم بررسي کرد.[[29]](#footnote-29)

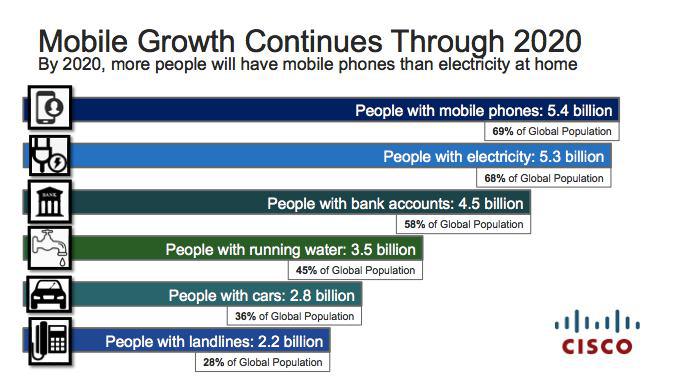
گستره فضاي مجازي

فضاي مجازي بسيار گسترده است، به‌خصوص از زماني که به تلفن‌هاي همراه انتقال پيدا کرده و هميشه و همه‌جا در دسترس است. جدول زير آمار معتبري در سال 2016 ميلادي است:[[30]](#footnote-30)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **عنوان** | **درصد از جمعيت دنيا** | **نرخ رشد** |
| فعاليت در فضاي مجازي | 46 | 10+ |
| حضور در رسانه‌هاي اجتماعي | 31 | 10+ |
| دارندگان تلفن همراه | 51 | 4+ |
| کاربران شبکه‌هاي اجتماعي تلفن همراه | 27 | 17+ |

پيش‌بيني مي‌شود آمار کاربران فضاي مجازي تا سال 2020 به حدود 70درصد جمعيت جهان برسد و اين حتي از آمار مجموع کساني که در جهان به برق و آب آشاميدني سالم دسترسي دارند، بيشتر باشد!





در هر دقيقه در دنياي فضاي مجازي صدها و هزاران اتفاق مي‌افتد. نمودار بعدي که بر پايه آمار سال 2016 ميلادي آماده شده حجم اين اتفاق‌ها را در بستر اينترنت و شبکه‌هاي اجتماعي نشان مي‌دهد؛ براي مثال در اين سال در هر دقيقه 205.6 ميليون اي‌ميل ردوبدل شده است.

البته اين حجم از انتقال اطلاعات الزاماً مفيد و سالم نيست و تحقيقات نشان مي‌دهد که بسياري از اين محتواي ردوبدل‌شده جنبه تفريح و سرگرمي دارد، اما هرچه باشد بيانگر اهميت زمان زيادي است که افراد پاي اين رسانه صرف کرده يا هدر مي‌دهند.

آينده اينترنت

اينترنت در گذشته کنار زندگي حقيقي و زندگي دوم افراد محسوب مي‌شد. جهاني موازي بود، اما کم‌کم فضاي مجازي در حال تبديل شدن به جهان اول است. موج آينده اينترنت، جهش انفجارگونه‌اي را در برقراري ارتباط ميان افراد، فرايندها، اشيا و وسايل ايجاد خواهد کرد؛ اين انقلاب به نام «اينترنت اشيا»[[31]](#footnote-31) معروف است.

اينترنت اشيا مفهومي رايانشي است براي توصيف آينده‌اي که در آن اشياي فيزيکي يکي پس از ديگري به اينترنت وصل مي‌شوند و با اشياي ديگر ارتباط برقرار مي‌كنند. هم‌اکنون بسياري از فعاليت‌هاي فضاي حقيقي به فضاي مجازي منتقل شده است؛ براي مثال خريد کالا، کسب‌وکار برخط، دانشگاه اينترنتي و حتي برخي فعاليت‌هاي مرتبط با درمان و جراحي، اما دانشمندان پيش‌بيني مي‌کنند که روزي خواهد رسيد که همه‌چيز به اينترنت وصل خواهد شود که از آن به اينترنت همه‌چيز يا اينترنت اشيا نام برده مي‌شود.

در اينترنت اشيا براي فرايند ارسال داده‌ها، نيازي به تعامل «انسان با انسان» يا «انسان با رايانه» نخواهد بود و داده‌ها به ‌صورت خودکار و براساس تنظيمات انجام‌شده و در زمان‌هاي مشخص (معمولاً به‌ صورت دايم و لحظه‌اي) ارسال مي‌شوند. براي مثال فرد به بانک خود اجازه مي‌دهد بدون تماس با وي، ماهانه قبوض آب، برق، تلفن و گاز را از حسابش بردارد يا سامانه‌اي که با نصب شدن روي ساختمان به ‌صورت خودکار، گرمايش، سرمايش، مصرف انرژي، برق و آب و... را کنترل و قطع و وصل کند و به‌ صورت آن‌لاين به فرد گزارش بدهد و او مي‌تواند از طريق تلفن همراه خود، تغييرات مدنظرش را ايجاد کند، چراغ‌ها را خاموش و روشن کند، لباسشويي را به کار بيندازد يا درجه يخچال را کم‌وزياد کند و...

اينترنت اشيا حتي به كمك پزشک هم مي‌آيد تا از راه دور همه علائم سلامتي مربوط به وضعيت کودک پيش‌دبستاني يا خانم باردار را از طريق حسگرهاي هوشمندي که به ساعت مچي او وصل شده، بررسي کند و قبل از اينکه خود فرد متوجه شود، پيام هشدار را زودتر به پزشک، بيمارستان يا پدر خانواده منتقل کند.

شايد براي شما جالب باشد هنگامي ‌که بيرون از منزل هستيد و ناگهان مهمان‌ها از شهرستان سر مي‌رسند، بتوانيد قبل از آنکه به منزل برسيد بخشي يا همه کارهاي مربوط به مهماني را انجام بدهيد؛ مثلاً بتوانيد از طريق اينترنت، ميوه‌ها و سبزي‌ها را که به ‌صورت اينترنتي خريده‌ايد، شست‌وشو دهيد، مواد غذايي را در همزن برقي مخلوط كرده، درجه مايکروفر را تنظيم و جاروبرقي خودکار را روشن کنيد تا منزل‌تان را تميز کند، اما همه اين موارد چندان دور از دسترس نخواهد بود.

البته کاربرد اينترنت اشيا در بخش اداري و صنعت بسيار بيشتر از آنچه گفته شد است؛ حسگرهاي کارخانه‌ها به ‌صورت خودکار هر نشتي ناشي از مواد گازي و مخازن را به‌سرعت اطلاع مي‌دهند؛ دستگاه‌هاي تهويه را خودکار و در زمان عدم حضور کارمندان آنها را قطع مي‌کنند؛ هواپيماهاي بدون سرنشين آتش‌سوزي را به‌ صورت هوشمند خاموش مي‌کنند و دستگاه‌هاي پيچيده در زمان مقرر و با توجه به ويژگي‌هاي خاک، رطوبت و دماي هوا زمين‌هاي کشاورزي را کود بدهند و آبياري کنند؛ چراغ‌هاي راهنمايي و معابر شهري با توجه به ترافيک تنظيم شوند و...

بخش جذاب ديگر در اينترنت اشيا انتقال حواس پنج‌گانه به فضاي مجازي براي ايجاد هرچه بيشتر احساس واقعي بودن اين فضاست؛ براي مثال هم‌اکنون حس ديدن و شنيدن به فضاي مجازي منتقل شده است، اما روزي خواهد رسيد همه حواس پنج‌گانه مانند لمس کردن، بوييدن و چشيدن از طريق رايانه ممكن شود؛ براي مثال شما دوست داريد وقتي‌ که پيراهن يا شلواري را مي‌خريد از طريق لمس کردن، به کيفيت پارچه و جنس لباس پي ببريد، آيا اين احساس از طريق لمس صفحه لپ‌تاپ يا تبلت ميسر است؟ پاسخ، «فعلاً» و «هم‌اکنون» منفي است، اما جالب اينجاست که دانشمندان در حال کار کردن روي پروژه‌اي هستند که نه‌تنها بتواند احساساتي مانند شيريني، بدبويي و زبري را منتقل کنند که با تحريک مغز هر احساس انساني خوشايند و ناخوشايندي را که دوست دارند (اعم از عشق، نفرت، لذت و...) به‌ صورت مجازي ايجاد کنند.

درباره اينکه اين پروژه چقدر واقع‌بينانه و چقدر خيال‌پردازانه است، جاي بحث وجود دارد، اما نبايد از ذهن دور داشت که بسياري از اختراع‌ها و فناوري‌هاي امروز، زماني خيال‌پردازي‌هايي شاعرانه بوده است.

اينترنت در ايران

ايران در سال 1993 ميلادي (1372 شمسي) به اينترنت متصل شد. از آن زمان، تعداد کاربران اينترنت در ايران روند فزاينده‌اي داشته ‌است.براساس آخرين آمار اعلام‌شده از سوي وزارت ارتباطات براساس محاسبه مرکز مديريت توسعه ملي اينترنت (متما)، ضريب نفوذ اينترنت در کشور در سه ماه نخست 1393 عدد 82.12درصد است که بر مبناي سرويس‌هاي اينترنتي ارايه‌شده محاسبه شده ‌است. در اين محاسبه تعداد کاربران اينترنت در سه ماه نخست آن سال 61ميليون و 709هزار و 929نفر و تعداد کل مشترکان اينترنت در کشور بر مبناي جمعيت 75ميليون و 149هزار نفر در ايران، 43ميليون و 26هزار و 279نفر اعلام شده است.

در گزارش ضريب نفوذ اينترنت در ايران، بيشترين اتصالات کاربران ايراني مربوط به اينترنت تلفن همراه است و پس از آن اينترنت ADSL بيشترين کاربر را به خود اختصاص داده است. بر اين اساس، ضريب نفوذ اينترنت ADSL در کشور به 22.07درصد و ضريب نفوذ اينترنت تلفن همراه با توسعه 3Gدر کشور به 38.67درصد رسيده است که نشان مي‌دهد حداقل 29ميليون ايراني با تلفن همراه‌شان به اينترنت متصل مي‌شوند. برآوردها از ساير شاخص‌هاي اتصالات در کشور نشان مي‌دهد که همچنان 6 ميليون و 934هزار و 760نفر در ايران از طريق تلفن (دايل‌آپ) به اينترنت متصل مي‌شوند.[[32]](#footnote-32)

طبق اعلام نت ايندکس، سرعت دانلود پهناي باند به‌ صورت متوسط در جهان 23 مگابيت بر ثانيه است که اين رقم براي ايران 5.6 مگابيت بر ثانيه است. همچنين براساس اعلام مرکز پژوهش‌هاي مجلس شوراي اسلامي، هزينه اينترنت در ايران دو برابر افغانستان و 3500 برابر ژاپن است.

در رابطه با نوع رفتار ايرانيان در فضاي مجازي، رئيس مرکز فناوري اطلاعات و رسانه‌هاي ديجيتال وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامي در مردادماه سال 1394 آمارهايي از ميزان و نوع حضور ايراني‌ها در فضاي مجازي ارايه داد. به گفته وي آمارهاي غيررسمي از وجود 40ميليون گوشي هوشمند در کشور حکايت دارد. به لحاظ نوع استفاده، کاربران ايراني به ترتيب از وبگاه‌هاي ارايه‌کننده خبر، تبليغات، بازي، نرم‌افزار، شبکه‌هاي اجتماعي و محتواي آموزشي، بيشترين استفاده را دارند.

همچنين براساس آمارهاي موجود، 53درصد مردم ايران حداقل عضو يک شبکه اجتماعي هستند، اين در حالي است که در رده سني جوانان 18 تا 29 سال اين رقم 72درصد است. بررسي‌ها نشان مي‌دهد که به‌ صورت ميانگين ايراني‌ها 5 تا 9 ساعت در روز در شبکه‌هاي اجتماعي حضور دارند (حدود 150 ساعت در ماه) و ميانگين اين حضور در دنيا 16 ساعت در ماه است؛ البته پيش‌بيني مي‌شود تا چهار سال ديگر، ميانگين حضور در شبکه‌هاي اجتماعي در دنيا به 120 ساعت در ماه رشد پيدا کند.

در نهايت اينکه 20ميليون کاربر بازي در کشور وجود دارد و سالانه بالغ ‌بر 14.6ميليارد ساعت صرف بازي‌هاي رايانه‌اي و موبايل در ايران مي‌شود.

در کشور ايران بنا بر مستندات آماري که در سال 1393 ارايه شده است، از بين کاربران، 42درصد زنان و 58درصد مردان هستند. ساير آمارها به‌ صورت زير است:[[33]](#footnote-33)

|  |  |
| --- | --- |
| **عنوان بر حسب سواد** | **درصد از جمعيت کاربران** |
| ابتدايي و راهنمايي | 13 |
| تحصيلات متوسطه | 35 |
| تحصيلات عالي | 52 |
| سوادآموز | 3 |
| بي‌سواد | 4 |

اين حجم از حضور و ظرفيت، ضرورت توجه به فضاي مجازي را به‌ عنوان يکي از ابعاد مهم زندگي فردي و اجتماعي را نشان مي‌دهد.

**فصل سه**

**هزار و یک رمز**

**معرفی برخی کلیدواژه‌ها و اصطلاحات فضای مجازی**

رايانامه (اي‌ميل)

رايانامه‌ها از پرکاربردترين سرويس‌هاي فضاي مجازي است. رايانامه در واقع صندوق پست الکترونيکي است که جايگزين صندوق پست فيزيکي شده است. در اين سرويس هر کاربر صندوق پست مخصوص به خودش را دارد که با يک آدرس (نشاني)، رايانامه‌اش شناسايي مي‌شود و افراد مي‌توانند محتواهاي گوناگون را از طريق اين صندوق براي کاربران ديگر ارسال کنند. محدوديتي براي ارسال نامه‌هاي الکترونيکي نيز وجود ندارد. شرکت‌هاي گوناگون، سازمان‌ها، نهادها، شخصيت‌هاي حقوقي و افراد عادي ترجيح مي‌دهند به ‌جاي ارسال نامه از طريق پست يا نمابر (فکس) از رايانامه استفاده کنند. از آنجا که بيشتر دانشگاه‌ها و مراکز رسمي دولتي رايانامه اختصاصي دارند، از کارمندان و دانشجويان‌شان درخواست مي‌كنند به‌ جاي سرويس‌هاي عمومي از رايانامه شرکت و سازمان خود استفاده کنند.

ياهو (Yahoo) اولين رايانامه محبوب ايرانيان به شمار مي‌رفت. پس از مدتي سرويس جي‌ميل (Gmail) با نوآوري و تنوع در خدمات، گوي سبقت را از ياهو ربود. بين سرويس‌هاي ارايه‌دهنده اي‌ميل، هات‌ميل مايکروسافت (Hotmail) نيز در رده سوم قرار مي‌گيرد.

محتواهاي عادي، محرمانه، علمي، فرهنگي، سياسي، اقتصادي، امنيتي و... که در اين سرويس بين کاربران تبادل مي‌شود، گنجينه اطلاعات ارزشمندي را براي مالکان آنها فراهم کرده است. مطابق اسناد منتشرشده از سوي «ادوارد اسنودن» در روزنامه واشينگتن‌پست، سرويس پست الکترونيک، يکي از يازده موردي بود که در ارتباطات الکترونيک افراد، مورد دستبرد آژانس امنيت ملي امريکا قرار گرفته است.[[34]](#footnote-34)

از مهم‌ترين سرويس‌هاي رايانامه داخلي چاپار، النون، ميهن‌ميل و... مي‌توان نام برد.

برخي از اصطلاحات متداول در رايانامه‌ها عبارت‌اند از:

يوزرنِيم (Username)

نام کاربري که به ‌عنوان آدرس (نشاني) اي‌ميل هرکس شناخته مي‌شود.

اينباکس (Inbox)

اين پوشه محل نگهداري اي‌ميل‌هاي دريافت‌شده است. (عدد کنار نام اينباکس، تعداد نامه‌هاي خوانده‌نشده را نشان مي‌دهد.)

کامپوز (Compose)

به معني ايجاد کردن و ساختن. براي ارسال اي‌ميل جديد روي اين گزينه بايد کليک کرد.

دِرفت (Drafts)

به معني پيش‌نويس. اين پوشه محل نگهداري موقت صفحه ارسال اي‌ميل است. (هنگام ارسال اي‌ميل اگر به دليلي تصميم بگيريم ارسالش را به زمان ديگري موکول کنيم متن پيش‌نويس‌مان اينجا ذخيره مي‌شود.)

سِنت (Sent)

به معني فرستاده‌شده است. اين پوشه محل نگهداري يک کپي از همه اي‌ميل‌هاي ارسال‌شده است.

اسپم (Spam)

اين پوشه محل نگهداري اي‌ميل‌هاي مزاحم يا ناخواسته است.

انجمن‌ها و تالارهاي گفت‌وگو (فروم)

انجمن جايي است که در آن کاربران در مورد موضوع خاصي به ‌صورت تخصصي يا عمومي به تبادل اطلاعات مي‌پردازند. کاربران در انجمن مانند شبکه‌هاي اجتماعي ارتباط برخط ميان‌فردي صوتي و تصاويري ندارند و افراد نمي‌توانند براي يکديگر عکس، فيلم و هر چيز ديگري غير از متن ارسال کنند بلکه تنها مي‌توانند در مورد موضوع خاصي در اتاقي عمومي به بحث و تبادل اطلاعات بپردازند و براي کاربران ديگر پيام خصوصي بفرستند يا دريافت کنند.

در تالارهاي گفت‌وگو کاربران براساس نوع فعاليت، اراده مدير انجمن، قوانين و برنامه‌هاي در نظر گرفته‌شده، رتبه و درجات گوناگوني دارند.

در اين تالارها، قوانين از سوي مدير سايت و تالار وضع مي‌شود که رعايت آن براي همه اعضا الزامي است، همچنين مدير سايت مي‌تواند مطالب ارسالي کاربران را حذف کند.

آنچه درباره تالارهاي گفت‌وگو مي‌توان به‌ عنوان وجه تمايز اصلي آن با بقيه شبکه‌ها عنوان كرد اين است که تالارها معمولاً جايي است براي يادگيري آنچه فرد نمي‌داند. از آنجا که انجمن‌ها براساس تخصص واقعي افراد درجه‌بندي نمي‌شوند و هيچ مرجع رسمي مانند دنياي حقيقي تخصص افراد را تأييد نمي‌کند، نمي‌توان به محتواي منتشرشده اعتماد صددرصدي داشت.

تالارهاي گفت‌وگو از سه قسمت تشکيل شده‌اند:

پيکره اصلي

همان صفحه اصلي که فهرست عناوين و موضوع‌هاي انجمن‌ها در آن قرار دارد.

تاپيک (Topic)

به معني گفت‌وگو، بحث و موضوع. اجزاي تشکيل‌دهنده پيکره اصلي تالار را تاپيک مي‌گويند. تاپيک يعني عنوان بحث.

پُست (Post)

به معناي مرسوله و نامه. مطلب ارسالي از سوي هر کاربر ذيل هر موضوع در تالارهاي گفت‌وگو را پست مي‌گويند.

کاربران انجمن‌ها درجات و سلسله مراتب دارند. برخي از اين درجات عبارتند از: کاربر ثبت‌نام شده، کاربر عادي، کاربر فعال، کاربر پرتلاش، مدير گروه و... که با عناويني مانند Member ،Senior Member ، Moderator و... از آنها ياد مي‌شود. به مدير اصلي تالار نيز اصطلاحاً Administrator گفته مي‌شود.

بازي رايانه‌اي (گيم)

چهارمين شبکه ارتباطي در فضاي اينترنت، بازي‌هاي رايانه‌اي است. کاربران اين شبکه گسترده جهاني را بازي‌بازاني تشکيل مي‌دهند که در دنياي بازي به آنان بازي‌خور يا گيمر مي‌گويند. در حال حاضر چهار شبکه بزرگ بازي‌باز در دنياي بازي وجود دارد؛ کاربران کنسول‌هاي پلي‌استيشن، ايکس‌باکس، نينتندو و کاربران رايانه‌هاي خانگي.

شيوه شبکه‌سازي کنسول‌هاي بازي و رايانه‌هاي خانگي متفاوت است. در کنسول‌ها، طراحان به‌گونه‌اي برنامه‌ريزي کرده‌اند که کاربر بتواند از شبکه انحصاري کنسول استفاده کند و با ديگر کنسول‌ها ارتباطي نداشته باشد. شبکه انحصاري کنسول ايکس‌باکس XboxLive، پلي‌استيشن PSN، کنسول نينتندو نيز Nintendo Network نام دارند، اما در رايانه‌هاي خانگي، ديگر انحصاري وجود ندارد و يک رايانه به رايانه‌هاي ديگر و همه کنسول‌ها نيز مي‌تواند متصل شود.

چند شرکت با آماده‌سازي زيرساخت‌هاي مورد نياز، اقدام به ارايه نرم‌افزارهايي کرده‌اند تا بازي‌خورها بتوانند با استفاده از آن در شبکه تحت مديريت شرکت‌ها عضو شوند.

برخي از مهم‌ترين شبکه‌هاي مربوط به بازي‌خورهاي رايانه‌هاي خانگي عبارتند از: «استيم»، «اوريجين» و «گارِنا». کاربران (گيمرها) در اين شبکه ارتباطي مي‌توانند گروه تشکيل دهند، گفت‌وگوي صوتي و تصويري داشته باشند، اطلاعات خود را در حافظه ابري ذخيره کنند، فهرست دوستان ساير شبکه‌هاي اجتماعي خود را در اين بستر وارد کنند و....

بازي‌هاي رايانه‌اي براساس روند و نحوه انجام بازي (گيم‌پلي) به ژانر يا سبک‌هاي مختلفي تقسيم‌بندي مي‌شود که هر سبک نيز زيرسبک‌هاي متعددي دارد که به‌ صورت مختصر در اينجا معرفي مي‌شوند:

سبک اکشن (هيجاني)

در بازي‌هاي اکشن وظيفه‌ اصلي بازيکن هدايت قهرمان است. قهرمان بازي بايد مراحل را يکي پس از ديگري پشت سر بگذارد، مأموريت‌هاي خواسته‌شده را انجام دهد، از موانع عبور کند و با دشمنان مختلف مبارزه کند. معمولاً در پايان برخي از مراحل نيز در آخر غول قدرتمندي وجود دارد که نابود کردن آن از بقيه‌ دشمنان بازي سخت‌تر است. از مهم‌ترين زيرسبک‌هاي اکشن مي‌توان به سکوبازي، مبارزه‌اي، بزن‌بکش و... اشاره کرد.

سبک تيراندازي (Shooting)

ژانر تيراندازي در درجه‌ اول روي مبارزه‌هاي با استفاده از سلاح‌هاي شليکي مانند تفنگ و موشک تمرکز دارد. هدف اصلي بازيکنان در بازي‌هاي اين سبک، شليک کردن به دشمنان و پشت سر گذاشتن مراحل بازي بدون کشته شدن شخصيت اصلي است. اين ژانر زيرسبک‌هاي مختلفي مانند تيراندازي اول‌شخص، تيراندازي سوم‌شخص، شوتم‌آپ، تيراندازي تاکتيکي و... دارد.

سبک ماجراجويي (Adventure)

سبکي است که در آن بازيکن‌ها هدايت شخصيت اصلي را در داستاني تعاملي بر عهده مي‌گيرند و بايد با جست‌وجو و حل معماهاي متعدد، کار را پيش ببرند. داستان‌پردازي قوي، جست‌وجو و حل معما سه ويژگي اصلي و اساسي در بازي‌هاي اين سبکي هستند. مبارزه‌ها و چالش‌هاي ژانر اکشن در بازي‌هاي ماجراجويي به‌ندرت ديده مي‌شوند. بازي‌هاي اين سبک ‌مانند رمان‌هاي تصويري، ماجراهاي جذاب و پرکشش دارد.

سبک استراتژي (Strategy)

استراتژي سبکي است که در آن فکر کردن و انتخاب طرح و نقشه‌ درست براي دستيابي به پيروزي اهميت بالايي دارد. در بيشتر بازي‌هاي استراتژي، بازيکن از نماي بالا کار را دنبال مي‌کند و کنترل غيرمستقيمي روي واحدهاي تحت فرمانش دارد. بازيکن‌ها بايد با برنامه‌ريزي مجموعه‌اي از حرکات و حمله به يک يا چند دشمن، تعداد سربازان و نيروهاي آنها را کاهش دهند تا در نهايت بر آنها غلبه کنند. در اين بازي‌ها براي رسيدن به پيروزي بايد با طرح‌ريزي دقيق و بي‌نقصي جلو رفت و عناصر شانسي نقش کم‌رنگ‌تري را ايفا مي‌کنند.

سبک شبيه‌سازي (Simulation)

در اين سبک بازيکن‌ها تلاش مي‌کنند تا فعاليت‌هاي مختلفي را که در دنياي واقعي انجام مي‌شوند در قالب بازي ويديويي بازسازي کنند که هدف از اين کار مي‌تواند سرگرمي، آموزش، پيش‌بيني يا هر چيز ديگر باشد. شبيه‌ساز ساخت‌وساز و مديريت، شبيه‌ساز زندگي، شبيه‌ساز وسيله‌ نقليه، شبيه‌ساز پزشکي و... از جمله زيرسبک‌هاي اين ژانر به‌ حساب مي‌آيند.

سبک ورزشي

بازي‌هاي ورزشي درست مثل ورزش‌هاي واقعي، حالت مسابقه‌اي و رقابتي دارند و با ارايه‌ چالش‌هاي فيزيکي، دقت و سرعت عکس‌العمل‌هاي بازيکن را مي‌سنجند و معمولاً داخل استاديوم يا زمين ورزشي انجام مي‌شوند. همچنين بيشتر اين بازي‌ها گزارشگر نيز دارند که صحنه‌هاي مختلف را براي بازيکن‌ها تفسير و تشريح مي‌کند. بازي‌هاي ورزشي قديمي گرافيکي ساده و دوبعدي داشتند و ورزشکاران را بزرگ‌تر از حد معمول به نمايش مي‌گذاشتند تا راحت‌تر ديده شوند، اما بازي‌هاي ورزشي کنوني با گرافيک سه‌بعدي و کيفيتي واقعي ارايه مي‌شوند.[[35]](#footnote-35)

سبک معمايي و چيستاني

در اين‌گونه بازي‌ها هدف حل مسأله فکري و هوشي، معماي رياضي يا درست کردن جورچين (Puzzle) است.

شبکه اجتماعي

شبکه اجتماعي مجموعه‌اي از عموماً افراد يا سازمان‌ها (به تعبير دقيق‌تر گره) هستند که به وسيله يک يا چند نوع خاص از وابستگي ـ مانند ايده‌ها و تبادلات مالي، دوست‌ها، خويشاوندي، لينک‌هاي وب و... ـ به‌هم متصل شده‌اند.

در حال حاضر شش نوع شبکه اجتماعي در جهان وجود دارد:

شبکه‌هاي اجتماعي متن‌محور

در اين نوع از شبکه‌ها، کاربران بيشتر از متن براي برقراري ارتباط با ديگران استفاده مي‌کنند؛ «گوگل‌پلاس» و «فيس‌بوک» از مشهورترين شبکه‌هاي اجتماعي متن‌محور هستند.

شبکه‌هاي اجتماعي فيلم‌محور

در شبکه‌هاي اجتماعي فيلم‌محور، زبان برقراري ارتباط و سخن گفتن، فيلم است. يوتيوب و سايت داخلي آپارات از معروف‌ترين شبکه‌هاي فيلم‌محور هستند. «ويمئو»، «واين» و «ديلي‌موشن» از ديگر شبکه‌هاي اين‌چنيني است.

شبکه اجتماعي تصويرمحور

در شبکه يادشده، کاربران با ارسال تصاوير با ديگران ارتباط برقرار مي‌کنند و بيش از هر چيز از اين ابزار براي انتقال اهداف خود استفاده مي‌كنند. «اينستاگرام» و «فليکر» از اين دسته شبکه‌ها هستند.

شبکه اجتماعي موضوع‌محور

آنچه بيش از هر چيزي به ارتباط در اين نوع شبکه جهت مي‌دهد، موضوع شبکه است؛ يعني مهم نيست که کاربران از چه ابزاري براي برقراري ارتباط استفاده مي‌کنند، موضوع مورد بحث اهميت دارد. اين نوع از شبکه‌هاي اجتماعي بيشترين تنوع را دارند؛ براي مثال موضوعاتي مانند «کاريابي»، «نگهداري از حيوانات خانگي»، «تجارت»، «همکلاسي‌هاي قديمي»، «مسائل جنسي»، «ارتباط دختران و پسران» و... هر يك حداقل شبکه‌اي اجتماعي را به خود اختصاص داده‌اند. شبکه‌هاي «لينکدين»، «کلاسميت»، «کتاستر» و «داگاستر» از اين نوع شبکه‌ها هستند.

شبکه‌هاي مخاطب‌محور

مخاطب مهم‌ترين دليل به وجود آمدن اين نوع شبکه است. شبکه اجتماعي «ني‌ني فيس» با محور کودک و «امپرس» با محوريت زنان از جمله اين شبکه‌ها محسوب مي‌شوند.

شبکه‌هاي اجتماعي خدمات‌محور

در اين نوع از شبكه‌ها، خدماتي مانند تماس صوتي و تصويري، سرگرمي، فروشگاه آن‌لاين، پيام‌رساني و خدمات عمومي از قبيل کرايه تاکسي، تعيين وقت دکتر، پرداخت قبض برق و... ارايه مي‌شود. از بين اين نرم‌افزارها، آن دسته که امکان تماس صوتي يا تصويري ارايه مي‌دهند در حقيقت همراه شما هستند و نه فقط يك شبکه اجتماعي، زيرا امکانات اپراتور تلفن همراه را اعم از تماس صوتي و تصويري، ارسال پيام و ارسال محتويات چندرسانه‌اي (همراه با قابليت‌هاي بيشتر)، نمايش افرادي که در اطرافتان از اين برنامه استفاده مي‌کنند و تشکيل گروه‌هاي گوناگون را در اختيار دارند. اين نوع از شبکه‌ها، در خارج از کشور «برنامه ارتباطي» ناميده مي‌شوند.[[36]](#footnote-36)

در ادامه برخي از مهم‌ترين شبکه‌هاي اجتماعي و نرم‌افزارهاي پيام‌رسان معرفي مي‌شوند.

فيس‌بوک

فيس‌بوک (Facebook)، سرويس شبکه اجتماعي برخطي است که در سال 2004 ميلادي از سوي «مارک زاکربرگ» و دوستانش «ادوآردو سوري»، «اندرو مک‌کالم»، «داستين مسکوتيز» و «کريس هيوز» در دانشگاه هاروارد به وجود آمد. هم‌اکنون بيش از 1.8ميليارد نفر عضو فيس‌بوک هستند که به گفته خود فيس‌بوک 8.7درصد آنها کاربران جعلي هستند. فيس‌بوک در رتبه‌بندي وبگاه الکسا در ميان 10 وبگاه برتر و در رتبه دوم قرار دارد.

کاربران براي بهره‌گيري کامل از فيس‌بوک بايد در آن نام‌نويسي کنند. پس از نام‌نويسي، امکان ايجاد نمايه شخصي، افزودن ديگر کاربران به فهرست دوستان، فرستادن و دريافت پيام و دريافت آگاه‌سازي از تغييرات دوستان خود فراهم مي‌شود. علاوه بر اين موارد، پيوستن به گروه‌هاي مورد علاقه، يافتن همکاران، همکلاسي‌ها، پسنديدن پست‌ها، بيان ديدگاه و دسته‌بندي دوستان از امکانات ديگر اين سيستم است.

اين وب‌سايت به چهل زبان دنيا قابل دسترس بوده و 70درصد از کاربران آن در خارج از ايالات‌متحده هستند.

فيس‌بوک در فوريه 2014 شرکت پيامک‌رساني «واتس‌اپ» را به قيمت 19ميليارد دلار خريداري کرد و در حال حاضر مالک هر دو شركت است.

سايت فيس‌بوک در ابتداي ژوئيه 2015 اعلام کرد که دپارتمان هوش مصنوعي اين شرکت، الگوريتم جديدي را در خصوص تشخيص چهره آزمايش مي‌کند که از طريق سيستم‌هاي پردازش تصوير (Image Processing) و هوش مصنوعي (AI) بدون اينکه تصوير صورت فرد در عکس مشخص باشد امکان تشخيص او را از روي ويژگي‌هاي کليدي دارد. اين امکان هم‌اکنون روي بيش از 40هزار تصوير آزمايش شده و نتيجه آن بيش از 83درصد تشخيص صحيح بوده است. همچنين اين سايت اعلام کرد که پس از بررسي و اطمينان از صحت کارکرد اين قابليت به اپليکيشن‌ها افزوده خواهد شد.

تابه‌حال انتقادهاي زيادي به فيس‌بوک شده است؛ براي مثال مؤسس وب‌سايت «ويکي‌ليکس» مي‌گويد: «فيس‌بوک تنفرآميزترين ابزار جاسوسي است که تاکنون ايجاد شده ‌است. هرکس که نام و مشخصات دوستان خود را به شبکه اجتماعي فيس‌بوک اضافه مي‌کند بايد بداند که به شکل رايگان در خدمت دستگاه‌هاي اطلاعاتي امريکاست و اين گنجينه اطلاعاتي را براي آنها تکميل مي‌کند.» مؤسس فيس‌بوک مارک زاکربرگ ‌است. وي جوان‌ترين ميلياردر جهان تا سال 2008 است که ثروت وي را بالغ ‌بر 1.5ميليارد دلار تخمين زده‌اند.برخي از متداول‌ترين اصطلاحات فيس‌بوک به شرح زير است:[[37]](#footnote-37)

پيج (Page)

هر شخص حقيقي و حقوقي مي‌تواند صفحه‌اي را براي خود يا مؤسسه و... در فيس‌بوک ايجاد کند و اطلاعات مرتبط با خود يا سازمان متبوع خود را در اين صفحه بگذارد تا در معرض ديد بقيه کاربران قرار گيرد.

پروفايل (Profile)

پروفايل اطلاعاتي در مورد نويسنده و مالک صفحه در فيس‌بوک است. معادل اين اصطلاح در فارسي «نمايه» است. پروفايل به صفحه‌اي اطلاق مي‌شود که اطلاعاتي تکميلي در مورد سن، جنس، محل سکونت، علايق شخصي و... مالک صفحه فيس‌بوک به ديگران مي‌دهد.

لايک (like)

اعلام پسند هرکس در مورد يك پست در فيس‌بوک است. اين دکمه زير پست وجود دارد.

شِير (Share)

به معني به اشتراک‌گذاري پستي است که کاربر ديگري در فيس‌بوک آن را ارسال کرده است.

کامنت (Comment)

نظر و ديدگاهي است که هرکس درباره پست در فيس‌بوک مي‌نويسد.

گروپ (Groups)

گروه‌هايي است که شما عضو آن هستيد.

توييتر

توييتر (Twitter) شبکه‌اي اجتماعي و سرويس ارايه‌دهنده ميکروبلاگ است که به کاربران اجازه مي‌دهد تا 140 حرف، پيام متني را که توييت (Tweet) ناميده مي‌شود، ارسال کنند. اين شناسه به‌قدري نو بود که به‌سرعت بين کاربران اينترنت به محبوبيت رسيد و بعدها قابليت ارسال فيلم و عکس را نيز به خود اضافه کرد. هم‌اکنون توييتر در رتبه‌بندي وبگاه الکسا در ميان 10 وبگاه برتر و در رتبه هشتم قرار دارد.

توييتر در مارس 2006 به وسيله «جک دورسي» ايجاد شد و در ژوئيه 2006 آغاز به کار کرد. اين ميکروبلاگينگ در سال 2012 داراي 500ميليون کاربر بوده است که 340ميليون توييت در روز مي‌فرستند و بيش از 1.6ميليارد جست‌وجو در آن انجام مي‌شود.

توييتر با فلسفه به اشتراک گذاشتن وضعيت افراد به دوستان و اطرافيان‌شان شروع به کار کرد، اما به‌مرور بسيار کاربردي شد و در خبررساني به ابزار کاربردي مفيدي تبديل شد. بنابراين شعار خود را از «چه‌کار مي‌کنيد؟» (?What are you doing) در نوامبر سال 2009 ميلادي به «چه چيزي در حال رخ دادن است؟» (?What is happening) تغيير داد. به‌ طور کلي در توييتر مي‌توان نوعي برون‌ريزي اتفاقي ذهن را انجام داد؛ يعني هر آنچه در اطراف در حال اتفاق افتادن است، به ‌طور ناخودآگاه مي‌تواند باعث شود تا توييتي به توييتر ارسال شود. توييتر و جابه‌جايي آزاد داده‌ها مي‌تواند تأثير مثبتي در جهان داشته باشد. از جمله محدوديت‌هاي توييتر مي‌توان به 250 پيام در روز، هزار توييت در روز، بيش از 2هزار نفر فالووينگ را نام برد.

معمولاً پيام‌هاي توييتري به‌ صورت عمومي است، ولي کاربران مي‌توانند پيام‌هاي خصوصي نيز ارسال کنند. توييتر اطلاعات قابل‌ شناسايي و شخصي کاربرانش را جمع‌آوري کرده و با مشترکان ديگر سهيم مي‌شود. اين سرويس حق فروش اين اطلاعات را به‌ عنوان دارايي‌هاي خود در صورت تعويض مالکيت شرکت را دارد. هنگامي‌که توييتر براي کسي تبليغي نمي‌کند، تبليغ‌کنندگان مي‌توانند کاربران را براساس سابقه توييت کردن‌شان مشخص کنند.

هم‌اکنون تعداد کاربران اين وبگاه از مرز 200ميليون نفر گذشته است. در توييتر افراد مشهور بسياري عضو هستند و دنبال‌کننده‌هايي ميليوني دارند؛ مانند «بيل گيتس»، «باراک اوباما» و بسياري از افراد مشهور ديگر و همچنين خبررساني‌هاي مشهور نيز در توييتر حساب کاربري دارند.

برخي اصطلاحات توييتر عبارتند از:

ترند (Trends)

موضوعات يا توييت‌هايي که در زمينه يا مبحث خاصي ارسال مي‌شوند و بيشترين مشارکت‌کننده در واحد زماني روز را دارد و با توجه به منطقه‌اي که انتخاب مي‌شود کنار پروفايل توييتر نمايش داده مي‌شود. ترندها يکي از پرکاربردترين ابزارهاي توييتر به‌ حساب مي‌آيد، به‌خصوص در زمينه اطلاع‌رساني يا خبررساني از طريق توييتر. معمولاً ترندهاي مهم و روز و تيترهاي خبرها در جست‌وجوهاي گوگل به‌ طور اختصاصي نمايش داده مي‌شوند.

تگ يا هشتگ (Hashtag)

کليدواژه‌اي که براي دسته‌بندي کردن توييت‌ها به کار مي‌رود. در مواردي، بسياري از کاربرها در مورد موضوع خاصي توييت ارسال مي‌کنند كه با اضافه کردن تگ به موضوع توييت ارسالي، پيدا کردن و يافتن توييت‌هايي در آن مورد به‌خصوص به‌راحتي قابل دسترس باشد. تگ‌ها يکي از مهم‌ترين ابزارهاي توييتر هستند که از سوي کاربران استفاده مي‌شود. استفاده درست از تگ‌ها يکي از قوانين مهم توييتر به شمار مي‌رود و توييت‌هاي نامرتبط با تگ ارسالي اسپم شمرده مي‌شوند.

اينستاگرام

اينستاگرم (Instagram) يا اينستا شبکه اجتماعي اشتراک‌گذاري عکس و ويديو است که اين امکان را به کاربرانش مي‌دهد که عکس‌ها و ويديوهايشان را در ديگر شبکه‌هاي اجتماعي نظير «فيس‌بوک»، «توييتر»، «تامبلر» و «فليکر» به اشتراک بگذارند. کاربران همچنين مي‌توانند از فيلترهاي ديجيتال براي عکس‌هايشان استفاده کنند. محدوديت اشتراک‌گذاري ويديو در حال حاضر در اينستاگرام 60 ثانيه است. اينستاگرام به‌ وسيله «کوين سيستروم» و «مايک کرايگر» خلق و در اکتبر 2010 راه‌اندازي شد. اين سرويس به‌سرعت محبوبيت کسب کرد و تعداد كاربرانش به بيش از 300ميليون کاربر تا دسامبر 2014 رسيد. فيس‎بوک در آوريل 2012، اينستاگرم را به مبلغ يک‌ميليارد دلار (به‌ صورت نقد و سهام) خريداري کرد. در سال 2013 اينستاگرام 23درصد رشد کرد، در حالي که فيس‌بوک به ‌عنوان کمپاني مادر تنها 3درصد رشد را تجربه کرد. گفته مي‌شود اگر اينستاگرام همين رشد را حفظ کند، از فيس‌بوک بزرگ‌تر خواهد شد. بين شبکه‌هاي مختلف اجتماعي، اينستاگرام نقش اصلي را در ذائقه‌سازي، معرفي سبک زندگي غيراسلامي و ترويج مدها و محصولات فرهنگي غربي ايفا مي‌کند. برخي اصطلاحات اينستاگرام به شرح زير است:

فيلتر(Filter)

هنگام ارسال تصوير مي‌توان با استفاده از فيلترها، افکت يا جلوه بصري خاصي به آن عکس اضافه کرد و آن را هنرمندانه‌تر نشان داد.

فالو (follow)

به معني دنبال کردن. منظور کاربران علاقه‌مندي است که به‌ صورت مرتب پست‌هاي فرد ديگر را دنبال و مشاهده مي‌کنند.

فيد (Feed)

هنگامي ‌که شخصي شخص ديگري را دنبال مي‌کند، وقتي فرد دوم، پست جديدي ارسال مي‌کند، آن پست در Feed نفر اول قرار مي‌گيرد.

واتس‌اپ

واتس‌اپ (WhatsApp) برنامه پيام‌رساني فوري براي تلفن‌هاي هوشمند است. اين برنامه به وسيله شرکت سهامي واتس‌اپ ساخته شده است. مؤسس شرکت و سازنده اين برنامه «يان‌کوم» است. واتس‌اپ و نرم‌افزارهاي شبيه آن امروزه با گسترش اينترنت همراه، جايگزيني براي پيامک يا پيام‌هاي متني کلاسيک شده‌اند. واتس‌اپ طبق اعلام خود در سال 2013 در سراسر جهان 450ميليون کاربر داشته که حداقل ماهي يک‌بار آن‌لاين بوده‌اند. در اوايل فوريه 2016 واتس‌اپ اعلام کرد که تعداد مشترک‌هاي شبکه از مرز يک‌ميليارد نفر گذشت. علاوه بر قابليت فرستادن متن ساده مي‌توان فايل‌هاي رايانه‌اي مثل «پي‌دي‌اف»، «عکس»، «صوت» و «ويديو» را از طريق واتس‌اپ ارسال کرد. قرار است قابليت انجام مکالمه ويديويي به‌زودي روي اين شبکه پيام‌رساني راه‌اندازي شود.

واتس‌اپ براي ايجاد ايمني دادوستدهاي بين کاربران از روش رمزگذاري سرتاسر استفاده مي‌کند. رمزگذاري سرتاسر واتس‌اپ وقتي امکان دارد که کاربران فرستنده و گيرنده پيام، آخرين نسخه واتس‌اپ (از فروردين 1395 به بعد) را داشته باشند. به گفته کارشناسان با اين روش و در حالت عادي (يعني بدون دخالت بدافزارها) فقط دو طرف مکالمه مي‌توانند آنچه را كه ارسال مي‌شود بخوانند. در اين ميان، شرکت ادعا کرده که حتي خود شرکت واتس‌اپ قادر به خواندن آن نيست. به اين دليل است که پيام‌ها با قفل نرم‌افزاري محافظت شده‌اند و فقط فرستنده و گيرنده پيام کليد مخصوص باز کردن اين قفل و خواندن آنها را دارند. براي حفاظت بيشتر، هر پيامي که ارسال مي‌شود قفل و کليد خودش را دارد. همه اينها به ‌صورت خودکار اتفاق مي‌افتد و نيازي به انجام تنظيمات خاص يا چت مخفي براي امن بودن پيام‌ها نيست.

شايان ‌ذکر است كه واتس‌اپ در اواسط سال 1394 از نسخه فارسي سايتش رونمايي کرد. اين پيام‌رسان در حال حاضر با احتساب فارسي، 46 زبان را پشتيباني مي‌کند.

برخي اصطلاحات واتس‌اپ به شرح زير است:

استاتوس (Status)

به معني وضعيت کاربر است که آيا هم‌اکنون به‌ صورت برخط و آن‌لاين در نرم‌افزار در دسترس است يا خارج از نرم‌افزار به سر مي‌برد.

لست سين ( last seen )

بيانگر آخرين ساعت و تاريخي است که کاربر در نرم‌افزار به‌ صورت آن‌لاين حضور داشته است.

بلاک (Block)

به معني مسدود کردن امکان ارسال و دريافت پيام از سوي کاربراني است که کاربر قصد قطع ارتباط با آنها را دارد.

وايبر

نرم‌افزار مالکيتي چندسکويي پيام‌رسان فوري صدا روي پروتکل اينترنت براي تلفن‌هاي هوشمند است که به وسيله شرکت وايبر توسعه داده شده ‌است. علاوه بر پيام‌رساني متني، کاربران مي‌توانند به تبادل تصاوير، ويديو و پيام‌هاي رسانه‌اي بپردازند.

قابليت‌هاي اصلي اين برنامه روي سيستم‌عامل «اندرويد»، «ويندوزفون» و IOS مکالمه به ‌وسيله اينترنت، ارسال عکس، شکلک و ارسال متن است. اين برنامه کاملاً رايگان در اختيار کاربران قرارگرفته است. براي ثبت‌نام در اين برنامه بايد شماره تلفن همراه شخص به آن اعلام شود و به وسيله پيام کوتاهي، کد ورود به برنامه به کاربر اعلام مي‌شود. همچنين کاربران مي‌توانند به وسيله همان تلفن همراه برنامه را روي رايانه شخصي يا تبلت‌شان نصب کنند و به‌ صورت اشتراکي از اين برنامه در همه جا از آنها استفاده کنند. وايبر با استفاده از دفترچه تلفن موجود در تلفن همراه، ساير افرادي را که نرم‌افزار فوق را نصب‌ کرده و در دفترچه تلفن قرار دارند شناسايي کرده و آنها را در فهرست دوستان در نرم‌افزار فوق قرار مي‌دهد. نسخه جديد اين نرم‌افزار اجازه اضافه کردن شکلک‌هاي جديدي را نيز به کاربرانش مي‌دهد. برخي از اين شکلک‌ها با پرداخت هزينه قابل دريافت و برخي نيز رايگان هستند.

مدل چرخه سرمايه شرکت نامعلوم است؛ اين شرکت هيچ درآمدزايي‌اي ندارد، اما در سال 2013 اعلام کرد اقدام به فروش شکلک در نرم‌افزار خود مي‌کند. تأمين سرمايه اين شرکت از سوي سرمايه‌گذاران شخصي است که «تلمن مارکو» آنها را «دوستان و خانواده» ناميده ‌است.

البته وايبر به وسيله چهار همکار يهودي تأسيس شد: تلمن مارکو، «ايگور مگزينيک»، «ساني مارولي» و «اوفر اسمچا». مارکو مديرعامل شرکت است که چهار سال در ارتش رژيم صهيونيستي مشغول به کار بوده است و از دانشگاه تل‌آويو فارغ‌التحصيل شده است. در 14 فوريه 2014 وايبر از سوي شرکت «راکوتن» به قيمت 900ميليون دلار خريداري شد. پيش از فوريه 2014، بيشتر سهام اين شرکت را خانواده‌اي يهودي به نام «شباتاي» (55.2درصد) و تلمن مارکو (11.4درصد) و نيز شرکتي امريکايي به نام IRS وست (12.5درصد) در اختيار داشته‌اند.

همچنين به نرم‌افزار وايبر به دليل محافظت ضعيف از داده‌ها انتقاد شده است. وايبر داده‌ها را به ‌صورت گسترده جمع‌آوري مي‌کند که بسيار بيشتر از مقدار ديگر نرم‌افزارهاي مشابه مانند اسکايپ است؛ هم اطلاعات کاربران سرويس اسکايپ و هم غيرکاربران اين سرويس مانند اطلاعات شماره تلفن‌هاي گوشي کاربر، بيرون از وايبر. بسياري از اين داده‌ها بدون رضايت و اطلاع کاربران جمع‌آوري مي‌شود که «قوانين محافظت از داده» اتحاديه اروپا را نقض مي‌کند. همچنين شرکت وايبر مشخص نکرده است که چه هنگام و براي چه مقاصدي از داده‌هاي جمع‌آوري‌شده استفاده مي‌کند و اين داده‌ها در اختيار چه کساني قرار مي‌گيرند. ايراد ديگر اين نرم‌افزار که البته در نرم‌افزارهاي ديگر هم کم‌وبيش وجود دارد اين است که همه اطلاعات موجود در دفتر تلفن را استخراج مي‌کند و روي سرورهاي خود قرار مي‌دهد. براي نمونه وايبر هنگام نصب درخواست مي‌کند که به نرم‌افزار توانايي‌هاي گسترده شامل تغيير پرونده‌هاي روي دستگاه داده شود. همچنين اخبار و گزارش‌هايي وجود دارد که نرم‌افزار به شماره تلفن‌ها، پيامک‌ها، شماره‌هاي تماس‌گرفته کاربر، حتي آنهايي که جزو نرم‌افزار نيستند، دسترسي پيدا مي‌کند و توانايي اين را دارد که موقعيت جغرافيايي کاربران را تشخيص دهد و به صوت‌ها، عکس‌ها و فيلم‌هاي ضبط‌شده کاربر دسترسي پيدا کند. وايبر همچنين مي‌تواند همه پرونده‌هاي روي گوشي تلفن و حتي تنظيمات کاربر و برنامه‌هاي نصب‌شده او را ببيند. بنا بر اظهارات وزير فرهنگ و ارشاد اسلامي در 1393، بيش از 10ميليون ايراني عضو اين شبکه اجتماعي بودند. بنا به گزارش الکسا اينترنت، کاربران داخل ايران بزرگ‌ترين درصد بازديدکنندگان از شبکه وايبر دات کام بودند و ايراني‌ها بيش از 17درصد از کاربران اين شبکه را تشکيل مي‌دادند. شبکه رايگان وايبر با توجه به اشتهاي سيري‌ناپذير کاربران ايراني به طنز، به‌ صورت وسيله‌اي براي ردوبدل کردن تازه‌ترين لطيفه‌ها درآمده بود.

نوتيفيکيشن (Notifications)

به معني اعلان‌ها. بيانگر آخرين اتفاق‌ها، پيام‌ها و رخدادهاي انجام‌شده به وسيله دوستان در وايبر است. به اين ترتيب که هنگامي‌ که فردي پيغامي از دوستانش دريافت مي‌کند در منوي بالاي اندرويد يک آگاه‌ساز براي وي نمايش داده مي‌شود.

تلگرام

تلگرام، يک نرم‌افزار پيام‌رسان است که به شکل متن باز (قابل تغيير توسط برنامه‌نويسان) ارائه شده است. کاربران مي‌توانند پيام‌ها، تصاوير، ويديوها و اسناد (انواع پرونده‌ها پشتيباني مي‌شوند) خود را رمزنگاري‌‌شده تبادل کنند. تلگرام در تبلت‌ها، موبايل‌ها و دستگاه‌هاي بدون واي‌فاي هم در دسترس است. موفقيت عجيب اين نرم‌افزار طي دو سال گذشته دور از انتظار بوده و هم‌اکنون به فراگيرترين پيام‌رسان بين ايرانيان تبديل شده است.

کاربران نرم‌افزار امکان تبادل پيام، عکس، ويديو و فايل تا حجم 1.5 گيگابايت را دارند. تلگرام نسخه رايانه‌اي خود را نيز ارايه داده که با اين امر، كار برنامه‌نويسان براي کدنويسي برنامه‌هاي جانبي تلگرام (ربات‌ها) را راحت‌تر كرده است. ديگر آنکه همه نرم‌افزارهاي رسمي تلگرام (و چند نرم‌افزار غيررسمي) متن‌باز هستند که ويژگي تقريباً منحصربه‌فردي بين همه نرم‌افزارهاي پيام‌رسان است؛ البته مدير اين نرم‌افزار گفته است کد سرور نرم‌افزار آزاد نيست، زيرا معماري تلگرام نياز دارد دوباره طراحي شود تا به سرورهاي مستقل اجازه دهد مانند يک ابرتلگرام متحد کار کند.

مدير سايت تلگرام «پاول دروف» و برادرش «نيکولاي» بوده که مدير سابق شبکه اجتماعي «وي‌کي»، بزرگ‌ترين شبکه اجتماعي دنيا بعد از فيس‌بوک است که به «زاکربرگ روسي» يا «زاکربرگ دوم» معروف است.

مهم‌ترين امکانات تلگرام امکان ايجاد گروه بين کاربران، کانال‌هاي اطلاع‌رساني و ربات‌ها است که اين اصطلاحات در ادامه معرفي مي‌شوند.

گروه

گروه‌ها يکي از بخش‌هاي اصلي پيام‌رسان تلگرام است، به‌ صورتي که کاربران مي‌توانند با پيوستن به گروه‌ها به‌ صورت چند طرفه با ديگران ارتباط برقرار کنند. گروه‌هاي اوليه قابليت 200 عضو را داشتند، ولي بعدها تلگرام با انتشار به‌روزرساني‌هاي جديدتر قابليت ارتقاي گروه عادي به سوپرگروه و افزايش اعضا را از 200 به 500 و سپس به 5هزار نفر را در دسترس همگان قرار داد؛ البته در آخرين به‌روزرساني، مديران گروه‌ها مي‌توانند پيام سنجاق‌شده را در بالاي گروه‌ها قرار دهند که به آن اطلاعيه نيز گفته مي‌شود و از ديگر موارد مي‌توان به اضافه شدن قابليت انتخاب شناسه براي گروه‌ها و ساخت گروه‌هاي عمومي اشاره کرد که قابليت جست‌وجوي گروه‌ها براساس شناسه را براي کاربران فراهم مي‌کند.

کانال

کانال امکان جديدي است که در تلگرام اضافه شده است. کانال تلگرام مسير يک‌طرفه‌اي است که فقط مديران کانال (به انگليسي اَدمين) مي‌تواند در آن پست‌هاي دلخواه را براي اعضاي کانال منتشر کند و بقيه اعضا امکان اضافه‌کردن پست در آن را ندارند. برخي از ويژگي هاي کلي کانال در تلگرام به اين شرح است:

1. امکان عضوگيري نامحدود

2. امکان انتخاب چند مدير: افزودن مدير به گروه تلگرام امکان پذير نيست ولي براي کانال مي توانيد مدير اضافه کنيد.

3. قابليت حذف پيام: در گروه پيام ارسالي به هيچ وجه حذف نمي‌شود ولي در کانال مدير مي‌تواند پيام را هم حذف کند.

4. تعداد مشاهده: چند نفر مطلب ارسالي شما را خوانده‌اند؟ در گروه اين قابليت وجود ندارد ولي در کانال تلگرام تعداد خواندن پيام‌ها نمايش داده مي‌شود؛ آن هم براي تک تک اعضا.

5. لينک عمومي و منحصر به فرد: شما مي توانيد کانالي داشته باشيد که عمومي باشد و مخاطبين عمومي براي خود جذب کنيد.

6. پيغام آزاردهنده عضويت و ترک گروه وجود ندارد: در کانال، اگر کسي خارج شود يا بپيوندد هيچ پيامي براي ساير افراد نمي‌رود و اين‌گونه مزاحمت نسبي کمتري هم دارد.

7. غير قابل مشاهده‌بودن اعضا: اعضا نمي‌توانند اعضاي ديگر را ببينند! چيزي که در گروه خيلي‌ها را آزار مي داد؛ در کانال فقط مدير مي‌تواند اعضا را ببيند.

8. عدم امکان چت براي اعضا در کانال

ربات

ربات‌ها، ويژگي‌اي هستند که از سوي تلگرام ارايه مي‌شود. کاربران به ‌وسيله ربات‌ها مي‌توانند قابليت‌هاي نرم‌افزار را چندبرابر کنند. کاربران به وسيله ربات‌ها مي‌توانند اتصالي را بين وب‌سايت‌هاي خبري‌شان و هسته اصلي تلگرام ايجاد کنند تا از اين طريق اخبار را به‌ صورت مستقيم به ربات‌شان بيفزايند. ربات‌ها همچنين قابليت‌هاي فراوان ديگري نيز دارند؛ از جمله جست‌وجوي تصاوير، فيلم‌ها، اسناد، گيف‌ها، سرگرمي (بازي، لطيفه، داستان و...)، ترجمه و غيره.

اسکايپ

اسکايپ (Skype) نرم‌افزاري کاربردي است که به کاربر اجازه مي‌دهد به‌ وسيله صدا روي پروتکل اينترنت تماس تلفني برقرار کنند. تماس تلفني و ويديويي بين کاربران اسکايپ کاملاً رايگان است و براي تماس با تلفن ثابت و موبايل نياز به خريد اعتبار است. همچنين اين برنامه امکانات مختلف ديگري مانند پيام‌رسان فوري، انتقال فايل، ويديو کنفرانس و پست صوتي را در اختيار کاربران قرار مي‌دهد. برنامه اسکايپ تا پايان سال 2009 ميلادي بيش از 500ميليون کاربر داشته است. شرکت پشتيباني‌کننده اين شبکه به نام Skype Group در سال 2005 به وسيله شرکت ebay خريداري شد و در سال 2011 مايکروسافت اسکايپ را به قيمت 8.5ميليارد دلار خريد. مقر اصلي اين شرکت در لوکزامبورگ است و شعبه‌هايي نيز در لندن، پاريس، تالين و پراگ دارد. اسکايپ برخي خدماتش را به‌ صورت رايگان در اختيار کاربرانش قرار مي‌دهد. برخي از اين خدمات رايگان عبارتند از: تماس با شماره‌هاي رايگان، تماس با بقيه کاربران اسکايپ و تماس گروهي به‌ وسيله صوت، تصوير و نوشته با بقيه کاربران اسکايپ.

لاين

لاين (Line) نرم‌افزار کاربردي پيام‌رسان فوري مخصوص تلفن‌هاي هوشمند و رايانه‌هاي شخصي است. لاين به کاربرانش اين امکان را مي‌دهد تا با يکديگر به تبادل پيام‌هاي متني، عکس، ويديو و موسيقي (در نسخه PC) بپردازند. لاين همچنين امکان برقراري تماس صوتي و تصويري را از طريق بسترهاي اينترنتي (Voip) براي کاربرانش فراهم مي‌كند. لاين در سال 2011 در ژاپن راه‌اندازي شد و در دو سال به بزرگ‌ترين شبکه اجتماعي ژاپني تبديل شد، به‌ صورتي که در نوامبر 2013 تعداد کاربران آن در سطح جهاني به مرز 300ميليون نفر رسيد که از اين تعداد 50ميليون آن را ژاپني‌ها تشکيل مي‌دادند.

لاين در ابتدا براي گوشي‌هاي هوشمند اندرويد و IOS ارايه شد، ولي بعداً در اوت 2012 نسخه مربوط به گوشي‌هاي «بلک‌بري» نيز عرضه شد. نسخه ويندوزفون نيز يک سال بعد و در سال 2013 براي کاربران ارايه شد. مهم‌ترين تفاوت لاين با ديگر نرم‌افزارهاي پيام‌رسان، امکان ايجاد صفحه شخصي و پروفايل براي هر کاربر است.

**فصل چهار**

**با احتیاط برانید**

**آسیب‌ها و تهدیدهای فضای مجازی**

کاهش ارتباطات انساني[[38]](#footnote-38)

در اينکه استفاده افراطي و وسواس‌گونه از فضاي مجازي منجر به آسيب‌‌هاي مفرط فردي و رواني مي‌‌شود، ترديدي نيست. از منظر انديشمندان صرف بخش قابل‌توجهي از وقت در ارتباطات مجازي باعث اضطراب، افسردگي[[39]](#footnote-39)، بي‌حوصلگي، پرخاشگري و فردگرايي مي‌شود.[[40]](#footnote-40)

انزواي اجتماعي

تحقيقات متعدد انجام‌شده داخل و خارج از کشور مؤيد اين موضوع است که استفاده افراطي و وسواس‌گونه از فضاي مجازي منجر به افسردگي، انزواي اجتماعي، کاهش ارتباطات خانوادگي، کاهش فعاليت‌‌هاي خارج از خانه، شرکت نکردن در مجامع عمومي، اضطراب، کاهش عزت‌نفس، بدبيني، نارضايتي از ظاهر، پرخاشگري، رفتارهاي ضداجتماعي، هيجان زياد، افزايش رفتارهاي پرخطر جنسي، تنوع‌طلبي جنسي، افزايش رويکرد مثبت به رفتارهاي ضداجتماعي و غيراخلاقي و... مي‌‌شود.

ولي چنان‌چه استفاده از فضاي مجازي افراطي نباشد، باز هم بر روان فرد تأثير منفي خواهد گذاشت؟ در اين زمينه بين نتايج تحقيقات اختلاف وجود دارد.

احساس تنهايي

در مجموع نگاه روان‌شناسان به فضاي مجازي اين‌گونه است که اين رسانه تأثيري منفي بر فرد دارد؛ براي مثال «کرات» و همکاران در پژوهشي، اينترنت را همچون رسانه‌‌اي محدود و جانشيني نه‌چندان مطمئن براي زندگي واقعي در نظر گرفته‌‌اند که به احساس تنهايي و افسردگي منجر مي‌‌شود.

«کاپلان» به اين نتيجه رسيد که افراد معتاد به اينترنت ويژگي‌‌هايي چون احساس تنهايي، کم‌رويي، کناره‌‌گيري اجتماعي و افسردگي دارند و افراد وابسته به اينترنت از نظر واکنش‌‌هاي اجتماعي در سطح پايين‌‌تري نسبت به افراد غيروابسته به اينترنت قرار دارند.

«سندرز» و همکارانش نشان دادند نوجواناني که از اينترنت استفاده زيادي مي‌كنند، ارتباط و تماس‌شان با والدين کاهش مي‌‌يابد و همچنين از نظر اجتماعي گوشه‌گير و کناره‌گير مي‌‌شوند.

داده‌‌هايي نيز وجود دارند که نشان مي‌‌دهند درصدي از افرادي که از افسردگي رنج مي‌برده‌‌اند توانسته‌‌اند با استفاده از فضاي مجازي اين احساس را کاهش دهند. تحقيقات بيشتر نشان داده است که اين مسأله بيشتر در مورد افرادي مشاهده شده است که افسردگي آنها حاصل از فقدان عزت‌‌نفس و خودپنداري پايين يا به دليل ترس از طرد شدن از سوي جامعه بوده و استفاده از اينترنت براي غلبه بر مشکلات بين‌فردي زندگي بوده است.

راه فرار از مشکلات

«اندرسون» بيان مي‌‌کند که فرد، ارتباط با اينترنت را به‌ عنوان راه فرار از مشکلات واقعي يا خلاص شدن از احساس کسالت و ملال خود، رهايي از احساس درماندگي، گناه، تنهايي، اضطراب يا افسردگي مي‌داند و از آن استفاده مي‌‌کند.

تحقيقات انجام‌شده در ايران روي دانش‌آموزان نشان مي‌‌دهد بين ميزان استفاده از فضاي مجازي براي مصارف اجتماعي و ميزان بزرگ بودن محيط آموزشي همبستگي وجود دارد. به اين معني که هرچه فضاي آموزشي بزرگ‌‌تر باشد، استفاده از فضاي مجازي بيشتر خواهد بود.

تحقيق ديگري نشان مي‌‌دهد كه هرچه ميزان تنهايي ادراک‌شده فرد در مدرسه بيشتر باشد، استفاده او از فضاي مجازي بيشتر مي‌‌شود. در تفسير اين دو تحقيق مي‌‌توان گفت كه با افزايش تعداد دانش‌‌آموزان مدرسه، احساس حمايت اجتماعي ادراک‌شده از سوي فرد کاهش مي‌‌يابد و احتمال بيشتري وجود دارد که فرد تلاش کند تا اين حمايت عاطفي را از محيطي مجازي به دست آورد.

در بررسي شبکه‌هاي اجتماعي نيز مشخص شده است که «فيس‌بوک» کاربر را دچار احساس غم و افسردگي مي‌‌کند.

بيشتر افراد از شبکه‌‌هاي اجتماعي براي بيان جنبه‌‌هاي خوب و مثبت زندگي استفاده مي‌کنند و اين امر باعث مي‌‌شود واقعيت‌هاي زندگي آنها که شايد چندان خوب و شيرين نباشد، از چشم بقيه پنهان بماند.

افزايش استرس و ناخوشنودي از خود

از آنجايي که افراد در فيس‌بوک هميشه در حال ديدن قسمت‌هاي خوب و شاد زندگي ديگران هستند، در صورتي که فرد، پيش‌‌زمينه افسردگي را داشته باشد، ممکن است در مواجهه با مشکلات زندگي، دست به مقايسه زندگي خود با خوشي ديگران بزند و دچار غم و نااميدي شده و در موارد شديد به افسردگي دچار شود.

فيس‌بوک باعث مي‌‌شود برخي کاربران از ظاهرشان راضي نباشند. به ‌نظر مي‌‌رسد وقتي افراد عکس‌هاي ديگران را مي‌بينند، نقاط ضعف ظاهر خود را بزرگ‌تر از آنچه هست مي‌بينند و حتي برخي از عکس گرفتن و جلوي دوربين ايستادن با ديگران خودداري مي‌کنند.

فيس‌بوک به کاربرانش استرس وارد مي‌کند. هدف اصلي فيس‌بوک برقراري ارتباط و دوستي با کاربران ديگر است، ولي گاهي درخواست‌هاي دوستي افراد از يکديگر آنها را دچار استرس مي‌‌کند.

تحقيقات نشان مي‌دهد 63درصد افراد پاسخ به درخواست دوستان را به تأخير مي‌‌اندازند. از هر10 نفر سه نفر با رد کردن درخواست دوستان دچار عذاب‌وجدان مي‌شوند و 12درصد اصلاً دوستي ندارند.

مطالعه ديگر نشان مي‌‌دهد کساني که درخواست‌شان در فيس‌بوک رد مي‌‌شود، همان‌‌قدر ناراحت و آزرده مي‌شوند که پذيرفته نشدن در زندگي واقعي آنها را ناراحت مي‌کند.

بايد به اين نکته توجه داشت که استفاده از فضاي مجازي به دليل نداشتن خطرهاي رابطه‌هاي حقيقي، ايمن‌‌تر به نظر مي‌‌رسد. به همين دليل افرادي که افسرده يا مضطرب هستند و تمايلي به چالش با مشکلات حقيقي از خود نشان نمي‌‌دهند، احتمال بيشتري دارد که اين نوع ارتباط را بر رابطه‌‌هاي حقيقي ترجيح دهند و درنتيجه به اين فضا اعتياد پيدا خواهند کرد.

در همين زمينه، «زيمباردو» در تحقيقي که درباره رايانه و بازي‌‌هاي رايانه‌‌اي انجام داد به اين نتيجه رسيد که در مجموع استفاده از رايانه و بازي‌‌هاي رايانه‌‌اي ممکن است نيازهاي طبيعي موجود در تعاملات اجتماعي را برآورده کند و در نتيجه به انزواي اجتماعي منجر شود. به اين معني که اگر نيازهاي طبيعي فرد مانند نياز به کسب توجه و ارتباط، از راه‌هاي ديگري غير از مسير طبيعي خود برآورده شود، ممکن است فرد را به اين سمت هدايت کند که براي تأمين نيازهايش به دنبال راه‌هاي طبيعي نباشد يا تأمين اين نيازها را به تأخير بيندازد. مانند فردي که با تغذيه از اسنک (هله‌هوله)، احساس سير بودن مي‌‌کند و ديگر براي پاسخ به نيازهاي طبيعي بدن، به دريافت انرژي و مصرف ساير مواد مغذي اقدام نمي‌‌کند.

برآوردن نيازهاي طبيعي از راه‌هاي غيرطبيعي

بايد به اين نکته توجه داشت که برآوردن نيازهاي طبيعي همانند کسب توجه اگر از راه‌هاي طبيعي که مصاحبت اجتماعي است، برآورده نشود، احتمال بيشتري وجود دارد که خطر طرد شدن و آسيب ديدن را دربرداشته باشد. اين خطر در فضاي مجازي به‌مراتب کمتر است و افراد با سطح روان‌رنجوري بالا ترجيح مي‌‌دهند روش فعلي کم‌خطرتر را انتخاب کنند. ولي ارتباطات در فضاي مجازي به‌ هيچ‌ عنوان تأمين‌کننده همه نيازهاي ناشي از رابطه کامل نيست، همان‌گونه که اسنک (هله‌هوله) تأمين‌کننده ويتامين‌‌ها و پروتئين کافي براي بدن نيست و تنها احساس گرسنگي را کاهش مي‌‌دهد. مثال ديگر در اين زمينه افرادي هستند که به تماشاي مطالب پورنوگرافي اعتياد پيدا کرده‌‌‌اند.

تحقيقات «مسعودنيا» نشان مي‌‌دهد كه استفاده بيشتر افراد از اينترنت، ميزان بروز اضطراب و بي‌خوابي را در افراد افزايش مي‌‌دهد.

مطالعه «براني» و همکاران نشان داد که اضطراب هم به‌عنوان برآيند و نتيجه استفاده جبري از اينترنت و هم يک عامل خطر براي استفاده از آن است. به بيان ديگر آنها نشان دادند که مشکلات رواني مانند اضطراب نه‌تنها نتيجه بلکه علت استفاده ناسازگارانه از اينترنت است. توجه به اين نکته ضروري است که اثر خصوصيات شخصيتي و استفاده از فضاي مجازي بر يکديگر دوسويه است. افراد افسرده از فضاي مجازي استفاده بيشتري مي‌‌کنند و افرادي که از فضاي مجازي استفاده زيادي مي‌‌کنند دچار افسردگي مي‌‌شوند.

افراد منزوي براي التيام بخشيدن به احساس تنهايي‌شان از فضاي مجازي استفاده بيشتري مي‌‌کنند و هرچه فرد استفاده بيشتري از فضاي مجازي کند، انزواي اجتماعي وي بيشتر خواهد شد.

افراد مضطرب از فضاي مجازي به جاي راهبردي هيجان‌مدار براي منحرف کردن تمرکزشان از مشکل استفاده مي‌‌کنند که در زمان کوتاه‌مدت بسيار مؤثر است، ولي در بلندمدت اين راهبرد مي‌‌تواند تبديل به روشي براي فرار از مشکلات شود و به همين دليل فرد نسبت به استفاده از اين راهبرد احساس اجبار و اعتياد مي‌‌کند.

از آنجايي که استفاده از فضاي مجازي استعداد بالايي را براي تبديل شدن به فعاليتي مصرفي دارد، همانند همه رفتارهاي مصرفي تبديل به چرخه‌اي معيوب مي‌‌شود و در نهايت فرد نسبت به استفاده از آن احساس اجبار مي‌‌کند و در صورت عدم دسترسي، اضطراب و ناراحتي شديدي در خود احساس مي‌‌کند. تحقيقات متعدد روي احساس اجبار براي استفاده از فضاي مجازي يا نوموفوبيا[[41]](#footnote-41) نيز اين موضوع را تأييد مي‌كند.

اعتياد اينترنتي

آسان شدن و هزينه پايين دسترسي و تنوع و جذابيت بالاي سرويس‌هاي فضاي مجازي باعث شده است کاربران زمان قابل توجهي از اوقات روزانه‌شان را در اين فضا سپري کنند و رفته‌رفته دچار اعتياد اينترنتي شوند. مطابق آماري که در سال 2013 ارايه شده است، 420ميليون معتاد اينترنتي در جهان وجود دارد و حتي در برخي کشورها از جمله چين مراکز ترک اعتياد اينترنت تأسيس شده است.[[42]](#footnote-42)

اعتياد به فضاي مجازي يا استفاده جبري از فضاي مجازي به عنوان الگويي از استفاده تعريف مي‌‌شود که با ويژگي‌‌هايي مانند نداشتن کنترل، اشتغال ذهني، تعارض، علائم انزوا و استفاده از اينترنت به عنوان راهبردي مقابله‌‌اي مشخص مي‌‌شود.

اين اعتياد مي‌‌تواند منفعل (مثل استفاده از تلويزيون که فرد تنها مصرف‌کننده است و در محتوا دخالتي ندارد) يا فعال (مانند استفاده از اينترنت، چت، بازي‌‌هاي رايانه‌‌اي) باشد. فعاليت‌‌هاي انجام‌شده در افراد معتاد به فضاي مجازي، شامل چت، تبادل پيام، استفاده از فيس‌بوک، فعاليت‌‌هاي جنسي از قبيل مشاهده تصاوير پورنوگرافي و سکس‌چت، قماربازي اينترنتي، خريد افراطي اينترنتي، حک و وبگردي بي‌هدف مي‌‌شود.

محققان آسيب‌‌هاي بسياري براي استفاده اعتيادگونه از فضاي مجازي مشاهده کرده‌اند؛ از جمله کيفيت زندگي پايين، افسردگي، اضطراب، انزواي اجتماعي و غيره.[[43]](#footnote-43)

تحقيقات انجام‌شده نشان مي‌‌دهد در چين 11درصد، يونان 18درصد، کره جنوبي 30درصد و تايوان 5درصد از افراد اعتياد به اينترنت دارند.

ميزان اعتياد به اينترنت در ايران 8.9درصد برآورد شده است که نسبت به آمارهاي جهاني نرخ پايين‌‌تري دارد.[[44]](#footnote-44)

آمارهاي ايران و جهان نشان مي‌‌دهد اعتياد به اينترنت بين دختران بيشتر از پسران است، همچنين با کاهش سن، ميزان استفاده از اينترنت و اعتياد به اينترنت افزايش مي‌‌يابد. براي مثال پيمايش ملي انجام‌شده در ايالات متحده نشان مي‌‌دهد دانش‌‌‌‌آموزان بيش از دانشجويان از فيس‌بوک استفاده مي‌‌کنند.[[45]](#footnote-45)

تحقيقات انجام‌شده در ايران نشان مي‌‌دهد اعتياد به اينترنت بين دانشجويان کارشناسي بيش از دانشجويان کارشناسي ارشد است.

به طور کلي بين استفاده از فيس‌بوک و سن همبستگي منفي وجود دارد. هرچه سن کاربران بيشتر گزارش شده است، ميزان استفاده از اين شبکه کمتر گزارش شده است.[[46]](#footnote-46) همچنين ميزان اعتياد به اينترنت بين رشته‌‌هاي فني بيش از رشته‌‌هاي علوم انساني است. به نظر مي‌‌رسد با افزايش سن و تجربه استفاده از فضاي مجازي، سواد رسانه‌‌اي فرد بالاتر مي‌‌رود و ميزان اثرگذاري منفي فضاي مجازي بر افراد نيز کاهش مي‌يابد.

علاوه بر تأثيراتي كه فضاي مجازي روي فرد مي‌گذارد، روابط اجتماعي را نيز تا حد زيادي تحت تأثير خود قرار داده است. يكي از جنبه‌هاي مهم تأثير فضاي مجازي بر ارتباطات اجتماعي، كانون خانواده است.

«سندرز» و همكاران نشان دادند كه استفاده زياد از اينترنت در نوجوانان علاوه بر اينكه به طور كلي باعث گوشه‌گيري و كناره‌گيري آنها مي‌شود، به‌تدريج ارتباط و تماس آنان را با والدين كاهش مي‌دهد.

اتلاف وقت و کاهش بهره‌وري[[47]](#footnote-47)

يکي از مهم‌ترين آسيب‌هاي فضاي مجازي افت عملکرد تحصيلي[[48]](#footnote-48) و افت عملکرد شغلي[[49]](#footnote-49) است و دليلش اين است که مغز هنگام کار با اطلاعات الکترونيکي در زمينه‌‌هاي تمرکز، تفکر، تلخيص واژگان، دسته‌بندي مطالب، استدلال و استنتاج، نقد و انتقاد و تخيل دچار ضعف مي‌‌شود.

مواجهه با گستردگي مطالب در مدت زمان کم باعث آسيب رسيدن به سلول‌هاي مغز مي‌شود. همچنين پژوهشگران اثبات کرده‌اند که فضاي مجازي بلوغ فکري و عقلي را در کودکان به تأخير مي‌اندازد.

تسريع در ارتباطات بين مراكز علمي و پژوهشگران

در اواخر دهه 1980، پژوهشگران درباره کارايي کاربرد فضاي مجازي در آموزش مطالعه کردند. همه اين پژوهش‌ها نشان داد که کاربرد فضاي مجازي مي‌تواند تأثيرات مثبتي در موفقيت آموزشي در سطوح ابتدايي تا دانشگاهي داشته باشد. براي افرادي که در مناطق دورافتاده زندگي مي‌کنند، افرادي که ناتوان حرکتي هستند و آنان که به لحاظ عاطفي نمي‌توانند در پي حمايت رودرروي همتايان باشند، ظهور و گسترش فضاي مجازي فرصت کم‌نظيري بود تا بتوانند از امکانات آموزشي مناسبي استفاده کنند، همچنين افرادي که در بيمارستان‌ها يا ساير مراکز درماني و حمايتي بستري هستند و افرادي که به وسايل حمل‌و‌نقل دسترسي ندارند، مي‌توانند با دنيا ارتباط برقرار کنند.

يكي از مهم‌ترين مزاياي استفاده از فضاي مجازي، تسريع در ارتباطات بين مراكز علمي و پژوهشگران است. با استفاده از فضاي مجازي محققان مي‌توانند با سرعت بالا و هزينه‌اي ناچيز از مقالات و پژوهش‌هاي روز در زمينه مطالعاتي‌شان استفاده كنند و همچنين با همكاران خود مبادله علمي داشته باشند. همين امر باعث پيشرفت‌هاي علمي، به‌خصوص در نقاط دورافتاده نسبت به مراكز علمي شده است.

افرادي که نياز به خدمات بهداشت روان دارند، اما قادر به شرکت در درمان سنتي نيستند، از طريق فضاي مجازي مي‌توانند مشکل‌شان را درمان كنند. انواع درمان‌هاي برخط و مشاوره‌هاي تلفني که روزبه‌روز در حال گسترش است، نشان مي‌دهد که استفاده از فناوري نوين در ارتباطات مي‌تواند به افزايش سلامت روان در گروهي از بيماران کمک زيادي كند. در تعداد رو به رشدي از روان‌درماني‌هاي از راه دور، روان‌شناسان و ديگر متخصصان سلامت روان از طريق اي‌ميل يا اتاق‌هاي گفت‌وگو، خدمات مشاوره‌اي خود را در فضاي مجازي ارايه مي‌دهند. برخي از تحقيقات نشان مي‌دهد اثربخشي درمان‌هاي برخط که به مراجعه‌كنندگان اجازه مي‌دهد گمنامي خود را حفظ کند، در برخي از مشکلات و اختلالات روان‌شناختي، اثربخشي بيشتري نسبت به درمان سنتي دارند.

تأثيرات نامطلوب بر عملکرد تحصيلي دانش‌آموزان و دانشجويان

به‌رغم امتيازهاي مثبت فراوان فضاي مجازي در جهت مصارف آموزشي، اين فضا مي‌تواند تأثيرات نامطلوبي نيز بر عملکرد تحصيلي دانش‌آموزان و دانشجويان داشته باشد. به دليل قابليت‌هاي زياد، اينترنت مي‌تواند ابزار ايده‌آلي براي آموزش باشد، اما متأسفانه دانش‌آموزان به جاي انجام دادن فعاليت‌هاي خلاقانه، بيشتر در سايت‌هاي نامربوط، اتاق‌هاي گپ، سرويس‌هاي دوستي اينترنتي حضور دارند و از بازي‌هاي مجازي استفاده مي‌کنند.

نتايج تحقيقات نشان مي‌دهد كه استفاده آموزشي از فضاي مجازي بين دانش‌آموزان، دانشجويان و ساير اقشار جامعه، بسيار پايين است. از آنجايي که بيشترين استفاده از فضاي مجازي، به‌خصوص در کاربران جوان‌تر، معطوف به فعاليت‌هاي لذت‌گرايانه از قبيل چت، ارتباطات اجتماعي، گشت‌و‌گذار رايانه‌اي (وبگردي)، بازي و مراجعه به سايت‌هاي غيراخلاقي است، انتظار مي‌رود استفاده بيش از اندازه از اينترنت بر نتايج تحصيلي افراد نيز اثرگذار باشد. نتايج پژوهش‌هاي «يانگ» نشان مي‌دهد افزايش استفاده از فضاي مجازي در دانش‌آموزان باعث مي‌شود عادت‌هاي مطالعه افراد دچار افت شديد شود و نمره‌هاي آنها به صورت قابل ملاحظه‌اي کاهش يافته و ميزان غيبت‌هاي اين دانش‌آموزان افزايش يابد. «بابر» در نظرسنجي‌اي از معلمان و ساير کارکنان مدرسه به اين نتيجه رسيد كه به نظر 86درصد از آنها، استفاده از فضاي مجازي کارايي درسي دانش‌آموزان و دانشجويان را بهتر نکرده است (به نقل از «اميدوار» و «صارمي»). تحقيق «رنجبر» و همکاران نشان داد بين عملکرد تحصيلي دانش‌آموزان و ميزان ساعت‌هاي استفاده آنها از اينترنت همبستگي منفي وجود دارد. همچنين بين استفاده تفريحي و ارتباطي از اينترنت و عملکرد تحصيلي رابطه منفي وجود دارد.

خيانت و طلاق

**مشکلات** روابط زناشويي[[50]](#footnote-50)

يكي از آثار عمده فضاي مجازي، تأثير آن بر روابط زناشويي است. فضاي مجازي با آسان كردن برقراري ارتباط بين افراد مي‌تواند باعث افزايش ارتباط زوجين شود و سبب بهبود رابطه بين آنان شود، ولي استفاده از موقعيت‌هاي جديد ناشي از فضاي مجازي مي‌تواند مخاطراتي را نيز براي زوجين به همراه داشته باشد. اگر حتي اعتقاد نداشته باشيم که تلاش‌هايي براي برهم زدن کانون خانواده در حال انجام است، پي بردن به اين موضوع دشوار نيست که فضاي مجازي تأثير عميقي بر روابط زناشويي داشته است. به همين دليل تحقيقات زيادي درباره تأثير استفاده از فضاي مجازي بر حساسيت‌‌هاي بين زوجين، روابط فرازناشويي، رضايت زناشويي، رضايت جنسي و طلاق در داخل و خارج از كشور انجام شده است.

علي‌رغم شعار فيس‌بوک مبني بر گسترش دادن روابط بين‌فردي، رايج‌ترين كاربرد فيس‌بوک، حفظ ارتباط با دوستان و آشنايان است.[[51]](#footnote-51) دومين استفاده رايج از فيس‌بوک كنجكاوي درباره فعاليت‌هاي ديگران است. در حقيقت 60درصد از دانشجويان گزارش داده‌اند كه از فيس‌بوک براي حفظ ارتباط با شريك عاطفي، دوستان و آشنايان استفاده مي‌كنند.[[52]](#footnote-52) ميزان زمان مصرف‌شده براي تحت نظر گرفتن همسر يا شريك عاطفي[[53]](#footnote-53) در فيس‌بوک با حسادت فيس‌بوکي رابطه دارد. در حقيقت چك كردن و حسادت چرخه معيوبي ايجاد مي‌كند. هرچه فرد بيشتر نگران رابطه‌اش باشد، بيشتر صفحه فيس‌بوک طرف مقابل را بررسي مي‌‌کند، هرچه بررسي بيشتري صورت گيرد، نکات مبهم يا مشکوک بيشتري پيدا مي‌كند که مي‌‌تواند حساسيت ايجاد كند.

براساس نظريه‌‌ها و تحقيقات تأييدشده در روان‌شناسي تکاملي، زنان و مردان در مورد رويکردها و رفتارهاي جنسي با يکديگر متفاوت هستند. در باب غيرت جنسي، مردان تأکيد بيشتري بر روابط جنسي دارند، ولي حساسيت عمده زنان روي روابط عاطفي است. تحقيقات انجام‌شده نيز نشان مي‌‌دهند که زنان اهميت بيشتري به روابط عاطفي در دوستي‌‌هاي اينترنتي مي‌‌دهند و رفتارهاي هيجاني به عمل‌آمده در فضاي مجازي را بيشتر از مردان خيانت تلقي مي‌‌کنند. به همين دليل است که زنان نسبت به روابط شريک عاطفي‌شان در فضاي مجازي حساس‌‌تر هستند و صفحه طرف مقابل را براي بررسي روابط احتمالي بعدي بيشتر پيگيري مي‌‌کنند. در تحقيق انجام‌شده در امريکا[[54]](#footnote-54) مردان نسبت به اين حساسيت زنان هوشيارتر هستند، ولي زنان نمي‌‌توانند حساسيت‌‌هاي موجود در مردان را به‌درستي درک کنند و به همين دليل به مشکلات بيشتري در اين زمينه با شريک عاطفي خود برمي‌خورند.

حسادت در کاربر

فيس‌بوک ممکن است باعث حسادت در کاربر شود. آمار نشان مي‌دهد که بسياري از افراد از طريق فيس‌بوک کردار و گفتار شريک رمانتيک‌شان را زير نظر مي‌گيرند.[[55]](#footnote-55) 35درصد از کاربران فيس‌‌بوک معتقدند که فيس‌‌بوک مستقيماً در روابط رمانتيک آنها احساس رقابت و حسادت ايجاد کرده است. برخي آمارها نشان مي‌دهد در امريکا از هر پنج جدايي يکي و در انگلستان از هر سه جدايي يکي به فيس‌بوک مربوط بوده است.[[56]](#footnote-56)

به طور کلي آسيب‌هاي خانوادگي فضاي مجازي عبارتند از:

ازدواج‌‌هاي ناپايدار

به دليل عدم شناخت کافي و درست قبل از ازدواج به کمک بسترسازي به وسيله هويت پنهان کاربران، ازدواج‌‌هاي ناپايدار افزايش پيدا کرده است.

رشد طلاق

25درصد طلاق‌ها در عربستان،[[57]](#footnote-57) عامل اصلي جدايي زوج‌هاي چيني[[58]](#footnote-58)، افزايش 4درصدي طلاق در مقابل افزايش 20درصدي تعداد کاربران فيس‌بوک[[59]](#footnote-59) است.

گسست اعضاي خانواده

جدايي اعضاي خانواده از يکديگر به‌خصوص فرزندان از والدين در زندگي مجازي.

کاهش روابط

کاهش روابط خانوادگي و فاميلي در فضاي حقيقي.[[60]](#footnote-60)

آرامش کاذب

افراد وقتي گمنام هستند و يکديگر را نمي‌شناسند، اطلاعات شخصي را در اختيار طرف مقابلي قرار مي‌دهند که حتي براي دوستان نزديک خود نيز آشكار نمي‌کنند. دليل هم اين است که احساس امنيت مي‌کنند. نكته بد اينجاست که اين ميزان اطلاعات باعث به وجود آمدن احساس صميميت در افراد مي‌شود و همين موضوع مي‌تواند منجر به ارتباط بيشتر و وابستگي عاطفي بيشتر شود. صحبت‌هايي که با هم ردوبدل مي‌كنند انتخابي است و شامل چيزهاي عادي زندگي روزمره و مشکلات فرزندان نمي‌شود و مبتني بر مسائل مورد علاقه است و به فرد اين اجازه را مي‌دهد که تخيل خود را تا هر کجا که مي‌خواهد پرواز دهد و فردي که در پي ‌فانتزي برود، ديگر نخواهد توانست رابطه عاطفي حقيقي داشته باشد.

دامن زدن به حساسيت‌هاي زناشويي

همسران هميشه در رابطه با رفتارهاي طرف مقابل خود حساسيت‌هايي نشان مي‌دهند. وقتي که زن يا مردي نسبت به روابط اجتماعي همسر خود شک داشته باشد، يکي از رفتارهاي رايج، دقت در رفتارهاي اجتماعي اوست. شبکه‌هاي اجتماعي راه را براي اين قبيل بررسي‌ها و حساسيت‌ها هموار مي‌کند. فرد مي‌تواند هر زمان و هر مکان بر رفتارهاي همسرش نظارت داشته باشد: مي‌تواند بداند با چه کسي دوست شده، چه افرادي به صفحه همسرش دسترسي دارند، چه افرادي مطالب ارايه‌شده همسرش را مي‌پسندند و غيره. آمار نشان مي‌دهد بسياري از افراد از طريق فيس‌بوک رفتارهاي شريک زندگي‌شان را زير نظر مي‌گيرند.[[61]](#footnote-61) 35درصد از کاربران فيس‌بوک معتقدند که اين شبكه اجتماعي مستقيماً در روابط رمانتيک آنها احساس رقابت و حسادت ايجاد کرده است. در حقيقت چك كردن و حسادت، چرخه معيوبي ايجاد مي‌كند. هرچه فرد بيشتر نگران رابطه‌اش باشد، بيشتر صفحه فيس‌بوک طرف مقابل را بررسي مي‌‌کند و با بررسي بيشتر، نکات مبهم و مشکوک بيشتري پيدا مي‌كند که مي‌‌تواند حساسيت ايجاد کند.

البته روان‌شناسان معتقدند كه جنس حساسيت زن و مرد با يکديگر متفاوت است. زنان نه‌تنها به روابط جسماني همسران خود حساس هستند بلکه نسبت به روابط عاطفي شوهران خود نيز حساسيت بسيار بيشتري دارند. تحقيقات انجام‌شده نشان مي‌دهد كه جنس حساسيت زن و مرد در فضاي مجازي نيز متفاوت است؛ مثلاً زنان نسبت به مشاهده تصاوير پورنوگرافي حساسيت بسيار بيشتري دارند و اعتقاد دارند که مشاهده اين قبيل تصاوير خيانت به حساب مي‌آيد. همچنين زنان نسبت به رابطه همسران خود با افراد جديد (افرادي که در فضاي حقيقي آنها را نمي‌شناسند) حساسيت بيشتري دارند.

ارتباط با نامحرم

يکي ديگر از آسيب‌هاي فضاي مجازي، اختلاط نامناسب بين زنان و مردان است. از آنجايي که در فضاي مجازي افراد مي‌توانند گمنام باشند، با هويت غيرواقعي وارد شوند يا تماس‌هاي فيزيکي با مخاطب نداشته باشند، اين ايده در ذهن آنان پديد مي‌آيد که مي‌توانند بدون آسيب رسيدن به مرزهاي اخلاقي خود، از بسياري از خطوط قرمز عبور کنند؛ مثلاً با تصور اينکه چت کردن و حتي شوخي کردن با نامحرم حکم فضاي حقيقي را نداشته و گناه يا مفسده‌اي بر آن مترتب نيست. از همين‌جا است که اختلاط با نامحرمان آغاز مي‌شود، ولي اين پايان کار نيست.

تحقيق «دهقان» و «نيکبخش»[[62]](#footnote-62) درباره شکل‌گيري روابط صميمانه در اتاق‌هاي چت نشان مي‌دهد نبود حضور فيزيکي افراد در چت نوشتاري، نه‌تنها مانع تبادل پيام‌هاي احساسي و اجتماعي نمي‌شود بلکه با افزايش تجربه، کاربران باسابقه مي‌توانند ياد بگيرند چگونه پيام‌هاي هيجاني طرف مقابل را رمزگشايي کنند و پيام‌هاي عاطفي خود را نيز منتقل کنند (براي مثال با استفاده از صورتک‌ها يا ارسال تصاوير داراي بار هيجاني). در صورت استفاده از چت‌هاي صوتي و تصويري، ميزان آسيب‌ها بسيار بيشتر است. روتين شدن ايجاد رابطه که در افراد خجالتي و مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعي مي‌تواند مفيد هم باشد، براي بسياري از مخاطبان تبديل به گامي براي ريختن حيا و روابط نامشروع است. تحقيقات انجام‌شده در امريکا نشان مي‌دهد در 68درصد از طلاق‌هاي صورت‌گرفته، يکي از زوجين در فضاي مجازي به دنبال معشوق پيدا کردن است. تحقيق ديگري در امريکا نشان مي‌دهد كه عضويت در فيس‌بوک با رضايت زناشويي رابطه معکوس و با ميزان طلاق رابطه مستقيم دارد. همچنين آمار به دست‌آمده در انگلستان نشان مي‌دهد از هر سه طلاق، يکي به شبکه اجتماعي فيس‌بوک مرتبط است. به اين آمار بايد آمارهاي سکس‌چت و تجاوزهاي به عنف را نيز اضافه کرد که منشأ آشنايي آنها فضاي مجازي است.

تحقيقات صورت‌گرفته در جهان نشان داده‌اند که زنان تمايل کمتري به ارايه عکس و مطالب شخصي در فضاي مجازي دارند، ولي با توجه به مواجهه فرد با افشاي تصاوير خصوصي در محيط مجازي، پس از مدتي قبح اين مطلب در ذهن افراد شکسته مي‌شود و طي فرايند حساسيت‌زدايي منظمي، فرد بدون احساس مشکل، ابتدا عکس واقعي چهره‌اش و پس از مدتي عکس‌هاي خصوصي‌اش را در فضاي مجازي منتشر مي‌كند و نسبت به اين موضوع احساس بي‌تفاوتي خواهد کرد.

تهاجم فرهنگي

فضاي مجازي به دليل درگير کردن همه‌جانبه کاربر به‌مرور فرهنگ‌هاي ديني و ملي او را تغيير داده و فرهنگ غالب خود را تحميل مي‌کند که اين فرهنگ در حال حاضر به دليل سيطره غرب بر فضاي مجازي، غربي است؛ ازجمله اينکه زبان آرگو (زبان کوچه‌بازاري سخيف) را ترويج مي‌دهد.

فضاي مجازي مي‌تواند بسياري از فرهنگ‌ها را تبديل به خرده‌فرهنگ يا فرهنگ‌هاي ضعيف کند و مي‌تواند بسياري از فرهنگ‌هايي را که زماني در مرکزيت قرار داشتند، به حاشيه ببرد و نتوانند ديگر هويتي ملي پيدا کنند.[[63]](#footnote-63)

همچنين اين فضا آسيب‌‌هاي زير را به دنبال داشته است:

ترويج روابط نامشروع

ترويج زندگي مجردي

تبليغ خانه مجردي در فضاي مجازي

آموزش چگونگي ساخت مواد مخدر در آشپزخانه منازل به وسيله برخي وبگاه‌ها

ترويج و تحريک افراد به مصرف مواد مخدر صنعتي

ترويج مد و پوشش‌هاي جديد عريان و نيمه‌عريان

ترويج سگ‌بازي، مشروب‌خواري و...

و در يک کلام ترويج سبک زندگي غربي...

افزايش رفتارهاي ضد اجتماعي

تحقيقات متعدد انجام‌شده در داخل و خارج از کشور مؤيد اين موضوع است که استفاده افراطي و وسواس‌گونه از فضاي مجازي ممکن است منجر به پرخاشگري، رفتارهاي ضداجتماعي، هيجان زياد، افزايش رفتارهاي پرخطر جنسي، تنوع‌طلبي جنسي و افزايش رويکرد مثبت به رفتارهاي ضداجتماعي و غيراخلاقي شود.

«بندورا»، اولين فردي بود که در اين زمينه پژوهش کرد و به اين نتيجه رسيد که مشاهده رفتارهاي پرخاشگرانه در تصاوير ويديويي مي‌‌تواند منجر به بروز همان رفتارهاي پرخاشگرانه در کودکان و نوجوانان شود. وي نظريه يادگيري اجتماعي را بر همين اساس بنا کرد و عنوان داشت مشاهده يک رفتار، موجب يادگيري آن رفتار از سوي بيننده مي‌‌شود. اين موضوع را مي‌‌توان در رسانه‌‌هايي مشاهده کرد که مخاطب آنها نقشي منفعل دارد. سينما، تلويزيون و رسانه‌‌هاي مکتوب از همين دست هستند.

زماني که فرد در مشاهده اين تصاوير نقش فعالي داشته باشد، تأثير مشاهده اين تصاوير بسيار بيشتر خواهد شد. زماني که فرد بتواند در اينترنت به‌ صورت فعالانه تصاوير پرخاشگرانه را جست‌وجو کند، نسبت به اين تصاوير حساسيت‌‌زدايي صورت مي‌‌گيرد و خطر انجام فعاليت‌‌هاي مجرمانه و پرخاشگرانه در اين افراد افزايش پيدا مي‌‌کند. همچنين زماني که فرد در بازي‌‌هاي رايانه‌اي به وسيله کاراکتري که کنترل مي‌‌کند، دست به اعمال پرخاشگرانه بزند، به‌تدريج از انجام اين اعمال قبح‌زدايي خواهد شد و به‌مرور زمان انجام اين اعمال براي فرد ساده‌‌تر مي‌‌شود. بايد به اين نکته نيز توجه داشت که کودکان تا رسيدن به بلوغ ذهني، تفاوتي بين تصاوير و زندگي عادي درک نمي‌‌کنند. بزرگ‌ترين فراتحليل به عمل‌آمده نشان مي‌‌دهد انجام بازي‌‌هاي خشونت‌آميز باعث افزايش معنادار افکار خشن، هيجان‌‌هاي خصومت‌‌آميز و رفتارهاي پرخاشگرانه مي‌‌شود. (اندرسون و همکاران)

خشونت، درگيري، تيراندازي و قتل محور اصلي محتواي بازي‏هاي زيادي است که هميشه تعدادي از آنها در جدول پرفروش‏ترين بازي‏هاي روز دنيا هستند. هنگامي که بازيکن ساعت‏ها وقت خود را صرف بازي کردن نقش يک انسان با اين ويژگي‏ها مي‏کند، کوچک‏ترين اثر آن کم‏رنگ شدن عاطفه و عادي شدن صحنه‏هاي خشن و دردناک براي اوست و در نتيجه ممکن است باعث ارتکاب اين اعمال در دنياي واقعي از طرف بازيکن شود که نمونه‏هايي از اين موارد تاکنون رخ داده و کم‌و‌بيش در رسانه‏ها منتشر شده است.

براي مثال مي‌توان به «دانيل پاتريک» اشاره کرد. دانيل پاتريک که 17 سال دارد در ماه اکتبر سال 2007،‌ پس از آنکه پدرش او را از انجام بازي خشن ويديويي3 Halo منع کرد و کنسول بازي ايکس‌باکس او را گرفت اقدام به قتل مادر و مجروح کردن پدرش کرد يا خانم «الکساندرا»، زني امريکايي که به بازي Farmville فيس‌بوک اعتياد داشته و زماني که درگير اين بازي بود به خاطر گريه نوزاد سه‌ماهه‌اش در بازي مشکلي پيدا مي‌کند و فرزندش را به‌قدري تکان مي‌دهد تا به قتل برسد. همچنين قتل و کشتاري که از سوي افرادي مانند «مايکل کارنيل»، «ديلان کيبولد»، «اريک هريس» و... رخ داده از اين دست است[[64]](#footnote-64) يا نوجوان هجده‌ساله‌اي که سال 2008 در تايلند پس از قتل راننده‌اي پنجاه‌وچهارساله در اعترافاتش گفت که با الهام گرفتن از صحنه‌هاي بازي IV GTA اقدام به قتل راننده تاکسي و سرقت پول‌هايش کرده است. وي در جريان بازجويي‌ها دليل اين اقدام خود را اين مسأله عنوان کرد که مي‌خواسته ببيند سرقت از خودروهاي عبوري آن‌چنان که در بازي نشان داده مي‌شود چه تفاوتي با سرقت در زندگي حقيقي دارد.

همچنين تحقيقات انجام‌شده روي تأثيرگذاري سايت‌هاي پورنوگرافي روي افراد نشان مي‌دهد به دليل افزايش رواج تصاوير پورنوگرافي با مضامين خشونت‌آميز و تجاوز به عنف، اطلاعات اشتباهي نسبت به قبح اين عمل به فرد ارايه شده و نسبت به اين عمل حساسيت‌‌زدايي انجام مي‌شود. در نتيجه ديدن مکرر تصاوير پورنوگرافي با افزايش تجاوز، جرايم جنسي و انحرافات جنسي رابطه دارد.

ضرورت نظارت اعضاي خانواده بر يکديگر

براساس تحقيق «پوترا» اينترنت نيروي مخربي است كه به‌رغم فوايد بي‌شمار مي‌‌‌تواند زندگي افرادي كه وقت زيادي را صرف آن مي‌كنند به تباهي بكشاند و زمان لازم براي فعاليت‌‌هاي اجتماعي‌، تفريحي و دانش‌اندوزي را از آنان بگيرد. براي اين دسته افراد، كار، دوستان، خانواده و خواب جاي خود را به دنياي مجازي، اتاق‌هاي گفت‌وگو و بازي‌هاي رايانه‌اي داده است. طبيعي است نوجواناني كه تمايل به استفاده از اينترنت نشان مي‌دهند، وقت كمتري را براي خانواده‌شان مي‌گذارند؛ البته با توجه به تحقيقات انجام‌شده مي‌توان اين‌گونه نتيجه‌گيري كرد كه تنها استفاده از اينترنت بر احساس نزديكي نوجوانان و والدين تأثيرگذار نيست‌ بلكه نوع و ميزان استفاده است كه نقش اساسي را در اين مسأله ايفا مي‌كند. (پورشهرياري).

تأثير متقابل خانواده و فضاي مجازي

تأثير خانواده و فضاي مجازي را بايد بر يكديگر به‌ صورت دوسويه ديد. همان‌طور كه استفاده مفرط و نامناسب از فضاي مجازي مي‌تواند باعث آسيب ديدن روابط خانوادگي شود، روابط خانوادگي سست و غيرصميمي باعث تمايل فرد براي پناه بردن به فضاي مجازي براي برآوردن نيازهايش مي‌شود. «اتو» و همكاران در تحقيق خود نشان دادند نوجواناني كه نزديكي بيشتري با والدين‌شان احساس مي‌كنند، روابط اجتماعي موفق‌تري دارند. همچنين نتايج تحقيق «مورهان» نشان مي‌دهد افراد خانواده‌هاي سنتي زمان بيشتري را كنار هم سپري كرده و اوقات فراغت بيشتري را با هم مي‌گذرانند. حجم زيادي از تحقيقات نشان‌دهنده روابط اجتماعي و تنهايي ادراك‌شده بر ميزان و نوع استفاده از فضاي مجازي تأثير دارد.

در تحقيقي كه «خسروي» و همكاران روي رابطه اعتياد به فضاي مجازي در دانش‌آموزان و عملكرد خانواده انجام دادند، بر اهميت محيط خانوادگي در شدت يافتن استفاده از اينترنت تأكيد دارند. اين تحقيق نشان داد عملكرد خانواده بيشترين تبيين‌كننده احتمال اعتياد به اينترنت در دانش‌آموزان است، بنابراين نظارت خانواده بر عملکرد فرزندان خود در فضاي مجازي و بازي‌هاي رايانه‌اي ضرورت دوچندان دارد.

تحقيق «احمدي» و همكاران در نمونه‌اي از سراسر ايران نشان داد بيش از 50درصد خانواده‌هاي ايراني يا نظارتي روي استفاده فرزندان‌شان از فضاي مجازي ندارند يا اين نظارت بسيار اندك است. مطابق تحقيقات انجام‌شده عمده نظارت والدين بر فرزندان در زمينه تحصيلي يا دوستان در محيط واقعي است، در حالي كه آسيب‌هاي رواني و اجتماعي ناشي از استفاده نامناسب از اينترنت بسيار مخرب‌‌تر از مسائل مشکلات درسي و تحصيلي است. همچنين استفاده نابجا از اينترنت بين نوجوانان با تحصيلات پدر و مادر، وضع مالي خانواده، ميزان رابطه خانواده و ميزان آشنايي خانواده و به‌خصوص نظارت خانواده ارتباط معناداري دارد. رابطه و نظارت خانواده نسبت به ساير متغيرهاي خانوادگي اولويت دارند و با ميزان استفاده نابجا از اينترنت از سوي فرزندان همبستگي بالايي دارند. به اين معنا كه هرچه ميزان رابطه خانوادگي بهتر باشد و ميزان نظارت خانوادگي بر استفاده فرزندان از اينترنت بيشتر باشد، استفاده از اينترنت از سوي آنها كاهش خواهد يافت. تحقيقات انجام‌شده در خارج از کشور نيز نشان مي‌‌دهد عوامل محافظت‌کننده در استفاده از مطالب پورنوگرافي شامل تحصيلات بالاتر والدين، وضعيت اقتصادي ـ اجتماعي بالاتر و روابط بهتر اعضاي خانواده با يکديگر ارتباط دارد. (هاردي و همکاران)

رابطه سواد رسانه‌اي والدين با استفاده اينترنت از سوي فرزندان

نظارت مناسب زماني صورت مي‌‌گيرد كه ارتباط بين اعضاي خانواده مناسب، گرم و صميمي باشد و نظارت آلوده به تحكم و اقتدار نبوده، همراه با دلسوزي و راهنمايي باشد. از سوي ديگر براي نظارت لازم است از رايانه و اينترنت استفاده خانوادگي شود. مشاهده شد كه تحصيلات والدين با ميزان استفاده از اينترنت رابطه مثبت و با چگونگي استفاده و استفاده نابجا از اينترنت رابطه معكوس دارد. بر اين اساس مي‌توان نتيجه گرفت والديني كه تحصيلات بالاتري دارند، احتمالاً به استفاده از اينترنت آشناتر هستند و بيشتر از آن استفاده مي‌كنند و مي‌توانند الگوي مناسبي براي نوجوانان در استفاده بجا از اينترنت باشند. ضمن اينكه والدين داراي سواد بيشتر، احتمالاً سواد رايانه‌اي بيشتري دارند و مي‌توانند نظارت مؤثرتري بر استفاده فرزندان از اينترنت داشته باشند. عكس اين موضوع در متغير وضعيت مالي خانواده مشاهده مي‌شود. مطابق نتايج، وضعيت مالي خانواده با ميزان استفاده از اينترنت رابطه معكوس داشته و با استفاده‌هاي آسيب‌زا ارتباط مستقيمي دارد. براي اين دسته نتايج مي‌توان چند دسته تحليل ارايه داد؛ در خانواده‌هايي كه از نظر مالي ضعيف هستند كمتر امكان استفاده از رايانه و اينترنت در خانه فراهم است و فرزندان براي استفاده از اينترنت از كافي‌نت‌ها استفاده خواهند كرد و همين موضوع باعث كاهش نظارت بر نحوه استفاده آنان مي‌شود. همچنين مي‌توان وضعيت مالي پايين‌تر خانواده را با تحصيلات و سواد رايانه‌اي كمتر والدين در ارتباط دانست.

آسيب‌هاي مالي و حيثيتي[[65]](#footnote-65)

شخص در فضاي مجازي در معرض انواع خطرهاي جاني، مالي و آبرويي است. طبق آخرين آمارها از سازمان اينترپل در هر 12 ثانيه يک نفر قرباني جرايم سايبري مي‌شود که اين آمار رو به افزايش است. در سال 2013 جرايم سايبري در کل حدود 113ميليارد دلار به صورت مستقيم، هزينه به جامعه جهاني تحميل کرده است و مجرمان توانسته‌اند در سال 2013 بيش از 388ميليارد دلار از اين فضا براي خود درآمد به دست بياورند. در واقع فضاي مجازي بستر را براي برخي جرم‌ها فراهم کرده و برخي جرم‌هاي تازه و نو را به وجود آورده است، به صورتي که اين ابزار را که به همان اندازه مفيد و کارآمد است به وسيله‌اي خطرناک تبديل کرده است. اين موضوع در کشور ما حتي باعث شد نهادي در نيروي انتظامي به نام «پليس فتا» تشکيل شود تا به جرايم سايبري رسيدگي کند. اين نهاد در سال 1394، 14هزار و400 فقره تماس از طرف مردم داشته است که نزديک نيمي از آن مربوط به کلاهبرداري اينترنتي بوده است.[[66]](#footnote-66) در استفاده از فضاي مجازي گريزي نيست. پس تنها راهي که باقي مي‌ماند اين است که بدانيم از چه شيوه‌هايي ممکن است از طريق اين فضا مورد فريب و سوء‌استفاده قرار بگيريم.

سرقت حقيقي با استفاده از اطلاعات فضاي مجازي

سارقان با استفاده از امکانات موجود در فضاي مجازي تلاش مي‌کنند تا در محيط حقيقي دست به سرقت بزنند. از جمله:

افشاي نشاني منزل و محل کار والدين، رمز کارت بانکي، روشن کردن دوربين رايانه و... به وسيله کودکان و نوجوانان در فضاي مجازي.

افشاي خريدهاي گران‌قيمت، گشت‌و‌گذارهاي تفريحي، زمان عدم حضور در منزل، موقعيت مکاني خودکار (Location) و... از سوي کاربران بزرگسال در شبکه‌هاي اجتماعي مانند اينستاگرام که با هدف اطلاع‌رساني يا چشم و همچشمي انجام شده، اما باعث سوءاستفاده سارقان مي‌شود.

سرقت از حساب بانکي به‌ صورت مجازي

دزدي اينترنتي معمولاً از طريق هک کردن حساب‌هاي کاربري اتفاق مي‌افتد. براي هک کردن نياز است که تا هکر، بدافزار حاوي ويروس را به سيستم کاربر منتقل کند.

بدافزارها برنامه‌هايي هستند که مانند ويروس بدون آگاهي کاربر روي سيستم نصب مي‌شوند. اين بدافزارها معمولاً موقع مراجعه کاربر به سايت‌هاي نامعتبر و کليک روي لينک‌هاي ناشناخته وارد سيستم مي‌شوند. با ورود اين بدافزار سيستم کاربر هک مي‌شود و انتشاردهنده ويروس مي‌تواند به اطلاعات سيستم دسترسي داشته باشد. هکر دسترسي به اطلاعات را به دو منظور به کار مي‌‌برد.

يک دسته از بدافزارها قصد اخاذي و سوءاستفاده از کاربر را دارند. به اين صورت که اطلاعات شخصي سيستم رايانه كاربر را به سرقت مي‌برند. اين اطلاعات مي‌تواند شامل اطلاعاتي باشد که ارزش مالي يا حيثيتي دارند. با هر دوي اين اطلاعات مي‌توان از کاربر اخاذي مالي کرد.

دسته ديگر از اين بدافزارها از همان اول جيب کاربر را هدف مي‌گيرند. به اين صورت که هنگام خريد اينترنتي اطلاعات کارت بانکي مثل رمز کارت، رمز دوم و رمز خريد اينترنتي را سرقت مي‌کنند. به اين ترتيب بدون اينکه کاربر متوجه شود يا حساب بانکي‌اش خالي مي‌شود يا به نام او از حسابش سوء‌استفاده خواهد شد.

به همين دليل است که به هيچ عنوان نبايد رمزهاي مختلف کارت بانکي را به هر طريقي در اختيار افراد غريبه قرار داد. از طرف ديگر معمولاً وقتي در مرورگرهاي اينترنتي با استفاده از رمز وارد يکي از حساب‌هاي کاربري خود مي‌شويم، مرورگر از ما مي‌پرسد که آيا تمايل داريم رمز عبور ما را ذخيره کند تا در موارد بعدي بدون نياز به وارد کردن آن وارد حساب کاربري بشويم، بهتر است هميشه در اين مواقع گزينه خير را انتخاب کنيد، مخصوصاً اگر از رايانه شخصي خود استفاده نمي‌کنيد يا در کافي‌نت هستيد. ذخيره رمز عبور به نفر بعدي که به آن سيستم دسترسي داشته باشد، امکان هر نوع سوء‌استفاده‌اي از اطلاعات شخصي شما را مي‌دهد.

برخي از شيوه‌هاي سرقت اينترنتي عبارتند از:

هک و نفوذ در اي‌ميل و رايانه‌هاي شخصي به‌ صورت سخت‌افزاري

استفاده از فرم‌هاي مشخصات اينترنتي جعلي

اي‌ميل‌هاي برنده شدن در قرعه‌کشي بانک و جوايز تلويزيوني

پيام‌هايي که ظاهراً از طرف بانک فرستاده شده و از کاربر مي‌خواهد تا مثلاً به دليل وجود ايراد در حساب، شماره خاصي را شماره‌گيري کنند.

ايجاد درگاه‌هاي جعلي دريافت و پرداخت بانک‌ها

پيوندها و نشاني‌هاي سازمان‌ها و شرکت‌هاي غيرواقعي و جعلي از طريق اي‌ميل ارسال مي‌شود. اين نشاني‌ها با نشاني‌هاي اصلي تنها در يک يا دو حرف تفاوت دارند.

ارسال اي‌ميل‌هاي مشکوک حاوي ضميمه نرم‌افزاري که اغلب حاوي پيوندي به يک وب‌سايت هستند و در بيشتر موارد حاوي بدافزار هستند. (فيشينگ)

نصب برنامه‌هاي کليدخوان و برنامه‌هاي هدايت‌کننده (فارمينگ)

و...

زورگيري اينترنتي

زورگيري يا زورگويي اينترنتي[[67]](#footnote-67) به فعاليت‌‌هايي گفته مي‌‌شود که با هدف تحقير و آزار ديگران از طريق اينترنت و ابزار ديجيتال انجام مي‌‌شود. انتشار تصاوير خصوصي، ناسزاگويي، تهديد، انتشار تصاوير يا مکالمات خصوصي، هک کردن صفحه شبکه اجتماعي، ارسال پيام تهديد و شايعه‌پراکني از طريق اينترنت از انواع مختلف اين جرم است. به گزارش «پليس فتا» هتک حيثيت از طريق فضاي مجازي دومين جرم سايبري بزرگ در کشور ماست و پرونده‌هاي زيادي به اين دليل تشکيل شده است که توجه به آنها ضرورت دارد.

تحقيقات نشان مي‌‌دهند در امريکا حدود يک‌سوم از نوجواناني که از اينترنت استفاده مي‌کنند هدف فعاليت‌‌هاي اينترنتي خصمانه قرار گرفته‌اند، 15درصد از نوجوانان اعلام کردند فردي اطلاعات شخصي آنها را منتشر کرده است، 13درصد اعلام کردند شايعاتي در مورد آنها در فضاي مجازي منتشر شده است، 3درصد اعلام کردند اي‌ميل يا پيام تهديدآميزي دريافت کرده‌‌اند و 6درصد اعلام کردند عکس يا ويديوي خجالت‌آوري از آ‌‌نها در اينترنت منتشر شده است. اين زورگويي‌‌هاي اينترنتي بسته به موقعيت مي‌‌تواند تهديدآميز و تأثيرات ناملايمي داشته باشند.

زورگويي اينترنتي تأثيرات بسياري بر قربانيان مي‌‌گذارد. از اين تأثيرات مي‌‌توان به افسردگي، اضطراب، گوشه‌‌گيري، ترک تحصيل، پرخاشگري و نهايتاً خودکشي اشاره کرد.

برخي آمارها نشان مي‌‌دهد 20درصد از کودکاني که مورد زورگويي اينترنتي قرار مي‌گيرند، به خودکشي فکر مي‌‌کنند و 10درصد از اين افراد اقدام به خودکشي مي‌‌کنند که خوشبختانه تلاش عده زيادي از آنها موفقيت‌آميز نيست.[[68]](#footnote-68) تحقيقات انجام‌شده درباره خودکشي بزرگسالان نشان مي‌‌دهد زنان دوبرابر مردان اقدام به خودکشي مي‌‌کنند، ولي ميزان مرگ ناشي از خودکشي در مردان دو برابر زنان است. تحقيق انجام‌شده در هلند نشان داده است خودکشي ناشي از زورگويي اينترنتي بيشتر از خودکشي ناشي از زورگويي در فضاي آف‌لاين است (فن‌گيل، ودل و تنيلون). بايد به اين نکته توجه داشت که بسياري از نوجوانان و جوانان به دليل ترس از عواقب آن و ترس از بدنامي، هيچ‌‌گاه درباره اين زورگويي‌‌هاي اينترنتي اطلاعي به بزرگسالان يا افراد مسئول نمي‌‌دهند. در نتيجه آمارها و اخبار منتشرشده در اين زمينه بسيار کمتر از حجم آسيب حقيقي ناشي از زورگويي اينترنتي است. با توجه به ناشناس بودن افراد در شبکه‌‌هاي اجتماعي، زورگويي‌هاي اينترنتي در بسياري از موارد قابل رديابي نيستند.

همچنين به اشتراک‌گذاري مطالب، تصاوير و هرگونه محتوايي که صاحب آن اجازه انتشار آن را نداده، از مصاديق افشاي راز است و نبايد بدون داشتن اجازه، آنها را به اشتراک گذاشت و منتشر کرد و مهم‌تر اينکه نبايد اطلاعات شخصي و خانوادگي را منتشر کرد.

در نهايت اينکه با توجه به هويت پنهان کاربران در فضاي مجازي، ارتباطات نزديکي که تنها از طريق فضاي مجازي ايجاد مي‌‌شود، از مصاديق اطمينان مذموم است، بنابراين نبايد قبل از احراز هويت و شناخت قطعي کاربران، با آنها ارتباط برقرار کرد.

جعل اکانت

جعل اکانت هم از شيوه‌هاي رايج کلاهبرداري اينترنتي است. بسياري از نرم‌افزارهاي معروف بعد از مدتي بدل يا به اصطلاح «فيک» پيدا مي‌کنند. فعاليت در اين سايت‌ها هم مي‌تواند اخاذي اينترنتي و هم مالي به شيوه‌هايي که گفته شد در پي داشته باشد.

نمونه‌هايي از جعل اکانت يا همان حساب کاربري فعالان مشهور اينترنتي از بازيگران و هنرمندان گرفته تا برند شرکت‌ها و سازمان‌هاي مختلف براي کلاهبرداري به وقوع پيوسته است.

براي مثال بازي رايگان و پرطرفدار «کلش آف‌کلنز» يکي از ابزارهاي کلاهبرداري مجرمان سايبري شده است. با توجه به اينکه در بازي کلش آف‌کلنز، براي رسيدن به اکانت‌هاي بالاتر نياز به صرف زمان بيشتر بازي است بستري براي کلاهبرداري شده است، برخي علاقه‌مندان اين بازي که زمان يا حوصله ندارند، به دنبال خريد مراحل بالاتر اين بازي هستند.

همين امر باعث شده تا برخي کاربران که به اکانت‌هاي بالا رسيده‌اند اقدام به فروش اکانت خود کنند. در اين تبليغات دروغين، علاقه‌مندان را تشويق به خريد مي‌کنند و بعد از دريافت وجه که به‌ صورت اينترنتي واريز مي‌شود اکانتي براي خريدار ارسال نمي‌شود يا اکانت ارسالي عمل نمي‌کند.

يا در نمونه‌اي ديگر مجرمان، اكانت فردي را که در اين بازي پيشرفت داشته است هک كرده و به اي‌ميل فرد دسترسي پيدا مي‌کنند و از اين طريق اکانت فرد را به شخص سوم مي‌فروشند.[[69]](#footnote-69)

مهم‌ترين نکته‌اي که براي جلوگيري از قرباني شدن به وسيله کلاهبرداران اينترنتي وجود دارد، اصل اعتماد نکردن به کساني است که نمي‌شناسيم. اين مورد درباره وب‌سايت‌هاي ناشناس هم بايد رعايت شود. بهتر است هميشه موقع وب‌گردي از منابع معتبر و شناخته‌شده استفاده کنيم و مراقب تک‌تک کليک‌هاي خود در اين فضا باشيم.

تبليغات وسوسه‌انگيز

اين تبليغات مي‌تواند با شماره پيامک ارسال انبوه به تلفن همراه فرد فرستاده شود، مي‌تواند از طريق اي‌ميل دريافت شود يا هنگام کليک در سايت‌هاي غيرمجاز و نامعتبر به عنوان تبليغات حاشيه يا به‌ صورت پاپ‌آپ ديده شود.

محتواي بيشتر اين تبليغات به کاربر مي‌گويد که برنده جايزه‌اي شده است و براي دريافت آن يا بايد مبلغي را به حسابي بانکي واريز کند يا شماره کارت بانکي و رمزهاي آن را براي جايي ارسال کند. در مورد اول، فرد مال‌باخته مي‌شود چون جايزه‌اي در کار نيست و در مورد دوم امکان سوء‌استفاده از کارت بانکي وجود دارد.

بانک مرکزي در اين‌باره به شهروندان هشدار داده است که: «اشخاصي با استفاده از فيشينگ تلفني (تکنيک‌هاي مختلف تخليه اطلاعات از طريق تلفن يا وب‌سايت‌هاي تقلبي) و به‌کارگيري روش‌هاي مهندسي اجتماعي و با استفاده از ترفندهاي مختلف از کاربران مي‌خواهند اطلاعات محرمانه مربوط به کارت يا حساب بانکي‌شان را از طريق تلفن وارد کرده و دستورهاي خود را در قالب تلفن گويا به مشتري اعلام کنند و از اين طريق زيان‌هاي قابل توجهي را متوجه مشتريان بانک‌ها کرده‌اند.

همچنين افرادي سودجو از طريق ارسال پيامک‌ و دادن وعده اعطاي جوايز چند ده ميليون توماني به مشترکين تلفن همراه، آنان را دعوت به وارد کردن اطلاعات حساب بانکي خود مثل شماره کارت و رمز اينترنتي کرده و از اين طريق از حساب آنان برداشت مي‌کنند.»[[70]](#footnote-70)

کاهش حساسيت‌ها و افزايش شبهات[[71]](#footnote-71)

فضاي مجازي عموماً افراد را به سمت کاهش حساسيت نسبت به شبهات ديني و توهين‌هاي مذهبي مي‌برد. از آنجايي که ماهيت فضاي مجازي شور و هيجان است، در چنين فضايي بايد کوتاه بنويسيد و اطلاعات شما جذاب و خبري باشد. اين جذاب و خبري بودن عمدتاً يا در هيجان است يا در ابتذال. در اين بين شبهه‌هايي يا به‌ صورت سازمان‌يافته يا به‌ صورت شوخي و مزاح، در ذهن مخاطبان وارد مي‌شود. پاسخ يافتن براي اين سؤال‌ها و شبهات، زمان‌گير است و مطالعه‌اي جدي را مي‌طلبد، ولي از آنجايي که افراد بيشتر براي کسب هيجان و تفريح از فضاي مجازي استفاده مي‌کنند، آستانه تحريک در آنها بالا رفته است و عموماً حوصله مطالعه جدي را ندارند. همين موضوع باعث رها شدن شبهه در ذهن مخاطب مي‌شود.

اگر فردي هم پاسخ به اين شبهه يا سؤال را بداند و بخواهد درصدد پاسخگويي به آنها برآيد، بايد وقت زيادي را صرف اين كار کند. از طرفي پاسخ به شبهه، چنان‌چه عالمانه و هدفمندشده طراحي شده باشد، زمان زيادي صرف مي‌کند و بايد از منابع مختلف استدلال آورده شود. همين موضوع باعث طولاني شدن متن مي‌شود. از آنجايي که افراد در فضاي مجازي به هيجان زياد عادت کرده‌اند و حوصله مطالعه جدي در اين فضا از آنها گرفته شده است، متن نوشته‌شده از سوي وي بدون مخاطب باقي مي‌ماند. از آنجايي که ماهيت وجودي فرد در فضاي مجازي ديده شدن است، چنين فردي پس از مدتي مجبور است يا ارتباطاتش را محدود کند يا حساسيت خود را کاهش دهد. در همين زمينه پژوهش انجام‌شده[[72]](#footnote-72) نشان مي‌دهد بين مدت زمان عضويت و ميزان استفاده از فيس‌بوک رابطه معنادار معکوس و بين واقعي تلقي کردن محتواي شبکه‌هاي اجتماعي مجازي و هويت ديني کاربران رابطه معنادار مثبتي وجود دارد؛ يعني هرچه مدت زمان عضويت و ميزان استفاده از فيس‌بوک افزايش پيدا کند، هويت ديني کاربران ضعيف‌تر مي‌شود. وجود رابطه معکوس و معنادار هويت ديني با تعامل در فيس‌بوک نشان مي‌دهد که متناسب با افزايش ميزان استفاده و مدت زمان عضويت در اين شبکه ميان جوانان، مؤلفه‌هاي هويت ديني دستخوش دگرگوني مي‌شود و احساس تعلق‌خاطر به شاخص‌هاي هويت ديني، ماهيتي انتخابي به خود مي‌گيرد و در نتيجه برخي از ابعاد هويت ديني تضعيف مي‌شود. يافته‌هاي «رفعت‌جاه» و «شکوري»، «عباسي قادي» و «احمدپور» و «قادرزاده» نيز حکايت از همين امر است. يافته اين پژوهش همچنين نشان مي‌دهد عامل محافظت‌کننده فرد در مقابل اين آسيب، ميزان سواد رسانه‌اي وي و واقعي تلقي نکردن محتواي شبکه‌هاي اجتماعي است.

نظريه ديگر، اثر لوث مسئوليت است. اين نظريه مي‌گويد زماني که فرد در محيطي اجتماعي با مشکل يا نابهنجاري‌اي روبه‌رو مي‌شود، هرچه تعداد افراد دخيل در آن موقعيت اجتماعي بيشتر باشد، احتمال بيشتري دارد که براي بهبود آن مشکل اقدام نکند و اين استدلال را در ذهن بپرورد که اگر موضوع مهمي بود، ديگران به آن مي‌پرداختند. به اين ترتيب از خود سلب مسئوليت مي‌کند؛ البته در صورتي که براي حل مشکل از سمت فردي اقدامي صورت بگيرد، احتمال بيشتري وجود دارد که ديگران نيز به حمايت از او برخيزند. در فضاي مجازي نيز همين موضوع مي‌تواند رخ دهد و با توجه به مخاطبان بيشمار فضاي مجازي، اثر لوث مسئوليت مي‌تواند بسيار چشم‌گير باشد. خصوصاً در بخشي از فضاي مجازي (مثلاً شبکه‌هاي اجتماعي و سايت‌هاي اطلاع‌رساني عمومي از جمله Wikipedia) که از سوي عده‌اي خاص قابل هک و اصلاح است و نظرات مخالف به‌راحتي قابل حذف هستند (براي مثال، حذف صفحه حمايت از انتفاضه از فيس‌بوک).

بي‌بندوباري و فساد اخلاقي

بدون‌شک مهم‌‌ترين آسيب محتوايي در فضاي مجازي، محتواي پورنوگرافي است. پورنوگرافي که از ديرباز در حال توليد بوده است، با استفاده از فضاي مجازي رشدي قارچ‌‌گونه و بسيار وسيع پيدا کرد و در حال حاضر تجارتي بسيار سودآور است و سالانه بالغ بر 14ميليارد دلار سود به همراه دارد. در حال حاضر 12درصد کل فضاي اينترنت به سايت‌هاي پورنوگرافي اختصاص دارد و برآورد مي‌‌شود 10درصد کل تجارت الکترونيک در اين صنعت ردوبدل مي‌شود. (توهي و کرازبي) آسيب‌‌هاي ناشي از پورنوگرافي تنها مختص به جامعه ما نيست. در کشورهاي غربي، از جمله کشور امريکا که مهد پورنوگرافي است و بيشتر محتواي پورنوگرافي جهان را توليد مي‌کند، به آسيب‌هاي ناشي از محتواهاي جنسي واقف هستند و تحقيقات بسياري در اين زمينه انجام داده‌‌اند. تحقيقات نشان مي‌دهد درصد بسيار بالايي از مردان و درصد قابل توجهي از زنان دايماً از سايت‌هاي جنسي بازديد مي‌کنند (کرازبي). در ادبيات پژوهشي به مواردي از قبيل اعتياد به پورنوگرافي يا استفاده اجباري از پورنوگرافي برخورد مي‌کنيم. اين تحقيقات نشان مي‌دهند كه درصد بالايي از اين افراد به تماشاي تصاوير جنسي اعتياد پيدا کرده‌اند و استفاده از اين تصاوير ديگر در اختيار آنها نيست. چنين افرادي با آگاهي از نامناسب بودن اين تصاوير و با وجود اينکه استفاده از اين تصاوير زندگي شخصي و اجتماعي و حتي شغلي آنها را شديداً تحت تأثير قرار داده است، نمي‌توانند از مراجعه به اين قبيل سايت‌‌ها خودداري کنند و ترک‌‌هاي موقتي آنها معمولاً ناکام است. اين موضوع چنان در جوامع غربي رواج دارد که تحقيقات گسترده‌‌اي براي درمان اين نوع از اعتياد پيشنهاد شده است. آموزه‌هاي اسلامي اعلام مي‌کنند که شهوت انسان را پاياني نيست. شهيد «مرتضي مطهري» در کتاب «آشنايي با قرآن»، جلد 4 مي‌گويند: «به هر اندازه آزادي در مسائل جنسي بيشتر باشد، التهاب فرد زيادتر مي‌شود، زيرا غريزه جنسي تنها ظرفيت جسماني ندارد بلکه ظرفيت روحي هم دارد.»

تحقيقات متعدد نشان داده است که مشاهده اين تصاوير تنها آسيب فردي در پي ندارد و آسيب‌‌هايي براي جامعه به همراه دارد. تحقيقات نشان مي‌‌دهد بلوغ زودرس، آسيب ديدن روابط اجتماعي، افسردگي، احساس گناه، خودارضايي، آغاز زودهنگام روابط جنسي، انحرافات جنسي، تجاوز جنسي، به تأخير افتادن ازدواج و کاهش بهره‌وري شغلي با مشاهده تصاوير پورنوگرافي رابطه دارد. تا چندي پيش تصور مي‌شد که مشاهده تصاوير جنسي تنها براي افراد مجرد آسيب‌‌زاست. تحقيقات اخير نشان مي‌‌دهد ميزان آسيب افراد متأهل کمتر از آسيب افراد مجرد نيست (رايت و راندال). مواجهه مستمر با اين قبيل تصاوير باعث مي‌‌شود بسياري از اعمال و رفتارهاي قبيح و مجرمانه براي فرد عادي‌سازي شود و همچنين اطلاعات اشتباهي در اختيار فرد قرار گيرد. بي‌‌وفايي جنسي، انحراف جنسي، نارضايتي جنسي، نارضايتي زناشويي، نارضايتي از جسم خود و جسم همسر، طلاق و... از اين دست آسيب‌‌ها بر بنياد خانواده هستند. با توجه به اينکه يکي از مصارف آسيب‌زا از فضاي مجازي، استفاده از تصاوير پورنوگرافي است، بايد درباره تأثير پورنوگرافي بر بنيان‌هاي روابط زناشويي دقت کرد. زمينه‌يابي انجام‌شده ميان وکلاي امريکايي نشان مي‌دهد بيشتر آنها معتقدند که فضاي مجازي نقش قابل ملاحظه‌اي بر طلاق‌ها در سال‌هاي اخير ايفا کرده است. در موارد منجر به طلاق، در 68درصد موارد يکي از زوجين در فضاي مجازي معشوقي پيدا کرده است، در 56درصد از موارد يکي از افراد (عموماً مرد) از سايت‌هاي پورنوگرافي به‌ صورت وسواس‌گونه استفاده کرده است، 47درصد موارد شامل استفاده مفرط از رايانه و 33درصد شامل صرف زمان مفرط براي چت کردن بوده است (ددمون). تحقيقات نشان مي‌دهد استفاده وسواس‌گونه از پورنوگرافي تأثير عمده‌‌اي بر طلاق و جدايي مي‌گذارد و با کاهش علاقه به فعاليت‌هاي جنسي بين زوجين رابطه دارد (اشنايدر). مشاهده تصاوير پورنو باعث کاهش رضايتمندي از ظاهر جسماني و عملکرد جنسي طرف مقابل مي‌شود (زيلمن و برايانت). تحقيقات اخير در امريکا نشان داده است که 56درصد از طلاق‌ها شامل استفاده مفرط يکي از طرفين از تصاوير پورنوگرافي است (ددمون). همچنين تحقيقات نشان مي‌دهد استفاده از پورنوگرافي موجب افزايش 31درصدي انحراف جنسي است (اودون ـ پاولوسي). با توجه به اينکه بيشتر استفاده‌کنندگان از تصاوير پورنوگرافي را مردان تشکيل مي‌دهند و زنان نسبت به تصاوير پورنو تحريک کمتري از خود نشان مي‌دهند، عجيب نيست که بيشتر شکايت از استفاده بيمارگونه همسر از اين سايت‌ها، از طرف زنان گزارش ‌شود.

متأسفانه تحقيقات منتشرنشده مرکز ملي فضاي مجازي ايران نشان مي‌‌دهد بيش از نيمي از کودکان و نوجوانان در فضاي مجازي به‌ صورت ناخواسته با تصاوير جنسي روبه‌رو مي‌شوند (تحقيقات بيشتر در اين زمينه و ساير موضوعات مربوطه براي بررسي اهميت‌شان لازم و ضروري به نظر مي‌‌رسد). در اين زمينه فيلترينگ مي‌‌تواند نقش مؤثري ايفا کند، ولي اگر فردي در اثر تحريک‌‌هاي محيطي درصدد دسترسي به اين مطالب برآيد، با توجه به دسترسي بيشتر افراد به انواع فيلترشکن، فيلترينگ با وضعيت فعلي اثربخشي کافي ندارد.

کاهش حساسيت‌هاي ديني

در فضاي مجازي عموماً کاربران به اين باور نرسيده‌اند که همه محتوايي که قرار مي‌دهند از جمله صحبت‌ها و عکس‌ها به‌ صورت گسترده پخش مي‌شود و از اين لحاظ از فضاي حقيقي شديدتر نيز است، بنابراين ميزان رعايت اصول ديني و اخلاقي در بسياري از کاربران در فضاي مجازي کمتر از فضاي حقيقي است؛ براي مثال اگر به خانم محجبه‌اي بگوييم فرد نامحرمي مي‌خواهد از شما با همين چادر عکس بگيرد و به آن نگاه کند، هرگز قبول نمي‌كند، اما همين کاربر به‌راحتي و بدون هيچ‌گونه دغدغه‌اي تصويري از خود را با چادر در صفحه شخصي‌اش قرار مي‌دهد! به اين ترتيب کسي که مشکلي با ديدن عکس خود به وسيله نامحرم با چادر در فضاي حقيقي ندارد، در فضاي مجازي عکسش را با پوشش اسلامي اما بدون چادر قرار مي‌دهد و به همين ترتيب نوعاً کاربران در فضاي مجازي يک يا چند مرتبه از فضاي حقيقي پوشش کمتري دارند. با ترويج بي‌بند‌و‌باري و کاهش حيا و عفت بين زنان، کم‌کم غيرت بين مردان وابسته به آن زنان نيز کاهش مي‌يابد.

سلطه غرب و آسيب‌هاي امنيتي

مالک اينترنت چه کشوري است؟ شايد اين پرسش در شروع امر عجيب به نظر برسد چرا که اينترنت در کشورهاي مختلفي دسترسي دارد و علي‌الظاهر بر اينترنت هيچ نظارت مرکزي چه بر امور فني و چه بر سياست‌هاي دسترسي و استفاده وجود ندارد و هر شبکه تشکيل‌دهنده اينترنت، استانداردهاي خودش را تدوين مي‌کند.

اما واقعيت اين است که اينترنت مشخصاً به وسيله امريکا راه‌اندازي شد و به عبارتي مغز اين شبکه در ايالات متحده قرار دارد. به اين ترتيب که در دهه 1960 ميلادي، سازمان‌هاي نظامي امريکايي براي انجام پروژه‌هاي تحقيقاتي براي ساخت شبکه مستحکمي سرمايه‌گذاري کرد که پدر اينترنت امروزي محسوب مي‌شود.

مطالعه هشت کمپاني بزرگ مجازي که در قالب پورتال اصلي و زيرپورتال فرعي فعاليت مي‌کنند (شامل گوگل، ياهو، ام.‌اس‌.ان، فيس‌بوک، توييتر، ويکي‌پديا، يوتيوب و ام‌.آي‌.دي‌.بي) نشان مي‌دهد که همه آنها امريکايي هستند و در تعامل کاري با نظام سياسي و امنيتي اين کشور قرار دارند. بنابراين امريکا پس از آنکه محيط فيزيکي جهان را از طريق استعمار کهن و نو تسخير کرد، به دنبال توسعه سلطه خود در عرصه سومي از طريق «استعمار مجازي» است. يک امپراتوري بزرگ مجازي در عرصه‌هاي مختلف سياسي، اقتصادي و فرهنگي که از طريق امريکا سازماندهي مي‌شود. امريکا علاوه بر حضور در همه زيرساخت‌ها، ظرفيت‌ها و کارکردهاي فضاي مجازي،کنترل، نظارت و مديريت فراگير اين محيط را بر عهده دارد.[[73]](#footnote-73) براي مثال چندي پيش سناي امريکا قانوني را تصويب کرد که به رئيس‌جمهور اين كشور اختيار مي‌دهد كه در شرايط اضطراري و به دلايل امنيت ملي، اينترنت را خاموش کند! بر پايه اين قانون جديد که «محافظت از فضاهاي سايبري همانند يک قانون دارايي ملي» (PCNAA) نام دارد به رئيس‌جمهور امريکا اين اجازه را مي‌دهد که در موقعيت‌هاي اضطراري «اينترنت» را خاموش کند.[[74]](#footnote-74)

براساس اسنادي که ادوارد اسنودن، کارمند سابق سازمان اطلاعات مرکزي امريکا منتشر کرده است، جاسوسي از مردم عادي و شخصيت‌ها در مکالمات تلفني، اي‌ميل، استفاده از موتور جست‌وجوي اينترنت و... از همه کشورها و بدون رعايت مرزهاي سياسي به وسيله آژانس امنيت ملي ايالات‌ متحده امريکا (NSA) صورت مي‌گيرد.[[75]](#footnote-75) به گفته اسنودن: «آژانس امنيت ملي امريکا که زيرمجموعه سيا فعاليت مي‌کند زيرساختي تدارک ديده که تقريباً همه ارتباطات انساني را به‌ صورت خودكار ذخيره مي‌کند. با استفاده از اين سيستم مي‌توانستم اي‌ميل‌هاي هر کسي را ببينم، مکالمات تلفني‌اش را شنود کنم و رمزهاي عبور شخصي‌ترين اکانت‌هاي هر کاربري را به دست بياورم.»[[76]](#footnote-76) همچنين وي افشا کرده است که آژانس امنيت ملي امريکا موفق شده است در يک ماه 14ميليارد بسته اطلاعاتي شامل تماس‌هاي تلفني و اينترنتي را از کاربران و مديران ايراني جمع‌آوري کند که اين حجم جاسوسي از يک کشور در جهان بي‌سابقه است.

ناگفته نماند که اين هجمه بيشتر به مسلمانان، به‌خصوص جمهوري اسلامي ايران وارد مي‌شود. علت اصلي فشارهاي فراوان استعمارگران در زمينه‌هاي سياسي، فرهنگي، اقتصادي و... اين است که ايران و مکتب اهل بيت (عليهم‌السلام) را بزرگ‌ترين مانع رسيدن به اهداف شوم خود مي‌دانند و بايد توجه داشت که آنان فقط به تسليم ما رضايت مي‌دهند و بس. خداوند متعال در قرآن کريم در اين زمينه مي‌فرمايد: «و لن ترضي عنک اليهود و النصري حتي تتبع ملتهم»؛ يهود و نصاري هرگز از تو راضي نمي‌شوند مگر وقتي که از کيش آنان پيروي کني.

بنابراين جمهوري اسلامي بايد بيشترين تلاش را براي استقلال در عرصه فضاي مجازي براي خود ايجاد کند.

شبکه ملي اطلاعات

مهم‌ترين راهبرد مقابله با هجمه دشمنان در فضاي مجازي، استقلال در فضاي مجازي است. در واقع گردانندگان فضاي مجازي بيم آن را دارند که کشورها در فضاي مجازي استقلال داشته باشند و از اين‌رو به واسطه برخي عناصر خود به‌گونه‌اي امر را بر مسئولان و مردم مشتبه کرده‌اند که استقلال در فضاي مجازي به معناي ديوار کشيدن بين خود و ديگر کشورهاست، ولي همان‌گونه که در فضاي حقيقي، استقلال به معني قطع رابطه با ديگر کشورها نبوده، استقلال در فضاي مجازي نيز به معني بريدن از ديگران نيست. براي داشتن استقلال حقيقي در فضاي مجازي طي مراحل سه‌گانه کسب، حفظ (تثبيت) و بسط (گسترش) استقلال ضروري است.[[77]](#footnote-77)

راهکار کلان اصلي و بنيادي براي کسب استقلال در فضاي مجازي راه‌اندازي «شبکه ملي اطلاعات» و پروژه‌هاي اقماري آن است که مديريت اينترنت حداقل در مرزهاي داخلي کشور، در اختيار خود ما قرار بگيرد.

در شبکه ملي اطلاعات به نظر مي‌رسد موارد زير ضرورتاً بايد بومي شوند:

بومي‌سازي زيرساخت‌ها و شبکه‌هاي ارتباطي

بومي‌سازي زيرساخت‌ها و شبکه‌هاي ارتباطي شامل: سخت‌افزارها و نرم‌افزارهاي ارسال و دريافت اطلاعات (فرستنده و گيرنده‌هاي راديويي، مخابراتي، کابل فيبر نوري و...) ذخيره‌سازي اطلاعات (حافظه‌هاي ابري، سرور، ديتاسنتر و...) و شبکه‌سازي اطلاعات (سخت‌افزارهاي ايجاد شبکه ارتباطي مانند سوئيچ‌هاي تلفن همراه، تلفن خانگي و اينترنت) است.

بومي‌سازي خدمات و قالب ارايه خدمات

بومي‌سازي خدمات و قالب ارايه خدمات شامل: موتور جست‌وجوي قدرتمند ملي، سيستم‌عامل ملي، مرورگر ملي، رايانامه ملي، شبکه‌هاي اجتماعي، تارنماهاي متنوع و تخصصي و عمومي.

بومي‌سازي سخت‌افزارهاي کاربردي ارتباطي

بومي‌سازي سخت‌افزارهاي کاربردي ارتباطي شامل: رايانه، تبلت، تلفن همراه، ابزارهاي پوشيدني، کنسول‌هاي بازي، راديو و تلويزيون، گيرنده ديجيتال و غيره.[[78]](#footnote-78)

اما در ميان‌مدت راهکار اصلاح سوق دادن کاربران به استفاده از محصولات و خدمات ساخت داخل اعم از اي‌ميل، موتور جست‌وجو، مرورگرها و پيام‌رسان‌هاي داخلي است.

به لحاظ محتوايي نيز به‌ صورت همزمان با پالايه (فيلترينگ) محتواي نامطلوب و حمايت از محتواي مطلوب بايد استقلال محتوايي را در فضاي مجازي در حدي که امکانش وجود دارد، ايجاد کرد.

**فصل پنج**

**زره‌ را بپوش**

**راهکارهای روان‌شناختی در مواجهه با آسیب‌‌های فضای مجازی**

فضاي مجازي تنها رسانه‌اي تک‌بعدي مثل تلويزيون نيست بلکه محيطي است با قابليت تعامل بالا، کاملاً سرگرم‌‌کننده و همه‌جانبه که به خاطر ويژگي‌‌هايش، بسيار جذاب و متقاعدکننده است. فضايي که مي‌‌تواند چيزهايي را که فراتر از دسترسي‌‌ها و توانايي‌‌هاي فيزيکي ما هستند در اختيارمان قرار بدهد. دکتر «ماري آيکين»[[79]](#footnote-79)، در جديدترين کتابش درباره تأثيرات فضاي مجازي بر تغييرات رفتاري انسان، اينترنت را به عنوان ابزاري شبيه ذره‌‌بين تعريف مي‌‌کند! ذره‌‌بين کمک مي‌‌کند تا چشم، جزيياتي را ببيند که در شرايط عادي قادر به ديدن‌ آنها نيست. به همين ترتيب او معتقد است اينترنت ابزاري است که مي‌‌توان عمق ذهن و نيازهاي افراد را به وسيله آن ديد. ظهور پديده سلفي گرفتن، ارسال محتواهاي جنسي و روابط مجازي فرازناشويي به عنوان مسائل و آسيب‌‌هاي اينترنت، به ما کمک مي‌‌کند تا نيروهاي بالقوه ذهن انسان را بشناسيم؛ براي مثال بررسي چگونگي واکنش ذهن انسان به متغيرهاي دنياي واقعي (مثل ارتباط با ديگران، نياز جنسي، سرگرمي و...) وقتي مفاهيمي مثل اخلاق، مقررات و مسئوليت در دنياي مجازي مبهم باشد، سؤال پژوهش‌‌هاي اخير است.[[80]](#footnote-80)

فضاي مجازي به واسطه ويژگي‌‌هايي همچون گمنامي، دسترسي‌‌پذيري بالا، نبود قوانين و مقررات، سرعت زياد و فرامرزي بودن[[81]](#footnote-81)، اين توانايي را دارد که بدون محدوديت، پاسخگوي نيازهاي دروني کاربران باشد؛ براي مثال اگر نياز به ارايه خود، نياز به تأييد اجتماعي و نياز به تعلق فرد در دنياي واقعي به شكل مناسبي برآورده نشود، اينترنت اين فرصت را به او مي‌‌دهد که سريع‌‌تر و در ابعاد وسيع‌‌تري به اين نيازها پاسخ بدهد. براي مثال «بارگ»[[82]](#footnote-82) و همکاران، ادعا کردند که اينترنت فرصت منحصربه‌فردي براي «بيان خود» ايجاد مي‌‌کند که مسلماً افراد ترجيح مي‌‌دهند از اين فرصت براي نمايش «خود ايده‌‌آل»شان استفاده کنند و جنبه‌‌هايي از خود‌‌شان را که در ارتباط چهره‌به‌چهره، به‌راحتي قابل بيان نيست، ارايه دهند.[[83]](#footnote-83) مثال روشن‌‌تر در اين زمينه، ميل به کنجکاوي‌‌هاي جنسي است که اگر در دنياي واقعي مديريت نشود، فضاي مجازي عرصه را براي پاسخگويي بدون حد‌‌و‌‌مرز فراهم مي‌‌کند. همچنين بيان برخي ويژگي‌‌ها همچون خودشيفتگي[[84]](#footnote-84)، برون‌‌گرايي بالا، عزت‌‌نفس پايين، تنهايي اجتماعي و انزواي عاشقانه به عنوان صفات شخصيتي[[85]](#footnote-85) غالب در کاربران شبکه‌‌هاي اجتماعي نشان‌‌ مي‌‌دهد كه فضاي مجازي اين توانايي را دارد که بر نقاط ضعف و ويژگي‌هاي شخصيتي افراد متمرکز شود و مثل ذره‌‌بين، آنها را چند برابر كند.

با توجه به نکات فوق و جمع‌‌بندي پژوهش‌‌هاي اخير، رويکرد نگارنده در اين بخش، تمرکز بر نقاط ضعف و ويژگي‌‌هاي شخصيتي کاربران، حل مشکلات فردي در دنياي واقعي، آگاهي‌‌بخشي درباره آداب حضور در دنياي مجازي، مديريت افکار، احساسات و نيازها و همچنين تقويت مهارت‌‌هاي فردي همچون خويشتن‌داري، مديريت زمان و هدف‌‌گذاري به عنوان مهم‌‌ترين و قوي‌‌ترين اهرم‌‌ها براي پيشگيري و مقابله با آسيب‌‌هاي اينترنتي است.

**پيش‌گيري و کنترل آسيب‌هاي اعتياد اينترنتي**

«مارلات»[[86]](#footnote-86) معتقد بود که درمان مؤثر براي رفتار اعتيادي بايد مبتني بر اين فرض باشد که افراد مي‌‌‌توانند روش‌‌هاي مؤثري براي تغيير رفتار را بدون توجه به نحوه ايجاد مشکل بياموزند. چون رفتارهاي اعتيادآور، بيشتر نتيجه عوامل چندگانه هستند، به همين دليل لازم است در مداخلات، راهبردهايي از مجموعه‌‌ وسيعي از گزينه‌‌ها گنجانده شود؛ ازجمله تغييرات رفتاري، شناختي و حتي سبک زندگي.[[87]](#footnote-87) رويکردهاي پيشگيري کنوني شامل ترکيبي از راهبردهاي رفتاري و شناختي طراحي‌شده براي تغيير الگوهاي استفاده از اينترنت و تقويت خويشتن‌‌داري هستند.[[88]](#footnote-88) اما به دليل اينکه طرح رويکردها و پروتکل‌‌هاي تخصصي روان‌درماني، از حوصله مخاطب اين کتاب خارج است، در اين بخش سعي شده‌‌ تا مجموعه‌‌اي از توصيه‌‌ها و روش‌‌هاي کاربردي از ساير رويکردهاي مطرح‌شده در اين حوزه، گردآوري شود و به مخاطب براي تسهيل فرايند پيشگيري و مقابله با پديده اعتياد اينترنتي كمك كند. همان‌گونه که همه ما مي‌‌دانيم لازمه‌ مهارت‌‌افزايي، تمرين‌‌هاي بيشتر و تلاش براي انتقال اطلاعات دريافتي از سطح مفاهيم به سطح کاربردي است. در همين زمينه، ارايه مثال‌‌هاي کاربردي، انجام تمرين‌‌هاي اجرايي به صورت فردي و گروهي و معرفي منابع تکميلي مي‌‌تواند اين اهداف را عملي كند.

**مهارت مديريت زمان**

زمان مثل اسب چموش است! اگر سوارکارش حرفه‌‌اي باشد، مرکب رام مي‌‌شود، با سرعت مي‌‌تازد و بهترين بهره‌‌ها را فراهم مي‌‌کند، اما اگر مرکب بر سوارکارش اميري کند، آن‌وقت افسار پاره مي‌‌کند و حتي از صاحبش هم سواري مي‌‌گيرد! در پديده‌‌ اعتياد به ابزاري مثل اينترنت، در واقع زمان بر کاربران، حکم‌‌فرمايي مي‌‌کند! «يانگ»[[89]](#footnote-89)، پيشرو و يکي از پيشگامان بررسي اعتياد اينترنتي با تجارب متعدد در مرکز اعتياد آن‌لاين، برخي تدابير مداخله‌‌اي مبتني بر مفروضات درمان‌شناختي رفتاري را پيشنهاد مي‌‌کند. تعديل و استفاده کنترل‌شده از از اينترنت، يکي از محورهاي مورد توجه اوست. براساس نظر اين پژوهشگر، در درمان بايد از «فنون مديريت زمان» که به تشخيص، سازماندهي و مديريت زمان صرف‌شده به صورت آن‌لاين به کاربران کمک مي‌‌کنند، استفاده کرد.[[90]](#footnote-90) بنابراين با کنترل و مديريت زمان، مي‌‌توان از وابستگي به فضاي مجازي پيشگيري کرد. رعايت موارد زير مي‌‌تواند به فرد كمك کند تا بتواند زمان مصرفي‌‌ را در فضاي مجازي، مديريت و بهينه کند:

**شناخت خود**

يعني فرد بداند نقاط قوت و ضعفش در فضاي مجازي کجاست؛ مثلاً وسوسه شدن براي ديدن ويديو‌‌هاي جالب، ناتواني در نه گفتن به شروع گفت‌وگويي غيرمهم در فضاي چت، احساس تنهايي و غيره.

**اولويت‌‌بندي کارها[[91]](#footnote-91)**

در قدم بعدي، کابر بايد سعي کند اولويت‌‌ها را بشناسد و کارهاي روزانه‌‌‌‌اش را از نظر اهميت و فوريت دسته‌‌بندي کند. کارهاي ما در چهار گروه طبقه‌‌بندي مي‌‌شوند: 1. مهم و فوري؛ 2. غيرمهم و فوري؛ 3. مهم و غيرفوري و 4. غيرمهم و غيرفوري. کارهاي دسته چهارم، «وقت‌‌تلف‌‌کن» نام دارند! گشت‌و‌گذار در شبکه‌‌هاي اجتماعي، لايک کردن، لطيفه خواندن و خلاصه بازديد‌‌هاي بي‌‌هدف از صفحات تمام‌نشدني، تقريباً کل زمان مفيد براي انجام کارهاي سه گروه قبلي را هدر مي‌‌دهد. در اعتياد به اينترنت معمولاً همه کارهاي ديگر تعطيل مي‌‌شوند و همه اهداف زندگي در اينترنت خلاصه مي‌‌شود.

**فهرست کردن کارهاي روزانه براساس اولويت:** فرد بايد سعي کند اولويت‌‌هايش را روي صفحه کاغذ يا در يادآور گوشي همراهش يادداشت کند تا جلوي چشمش باشد. به محض گير افتادن در تله‌‌ اينترنت، مشاهده‌‌ اين فهرست به عنوان زنگ هشدار و بازگشت به فعاليت‌‌هاي مهم، به او کمک خواهد کرد زمان حضور در فضاي مجازي را مديريت كند.

**استفاده از متوقف‌‌کننده‌‌هاي بيروني[[92]](#footnote-92)**

در اين مرحله، کاربر بايد زمان‌‌بندي مشخصي براي آغاز و پايان فعاليت اينترنتي‌‌اش مشخص کند و به محض پايان زمان، بدون معطلي، اينترنت را قطع کند و تا زمان معين بعدي منتظر بماند. اين مرحله به کمک متوقف‌‌کننده‌‌هاي بيروني، ساده‌‌تر اجرا مي‌‌شود. در واقع يکي ديگر از شيوه‌هاي پيشنهادي يانگ، شناسايي برخي انگيزه‌‌ها براي خروج از سيستم رفتاري ناهنجار است که با برنامه جديدي که قبلاً براي کاربرد اينترنت ايجاد شده ‌‌است، همراه مي‌‌شود؛ مثلاً يکي از اعضاي خانواده با استفاده از ساعت زنگ‌‌دار، در مورد زمان خاموش کردن رايانه و انجام برخي ديگر از فعاليت‌‌هاي غيرآن‌لاين به فرد هشدار دهد.[[93]](#footnote-93) البته اين روش، در روزهاي اول کمي اذيت‌‌کننده است و ممکن است فرد بارها و بارها وسوسه شود و بهانه‌‌هاي منطقي براي بازگشت به اينترنت پيدا کند، اما بايد مقاومت کند و در اين مدت به انجام کارهاي سه گروه قبل بپردازد.

**تغيير عادات رفتاري[[94]](#footnote-94)**

براي تغيير الگوهاي استفاده از اينترنت لازم است به‌مرور زمان و با انجام تمرين‌‌هاي به‌خصوصي، چرخه عادت‌‌هاي رفتاري ناخودآگاه شکسته شود و کميت و کيفيت استفاده از فضاي مجازي، در کنترل فرد درآيد. در روان‌شناسي، زمان لازم براي شکل‌‌گيري يک رفتار يا عادت، حدود 21 روز است. اين يعني استمرار و تکرار يک رفتار به صورت ناخودآگاه در بازه‌‌ زماني مشخص باعث ايجاد عادت مي‌‌شود، بنابراين تکرار ناآگاهانه‌‌ پرسه‌‌زني در شبکه‌‌هاي اجتماعي و فضاي مجازي، پس از مدت کوتاهي مي‌‌تواند تبديل به عادت و از آن بدتر، اعتياد شود! براي پيشگيري از عادت به فضاي مجازي يا ترک وابستگي به اينترنت، نياز به اراده‌اي قوي و همچنين روشي علمي براي تغيير رفتار است:

**شناخت الگوهاي افراطي و علائم**

به گفته‌‌ «گلدبرگ»[[95]](#footnote-95) به عنوان روان‌پزشکي که اصطلاح بيماري اعتيادزا را وضع کرد، در درجه اول، افراد بايد الگوهاي استفاده افراطي را بشناسند. اطلاع از علائم ابتدايي، بسيار مهم است. زماني که پشت رايانه صرف مي‌‌شود يا زماني که به فکر کردن در مورد اينترنت يا فعاليت‌‌هاي مربوط به اينترنت صرف مي‌‌شود، علامت کليدي[[96]](#footnote-96) هشدار‌‌دهنده محسوب مي‌‌شود.[[97]](#footnote-97)

**انگيزه**

اين مرحله، مهم‌‌ترين و سخت‌‌ترين بخش کار انگيزه‌‌بخشي به کاربران است به صورتي که مشکل را بپذيرند و آن را انکار نکنند. در اين مرحله با آگاهي از پيامدهاي اعتياد و وابستگي به اينترنت و با کسب بينش نسبت به آثار آن، انگيزه‌‌ ترک تقويت مي‌‌شود. يکي از روش‌‌هاي پيشنهادي يانگ، تهيه کارت‌‌هاي يادآور است. کاربر روي هر کارت يکي از مشکلاتي را که در اثر استفاده زياد از اينترنت برايش ايجاد شده مي‌‌نويسد (مشکلات جسمي، افسردگي، اضطراب، انزواي اجتماعي و مشکلات خانوادگي) و هر روز آنها را مرور مي‌‌کند. همچنين نوشتن فوايد کنترل و مديريت زمان مصرف اينترنت نيز مي‌‌تواند در روند انگيزه‌بخشي و تصميم‌‌گيري در موقعيت استفاده، کمک‌‌کننده باشد.

**هدف‌‌گذاري[[98]](#footnote-98)**

از طريق نوشتن هدف و مرور نتايج و پيامدهاي آن، ايستگاه‌‌ها، مسير پيش‌‌رو و همه مراحل لازم مشخص مي‌‌شود و مي‌‌توان موانع را پيش‌‌بيني کرد. جالب است بدانيد از بين همه مردم، کساني موفق مي‌‌شوند که اهداف مشخصي دارند و از بين اين گروه، کساني به اهداف‌‌شان مي‌‌رسند که آن را مکتوب کرده ‌‌باشند! پس در اولين قدم، فرد بايد هدفش را روي يک کاغذ يا تخته وايت‌برد، با طرحي متفاوت و جذاب بنويسد و در چند جا نصب کند، به صورتي که همواره در طول روز جلوي چشمش باشد؛ مثلاً کاغذ هدف را به صفحه نمايشگر رايانه بچسباند، روي يادآور گوشي همراه‌‌ بنويسد، به در يخچال نصب کند يا روي ميز تحرير بگذارد. هدف بايد محدود، واقعي، قابل دسترس، منطقي، واضح و قابل اندازه‌‌گيري باشد. براي مثال اهداف بلندمدت عبارتند از:

کاهش ساعات آن‌لاين بودن در شبکه‌‌هاي اجتماعي از هفت ساعت به يك ساعت در روز طي 50 روز.

کنترل وسوسه براي آن‌لاين شدن از طريق تغيير موقعيت، يک‌بار در روز (مثلاً پياده‌روي30 دقيقه‌‌اي به جاي آن‌لاين شدن).

**ايستگاه‌‌بندي**

براي رسيدن به هدف بلند‌‌مدت خود، چند ايستگاه تعريف کنيد؛ مثلاً رسيدن از پنج ساعت به چهارونيم ساعت طي پنج روز اول در ايستگاه اول.

اين ايستگاه‌‌ها بايد زير هدف بلندمدت يادداشت شود. لازم است در اين مرحله، کاربر نموداري نقطه‌‌اي تهيه کند تا به صورت نموداري بتواند سير صعودي يا نزولي‌اش را در مسير هدف مشاهده کند. مشاهده‌‌ ميزان پيشرفت از طريق عبور از ايستگاه‌‌هاي کوچک، انگيزه و ميل به ادامه‌‌ اهداف را در فرد افزايش مي‌‌دهد.

**ارزيابي و بررسي روند تغييرات**

لازم است کاربر هر چند روز يک‌بار، روند پيشرفتش را ارزيابي کند. اگر روند نزولي بود، موانع را پيدا کند، آنها را فهرست کرده و برايشان راه‌حل مناسبي پيدا كند؛ مثلاً شايد روشن بودن هميشگي واي‌فاي باعث مي‌‌شود گاهي براي آن‌لاين شدن بي‌‌موقع تحريک شود و شايد داشتن اينترنت همراه، مانع رسيدن به اين هدف کنترل زمان مصرف اينترنت باشد.

**تکنيک تمرين متضاد**

يکي از راه‌‌هاي مؤثر براي تغيير عادات و به‌خصوص اعتيادهاي رفتاري، «تمرين متضاد»[[99]](#footnote-99) است. در اين تمرين، با وادار كردن فرد به شکستن روال عادي استفاده کنوني خود از اينترنت يک الگوي رفتاري جديد و انطباقي‌‌تر به وجود مي‌‌آيد.[[100]](#footnote-100) در اين تمرين، لازم است تلاش کنيد تا روال عادي برنامه هميشگي به‌هم بخورد؛ مثلاً‌ اگر شما عادت کرده‌ايد که هر روز صبح که از خواب بيدار مي‌شويد، تلگرام خود را بررسي کنيد اين روند را تغيير دهيد. شما مي‌توانيد به جاي اين کار ابتدا صبحانه بخوريد و پياده‌‌روي کنيد يا اينکه اگر شما شب‌‌ها بيشتر سراغ اينترنت مي‌رويد و عادت کرده‌ايد که به محض ورود به خانه، رايانه را روشن کنيد، ديگر اين کار را نکنيد و به عنوان رفتار جايگزين، اخبار گوش بدهيد، به يکي از اعضاي فاميل تلفن بزنيد و غيره. با اين کارها شما آن روال عادي را به‌هم مي‌زنيد و سد رفتار ناهنجار را مي‌‌شکنيد.

**کاربرد فعاليت‌‌هاي جايگزين**

پديده‌‌ اعتياد اينترنتي مانند ساير انواع اعتياد، نيازمند کاهش مشغوليت رواني بر موضوع اعتياد و انحراف توجه به کمک يک عمل جايگزين است؛ مثلاً در ترک اعتياد به مواد مخدر، در ابتدا داروهاي شيميايي با دوز مشخص را جايگزين ماده مخدر مي‌‌کنند و سپس فرد معتاد را به قبول مسئوليت و انجام کار، ترغيب مي‌کنند. در ارتباط با کودکان نيز اصل مهمي وجود دارد که وقتي مي‌‌خواهيد کودک را از وسيله‌‌خطرناکي دور کنيد يا چيزي را از او بگيريد، لازم است همزمان وسيله‌‌ جالب و البته بهتري به او بدهيد. در پديده‌‌‌‌ اعتياد نيز، مغز مثل کودکي سمج، به کار تکراري خوشايند و شايد مضر مي‌‌چسبد و در جهت جست‌وجوي لذت، رفتار قبل را تکرار مي‌‌کند. در کاربرد فعاليت‌‌هاي جايگزين، بايد به اين نکته توجه داشت که اعتياد اينترنتي با هيجان‌‌خواهي رابطه‌اي مستقيم دارد.[[101]](#footnote-101) همچنين يانگ نيز به اين نکته اشاره مي‌‌کند که هدف درمان، ايجاد فعاليت‌‌هاي غيرآن‌لاين لذت‌‌بخش به صورت مشترک با بيماران و ساير فنون کنار آمدن است[[102]](#footnote-102) که نشان مي‌‌دهد لازم است هيجان‌‌خواهي کاربران به‌‌درستي تأمين شود، بنابراين لازم است با تعريف کردن فعاليت‌‌هاي لذت‌‌بخش، مفيد و متنوع جايگزين، توجه فرد را از کار قبلي منحرف کرده و به صورت همزمان، عادت رفتاري جديدي را در او تقويت كنيد.[[103]](#footnote-103)

**تهيه پرسشنامه**

يکي از فنون پيشنهادي از سوي يانگ، تهيه پرسشنامه شخصي است. چون اين افراد به دليل صرف زمان زياد براي جست‌وجوي علائق مجازي، از سرگرمي‌‌ها و ساير علائق خود غافل مي‌‌شوند، به همين دليل فرد به پر کردن پرسشنامه‌‌اي تشويق مي‌‌شود که شامل فعاليت‌‌هايي است که عادت به انجام آنها دارد، اما پس از ايجاد مشکل آنها را ناديده گرفته ‌‌است. هدف از انجام اين کار، کمک به کاربران براي اظهارنظر، از نقطه‌نظر تقابل تجربه است (گذشته در مقابل آينده) که مي‌‌‌‌تواند به مشاهده بهتر فرايند تصميم‌‌گيري‌‌شان کمک کند. ممکن است اين فعاليت به افراد کمک کند تا آگاهي بيشتري از انتخاب‌‌هايشان به دست آورند و به اين ترتيب در جهت تلاش براي از سرگيري دوباره فعاليت‌‌ها‌‌ي قبلي فراموش‌‌شده برانگيخته شوند.[[104]](#footnote-104) بنابراين از فرد خواسته مي‌‌شود تا فهرستي از کارهاي جالب و ارزشمندي که اگر اينترنت وجود نداشت، دوست داشت آنها را انجام بدهد، يادداشت کند. سپس همه فعاليت‌‌هايي را که به خاطر اينترنت از انجام‌‌شان محروم شده ‌‌است، يادداشت كند؛ مثلاً آشپزي، مطالعه کتاب، شرکت در دورهمي‌‌ها، نقاشي و ورزش.

**شناسايي هدف حضور در فضاي مجازي**

در واقع اصل جايگزيني رفتار به فرد کمک مي‌‌کند با تغيير نوع رفتار، همان هدف قبلي را دنبال کند؛ مثلاً اگر هدف او، سرگرمي و کسب لذت است، مي‌‌تواند با جايگزين کردن رفتار ورزش گروهي، حل جدول و مطالعه مجلات سرگرم‌‌کننده به همان هدف برسد يا اگر براي هدف معاشرت با ديگران و رفع انزوا، فضاي مجازي را انتخاب کرده ‌‌است، مي‌‌تواند مهماني‌‌هاي خانوادگي و دوستانه را جايگزين کند.

**احساس مشغوليت و دوري از بيکاري**

نکته ديگر در رابطه با اصل جايگزيني، دوري از بيکاري است. بسياري از کاربران معتاد به فضاي مجازي و به‌خصوص شبکه‌‌هاي اجتماعي اعتراف مي‌‌کنند که در اصل به علت بيکاري و به خاطر گذراندن وقت، به اينجا مي‌‌آيند، بنابراين به کمک اين اصل، مي‌‌توان رفتارهاي مشخص و هدفمندي را در طول روز تعريف کرد که براي فرد مشغوليت فکري ايجاد کند و منجر به احساس بيکاري و بيهودگي نشود؛ مثلاً قبول کردن مسئوليت‌‌هاي اجتماعي مثل عضويت در گروه‌‌هاي مردمي، خيريه‌‌ها، مساجد، هيئت‌‌ها، فرهنگسراها و انجام فعاليت‌‌هاي عام‌‌المنفعه و سازنده، علاوه بر اينکه باعث تقويت عزت‌نفس، احساس کفايت اجتماعي و مفيد بودن مي‌‌شود، مي‌تواند با کاهش تمرکز فرد از فضاي مجازي و ايجاد احساس هدفمندي، از وابستگي فرد به اينترنت کم کند. به بيان ساده‌‌تر، وقتي فرد کارهاي مهم‌‌تري براي انجام‌‌ دادن داشته ‌‌باشد و احساس لذت، ارزشمندي و مفيد بودن را از آن طريق به دست بياورد، آن کارها تقويت شده و به‌مرور زمان جايگزين رفتار پرسه‌‌زني در اينترنت مي‌‌شود، بنابراين مشخص کردن چشم‌‌انداز و اهداف مشخص براي زندگي، مي‌‌تواند انگيزه حضور بي‌‌هدف در فضاي مجازي را کاهش دهد.

**طرح سؤال‌هاي بنيادين**

بسياري از کساني که درگير وابستگي به اينترنت شده‌‌اند، نسبت به رفتار عادتي‌‌شان، آگاهي لحظه‌‌اي ندارند. پرسيدن سؤال‌‌هاي اساسي از خود، رفتار عادتي و ناخودآگاه حضور در اينترنت را به سطح هوشياري مي‌‌آورد و با ايجاد احساس آگاهي و حضور در لحظه، به انتخاب رفتار مؤثر و آگاهانه کمک مي‌‌کند؛ مثلاً پرسيدن سؤال‌‌هايي مانند «الان چه‌کار مي‌‌کنم؟ آيا در جهت اهدافم زندگي مي‌‌کنم؟ آيا حضور در اينترنت، من را به آرزوهايم نزديک‌‌تر مي‌‌کند؟ آيا به اطلاعات من مي‌‌افزايد؟

آيا ديدن ويديو‌‌ها و خواندن اين‌همه لطيفه، جزو لذت‌‌هاي پايدار و هميشگي است؟ کساني که اينها را نمي‌‌بينند، چه چيزي از دست مي‌‌دهند؟ به جاي اين کار، الان مي‌‌شد چه کار مفيدي انجام داد؟ انرژي و توان روحي‌‌ام صرف چه چيزهايي مي‌‌شود؟ دقيقاً تا کي زنده هستم؟ چقدر براي کارهاي مهم‌‌تر زمان دارم؟ اگر آدم مهمي از من بخواهد که يک روز از صبح تا شبم را تعريف کنم، چه چيزي براي گفتن دارم؟»

**ريشه‌‌يابي**

**شناخت مشکلات زيربنايي**

«گروهول»[[105]](#footnote-105) در توضيح اين مسأله كه چرا مردم به‌گونه‌‌اي اعتيادآور از اينترنت استفاده مي‌‌كنند، معتقد است که علت گرايش افراد به استفاده اعتيادآور از اينترنت، تمايل آنها به دوري گزيدن از مشكلاتي است كه در زندگي شخصي با آنها روبه‌رو هستند. به عبارتي، افراد براي اينكه از دست مشكلات زندگي فرار كنند، به اينترنت روي مي‌‌آورند. معتادان بيشتر وقت‌ها يك «زندگي دوم» يا مفري را براي «فراموش كردن مشكلات‌شان» هنگام آن‌لاين بودن ايجاد مي‌‌كنند.[[106]](#footnote-106)

به عقيده يانگ، يکي از گام‌‌هاي مهم براي پيشگيري يا ترک اعتياد اينترنتي، شناخت مشکلات نهفته و زيربنايي است. مانند انواع ديگر معتادان، آنها بايد از خود سؤال کنند که چه چيزي باعث شده که خواهان فرار از زندگي روزمره شوند؟[[107]](#footnote-107) برخي استدلال مي‌‌کنند که ارتباط متقابل با ديگر افراد از طريق اينترنت، به نوعي موجب پر شدن خلئي اجتماعي مي‌‌شود. افراد قادرند هويت‌‌هاي جديدي بپذيرند، ديگران در تعامل با اين هويت جديد قرار مي‌‌گيرند و شخص ممکن است اين ارتباط‌هاي اينترنتي را به عنوان امري واقعي تلقي کند.[[108]](#footnote-108) بسياري از اعتيادها، به خاطر فرار از مشکلي واقعي يا رابطه‌ا‌‌ي پر‌‌تنش ايجاد شده ‌‌است؛ مثلاً فرار از مشکلات زناشويي، مشکلات در روابط اجتماعي، مشکلات مالي و احساس تنهايي. بايد ديد کجاي کار مي‌لنگد که فرد به فضاي مجازي پناه آورده ‌‌است و فضاي مجازي جاي چه چيزهايي را براي او پر مي‌‌کند؟ بنابراين در اين مرحله، فرد بايد تلاش کند به جاي فرار از مشکل، به ساخت و ايجاد طرحي بپردازد تا به وسيله آن، مشکل مربوط را تحت کنترل خودش درآورد، زيرا فرار کردن از مشکلات به وسيله اينترنت و ناديده گرفتن آن در دنياي واقعي نه‌تنها باعث از بين رفتن مشکل نمي‌‌شود بلکه آن را تشديد هم خواهد کرد.[[109]](#footnote-109)

**توجه به افکار و احساسات دروني**

بايد به افراد کمک کنيم تا تصورات ضمني شخصي ناشي از استفاده بيش از حدشان مشخص شود؛ مثلاً جملات «من به اين دليل آن‌لاين مي‌‌شوم که احساس مي‌‌کنم در آنجا مورد پذيرش قرار مي‌‌گيرم، در آنجا احساس قدرت بيشتري دارم، در اينترنت دوستي دارم که واقعاً مرا مي‌‌خواهد.» بنابراين افراد به‌تدريج متوجه مي‌‌شوند که انتخاب زندگي مجازي، چيزي جز روش ناسازگارانه‌اي براي کنار آمدن با احساس فشار، ترس يا موقعيت‌‌هاي مواجه‌‌اي نيست. به اين ترتيب چرخه‌‌ معيوب احاطه‌‌کننده اين نوع اعتياد به‌تدريج شناسايي مي‌‌شود و افراد نقش اينترنت را مورد ترديد و بازبيني قرار مي‌‌دهند. در نهايت آنها مي‌‌توانند مشخص کنند رفتار مربوط به استفاده بيش از حد، در حقيقت مجموعه‌‌ رفتارهاي کنار آمدن شکست‌‌خورده يا نيازهاي ارضانشده ‌‌است و همچنين فقدان کنترل شخصي نسبت به محيط و تبديل اينترنت به يک روش جديد احتمالي (اما نه مناسب) براي کنار آمدن را استنباط مي‌‌کنند.[[110]](#footnote-110)

**پيشگيري از مشکلات زناشويي در فضاي مجازي**

روابط جنسي مجازي و رويارويي‌‌هاي جنسي سايبري بيشتر به عنوان نشانه‌‌اي از مشکلاتي هستند که قبل از حضور در اينترنت در زندگي يک زوج وجود داشته‌‌اند. ارتباط ضعيف با همسر، انواع نارضايتي‌‌هاي جنسي، مشکلات مربوط به تربيت فرزند و مسائل مالي از مشکلات متداول زندگي زناشويي هستند و اين‌گونه مشکلات راه‌‌اندازهاي قدرتمندي براي جست‌وجوي روابط جنسي مجازي فراهم مي‌‌کنند. رويارويي‌‌هاي مجازي، نمايش محروميت‌‌هاي تجربه‌‌شده از سوي زوج‌‌ها مانند خيال‌‌پردازي‌‌هاي جنسي، روابط عاشقانه و هيجان را که ممکن است رابطه کنوني فاقد آنها باشد، ميسر مي‌‌سازد. بنابراين براي همسران پرداختن به مشکلات مجازي به جاي مواجه شدن با مشکلات موجود در زندگي واقعي به راه‌حل آسان‌‌تري تبديل مي‌شود. به اين ترتيب همسر مجازي درک و راحتي لازم براي ابراز احساساتي را که به واسطه خشم، غم يا احساسات ديگري که در رابطه واقعي بي‌‌پرده در مورد آنها صحبت نشده، فراهم مي‌‌كند. ظاهراً ارضاي جنسي به عنوان تقويت‌‌کننده رفتارهاي جنسي آن‌لاين عمل مي‌‌کند، اما براساس نظر يانگ، در اين‌گونه موارد تقويت اصلي، توانايي دامن زدن به دنياي خيال‌‌پردازي‌‌هاي آن‌لاين است که ممکن است زمينه را براي فرار هيجاني يا رواني از فشارها و خستگي‌‌هاي روزمره فراهم کند؛ براي مثال زني با زندگي زناشويي از‌‌هم‌‌گسيخته ممکن است از اتاق‌‌هاي گپ براي فرار از احساس پوچي و مهم بودن يا حتي مورد‌‌پسند واقع‌‌ شدن از سوي دوستان مجازي‌‌اش استفاده کند.[[111]](#footnote-111)

پديده تداخل فناوري، آثار و آسيب‌‌هاي آن در زندگي واقعي و تعاملات افراد، موضوع جدي پژوهش‌‌هاي اخير است. براي مثال «مک دنيل»[[112]](#footnote-112) در پژوهش خود بر تداخل فناوري در روابط زوجين و خانواده تمرکز کرده ‌‌است. او در مورد زمان‌‌هايي که ابزارهاي فناوري (مانند اينترنت، تلفن همراه، بازي‌‌هاي رايانه‌‌اي و...) باعث مزاحمت، وقفه يا ايجاد مشکل در رابطه و تعامل بشوند (مسائلي همچون تعارض، نارضايتي از رابطه، پرخاشگري و...)، اصطلاح مداخله‌‌گري فناوري[[113]](#footnote-113) را به کار مي‌‌برد. همچنين پژوهش‌‌ها نشان مي‌‌دهند که رضايت از زندگي و نشانه‌هاي افسردگي با ميزان مصرف فناوري مرتبط هستند.[[114]](#footnote-114) به عبارت ديگر مي‌‌توان گفت، حضور فناوري‌‌هاي جديد و ابزارهاي نوين ارتباطي در قالب فضاي مجازي در زندگي واقعي افراد، تأثيرات ملموس و آسيب‌‌هاي قابل توجهي به جاي مي‌‌گذارد. براي مثال «چلسي»[[115]](#footnote-115) در پژوهش خود نشان داد که استفاده از تلفن همراه، مرزهاي بين خانه و کار را مبهم كرده و انتقال منفي محيط کار به محيط خانواده را در زنان و مردان افزايش داده‌‌ است. اين گسترش بيش از حد فناوري در خانه، با افزايش خلق منفي و رضايت پايين از زندگي خانوادگي مرتبط است.[[116]](#footnote-116)

با اين رويکرد مي‌‌توان گفت فناوري‌‌هاي ديجيتال مي‌‌توانند به شيوه‌‌هاي مختلف براي شروع، پيشبرد و تسهيل موارد بي‌‌وفايي و خيانت استفاده شوند، اما براي پيشگيري از آسيب‌‌هاي فضاي مجازي و حل مشکلات موجود، در اينجا نيز همانند همه مشکلات رابطه زوجين، بايد در مرحله اول به «دلايل بروز» اين مسأله توجه كرد و سپس به نحوه تقسيم سرزنش و نحوه برقراري مجدد اعتماد بين زوجين متمرکز شد.[[117]](#footnote-117) براي پيشگيري و مقابله با اين پديده در زوجين، يانگ و همکاران نتيجه گرفتند که متخصصان باليني بايد در روان‌درماني زوجين به بهبود ارتباط و توانايي برقراري گفت‌‌و‌‌گوي صادقانه بين آنها کمک کنند.[[118]](#footnote-118) بنابراين در اين قسمت توصيه مي‌‌شود با به کار بستن تکنيک‌‌هاي زوج‌‌درماني براي بهبود رابطه و رفع مشکلات فعلي زندگي زناشويي، به افراد کمک شود. در ادامه به برخي روش‌‌ها و تکنيک‌‌هاي کاربردي در اين حوزه اشاره مي‌‌شود؛ البته لازم به ذکر است در اينجا به‌دور از اشاره به رويکردهاي تخصصي و پروتکل‌‌هاي درماني که ويژه درمان‌گران و روان‌شناسان است، به برخي اصول و روش‌‌هاي کليدي براي بهبود رابطه اشاره مي‌‌شود.

**بازسازي اعتماد متقابل و امنيت رواني در رابطه**

يکي از دلايلي که روابط فرازناشويي را از طريق پناه بردن به فضاي مجازي تسريع مي‌‌بخشد، وجود تنش و نداشتن امنيت رواني در رابطه است.[[119]](#footnote-119) در اين شرايط، افراد براي فرار از موقعيت فعلي و براي دريافت توجه، آرامش و حمايتي که از طرف همسرشان تأمين نمي‌‌شود، به روابط مجازي پنهاني روي مي‌‌آورند؛ روابطي که هم از نظر عاطفي تأمين‌‌کننده هستند و هم ديگران نمي‌‌توانند به‌سادگي به آنها برچسب خيانت بزنند، اما بايد توجه داشت که ايجاد رابطه فراتر از چارچوب زندگي مشترک، چه در فضاي مجازي و چه در روابط واقعي، آسيب‌‌هايي جدي به روابط زوجين مي‌زند. در اين ميان، شبکه‌‌هاي اجتماعي و فضاي مجازي به عنوان تسهيل‌‌گر، شکل‌‌گيري روابط مجازي را سرعت مي‌‌بخشند. براي پيشگيري از مواجهه با آسيب‌‌هاي فضاي مجازي در زندگي مشترک، لازم است زوجين تلاش کنند تا فضاي زندگي واقعي را غني‌‌تر كنند و آرامش و امنيت را به رابطه بازگردانند:

**تعيين اهداف خاص**

بايد براي ارزيابي انتظارات هر يک از افراد نسبت به استفاده از رايانه و تعهد نسبت به بازسازي دوباره رابطه کنوني، اهدافي تعيين شود.[[120]](#footnote-120)

**دوري از عادت‌هاي مخرب در رابطه**

زوجين تلاش مي‌‌کنند با بعضي عادت‌‌هاي رفتاري که بيشتر وقت‌ها به وجودشان آگاهي ندارند، رفتار يکديگر را کنترل كنند. از ديدگاه نظريه انتخاب، عادت‌‌هاي مخرب و تنش‌‌زا در رابطه کلامي و غيرکلامي زوجين که رابطه را به سردي مي‌‌کشاند و امنيت رواني را به خطر مي‌‌اندازد، شامل اين موارد است: 1. انتقاد، 2. سرزنش، 3. غر زدن، 4. شکوه و گلايه، 5. تهديد، 6. تنبيه، 7. باج دادن براي کنترل طرف مقابل.[[121]](#footnote-121) همچنين دو ويژگي تحقير کردن و ايجاد ديوار دفاعي در خود در مواجهه با مشکلات[[122]](#footnote-122)، به‌مرور زمان رابطه را به سردي مي‌‌کشاند و زمينه‌‌ساز گرايش افراد به روابط عاطفي جايگزين مي‌شود.

**جايگزيني عادت‌هاي مفيد در رابطه**

رفتارهاي جايگزين مناسب در رابطه شامل اين موارد است: 1.گوش كردن، 2.حمايت، 3. احترام، 4. اعتماد، 5. تشويق، 6. پذيرش، 7. گفت‌وگو براي حل اختلاف‌ها.[[123]](#footnote-123) اين ويژگي‌‌ها، احساس امنيت رواني را در طرف مقابل افزايش مي‌‌دهد و همسر را به عنوان تکيه‌‌گاهي ايمن در رابطه معرفي مي‌‌كند.

**تغيير ادبيات کلامي**

استفاده از واژه «من» براي سرزنش نکردن ديگري[[124]](#footnote-124)، روش مؤثري در بهبود رابطه است. زوجين بايد به عدم استفاده از زبان قضاوت‌‌کننده و متهم‌‌کننده تأکيد داشته‌‌ باشند و بتوانند احساسات و عقايد خود را به شکل ديگري ابراز كنند؛ مثلاً به جاي گفتن «تو هيچ‌وقت به من توجه نمي‌‌کني چون هميشه پشت رايانه هستي، مي‌‌توان گفت وقتي مدت زيادي از زمان با هم بودن‌‌مان را پشت رايانه مي‌‌گذراني، احساس ترک شدن مي‌‌کنم».

**همدلي[[125]](#footnote-125)**

زوجين بايد تلاش کنند تا بتوانند به فرد مقابل گوش دهند. زماني که يکي از همسران سعي در توضيح دلايل اعمال خود دارد، بايد همسرش مانع از بروز احساس خشم و عدم اعتمادش شود تا به اين ترتيب بتواند براي گسترش ارتباط و در نتيجه درک متقابل، تا حد امکان صادقانه گوش بدهد.

**توجه فعال به همسر**

گاهي علت حضور بيش از حد افراد در فضاي مجازي و شکل دادن به روابط صميمانه، به دليل نياز فرد به دريافت توجه و دوست‌‌داشته شدن است. پژوهش‌‌ها نشان مي‌‌دهد که عدم توجه همسران به مؤلفه‌‌ قدرت در مردان، مؤلفه‌‌ توجه و تعلق در زنان[[126]](#footnote-126) و خلأ عاطفي[[127]](#footnote-127) پيش‌زمينه‌‌ حرکت به سوي خيانت و روابط فرازناشويي است. همين کمبودها، آغازگر بسياري از روابط و گفت‌وگوهاي آن‌لاين است که به‌مرور زمان منجر به شکل‌‌گيري روابط صميمانه‌‌ مجازي و حتي خيانت عاطفي نسبت به همسر مي‌‌شود. مشخص کردن زمان‌‌هايي براي گفت‌وگو با همسر، توجه به ويژگي‌‌هاي مثبت او، تشويق و تحسين کردن، گوش دادن فعال و ابراز احساسات در قالب کلامي و غير‌‌کلامي، راهکارهايي است که مي‌‌تواند نياز به توجه و تعلق را در زوجين برآورده و امنيت رواني را به رابطه تزريق كند.

**احترام به حريم خصوصي يکديگر**

يکي از نيازهاي اساسي زوجين در رابطه، احساس اعتماد متقابل است. متأسفانه ويژگي کنترل‌‌گري، باعث مي‌‌شود رعايت مرزهاي خصوصي در زندگي مشترک بي‌معنا شود که اين موضوع به امنيت رواني طرف مقابل آسيب مي‌‌زند. غالباً افراد تصور مي‌‌کنند بعد از ازدواج، حريم خصوصي معنا ندارد و تحت کنترل بودن طرف مقابل، بخشي از حقوق همسران است! در صورتي که كنترل کردن هميشگي تلفن همراه همسر و زير نظر داشتن مداوم، نياز به آزادي را در طرف مقابل فعال مي‌‌کند که به صورت انجام رفتارهايي مثل استفاده از رمز عبور براي تلفن همراه يا قفل کردن کمد بروز مي‌‌کند. اين رفتارها به‌مرور زمان، به اعتماد متقابل آسيب مي‌زند و امنيت رواني زوجين را تحت‌‌تأثير قرار مي‌‌دهد. يانگ نيز در کتابش اشاره مي‌‌کند که اگر زوجي در انتظار بهبود رابطه باشند، به‌کارگيري فناوري‌‌هاي ديجيتال براي جاسوسي و مچ‌‌گيري در مورد همسر، گزينه‌‌ مناسبي به عنوان راه‌‌حل نيست![[128]](#footnote-128)

**پايبندي زناشويي و تعهد اخلاقي**

تعهد به معناي وفادار ماندن و پايداري به خانواده و اعضاي آن هنگام غم و شادي، بحران‌‌ها و مسائل ناخوشايندي است که بر مبناي احساس و علاقه و همچنين قصد و نيت استوار است. همچنين به معناي ارتباط و وابستگي رواني به شريک زندگي و ميزان انگيزه زوجين در حفظ و تداوم ازدواج است.[[129]](#footnote-129) محققان معتقدند که رابطه با تعهد بالا، انعطاف‌‌پذيري بيشتري دارد و به احساس امنيت رواني زوجين، کمک مي‌کند.[[130]](#footnote-130) با توجه به ويژگي‌‌هاي فضاي مجازي همچون گمنامي[[131]](#footnote-131)، عدم محدوديت مکاني، تعاملي بودن، آزادي و در دسترس بودن[[132]](#footnote-132)، نقش تعهد به عنوان يکي از مؤلفه‌‌هاي بازدارنده‌‌ مهم روان‌شناختي و اخلاقي، پر‌‌رنگ‌‌تر مي‌‌شود. مؤلفه‌‌هايي که به تقويت تعهد در زندگي زناشويي کمک مي‌‌کنند عبارتند از:

**کيفيت روابط زناشويي**

رضايتمندي زناشويي مي‌‌تواند ميزان رضايت از زندگي و سطح تعهد زناشويي را افزايش بدهد.[[133]](#footnote-133) بنابراين لازم است زوجين تلاش کنند تا مشکلات‌‌شان را در رابطه جنسي شناسايي و برطرف كنند.

**تقويت باورها و اعتقادات دروني**

بسياري از فلاسفه و جامعه‌شناسان غيرمسلمان نيز با اشاره به ارتباط ميان مذهب و اخلاق و فناوري بر نقش مؤثر دين در كنترل و نظارت بر فناوري تأكيد مي‌‌كنند. همانند «كارل ميچم»، او در مقاله مذهب و فناوري در مورد اين ارتباط چنين بيان مي‌‌كند: از آنجا كه فناوري خودش مي‌تواند سبب روشي از زندگي شود، مي‌‌تواند موضوعي براي ارزيابي‌‌هاي دين و معنويت باشد.[[134]](#footnote-134) پژوهش‌‌هاي بسياري نشان مي‌‌دهند که معنويت، عقايد و باورهاي مذهبي با سطح تعهد اخلاقي و خويشتن‌‌داري جنسي زوجين، رابطه مستقيمي دارد.[[135]](#footnote-135)و[[136]](#footnote-136) بنابراين با تقويت ابزارهاي کنترل دروني (مانند حيا[[137]](#footnote-137)، غيرت، عفت و...) و احساس حضور ناظر بيروني و تقيدات مذهبي، ميزان پايبندي فرد به تعهدات زناشويي افزايش پيدا مي‌‌کند و احتمال خيانت‌‌هاي عاطفي، رواني و جنسي کاهش مي‌يابد.

**آشنايي با علائم خطر در روابط مجازي**

افراد زيادي هستند که اعتراف مي‌‌کنند اصلاً نمي‌‌خواستند وارد رابطه فرازناشويي شوند و اصلاً نمي‌‌دانند چه شد که از رابطه کاري ساده‌اي به سمت خيانت رفتند! در اينجا نکته‌‌ بسيار مهم اين است که افراد نمي‌‌دانند شکل‌‌گيري صميميت در فضاي مجازي قبل از ايجاد شناخت اتفاق مي‌‌افتد و فضاي مجازي به خاطر ويژگي‌‌هايش، نقش مهمي در تسريع رابطه صميمانه بازي مي‌‌کند. هنگامي که کاربران توانايي رمزگذاري و رمزگشايي نشانه‌‌هاي کلامي و غيرکلامي را در قالب متن داشته باشند، مي‌‌توانند از طريق ابراز بخش‌‌هاي دوست‌‌داشتني از خود، آغازگر روابط صميمانه باشند.[[138]](#footnote-138) مثلاً ممکن است شروع گفت‌وگوي مجازي آقا با يکي از همکاران خانم، فقط براي دردودل و گله و شکايت از بعضي اتفا‌‌ق‌‌ها باشد، اما به‌مرور زمان و در صورتي که فرد به نشانه‌‌هاي کلامي و غيرکلامي آشنا نباشد، ممکن است رابطه به طور ناخودآگاه به سمت خيانت کشيده ‌‌شود؛ براي مثال خودافشايي، ابزاري است که به وسيله‌‌ آن، حرکت از لايه‌هاي بيروني به سمت لايه‌‌هاي دروني صورت مي‌‌گيرد. به اين ترتيب که در لايه‌‌هاي بيروني روابط و در تماس‌‌هاي اوليه، تنها ويژگي‌‌هاي پيراموني شخصيت هر فرد براي ديگران قابل دسترس است. سپس با تبادل اطلاعات بيشتر بين تعامل‌‌گران روابط دوستانه مي‌‌شود. پس از آنکه پيام‌‌ها به تبادلات احساسي تبديل شدند، تعامل‌‌گران به ويژگي‌‌هاي مرکزي شخصيت يکديگر پي برده و به سمت لايه‌‌هاي دروني حرکت مي‌‌کنند تا اينکه نهايتا به صميميت مي‌‌رسند.[[139]](#footnote-139) بنابراين بروز رفتارهاي دلسوزانه و حمايتي، درد‌‌و‌‌دل کردن، مشورت و ارايه توصيه، گوش دادن، ابراز همدردي و ساير نشانه‌‌هاي کلامي و غيرکلامي، مي‌‌تواند فضاي صميمانه را در محيط مجازي ايجاد کند.

**آشنايي با مصاديق عدم تعهد در فضاي مجازي**

بسياري از افراد، رفتارهاي خود را در فضاي مجازي منافي تعهد نمي‌‌دانند، زيرا از يک‌سو ويژگي‌هاي فضاي مجازي و از سوي ديگر مصايق عدم تعهد را را به‌درستي نمي‌‌شناسند، بنابراين بدون توجه به نوع عملکرد خود، روابط کلامي و عاطفي‌‌شان را گسترش مي‌‌دهند. بي‌‌وفايي‌‌، شکستن يک پيمان با يک فرد واقعي است چه منشأ آن محرک جنسي دنياي واقعي باشد يا دنياي مجازي. بنابراين بي‌وفايي اينترنتي زماني رخ مي‌‌دهد که قوانين رابطه به واسطه رفتار نامناسب هيجاني يا جنسي با دست‌کم يک فرد که همسر شخص نيست، شکسته مي‌‌شود.[[140]](#footnote-140) بي‌وفايي هيجاني مي‌‌تواند درست به اندازه بي‌‌وفايي جنسي به عنوان شکلي از خيانت ناراحت‌‌کننده باشد. بي‌‌وفايي هيجاني عمدتاً به عنوان عاشق شخص ديگري شدن تلقي مي‌‌شود. همچنين مي‌‌تواند به عنوان صميميت هيجاني نامناسب با فرد ديگر نيز تصور شود، مانند در ميان گذاشتن اسرار شخصي.[[141]](#footnote-141) بنابراين اگر مردي بداند خودافشايي و در ميان گذاشتن اسرار شخصي با خانمي (در قالب همکار يا دوست اجتماعي) از مصاديق بي‌‌وفايي است يا قبح ارسال برچسب‌‌هاي احساسي (بوسيدن، در آغوش گرفتن) براي يک مخاطب خانم در فضاي مجازي، معادل با همين رفتار در دنياي واقعي است، شايد در 50درصد موارد از تکرار اين رفتار خودداري کند. بنابراين افراد بايد تلاش کنند تا با مصاديق عدم تعهد آشنا شوند، قوانين اخلاقي و حدود دنياي واقعي را به محيط مجازي تعميم بدهند و براي افزايش همخواني رفتارشان در هر دو محيط تلاش کنند.

**تقويت هيجان و نشاط در زندگي مشترک**

يکي از مسائل نگران‌‌کننده در حوزه طلاق عاطفي و خيانت، ترغيب زوجين به سوي فضاي مجازي براي دوري از يکنواختي و تکراري شدن رابطه است. پس از سال‌‌هاي اول زندگي مشترک و مخصوصاً با اضافه شدن فرزندان به خانواده، زوجين احساس مي‌‌کنند ميزان عشق، نشاط و هيجان قبل را ندارند، بنابراين به دنبال تأمين اين نياز، به سوي فضاي مجازي ترغيب مي‌‌شوند. همچنين ميزان افسردگي زوجين مي‌‌تواند پيش‌‌بيني‌‌کننده خيانت باشد. به عبارت ديگر، هيچ‌کدام از زوجين در ابتدا با قصد روابط فرازناشويي يا طلاق عاطفي وارد فضاي مجازي نمي‌‌شوند بلکه تلاش مي‌‌کنند با برقراري رابطه‌‌اي جديد، ابراز هيجان و احساسات در گفت‌وگوهاي آن‌لاين، مشاهده صفحات جالب و حضور در گروه‌‌هاي مختلف، به عنوان روشي در دسترس و بدون محدوديت، کمبودهاي عاطفي[[142]](#footnote-142)، جنسي و جاي خالي لذت و هيجان را در زندگي مشترک‌‌شان پر کنند. راهکارهاي پيشنهادي که مي‌‌تواند نشاط و هيجان را به فضاي رابطه تزريق کند، بسيار گوناگون است و نياز به خلاقيت دارد؛ براي مثال مي‌‌توان به موارد زير اشاره کرد:

**اختصاص دادن زمان مشخصي براي خود**

لازم است زوجين براي خودشان، زمان‌‌هاي دونفره اختصاصي در طول هفته تعيين كنند؛ مثلاً هفته‌‌اي دو ساعت، قرار عاشقانه، گفت‌وگو درباره خود، پياده‌‌روي دونفره يا تفريح مشخص لذت‌‌بخشي بدون حضور بچه‌‌ها مي‌‌تواند به تحکيم رابطه دونفره کمک كند. همچنين همراه شدن با بچه‌‌ها براي رفتن به پارک، جزو اين زمان‌‌هاي اختصاصي محسوب نمي‌‌شود!

**خلاقيت در رابطه جنسي**

دريافت آموزش‌‌هاي معتبر براي ارتقاي سطح روابط زناشويي به همراه خلاقيت در ايجاد رابطه.

**غافلگير کردن**

برگزاري جشن‌‌هاي کوچک براي موفقيت‌‌ها، جشن تولد غافلگير‌‌کننده، هديه گرفتن بي‌‌مناسبت، پنهان کردن شعر و يا متن عاشقانه در وسايل همسر و...

**برنامه‌‌ريزي براي فعاليت‌‌هاي مشترک لذت‌‌بخش**

برنامه‌‌‌‌ريزي براي سفرهاي کوتاه و متفاوت، طبيعت‌‌گردي آخر هفته‌‌، بازديد از نمايشگاه‌‌هاي هنري، شعر خواندن براي هم، قرار روزانه براي انجام کار جالبي در طول روز (يادگيري مطلب جديد، درست کردن غذاي جديد و...)، انجام بازي‌هاي جذاب خانوادگي، انجام سرگرمي‌‌هاي هنري به کمک هم و رفتن به دورهمي‌‌هاي ساده.

**افزايش تعاملات اجتماعي**

در بسياري از مواقع، احساس تنهايي و کسالت، زوجين را به سوي تعاملات مجازي سوق مي‌‌دهد، بنابراين زوجين مي‌‌توانند از طريق حضور در روابط اجتماعي سازنده، گروه‌‌ها و نهادهاي کوچک اجتماعي، نياز به ارتباط و تعامل‌‌شان را بهتر مديريت کنند.

**قانون‌‌گذاري براي استفاده از فضاي مجازي**

براي پيشگيري از آسيب‌‌هاي فضاي مجازي به رابطه زوجين و مديريت زمان، لازم است قوانين مشخصي که مورد توافق زوجين است، درباره زمان و نوع استفاده از آن مشخص شود. در تعيين اين قوانين بايد نکات زير مورد توجه قرار گيرد:

مطابق با زمان استراحت شخصي‌‌ خود يا در اوقات مشخصي از روز و طبق توافق قبلي، در فضاي مجازي فعاليت كنند.

زمان آغاز و پايان فعاليت مشخص باشد و بعد از آن اينترنت خاموش شود.

تعيين قوانين با مشورت يکديگر انجام و ملاحظات طرف مقابل رعايت شود. توافق دو طرف براي نهايي شدن قوانين، ضروري است.

زما‌‌ن‌‌هاي مشخصي براي گفت‌وگو و تعامل با هم در نظر گرفته شود، به صورتي که در آن زمان، استفاده از موبايل و اينترنت ممنوع باشد.

**پيشگيري از آسيب‌‌هاي مواجهه با شبهات اعتقادي**

جنگ نرم به معناي تلاش براي تغيير عقايد و باورهاي مذهبي، سياسي و حتي سبک زندگي افراد بدون حمله‌‌ نظامي، حقيقت دنياي امروز است که در اين ميان فضاي مجازي به عنوان يکي از سريع‌‌ترين و فراگيرترين ابزار براي رسيدن به اين هدف به کار گرفته شده ‌‌است. در حقيقت ما نمي‌‌توانيم راه ورود اين شبهات را به ذهن افراد ببنديم، همان‌گونه که نمي‌‌توانيم انتظار داشته ‌‌باشيم محيط، عاري از ميکروب‌‌ها باشد، اما مي‌‌توانيم براي جلوگيري از بيماري، افراد را واکسينه كنيم. بنابراين به نظر مي‌‌رسد مهم‌‌ترين راه دفاعي در رويارويي با هجوم شبهات گوناگون با هر نوع محتوايي، اعم از محتواي ديني، اعتقادي و حتي سياسي، تجهيز سپاه قدرتمند دروني و ترغيب افراد براي به کار گرفتن نيروي تعقل و تفکر است.

**تقويت روحيه‌‌ پرسشگري**

قوي‌‌ترين ابزار براي غربالگري و سنجش صحت اطلاعات ورودي، تفکر و تعقل است و چيزي که مي‌‌تواند فرايند تفکر را فعال کند، پرسيدن سؤال است. به فرموده‌‌ امام حسن‌مجتبي(عليه‌السلام)، پرسيدن سؤال خوب و بجا، نيمي از علم را در دل خود دارد[[143]](#footnote-143) و اين يعني مقدمات آغاز فرايند تفکر و رسيدن به جواب، در پرسيدن است. در مواجهه با پديده‌‌ شبهه، حتي ارايه‌‌ سريع پاسخ‌‌‌‌هاي کامل و درست نمي‌‌تواند آثار آن را از سيستم اعتقادي و باروهاي فرد برطرف کند چرا که سيستم ارزشي و اعتقادي فرد براي پذيرش جواب فعال نشده و بنابراين جواب دريافتي را از آن خود نمي‌‌داند، به صورتي که با ورود شبهه‌‌اي جديد، جواب قبلي مثل عضوي پيوندي، پس زده مي‌‌شود و باز هم فرد، احساس گيج‌‌شدگي و درهم‌‌ريختگي سيستم باورهاي بنيادين را تجربه مي‌كند. بنابراين به جاي ارايه‌‌ پاسخ، بايد کمک کرد تا فرد نسبت به جست‌وجوي جواب‌‌، تشنه شود و در نهايت با ايجاد شبکه‌‌اي مناسب از سؤال‌هاي اساسي، فرايند سنجش و جست‌وجوگري درون فرد شکل بگيرد. به عبارت ديگر مي‌‌توان گفت اگر کاربران ياد بگيرند که جلوي هر نوع فکر و گزاره‌‌اي، علامت سؤال بگذارند، اولين فيلتر دروني را در برابر آسيب‌‌هاي جدي به سيستم باورهايشان فعال کرده‌‌اند. سؤال‌هايي مانند:

اين شبهه از چه منبعي بيان شده‌‌ است؟

چگونه مي‌‌توان اين شبهه را به گزاره‌اي منطقي تبديل کرد؟

شواهد و استنادها در پذيرش و رد اين گزاره چيست؟

چه استدلال‌‌هايي براي پذيرش و رد اين گزاره وجود دارد؟

احساس دروني من در روبه‌رو شدن با اين گزاره موافق است يا مخالف؟

منابع مهم و ارزشمند (علما، متخصصان) چه شواهد و دلايلي براي رد يا پذيرش اين گزاره دارند؟

چه قضاوت‌‌ها و پيش‌‌فرض‌‌هايي در اين گزاره وجود دارد؟

**پيشگيري از آسيب‌‌ها ي هرزه‌‌نگاري (پورنوگرافي)**

**آگاهي از ساختارهاي مغزي درگير در مشاهده پورن و شناخت پيامدها[[144]](#footnote-144)**

شناخت آسيب‌‌ها و پيامدهاي ناشي از مشاهده‌‌ پورن مي‌‌تواند به روند پيشگيري و ترک آن کمک کند. در بحث آسيب‌‌هاي درگير شدن در فضاي هرزه‌‌نگاري‌‌هاي مجازي، تنها ديدگاه‌‌ها و بايد ‌‌و ‌‌نبايدهاي اخلاقي مطرح نيستند و سال‌‌هاست که آثار منفي اين پديده بر مغز و ساختارهاي مغزي از سوي متخصصان و دانشمندان علوم مغز و روان‌شناسي به صورت جدي مطالعه شده است. بعضي از عوارض پورنوگرافي که در پژوهش‌‌هاي اخير مشخص شده‌‌اند، شامل موارد زير است:

**ناکامي در رابطه واقعي**

هر چيز تازه، جديد و هيجان‌انگيزي، دوپامين را افزايش مي‌‌دهد. در واقع دوپامين، مسئول ايجاد احساس سرخوشي و لذت در مغز است. رفتاري مثل خوردن غذاي خوشمزه، انجام رفتار جنسي و حتي فکر کردن به کاري هيجان‌‌انگيز، دوپامين را در مغز افزايش مي‌‌دهد و احساس لذت ايجاد مي‌‌کند. تحريکات و ارضاي جنسي، بزرگ‌ترين منبع طبيعي ايجاد دوپامين در مدار پاداش مغز هستند. پورن از آن جهت براي مغز جذاب است که در آن تازگي و هيجان به‌وفور يافت مي‌‌شود.

اين تازگي مي‌‌تواند در قالب فردي جديد، صحنه‌‌‌اي غيرمنتظره و حرکت جنسي جديدي باشد. در اين صورت فرد مي‌‌تواند در مدت کوتاهي و بسيار راحت، تعداد بسيار زيادي شريک جنسي جديد را تجربه کند و سطح دوپامين را به بالاترين حد خود برساند. علاوه بر اين محرک‌‌هاي پورن، غيرواقعي و اغراق‌‌شده هستند و دوپامين بيشتري توليد مي‌‌کنند، بنابراين چون مغز نمي‌‌تواند محرک واقعي را از غيرواقعي تشخيص بدهد، آنها را باارزش‌‌تر مي‌‌داند و فرد در رابطه واقعي نمي‌‌تواند آن سطح از لذت را تجربه کند و دچار ناکامي خواهد شد.

**کاهش حساسيت به دوپامين**

يکي از عوارض جدي پورن، تحريک بيش از اندازه و غيرواقعي مغز است. اين حالت در ابتدا لذت‌‌بخش است و با عمل خودارضايي، احساس کاهش تنش جنسي را به دنبال دارد، اما به‌مرور زمان مغز احساس خطر مي‌‌کند، چون براي اين حجم از تحريک، طراحي نشده و هدف از تحريک، بقاي نسل بوده است! بنابراين مغز به‌مرور زمان و براي محافظت از خود در برابر تحريکات بيست‌وچهارساعته، حساسيت به ماده دوپامين را کاهش مي‌‌دهد، به صورتي که فرد با ديدن تصاوير قبلي ارضا نمي‌‌شود و لذت کمتري تجربه خواهد کرد. بنابراين نياز به دوز بالاتري از پورن دارد و همين موضوع فرد را به جست‌وجوي تحريک بيشتر وادار مي‌‌کند.

اين وضعيت احتمال تشديد فعاليت پورنوگرافي را بيشتر خواهد ‌‌کرد، به صورتي که فرد را به سوي اعتياد به پورن مي‌کشاند.

**شرطي شدن**

در اين شرايط، مغز به عمل جنسي با محتواي پورن شرطي مي‌‌شود؛ يعني فقط وقتي به بالاترين سطح تحريک و ارضا مي‌‌رسد که با محتواي پورن درگير باشد، بنابراين فرد در شرايط واقعي و با همسرش نمي‌‌تواند رابطه موفقي داشته ‌‌باشد. چون محرک واقعي توان رقابت با محرک پورن را ندارد و مغز به اين شرايط شرطي شده ‌‌است.

**بي‌حسي مغز نسبت به لذت‌‌هاي طبيعي**

تجربه سطح بالاي دوپامين، مغز را نسبت به لذت‌‌هاي طبيعي روزمره بي‌‌تفاوت مي‌‌کند. چون اين فعاليت‌‌ها سطح دوپامين را به اندازه پورن بالا نمي‌‌برد، بنابراين فرد به‌مرور زمان دچار افسردگي، انزوا، احساس غم و روزمرگي مي‌‌شود.

**افزايش حساسيت مدار پاداش**

مغز نسبت به محرک‌‌هايي که يادآور پورن هستند، حساس مي‌‌شود. علائمي مثل تنهايي، ديدن موبايل، آدرس يک سايت و حتي شرايط استرسي، تپش قلبش را بالا مي‌‌برد و احساس ولع شديد براي ديدن پورن و انجام خودارضايي ايجاد مي‌‌شود که به‌مرور زمان فرد را به اعتياد به پورن مي‌‌کشاند.

**کاهش قدرت کنترل و بازداري مغز**

نتيجه‌‌ پژوهش بر مغز 64 کاربر پورن، نشان مي‌‌دهد که کاهش ماده خاکستري مغز و مشکلاتي در منطقه قشر پيشاني که مسئول کنترل و بازداري است در اين افراد مشاهده مي‌‌شود. به عبارتي استفاده طولاني‌مدت از پورن باعث ضعف اراده مي‌‌شود، به صورتي که فرد احساس مي‌‌کند بر خودش و اعمالش کنترلي ندارد؛ يعني دقيقاً زماني که بقيه قسمت‌‌هاي مغز که براي اين سطح از تحريک و ارضا طراحي نشده‌‌اند، دستور توقف تحريک را مي‌‌دهند، اما قسمت جلويي مغز که توان بازداري ندارد، نمي‌‌تواند اين رفتار را کنترل کند و قادر به توقف تحريک و ارضا نيست.

**مهارت خودکنترلي**

ناظر بيروني، هيچ‌‌گاه جاي ناظر دروني را نمي‌‌گيرد. از ناظر بيروني، گاهي مي‌‌شود فرار کرد، مي‌‌شود نديده‌اش گرفت و خلاصه جايي رفت که او نباشد، اما ناظر دروني همواره همراه ماست! خداوند متعال يکي از اين ناظران دروني را در وجود همه آدم‌‌ها قرار داده است؛ وجدان يا نفس سرزنشگر! توجه به اين مرتبه نفس به انسان کمک مي‌‌کند كه نسبت به اعمال و رفتارهاي ناخودآگاه و عادتي‌‌اش، بينش پيدا کند. حالات و علائمي که لازم است متوجه آن باشيد شامل حالت تذکر، احساس ترديد، احساس گناه، ميل به توبه و جبران است که از وظايف نفس لوامه است.

مهارت خويشتن‌‌داري يا خودکنترلي، توانايي پيروي از درخواست معقول، تعديل رفتار مطابق با موقعيت، به تأخير انداختن ارضاي خواسته‌‌ها در چارچوب قابل قبول اجتماعي، بدون مداخله و هدايت مستقيم فردي ديگر تعريف شده‌‌ است.[[145]](#footnote-145) با تقويت ناظر دروني و فعال كردن ابزارهاي کنترل خود، مانند ترمز دروني عمل مي‌‌کند. مي‌‌توان اين مهارت را معادل تقوا دانست که کليد سعادت انسان معرفي شده ‌‌است. به کمک اين مهارت، وسوسه‌‌ها، محرک‌‌ها و انگيزه‌‌هاي قانون‌‌شکني در فرد کنترل مي‌‌شود. گاهي لازم است بعضي از خواسته‌ها به تأخير بيفتد و در زمان و جايگاه مناسبي براي تأمين آن تلاش شود. گاهي بايد بعضي خواسته‌ها را مهار کرد و گاهي شايد لازم باشد از دستورهاي معقول و منطقي كه خيلي هم خوشايند نيستند، پيروي کرد. بنابراين خودكنترلي يعني مديريت نيازها و خواسته‌ها. اعمالي مثل گرفتن روزه، حفظ نگاه و زبان از عمل حرام و پاکدامني نسبت به انگيزه‌‌هاي جنسي غيرحلال، نمونه‌‌ تمرين‌‌هاي عملي در اسلام است که به رشد مهارت خويشتن‌‌داري در انسان کمک مي‌‌کند. چند گام مؤثر براي رسيدن به اين مهارت عبارتند از:[[146]](#footnote-146)

**گام اول: خودبازبيني**

بين خودآگاهي و خودکنترلي رابطه مثبتي وجود دارد.[[147]](#footnote-147) بنابراين در قدم اول لازم است فرد موقعيت فعلي‌اش را شناسايي و رفتارش را به‌دقت بازبيني كند و از نقاط ضعف و قوتش آگاه شود. بررسي نقاط ضعف و قسمت‌‌هايي که بيشتر فرد را در معرض خطر قرار مي‌‌دهند، به او کمک مي‌‌کند تا بداند بر کدام رفتارها کنترلي ندارد و چه موقعيت‌‌هايي ممکن است وسوسه‌‌کننده باشد.

**گام دوم: برنامه‌ريزي**

**هدف‌‌گذاري:** تعيين موقعيت مطلوب، نيروي کشش و جاذبه از موقعيت فعلي به سوي هدف را تأمين مي‌‌کند. در اين مرحله فرد بايد سعي كند يك يا دو رفتار مشخص را كه مي‌خواهد تغيير بدهد و كنترل بيشتري روي‌ آنها پيدا كند، به صورت هدفي واضح، جزئي و عملياتي براي خودش بنويسد (مانند تمرين بخش اول براي هدف‌گذاري). در اين گام لازم است سه اصل ضروري مد نظر قرار گيرد:[[148]](#footnote-148)

**1. اصل تدريج:** يعني لازم است زمان کافي براي تغيير عادت يا ايجاد رفتار مناسب به فرد داده شود. انتظار تغيير يک‌روزه، غيرمنطقي و غيرعلمي است.

**2. اصل مداومت:** عادت‌ها و خواسته‌ها آن‌قدر قدرتمند هستند كه اگر زود رها شوند، خيلي زود هم برمي‌گردند. نيروي رفتارهاي عادتي و ناخودآگاه بسيار زياد است و براي ورود به گستره آگاهي، نياز به صرف انرژي فعال، تمرکز آگاهانه بر رفتار و گذشت زمان دارند. (تصور کنيد آگاهانه شدن رفتارهايي مثل نفس کشيدن و پلک زدن چقدر سخت است!)

**3. اصل جايگزيني:** در طول مدتي كه فرد تصميم مي‌‌گيرد يك عادت رفتاري را كنترل كند، بايد سعي كند براي آن جايگزين موقتي پيدا كند تا رفتار قبلي‌اش کم‌‌کم خاموش شود و رفتار جديد، تقويت و جايگزين شود.

**گام سوم: خودارزيابي و محاسبه**

بررسي روند تغييرات، به تغيير و تعديل راهبردهاي اتخاذشده کمک مي‌‌کند و فرد را از ميزان پيشرفتش باخبر مي‌كند. براي ارزيابي، مي‌‌توان زمان‌‌هاي مشخصي را در طول روز، هفته و ماه تعيين کرد؛ مثلاً آخر شب و موقع خواب، زمان خوبي است. داشتن همراه مي‌‌تواند انگيزه حرکت به سوي هدف را تقويت کند. همچنين پيگيري، تشويق و تنبيه، پس از ارزيابي، ضروري است.

**مهارت مديريت تکانه‌‌هاي دروني**

«تکانه» به هر عمل يا رخدادي گفته مي‌‌شود که در پي محرکي برانگيخته مي‌‌شود و زمان نهفتگي کوتاهي دارد و کنترل آگاهانه در آن اندک است يا وجود ندارد.[[149]](#footnote-149) براي مثال تكانه‌‌ گرسنگي، ميل به غذا و تكانه جنسي، ميل به رابطه جنسي را ايجاد مي‌كند. بنابراين تکانه‌‌ها، از درون نشأت مي‌‌گيرند و بسياري از غرايز و نيازهاي اوليه را راه‌‌اندازي مي‌‌کنند. در بيشتر موارد، اين تکانه‌ها به عنوان محرک دروني با رفتاري به عنوان پاسخ ارضا‌کننده، گره مي‌‌خورند و حالت شرطي پيدا مي‌‌کنند. از منظر روان‌شناسي در اين مهارت، موقعيت شرطي‌شده‌‌ بين محرک (تکانه گرسنگي) و پاسخ (غذا خوردن)، به‌مرور زمان شرطي‌‌زدايي مي‌‌شود و احساس تسلط بر نيازها و تکانه‌‌هاي دروني به وجود مي‌‌آيد. پژوهش‌‌ها نشان مي‌‌دهد که مذهب مي‌‌تواند در آرامش هيجاني و مهار تکانه مؤثر باشد.[[150]](#footnote-150) کنترل تکانه يعني توانايي مقاومت در برابر انگيزه‌‌هاي آني (ابرازخشم يا ارضاي لذت فوري) که جهت‌‌گيري آگاهانه در آن اندک است. اين توانايي کمک مي‌‌کند تا براساس شرايط، آنها را به تأخير بيندازيم يا به کلي مهار کنيم.[[151]](#footnote-151) مديريت تکانه‌‌ها با روش‌‌هاي زير امکان‌‌پذير است:

**تأخير**

به معني فاصله انداختن بين احساس نياز و ارضاي آن است. توانايي صبر بر اميال و خواسته‌‌هاي آني، نشانه‌‌ قدرت «بازداري» فرد است که يکي از کارکردهاي اجرايي مغز محسوب مي‌‌شود. اين توانايي به فرد کمک مي‌‌کند از انجام اعمال تکانشي و بدون در نظر گرفتن پيامدها جلوگيري کند. پژوهش‌‌ها نشان مي‌‌دهد کساني که از سنين پايين‌‌تر قدرت بازداري بالاتري دارند، در آينده موفقيت‌‌هاي بيشتري به دست مي‌‌آورند. بسياري از جرايم رانندگي مثل سرعت بالا و اعمال بزهکارانه يا افراد درگير در اعتياد به مواد مخدر، به دليل ضعف در توانايي بازداري است. توان بازداري، حالتي است که فرد برخي از خواسته‌هايش را که با ارزش‌‌ها وهنجارهاي فردي و اجتماعي سازگاري ندارد، براي مدتي به تعويق‌‌ مي‌اندازد يا به‌کلي فراموش مي‌‌کند.[[152]](#footnote-152)

**محروميت**

مثال روشن اين روش، روزه‌‌داري است که نشان مي‌‌دهد حتي غريزي‌‌ترين نياز را مي‌‌توان کنترل و مديريت کرد.

**انحراف توجه[[153]](#footnote-153)**

تغيير آگاهانه‌‌ مسير توجه از يک تکانه‌‌ ناخودآگاه به موضوعي ديگر کمک مي‌‌کند که احساس تسلط بر تکانه افزايش يابد. اين موضوع جديد بايد از بافت تکانه‌‌ قبلي متمايز باشد و بخش‌‌هاي ديگر آگاهي را درگير كند. مشغول شدن به رفتاري ديگر، انحراف فکر، درگير شدن در رابطه کلامي، نمونه‌‌هايي از انحراف توجه از تکانه است؛ براي مثال رابطه شرطي‌شده‌‌ تکانه‌‌ تجربه لذت جنسي و رفتار خودارضايي، با روش انحراف توجه و محروميت، به‌مرور زمان سست شده و تحت کنترل فرد در خواهد آمد.

**مهارت مديريت محرک‌‌هاي بيروني[[154]](#footnote-154)**

کنترل و مديريت تکانه‌‌ها به دليل ناخودآگاه بودن و غريزي بودن، معمولاً سخت است. روش ساده‌‌تر براي پيشگيري از اعتيادهاي رفتاري ناپسند و مضر (مثل اعتياد به پورن) يا ترک چنين عادت‌‌هايي، جلوگيري از تحريک و راه‌‌اندازي تکانه‌‌هاي دروني است. تصور کنيد همين الان از کنار کبابي‌اي عبور مي‌‌کنيد، بوي کباب داغ و نان سنگک تازه همه‌جا را پر کرده ‌‌است! مي‌‌بينيد که به همين راحتي و حتي با فکر کردن به يک تصوير، دهن‌‌تان آب مي‌‌افتد و اشتهايتان تحريک مي‌‌شود. ديدن تصاوير محرک پورن، دقيقاً مکانيزم مشابهي را براي مغز به وجود مي‌‌آورد، به صورتي که مغز با دريافت محرک لذت‌بخش، در جست‌وجوي منبع لذت، بارها و بارها و بدون هيچ محدوديتي به سوي رفتارهاي جنسي متنوع ميل پيدا مي‌‌کند؛ البته به دليل تفاوت زياد محرک‌‌هاي پورن با محرک‌‌هاي واقعي، فرد هيچ‌وقت به ارضاي رواني مورد نظر نمي‌‌رسد و مشکلات جدي‌اي برايش ايجاد مي‌‌شود.[[155]](#footnote-155) بنابراين اين مهارت با جلوگيري از ورود محرک‌‌ها، به فرد کمک مي‌‌کند در معرض تکانه‌‌هاي دروني قرار نگيرد، طوري که بعداً مجبور نباشد جنگ دروني بزرگ‌تري را تحمل کند! چند تكنيك براي كنترل محرك‌ها وجود دارد:

**تغيير و کنترل محيط**

بعضي موقعيت‌ها و محيط‌ها، تحريك‌كننده هستند. ديدن تصاوير پورن، حضور در اتاق‌‌هاي چت‌‌ خصوصي، قفل کردن درب اتاق و ساير موقعيت‌‌هايي که شرايط را براي وسوسه شدن و برانگيخته شدن تکانه‌‌هاي جنسي فراهم مي‌‌کند، رفتارهاي عادتي را به‌سرعت فرا مي‌‌خواند. بنابراين با تغيير موقعيت، تغيير اطرافيان و انحراف توجه از موضوع، مي‌‌توان پيوند محرک‌‌ها و محيط را به‌مرور ضعيف و خاموش کرد.

**شناخت نشانه‌‌هاي تداعي‌‌کننده**

بعضي نشانه‌‌ها، تکانه و سپس رفتار خاصي را تداعي مي‌‌کنند؛ مثلاً ديدن تصاوير تبليغاتي با نشانه‌‌هاي جنسي، يادآوري احساس لذت در خودارضايي و تصور حالت خاصي در رابطه، اينها همه نشانه‌‌هايي هستند که اگر در بدو شروع، متوقف و منحرف نشوند، احساس نياز به لذت جنسي و رفتار دنبال کردن پورن، زنجيره‌‌وار، در پي آنها مي‌‌آيند.

**کنترل ورودي‌‌ها**

چشم و گوش، ورودي‌‌هاي روح و فكر هستند که در بسياري از موارد، آغازگر تصورات و تخيلات جنسي‌اند. بسياري از خواسته‌‌ها و اميال، در اثر حواس ديدن و شنيدن و سپس تصور و تخيل فعال مي‌‌شوند؛ براي مثال ديدن تصاوير جنسي و گفت‌وگوهاي محرک در فضاي خصوصي چت به عنوان يادآورهاي چسبنده، مدام به سطح هوشيار مي‌‌آيند و ميل به تکرار تصورات و رفتارهاي ارضا‌کننده را در آينده بيشتر مي‌‌کند، بنابراين براي ترک موقعيت اعتياد به پورن، يکي از مهم‌‌ترين راه‌‌ها، کنترل ورودي‌هايي همچون چشم، گوش و زبان است.

**مهارت مديريت افکار و نيت‌‌ها**

**احساس حضور ناظر بيروني[[156]](#footnote-156)**

معمولاً ديدن تصاوير و صفحات پورن در موقعيت‌‌هايي اتفاق مي‌‌افتد که فرد مطمئن باشد کسي او را نمي‌بيند. حالا اگر احساس کند دوربيني از صبح تا شب، همه را ضبط مي‌كند و قرار است آخر شب به همه نشان بدهد، باز هم حاضر است آنها را انجام دهد؟ از نظر رواني «احساس ديده شدن»، رفتار انسان را تحت تأثير قرار مي‌‌دهد. امروزه در روش‌شناسي پژوهش‌‌ها روشن شده‌‌ است يكي از مسائلي که اعتبار پژوهش‌‌ها را ضعيف مي‌‌کند «حضور بينندگان» است. اگر افراد احساس کنند که رفتار آنان تحت نظر است و کساني هستند که آنان را مي‌‌بينند، رفتار آنان تأثير مي‌‌پذيرد و سبب تغيير در رفتارشان مي‌شود؛[[157]](#footnote-157) از اين‌رو ممکن است رفتار ديده‌شده‌‌ آزمودني‌‌ها نه‌تنها واقعي نباشد بلکه تصنعي و وانمودي به نظر برسد.[[158]](#footnote-158) بنابراين احساس حضور ناظر بيروني مي‌‌تواند آگاهي را فعال کند و مانع بروز رفتار ناخودآگاه شود.

**نيت کردن[[159]](#footnote-159)**

«غزالي» بر اين عقيده است که حقيقت نيت، اراده و قصدي است که موجب به کار بردن قدرت باشد. توضيح اينکه همه کارهايي که از انسان سر مي‌‌زند، به سه چيز احتياج دارد: دانايي، اراده و قدرت. وقتي که انسان مي‌‌خواهد کاري را شروع کند، اول بايد از آن «آگاه» شود و همين شناسايي است که اراده و قصد انجام دادن کار را در انسان ايجاد مي‌‌کند و اراده، قدرت را به کار مي‌‌اندازد. بنابراين نيت عبارت است از ميل و رغبتي قطعي که نيروي بدن را به کار مي‌‌اندازد.[[160]](#footnote-160) در بياني ديگر، نيت عبارت از حالت و صفتي است براي دل که دو امر، آن را احاطه کرده و آن دو امر، علم و عمل است. علم مقدم بر عمل است، زيرا اصل و شرط است و عمل، تابع علم و ثمره و نتيجه علم است.[[161]](#footnote-161)

از ديدگاه روان‌شناختي، نيت کردن در واقع همان حالت تذکر و هوشياري نسبت به انجام کار است که کمک مي‌‌کند عادت‌‌ها از حالت خودكار بيرون بيايد و فرد نسبت به انجام کار، احساس آگاهي پيدا کند؛ براي مثال اگر از يکي از کاربران پورن بخواهيد که نيت کند تا يک ساعت پورن ببيند، به احتمال زياد اين کار را نخواهد کرد! در واقع، نيت کردن و مرور افکار کمک مي‌‌کند که قصد و هدف فرد به سطح خودآگاه بيايد و رفتار، جهت بگيرد و همين جهت‌‌دهي آگاهانه در بسياري موارد مي‌تواند از بروز رفتار ناپسند جلوگيري کند.

**فصل شش**

**تسخیر یک واقعیت**

**فرصت‌های فضای مجازی**

فرصت‌هاي آموزشي

اينترنت مجموعه پايان‌ناپذيري از پايگاه‌هاي داده است که اطلاعات مختلف و متنوع فردي و جمعي انسان‌ها را در خود جمع‌آوري كرده است و هر روز نيز گسترش مي‌يابد. دلايل زير باعث شده‌اند که اينترنت به عمومي‌ترين شبکه براي حل مسائل اجتماعي و فرهنگي تبديل شود:

1.سهولت گفت‌وگو و تبادل اطلاعات با ديگران

2.سرعت تبادل اطلاعات و ناشناخته ماندن مبادله‌کنندگان در صورت تمايل و کم بودن هزينه‌هاي تبادل اطلاعات

3. امکانات قابل توجهي که اينترنت به عنوان پايگاه مي‌تواند در اختيار افراد جامعه قرار دهد؛ مانند دستيابي به اطلاعات درخصوص هر نوع موضوعي، ارسال و دريافت نامه‌هاي الکترونيکي، عضويت در شبکه‌هاي مجازي و غيره. بر اين اساس مي‌توان گفت که ظرفيت‌هاي مثبت و کاربردهاي مفيدي که جنبه‌هاي گوناگون زندگي انسان را تحت تأثير قرار داده و تسريع، تسهيل و خلاقيت را براي او به ارمغان مي‌آورد، بخشي از توانايي‌هاي معجزه‌آساي اين شبکه جهاني است.

آموزش از طريق فضاي مجازي

سازمان علمي، فرهنگي و تربيتي ملل متحد يونسکو (UNESCO) در سال 2005 درباره مزيت آموزش مجازي چنين بيان مي‌کند: ويژگي برجسته فناوري‌هاي اطلاعات و ارتباطات اين است که با گذر از محدوديت‌هاي زماني و مکاني مي‌تواند آموزش را در همه‌جا و در هر زمان برقرار كند و به مثابه اهرم پرقدرتي دگرگوني در فرايند آموزش و يادگيري را محقق سازد. از نظر بسياري از متخصصان آموزش، فناوري‌هاي نوين اطلاعاتي با فراهم كردن امکان فعاليت و استقلال بيشتر فراگيران با توسل به فرصت‌هاي جديد، همفکري در طرح‌هاي علمي در سراسر مرزها و در ميان فرهنگ‌هاي مختلف، امکان يادگيري از يکديگر و دسترسي به رشته‌هاي گسترده از اطلاعات، زمينه را براي انقلاب آموزشي آماده مي‌کنند.

گسترش فضاي مجازي و دسترسي آسان آن براي همه افراد با حداقل دانش و بدون نياز به آموزش‌هاي تخصصي باعث شد تا اين محيط به ‌عنوان گزينه‌اي قابل توجه براي کاربردهاي آموزشي معرفي شود تا جايي که توانست تصورات قبلي در زمينه نياز به امکانات فيزيکي بسيار را براي فرايند ياددهي و يادگيري تغيير داده و دچار دگرگوني جدي کند.

استفاده از آموزش الکترونيک براي ارتقاي دانش و مهارت‌هاي نيروي انساني با به‌کارگيري برنامه‌هاي به‌روز و مقرون‌به‌صرفه امروزه به کاربردي متداول در دنيا تبديل شده است.در ادامه به فرصت‌‌هاي موجود در اين زمينه مي‌پردازيم.

ارايه قالب‌‌هاي متنوع آموزشي

با همه‌گير شدن استفاده از اينترنت، آموزش‌هاي مجازي نيز شروع به کار کردند. کلمه آموزش مجازي يا Learning Vitrual يا به عبارت ديگر آموزش الکترونيکي Elearning خيلي زود در سايت‌هاي مختلف جا افتاد و افراد زيادي از اين سيستم براي انتقال دانش خود استفاده کردند. رفته‌رفته وبلاگ‌هاي شخصي امکان ساخت فضاي رايگان را در اختيار همه قرار دادند و افراد زيادي با استفاده از اين وبلاگ‌ها دانسته‌هايشان را در اختيار ديگران قرار دادند. در همين زمان آموزش‌هايي با استفاده از نرم‌افزارهاي مجموعه آفيس مانند «ورد» و «پاورپوينت» نيز تدوين شد و در اختيار کاربران روي سايت قرار ‌گرفت. کم‌کم با بهتر شدن سرعت انتقال اطلاعات، صوت و تصوير نيز به آموزش‌ها افزوده شد و سايت‌هاي آموزشي با مکمل‌هايي چون متن و صدا وارد عرصه آموزش مجازي شدند. اين آموزش‌ها نسبت به قبل کامل‌تر و جامع‌تر بودند و به کاربران امکان استفاده از آموزش بصري را مي‌دادند.

ايجاد تعامل و تسهيل ارتباط

آموزش الکترونيکي مانند آموزش حضوري باعث تعامل بين دانشجو و استاد براي درک بهتر مفاهيم مي‌شود با اين تفاوت که در بحث بين دو دانشجو، ديگر اعضاي کلاس مي‌توانند بدون توجه به بحث، به ادامه آموزش بپردازند و ناگزير از شرکت در بحث نمي‌‌شوند. فنون ارتباطات و تدريس در محيط آن‌لاين (Online)، تعامل‌ها را ممکن مي‌كند. محيط‌هايي مانند اتاق‌هاي گفت‌وگو chat Rooms، پست الکترونيک (e-Mail)، تابلوهاي اعلانات (Bulletin Board) و اتاق مباحثه (forum) همگي از جمله امکاناتي هستند که فضاي مجازي براي تسهيل روند آموزش در اختيار همه گذاشته است.

ظهور خلاقيت و افزايش آگاهي

فناوري ديجيتالي و جامعه شبکه‌اي، افراد را به سوي زندگي‌اي سوق داده است که در آن مي‌توانند با اتخاذ نقشي فعال و خلاق، به‌ صورت فردي يا جمعي در ساختن چيزي جديد سهيم باشند، در فرايند هم‌آفريني شرکت کنند و به خوديابي خويشتن کمک کنند. کيفيت آزادي‌بخشي اينترنت، کاربران اينترنتي را دعوت مي‌کند تا به تفکر، تجربه، بازي، فعاليت‌هاي گروهي و ارتباط بپردازند. اينترنت همواره محيطي را خلق کرده است که همگان مي‌توانند با تکيه بر توانايي‌ها و استعدادهاي خود دست به ابداع و خلاقيت بزنند. از ميان رفتن محدوديت مکان، زمان، نبود کنترل و انتقاد، ناشناس ماندن، امکان خيال‌پردازي و تنوع گوناگون محيط‌هاي اينترنتي فرصت مناسبي را براي بروز خلاقيت فراهم مي‌‌کند.

بررسي و شناخت ديدگاه‌هاي گوناگون

به دليل داشتن فضاي بحث، گفت‌وگو، اظهارنظر و انتقاد در آموزش الکترونيکي، آزادانديشي و انتخاب ‏آگاهانه از مزاياي مهم آن است. ‏پيروي کورکورانه و براساس تقليد و تعصب، از کسي پذيرفته نيست. اين مهم تنها در ‏صورتي تحقق پيدا مي‌کند که هر فرد در هر زمينه‌اي بتواند آزادانه ديدگاه‌هاي موافق و ‏مخالف را بشنود و شخصاً درباره آنها تصميم بگيرد. خداوند متعال در قرآن کريم به افرادي ‏که راه زندگي خود را بر اين اساس انتخاب مي‌کنند، مژده‌ هدايت مي‌دهد:‏ «پس بشارت ده آن بندگانم را که سخنان را مي‌شنوند و از بهترين آنها پيروي مي‌کنند. ‏آنان‌اند کساني که خداوند هدايت‌شان کرده است و آنان‌اند صاحبان خرد.» (سوره زمر: 17 و 18)‏ امام علي (عليه‌السلام) نيز مواجه شدن با ديدگاه‌هاي گوناگون را راهي براي تشخيص ‏خطاها دانسته‌اند:‏ «هر کس با نظرات گوناگون روبه‌رو شود، جايگاه‌هاي خطا را مي‌شناسد.‏»

اين آزادانديشي تا جايي است که در تعاليم اسلامي به مسلمانان توصيه شده است حرف ‏حق را حتي از مشرکان و کافران نيز بپذيرند. اين توصيه ارزشمند، به بيان‌هاي گوناگوني در ‏لابه‌لاي متون ديني مطرح شده است. در يکي از اين جملات نوراني، از امام علي (عليه‌السلام) نقل شده است که آن حضرت فرموده‌اند: ‏«حکمت را بگيريد ولو از مشرکان باشد.»[[162]](#footnote-162)

ساير مزيت‌ها

براي همه گروه‌هاي سني و در همه‌جا و همه‌وقت در دسترس است.

يادگيري مشاركتي است. يادگيرندگان، معلمان، متخصصان و حتي صنعت‌گران را گرد هم مي‌آورد. وجود همه گروه‌ها کنار هم مزاياي فراواني دارد.

يادگيري سريع، زنده و پويا و در عين حال كم‌هزينه است.

فرصت‌هاي آموزشي برابر را در اختيار همگان قرار مي‌دهد و مي‌توان مدعي شد که در فضاي مجازي تبعيض کمتري وجود دارد.

مي توان به انتشار اطلاعات عمومي ضروري مانند اطلاعات پزشکي ـ سلامتي و... پرداخت.

ﻛﻤﻚ ﺑﻪ ﺗﻐﻴﻴﺮ و ﺑﻬﺒﻮد اﻟﮕﻮﻫﺎي ﻣﺼﺮف در ﺟﺎﻣﻌﻪ از ﻃﺮﻳﻖ اﻓﺰاﻳﺶ داﻧﺶ‬ ﻣﻠﻲ

اﻳﺠﺎد اﻧﮕﻴﺰه ﺑﺮاي ﻳﺎدﮔﻴﺮي داﻧﺶ‬ جزئي براي روان‌ﺳﺎزي ﭼﺮﺧﻪ داﻧﺶ و ﻓﺮاﻫﻢ ﻛﺮدن زﻣﻴﻨﻪ‌ﻫﺎي ﻣﺸﺎرﻛﺖ اﻗﺸﺎر ﻣﺨﺘﻠﻒ ﺟﺎﻣﻌﻪ در ﺗﻮﻟﻴﺪ داﻧﺶ

اﺑﻬﺎم‬‌زداﻳﻲ از ﻋﻠﻢ و وارد ﻛﺮدن آن در ﻣﺘﻦ زﻧﺪﮔﻲ

با حذف ترددهاي بي‌مورد نه‌تنها از هزينه کل آموزش کاسته مي‌شود بلکه به کاهش ترافيک و آلودگي هوا (که در شهرهاي بزرگ به معضل بزرگي تبديل شده است) کمک مي‌کند.

سهولت و سرعت در به‌روزرساني، ذخيره، بازيابي، توزيع و به اشتراك‌گذاري اطلاعات مبتني بر شبكه

ارزان بودن توليد محتوا و توسعه محيط آموزشي نسبت به آموزش سنتي

امكان استفاده از تجربيات ديگران در زمينه‌هاي آموزشي و حفظ و نگهداري و انتشار مجدد آنها

کساني که به دليل معلوليت و عوامل ديگر قادر به حضور فيزيکي نيستند مي‌توانند به‌راحتي و بدون مشکل از محتواهاي آموزشي استفاده كنند.

تبليغ و آشنا کردن مردم سراسر جهان با فرهنگ و علوم اسلامي (با توجه به اعتقاد ملت و دولت جمهوري اسلامي ايران مبني بر تبليغ دين مبين اسلام)

اﻳﺠﺎد زﻣﻴﻨﻪ‌ﻫﺎي ﻣﻨﺎﺳﺐ ﺑﺮاي خلاقيت‌هاي‬ ﻓﺮﻫﻨﮕﻲ ﻛﻪ ﺿﺎﻣﻦ ﺑﻘﺎي ﻓﺮﻫﻨﮕﻲ ﻛﺸﻮر اﺳﺖ و همچنين ﺣﻔﻆ وﻳﮋﮔﻲ ﻓﺮﻫﻨﮕﻲ ﻣﻠﻲ، ﻣﻨﻄﻘﻪ‌اي و ﻣﺤﻠﻲ ﺑﺮاي ﻣﺤﺎﻓﻈﺖ از‬ اﺻﺎﻟﺖ ﻓﺮﻫﻨﮕﻲ در ﺑﺮاﺑﺮ ﺗﻬﺎﺟﻢ ﻓﺮﻫﻨﮕﻲ و ﻓﺮاﻫﻢ ﻛﺮدن زﻣﻴﻨﻪ‌ﻫﺎي رﺷﺪ ﻓﺮﻫﻨﮕﻲ ﻣﻴﺎن اﻗﺸﺎر‬ مختلف.

فرصت‌هاي خدمات عمومي و سازماني

بيشتر ما در زمان مواجهه با کارهاي اداري چه خود مسئول يا مدير سازمان باشيم و چه به عنوان ارباب‌رجوع به سازماني وارد شده باشيم، درگير نامه‌نگاري‌هاي متعدد، مکاتبات و درخواست‌هاي پيچيده‌اي مي‌شويم. درخواست‌ها و نامه‌هايي که به‌جز اتلاف وقت و صرف هزينه‌هاي بسيار براي ما و سازمان مربوطه نتيجه‌اي ندارند، با اين‌همه فكر مي‌کنيم چاره‌اي جز طي کردن اين مسير نيست. سيستم‌هاي اتوماسيون اداري، با خودکارسازي بخش‌هاي متنوعي از فرايندهاي اداري، راه‌حلي براي برطرف كردن مشکلات مطرح‌شده محسوب مي‌شوند. در ادامه، برخي از تعاريف متعددي را که در زمينه اتوماسيون اداري ارايه شده است مرور مي‌کنيم:

اتوماسيون اداري

بسياري عقيده دارند که سيستم و چارچوبي به نام اتوماسيون اداري وجود ندارد بلکه ترکيبي از وسايل و تجهيزات گوناگون براي تسهيل در امور مرتبط با فعاليت‌هاي اداري را اتوماسيون اداري مي‌نامند.

تعاريف متعددي از سيستم‌هاي اتوماسيون اداري ارايه شده است. برخي از اين تعاريف به شرح زير است:

سيستم اتوماسيون اداري يک سيستم اطلاعاتي مبتني بر رايانه است که وظيفه جمع‌آوري، ذخيره و توزيع مستندات، پيام‌هاي الکترونيک و ساير فرم‌هاي ارتباطات اداري را بين افراد، گروه‌هاي کاري و سازمان‌ها بر عهده دارد. بخش‌هايي از اين سيستم‌ها عموماً شامل نرم‌افزارهاي پردازش کلمه، تصويربرداري مستندات، تقويم و غيره است.

در سايت ويکي‌پدياي فارسي از اتوماسيون اداري با عنوان «خودکارسازي اداري» ياد شده است و به عنوان مجموعه‌اي از روش‌هاي کاري و نرم‌افزار و سخت‌افزار رايانه‌اي تعريف شده است که براي ذخيره و بازيابي و مبادله اسناد و اطلاعات اداري به کار مي‌رود.

امروزه سيستم‌هاي اتوماسيون اداري محدود به نگهداري تصوير نوشته‌هاي دستي نيستند بلکه امکاناتي نظير تبادل اطلاعات، مديريت مستندات اداري، کنترل داده‌هاي عددي، برنامه‌ريزي جلسات و مديريت برنامه‌هاي کاري را نيز پوشش مي‌دهند. به‌ طور کلي آنچه از آن به عنوان سيستم اتوماسيون اداري ياد مي‌شود، شکل تکامل‌يافته سيستم دبيرخانه است که براي جايگزين شدن روش دستي ثبت و شماره‌دهي مکاتبات شامل انواع نامه‌هاي اداري به کار مي‌رفت. امروزه سيستم‌هاي نرم‌افزاري اتوماسيون اداري در ايران با ديد مکانيزه کردن مکاتبات سازماني شامل گردش فرم‌ها، نامه‌ها و به طور کلي مکاتبات اداري داخل و خارج سازمان طراحي شده است که در سازمان‌هايي مانند سازمان‌هاي دولتي و خدماتي، بخش مهمي از کار عمليات سازمان محسوب مي‌شود.

اهميت اطلاعات و سيستم‌هاي اطلاعاتي در سازمان‌ها

از آنجا که اطلاعات مهم و ارزشمند هستند و اساسي براي کل فعاليت‌هاي سازمان محسوب مي‌شوند، بنابراين بايد سيستم‌هايي را برپا کرد تا بتوانند اطلاعات را توليد و آنها را مديريت کنند. هدف نهايي چنين سيستم‌هايي کسب اطمينان از صحت، اعتبار و روايي اطلاعات در دسترس در زمان مورد نياز و به شکل قابل استفاده است. امروزه سيستم‌هاي اطلاعاتي نقشي اساسي در همه زمينه‌هاي فعاليت شرکت ايفا مي‌کنند. توجه به شرکت‌هاي موفق نشان مي‌دهد که همگي آنها به سيستم‌هاي اطلاعاتي براي فعاليت روزانه‌شان مجهزند. چالش حقيقي‌اي که شرکت‌ها با آن روبه‌رو هستند، صرفاً به‌کارگيري سيستم‌هاي اطلاعاتي متکي به رايانه نيست بلکه هدف اساسي استفاده اثربخش سيستم‌هاي اطلاعاتي در مديريت است. سيستم‌هاي اطلاعاتي که منبع ارزشمندي هستند، توانايي مديران و کارکنان را افزايش داده و باعث تحقق اثربخش اهداف سازمان با بهره‌وري بالا مي‌شود.

سرعت، دقت و صحت

مهم‌ترين شرط کاربرد و استفاده از اتوماسيون در بيشتر سازمان‌ها، مربوط به لزوم سرعت و دقت و صحت در کار آنهاست و به خاطر توسعه دامنه عمليات سازمان است که اين امر احتياج به گسترش مجاري ارتباطات با سرعت بيشتر است. اتوماسيون اداري باعث مي‌شود که راه‌هاي ارتباطي کوتاه و ارتباطات لازم به‌آساني در اختيار مديران قرار گيرد. يکي از مواردي که در دين به آن اهميت داده شده و انسان بايد نسبت به آن بخيل باشد، وقت است. چنان‌که امام صادق (عليه‌السلام) در مواجهه با شخصي که از ايشان طلب نصيحت کرده بود، پس از نصيحت او فرمودند:

فَقَدْ نَصَحْتُ لَكَ وَ لَا تُفْسِدْ عَلَيَّ وِرْدِي فَإِنِّي امْرُؤٌ ضَنِينٌ بِنَفْسِي.[[163]](#footnote-163)

به تحقيق که تو را نصيحت کردم. [ديگر برخيز] و اشتغال من به ورد را خراب نکن که من نسبت به [وقت و برنامه] خودم بخيل هستم.

همچنين با وجود سامانه اتوماسيون اداري مراجعان با فساد اداري کمتري مواجه مي‌شوند چرا که سامانه‌اي طراحي شده است که ديگر دروغ نمي‌گويد، تکبر ندارد، تبعيض اجتماعي ايجاد نمي‌کند، به کسي نگاه بد ندارد و غيره .[[164]](#footnote-164)

ساير مزاياي اتوماسيون اداري

انجام همه کارهاي اداري در هر زمان و حتي خارج از محل کار

استفاده بهينه از زمان با عمليات خودکارسازي فرايندهاي اداري

ثبت و نگهداري سوابق در حجم کمتر، ايمني بالا و مراجعه‎ آسان

به حداقل رسيدن توقف، اشتباه، تکرار و بيهوده‌کاري در عمليات ثبت اسناد و مدارک

مديريت متمرکز و ايجاد شفاف‎سازي در مراحل گردش اسناد

مديريت و نظارت دقيق بر عملکرد کارکنان

پيگيري نامه‌ها از طريق تلفن يا اينترنت در راستاي طرح تکريم ارباب‌رجوع

تعامل الکترونيکي با ساير سازمان‎ها

صرفه‌جويي در کاغذ و در نتيجه کمک به جلوگيري از قطع شدن درختان در راستاي حفظ محيط‌زيست.

دولت الکترونيک

هيأت حاكمه‌اي كه براي جنبه‌هاي گوناگون اعمال حاكميت از فناوري اطلاعات استفاده مي‌كند، «دولت الكترونيك» نام دارد. چنين دولتي امكان استفاده آسان از فناوري اطلاعات را براي ارايه خدمات دولتي به‌ صورت شبانه‌روزي به شهروندان فراهم مي‌كند. در واقع دولت الکترونيک دولتي است که در آن ارتباط بين بخش‌هاي مختلف اداره، بين دستگاه‌هاي حاکميتي و دولتي و نيز بين حاکميت و شهروندان از طريق مکانيزاسيون فرايندها بر بستر فناوري اطلاعات و فضاي مجازي صورت مي‌پذيرد. بخشي از مزاياي دولت الکترونيک که در واقع اهداف آن نيز هستند، به اين شرح است:

كاهش تشريفات دست‌و‌پاگير اداري

برخورداري از دولت الكترونيكي باعث كاهش بوروكراسي و کاغذبازي دست‌و‌پاگير مرسوم در سازمان‌هاي دولتي خواهد شد.

اطلاع‌رساني الكترونيكي

يكي از مهم‌ترين انتظارهاي شهروندان هر جامعه‌اي، دريافت به‌موقع اطلاعات مورد نياز است. اين انتظار در دولت الكترونيكي برآورده مي‌شود. چنين دولتي با ابزارها و امكانات به کار گرفته‌شده مي‌تواند اطلاع‌رساني به‌موقع و شفاف درباره عملكرد دولت، برنامه‌ها، رويدادها و ساير امور را انجام دهد.

توسعه مشاركت مردم

تدارك شرايط مشاركت مستقيم همه شهروندان در فرايندهاي تصميم‌گيري و سياست‌گذاري از سوي دولت الكترونيك از جمله اهداف تحقق آن به شمار مي‌رود. به علاوه دستيابي سريع به اطلاعات و بهره‌مندي مناسب از آن و همچنين اطلاع‌رساني صحيح و شفاف و تقويت‌ نقش ملت در تصميم‌گيري باعث افزايش رضايت مردم و اقتدار ملي خواهد شد.

کمک به بخش خصوصي

تا بتواند بخشي از اقدامات دولتي را بر عهده گرفته و سريع‌تر و ارزان‌تر انجام دهد، زيرا بخش خصوصي نيز در فضاي الکترونيک بهتر و شفاف‌تر و با رغبت بيشتر (به دليل صرفه اقتصادي بالاي کالاهاي اطلاعاتي) عمل خواهد کرد.

افزايش بهره‌وري

با ارايه خدمات مؤثر و كارآمد، كارايي بيشتر سازمان‌هاي ادراي و كاهش هزينه‌ها و تلفات زماني باعث افزايش بهره‌وري ملي خواهد شد. اتوماسيون فعاليت‌ها باعث كاهش نيروي انساني و كوچك‌سازي دولت نيز مي‌شود.

کاهش هزينه

دولت‌ها مي‌توانند با عرضه اطلاعات مورد نياز به‌ صورت الكترونيكي در مناقصه‌ها و مزايده‌ها، هزينه‌هايش را كاهش دهند. همچنين با تحقق دولت الكترونيكي، هزينه اطلاع‌رساني و بايگاني كاهش خواهد يافت.

تصميم‌گيري سريع مبتني ‌بر اطلاعات درست

آمارها و اطلاعاتي چون داده‌هاي جمعيتي، اشتغال و بيکاري، آموزش و باسوادان، مهاجرت و امور بهداشتي، بزهکاري و تخلفات و... از بنيه‌هاي اطلاعاتي اساسي دولت‌هاست که در صورت عدم درستي اين اطلاعات، تصميم‌گيري و برنامه‌ريزي غيرقابل تصور است. روشن است که صحت اين داده‌ها تنها به وسيله سيستم‌هاي الکترونيکي تضمين مي‌شود و تحقق دولت الكترونيكي، جمع‌آوري و پردازش اطلاعات را در زمان كوتاه ممكن مي‌كند.

آثار مثبت زيست‌محيطي

با تبديل نسخه كاغذي پرونده‌ها، مدارك، كتب و غيره به نسخه الكترونيكي، مصرف كاغذ كاهش مي‌يابد.

خدمات دولت الكترونيكي

بعضي از خدماتي كه دولت الكترونيك در اختيار شهروندان قرار مي‌دهد، عبارتند از:

خدمات پرداخت برخط، نظير پرداخت ماليات، عوارض و صورت‌حساب آب، برق و گاز

خدمات مشاوره از راه دور

کار برگ‌هاي الكترونيكي

نظرخواهي برخط

خدمات كاريابي الكترونيكي

ارايه داده‌هاي آماري برخط نظير اطلاعات ترافيك

خدمات بازار و اجتماع الكترونيكي

خدمات پليس الكترونيكي

خدمات سياست‌گذاري الكترونيكي

رأي‌گيري الكترونيكي

خدمات ثبت الكترونيكي مانند ثبت شركت، ازدواج، طلاق، تولد و مرگ.

خدمات الکترونيک قضايي.

خدمات قضايي الکترونيکي

طبق قانون اساسي، قوه قضاييه پنج وظيفه رسيدگي و صدور حکم در مورد تظلمات، احياي حقوق عامه و گسترش عدل و آزادي‌هاي مشروع، نظارت بر حسن اجراي قوانين، کشف جرم و مجازات و مجرمان و اقدام مناسب براي پيشگيري از وقوع جرم و اصلاح مجرمانرا بر عهده دارد. در اين بين نقش فناوري اطلاعات و ارتباطات، در تحقق عدالت، افزايش بهره‌وري و توسعه کارايي و اثربخشي قضايي غيرقابل انکار است. مهم‌ترين مزاياي استفاده از خدمات الکترونيک قضايي و عدالت الکترونيکي[[165]](#footnote-165) را به شرح زير مي‌توان معرفي كرد:

تسريع در روند قضايي

يکي از مهم‌ترين مشکلات دستگاه قضايي، طولاني شدن روند دادرسي است. کارشناسان معتقدند با استفاده از نرم‌افزارهاي حقوقي و قضايي مي‌توان سرعت رسيدگي به پرونده‌ها را تا 50درصد بيشتر و دادگاه‌‌ها را به‌ صورت کاملاً الکترونيکي اداره کرد.[[166]](#footnote-166) سامانه خدمات الکترونيک کمک خواهد کرد تا برخي واسطه‌ها در روند رسيدگي به پرونده‌ها حذف شوند و حذف اين واسطه‌ها منجر به تسريع در رسيدگي پرونده‌هاي قضايي و کاهش اطاله دادرسي خواهد شد. به طور کلي فناوري اطلاعات قابليت اين را دارد تا دادگاه‌ها را به‌ صورت کاملاً الکترونيکي تبديل کرده و حتي پذيرش، محاکمه، حکم، پيگيري، تجديدنظر، بانک اطلاعاتي و امضاي قاضي را الکترونيکي تعريف کند.[[167]](#footnote-167) همچنين با راه‌اندازي شبکه قضايي يکپارچه، ضمن دستيابي روزآمد به آمار و گردش کار قضايي در سراسر کشور، ارتباطات الکترونيکي بين محاکم، ضابطان و دستگاه‌هاي تابعه قوه قضاييه و نيز ساير اشخاص حقيقي و حقوقي که در جريان دادرسي، اطلاعات آنها مورد نياز است، ساماندهي و تسريع خواهد شد.

علني‌سازي آراي قضات

يکي از مؤثرترين راه‌هاي ارتقاي کيفيت عملکرد قوه قضاييه و يکي از کارآمدترين روش‌هاي مبارزه با فساد در دستگاه قضايي در همه کشورها، «علني‌سازي» آراي قضات است. علني‌سازي به اين صورت است که با ايجاد سامانه‌اي اينترنتي همه پرونده‌هاي قضايي که رسيدگي شده‌اند به‌ صورت آزاد و رايگان در دسترس افکار عمومي گذاشته ‌مي‌شوند تا شرح حال پرونده و شيوه «استنتاج قاضي» در معرض بررسي و قضاوت عموم قرار گيرد. در واقع در اين مدل، فرض بر اين است که وقتي حکمي مورد راستي‌آزمايي و بررسي موشکافانه ناظران به‌ويژه حقوقدانان، دانشگاهيان، محققان، دانشجويان حقوق و رسانه‌ها قرار ‌مي‌گيرد،‌ احتمال خبط و لغزش قاضي بسيار کمتر مي‌شود. در بسياري از کشورها، اين شيوه علني‌سازي سال‌هاست اجرا مي‌شود؛ براي مثال در کانادا سامانه‌اي با جست‌وجوگر قوي‌اي به نام CanLII وجود دارد که در آن همه احکام از همه شعب دادگاه‌ها به فاصله‌ دو روز پس از صدور رأي در آن ذخيره مي‌شود و مي‌توان براساس نام پرونده يا قاضي پرونده را جست‌و‌جو کرد. در امريکا، انگليس، فرانسه، استراليا و حتي بسياري از کشورهاي آفريقايي نيز اين مدل علني‌سازي براي ارزيابي عمومي صحت‌وسقم احکام پياده مي‌شود. علني کردن آراي دادگاه‌ها همچنين در شاخص‌هاي مرتبط با نظام قضايي مورد تأکيد قرار گرفته و ارزيابي مي‌شود.

نظارت و کنترل بر فرايند دادرسي

استفاده از فناوري‌هاي نوين ارتباطي، نظارت و کنترل بر فرايند دادرسي را تسهيل و سرعت و اطلاع‌رساني به اشخاص مرتبط در پرونده‌ها را افزايش مي‌دهد. اين برنامه و ساماندهي امر ابلاغ اوراق قضايي چه از طريق مکانيزه و چه با استفاده از ظرفيت‌هاي انساني مي‌تواند مؤثر باشد.

دقت و شفافيت

بخش قابل توجهي از دعاوي و اختلافات در مراکز دادگستري مربوط به اموال و اسناد مربوط به آن است و با استفاده از فناوري اطلاعات، اختلافات مردم و مراجعه به دستگاه قضايي کاهش پيدا خواهد کرد، همچنين انجام ثبت الکترونيک اسناد، شفافيت حقوقي و اجتماعي و در نهايت امنيت در بسياري زمينه‌ها را در پي خواهد داشت. بر اين اساس براي هر يک از اموال و املاک کد شناسايي منحصربه‌فردي صادر خواهد شد که قابليت اتصال به سامانه‌هاي ديگري همچون احراز هويت، نقشه کاداستر موقعيت جغرافيايي، سامانه‌هاي شهرداري، نيروي انتظامي، اداره ماليات و... وجود دارد. اين مهم علاوه بر ايجاد شفافيت و اطمينان در انجام معاملات، باعث به‌روز شدن اطلاعات ثبتي و مالکان، تسريع در پاسخگويي، تکميل بانک جامع اطلاعات کشوري، برنامه‌ريزي و مديريت کردن هرچه بهتر دارايي‌ها و در نهايت نظارت بر دارايي مسئولان و اخذ ماليات از اشخاص را فراهم خواهد آورد.

بهبود امور مربوط به مشاوره حقوقي و وکالت

با استفاده از فناوري اطلاعات، امکان ارتباط آسان‌تر و گسترده‌تري با وکلا و مردم به وجود مي‌آيد؛ براي مثال با ايجاد بانک اطلاعاتي از پرونده‌هاي قضايي و ايجاد دسترسي براي وکلا، هر وکيل با ورود به اين سامانه، از تعداد و وضعيت پرونده‌هاي خود مطلع مي‌شود. مي‌تواند لايحه تنظيمي‌اش را ارسال کند و از نتيجه پرونده به‌ صورت سريع مطلع شود. همچنين مي‌توان با جمع‌آوري اطلاعات علمي و تجربي و علاقه‌مندي وکلا و نتايج موفقيت‌آميز يا ناموفق بودن پرونده‌ها هم عملکرد وکلا به‌خوبي پردازش شود و هم مردم نسبت به انتخاب وکيل آزادي عمل و آگاهي بيشتري داشته باشند. در نهايت و شايد مهم‌تر از همه امکان مشاوره حقوقي آن‌لاين و شبانه‌روزي باعث مي‌شود مردم بتوانند به‌ صورت آن‌لاين پرسش‌هايشان را مطرح كنند و از برخي مراجعات مستقيم معاف شوند.

وکيل و قاضي هوشمند

در نهايت ايجاد وکيل هوشمند و قاضي هوشمند به عنوان امري آينده‌نگارانه در چشم‌انداز فضاي مجازي برخي کشورها قرار دارد.

فرصت‌هاي اقتصادي کسب‌وکار در فضاي مجازي

امروزه کاربرد و استفاده از اينترنت در حوزه اقتصادي داراي گسترش و گوناگوني بسياري شده است. استفاده از اينترنت و خدمات آن را مي‌توان رسانه‌اي بسيار مهم براي پيدا کردن مشتري و حفظ و نگهداري آن دانست. از سوي ديگر فضاي مجازي بستر جديدي براي مشتريان جهت آشنايي، مقايسه و خريد کالا را فراهم کرده است. افزايش فروشگاه‌هاي اينترنتي نشان از استقبال کاربران به اين امر است.

ايجاد فرصت‌هاي تجاري جديد براي صنايع و بنگاه‌هاي بازرگاني

يكي از فرصت‌هايي كه فعالان اقتصادي مي‌توانند امكان رشد و پيشرفت را داشته باشند و در فضايي کاملاً رقابتي به تجارت بپردازند، پيوستن به شبكه عظيم اينترنت و فضاي ديجيتال است. ارتباطي نامحدود با متقاضياني كه روزبه‌روز برتعدادشان افزوده مي‌شود و به خاطر تنوع محصولات، سهولت، صرفه‌جويي در وقت و هزينه‌هاي جانبي بيشتر جذب آن مي‌شوند. يكي از مهم‌ترين فوايد تجارت الكترونيك افزايش شعبه‌هاي تجاري، جذب مخاطبان بيشتر و توسعه در بازارهاي فرامنطقه‌اي است.

دسترسي سريع به اطلاعات

امروزه با پيوستن به دهكده جهاني، حجم بالاي تبادل‌ها ميان كشورها و حتي قاره‌ها نيز ممكن شده است. افراد به‌ صورت كدهاي مشخص درآمده‌اند و از دنيايي مجازي حتي چهره‌به‌چهره با شما به تبادل اطلاعات مي‌پردازند. در عصر اطلاعات شما پا به دنيايي مي‌گذاريد كه با نام مجازي شهرت يافته، ولي خود به‌تنهايي دانشگاهي كامل براي همه افراد با گروه‌هاي سني مختلف است.

از بين رفتن حضور واسطه

واسطه‌هاي تجاري نه‌تنها به بهبود و افزايش سطح كيفيت محصولات كمكي نمي‌كنند بلكه باعث افزايش قيمت نيز مي‌شوند. ارتباط مستقيم و بدون واسطه از امکاناتي است که در فضاي مجازي براي صاحبان مشاغل و مشتريان فراهم شده است.

كاهش هزينه‌هاي تبليغات كالا به‌ويژه در سطح بين‌المللي

با ورود به اينترنت يعني اتصال به شبكه‌هاي بزرگ تجاري، ديگر نيازي به تبليغات گسترده وجود ندارد. ورود به بازارهاي فرامنطقه‌اي در جهت بازاريابي جهاني امکاني است که اينترنت با شناسايي صاحبان مشاغل، صنعت‌گران و تجار تسهيل‌گر خروج از فضاي بومي و منطقه‌اي و ورود به دنياي حرفه‌ اي تجارت است.

کسب‌وکار اينترنتي[[168]](#footnote-168)

کسب‌وکار اينترنتي به معني نوعي فعاليت اقتصادي است که همه يا عمده فعاليت شرکت روي اينترنت انجام مي‌شود. بايد توجه داشت که کسب‌وکار الکترونيک يا اينترنتي به مجموعه فعاليت‌هاي مربوط به کسب‌وکار از جمله بازاريابي، مالي، خريدوفروش، ارتباط با مشتريان، خدمات پس از فروش، همكاري با سرمايه‌گذاران و... كه از طريق شبكه اينترنت انجام مي‌گيرد اطلاق مي‌شود، در حالي كه تجارت الکترونيک[[169]](#footnote-169) تنها شامل مسائل مربوط به خريدوفروش از اينترنت است و خود، زيرمجموعه‌اي از [[170]](#footnote-170) Business اE-ست.

مزاياي کسب‌وکار اينترنتي

نبود محدوديت جغرافيايي

اينترنت حوزه فعاليت کسب‌وکار را به 190 كشور دنيا گسترش داده است بدون اينكه هزينه اضافه‌اي را بر کسب‌وکار تحميل كند. در روش‌هاي کلاسيک هرکس براي ارايه خدمات به مشتريان بايد در هر محدوده‌اي جغرافيايي محل كاري داشته باشد، اما اينترنت اين مشکل را برطرف کرده است. دستيابي به بازارهاي جديد مهم‌ترين مزيت کسب‌وکار اينترنتي است.

نبود محدوديت زماني

اينترنت هميشه باز است، بنابراين کسب‌وکار 24 ساعت در هفت‌روز در هفته و 365 روز در سال مي‌تواند فعال باشد. در روش‌هاي سنتي فرد در زمان‌هاي محدود (ساعات اداري و ايام غيرتعطيل) مي‌تواند خدمات و كالاي خود را بفروشد. همچنين اگر به‌ طور بين‌المللي کسي بخواهد فعاليت كند تفاوت ساعت و ايام تعطيل را در نقاط مختلف جهان بايد در نظر بگيرد.

كم هزينه بودن

راه‌اندازي و نگهداري يك کسب‌وکار اينترنتي بسيار كم‌هزينه‌تر از کاسبي‌هاي متداول است. در روش‌هاي سنتي هزينه محل، لوازم اداري، انبار، تجهيزات، کارکنان و غيره وجود دارد، در حالي‌ که در کار مجازي و خودكار شدن فعاليت‌ها اين هزينه‌ها بسيار كاهش مي‌يابد. هزينه‌هاي تبليغات و بازاريابي نيز چنين است.

سرعت قابل ملاحظه

در بسياري از موارد كه فعاليت‌ها به‌ صورت خودكار انجام مي‌شود هرکس مي‌تواند خدمات و كالاي خود را سريع‌تر به دست مشتري برساند و همچنين اطلاع‌رساني با سرعت خيلي بيشتري امكان‌پذير مي‌شود.

كاهش قيمت محصول

کسب‌وکارهاي اينترنتي با خودكارسازي فعاليت‌ها و نيز به دليل حذف واسطه‌ها مي‌توانند قيمت محصولات خود را كاهش دهند. حذف هزينه‌هايي مانند تهيه کاغذ، چاپ، بروشور و کاتالوگ، کاهش هزينه‌هاي معاملاتي و تدارکاتي از ديگر مزاياي اين نوع فعاليت اقتصادي است.

سفارشي‌سازي

بيشتر کسب‌وکارهاي اينترنتي امكان ارايه محصولاتي كاملاً سفارشي و براساس سليقه تک‌تک مشتريان را فراهم مي‌كنند.

به همه اين موارد، کاهش آلودگي محيط‌زيست، ترافيک و ازدحام را که يکي از مهم‌ترين معضلات شهرهاي بزرگ است نيز مي‌توان اضافه کرد که با توسعه فضاي مجازي قابل ‌رفع است.

انواع کسب‌وکارهاي اينترنتي

امروزه کسب‌وکارهاي اينترنتي بسيار متنوع‌اند، اما به ‌طور كلي کسب‌وکار اينترنتي بر ارايه «محصول» يا «خدمت» و فروش آنها متمرکز است؛ مهم‌ترين فعاليت‌هاي بر بستر فضاي مجازي را مي‌توان به 10 گروه عمده زير تقسيم‌بندي كرد:

1- ايجاد اجتماعات آن‌لاين

2- خريد، فروش و حراج كالاهاي مختلف

3- تبليغات اينترنتي

4- ارايه خدمات و مشاوره تخصصي به ديگران

5- ايجاد امپراتوري اطلاعات، اخبار و آموزش

6- تهيه و ارايه نرم‌افزارهاي مختلف

7- چندرسانه‌‌اي يا مالتي‌مديا

8- پيوستن به شبكه‌‌هاي واسطه‌گري

9- خدمات مربوط به اي‌ميل

10- سرمايه‌گذاري مشترك.

خريد الکترونيک

به خريدي که افراد به جاي رفتن به محيط بيرون و خريد از فروشگاه‌هاي سنتي و مدرن، در خانه خود با استفاده از اينترنت انجام مي‌دهند، «خريد الکترونيک» گفته شده و وب‌سايتي که شامل خدمات و کالاهايي براي عرضه به کاربران اينترنتي باشد «فروشگاه مجازي يا اينترنتي» شناخته مي‌شود. در سطح جهاني خريد از اينترنت و فروشگاه‌هاي اينترنتي رو به افزايش است، زيرا اين شيوه خريد بسيار ساده و مقرون‌به‌صرفه است.

با همگاني شدن اينترنت، خريد اينترنتي به ميان آمد و مشهور شد. آمازون(Amazon) اولين فروشگاه الکترونيکي در فضاي مجازي بود که از سوي «جف بزوس» ( jeff Bezos) تأسيس شد. در ابتدا در اين وب‌سايت فقط کتاب به‌ صورت آن‌لاين فروخته مي‌شد. در پي موفقيت Amazon کتابفروشي‌هاي ديگري وجود داشتند كه اقدام به فروش اينترنتي کتاب‌‌هاي خود کردند. سپس پورتال‌هايي همچون Yahoo و Msn شروع به ساخت کانال‌هايي براي فروش اجناسي علاوه بر کتاب براي مردم کردند. در حال حاضر فروشگاه‌هايي همچون eBay و Amazon از معروف‌ترين و معتبرترين فروشگاه‌هاي اينترنتي هستند.

جلوگيري از اتلاف وقت و كاهش ترددهاي بي‌مورد

اكنون افراد با داشتن يك شماره حساب و کد شناسايي سايت مورد نظر مي‌توانند كالاي مورد نظرشان را خريداري كنند و به‌ وسيله پست درب منزل‌شان تحويل بگيرند. اين امر تنها يكي از مزيت‌هاي بي‌شمار استفاده از اينترنت است. هزينه‌هاي رفت‌و‌آمد، اتلاف وقت و انرژي و بسياري از موارد ديگر امروزه از ميان رفته است. يکي از مواضعي که خداوند نسبت به آن نظر خير ندارد بازارگردي‌هاي بي‌مورد است چرا که باعث غفلت انسان از خداوند مي‌شود:

اَلسّوقُ دارُ سَهْوٍ وَ غَفْلَه[[171]](#footnote-171) / بازار سراي بي‌خبري و غفلت است.

خريد در فضاي مجازي باعث حضور کمتر انسان در بازار و به اين ترتيب غفلت کمتر از ياد حق است.

تسهيل در امر خريد

خريد الکترونيکي راحت، سريع و گاهي وقت‌ها ارزان‌تر است. خريداران به جاي بيرون رفتن و ايستادن در صف‌هاي طولاني و صرف وقت و هزينه با ورود به وب‌سايت و صرف وقت اندک، کالا يا خدمات مورد نظر خود را خريداري مي‌کنند. خريد آن‌لاين، خريدها را ساده، امن و سريع کرده است.

ديگر مزاياي خريد اينترنتي

نبود محدوديت جغرافيايي براي خريد

فروش شبانه‌روزي

قابليت پيگيري سريع روند خريد

برنامه‌ريزي خريد صحيح‌تر و راحت‌تر.

فرصت‌هاي فرهنگي

ارتقاي دانش و آگاهي

اينترنت مي‌تواند بسياري از نيازهاي کاربران را برآورده كند. دسته‌اي از اين نيازها، نيازهاي شناختي و آگاهي‌بخشي است. اينترنت يكي از ابزارهايي است كه اطلاعات زيادي را از طريق بانك‌هاي اطلاعاتي در قالب كتابخانه‌هاي ديجيتالي، سايت‌هاي دانشگاهي، وبلاگ‌ها و... در اختيار افراد قرار مي‌دهد كه استفاده بهينه از اين محيط مي‌تواند كمك بسيار زيادي به دانش و آگاهي افراد خانواده داشته باشد؛ براي مثال از مزاياي اينترنت در حوزه خانواده، مي‌توان به دسترسي سريع و آسان به منابع غني اطلاعاتي در زمينه‌هاي مختلف تربيتي و روابط اعضاي خانواده و روش‌هاي همسرداري اشاره کرد که استفاده از اين نوع آموزش‌ها مي‌تواند به بهبود روابط زوجين کمک کند. استفاده از سايت‌هاي مشاوره خانواده، مشاوره کودک و... نيز مي‌تواند راهگشاي حل معضلات خانواده و تبادل آگاهي باشد.[[172]](#footnote-172)

تبليغ و ترويج دين

فناوري اطلاعات به طور عام و اينترنت‌ ‌به شکل خاص، بستر بي‌نظيري فراهم کرده که در آن‌ ‌دين‌پژوهي و معنويت‌طلبي بسيار آسان‌تر، بيشتر و‌ ‌مطلوب‌تر از گذشته شده است. بنا بر گفته «جرج بارنا» ‌از هر شش نفر کاربر اينترنت در جهان،‌ ‌حداقل يک نفر به دنبال اطلاعات معنوي و مذهبي بوده‌ ‌است.‌ ‌در اين زمينه آمارهايي وجود دارد که ميزان‌ ‌دين‌پژوهي در اينترنت را در حد 25 تا 30درصد کل‌ ‌کاوش‌هاي اينترنتي اعلام کرده‌اند و اين نشانگر بازگشت و‌ ‌اقبال نسل جديد جهان به دين و معنويت و همچنين‌ ‌بيانگر ضرورت بهره‌گيري از فناوري اطلاعات و اينترنت در‌ ‌اين زمينه است.[[173]](#footnote-173) فضاي مجازي در حوزه تحقيق، تبليغ و ترويج دين فرصت‌هاي مورد توجهي را در خود دارد که در ادامه به دو مورد از آن اشاره خواهيم کرد:

اطلاع‌رساني و انتشار موضوعات اسلامي

متاسفانه که در‌‌ موضوعات کلام اسلامي و شيعي و مباحث حوزوي سهم منابع اينترنتي نسبت به منابع‌ ‌کتابخانه‌اي کمتر است چرا که درصد متون و منابع‌ ‌اسلامي که به فضاي مجازي اينترنت راه يافته‌اند، در‌ ‌مقايسه با کل منابع اسلامي يا حتي منابع يک کتابخانه‌ ‌معتبر بسيار کمتر است. هرچند در همين‌ ‌موضوعات مي‌توان از بانک‌هاي‌ ‌اطلاعاتي كه قابليت‌هاي پژوهشي و جست‌وجويي بسيار‌ ‌پيشرفته دارند نام برد. نمونه‌اي از اين بانک‌ها‌‌، ‌پايگاه حوزه www.hawzah.net ‌‌است.» نتيجه ‌تحقيق در بخش مجلات اين پايگاه که در حال حاضر‌ ‌بالغ بر 1500 شماره مجله از شصت عنوان نشريه علمي و‌ ‌اسلامي است، نشان مي‌دهد که فقط در زمينه کلام‌ ‌جديد و مطالعات ديني در حدود نهصد مقاله علمي و معتبر از‌ ‌نويسندگان مختلف وجود دارد. از ديگر‌ ‌بانک‌هاي اطلاعاتي مفيد مي‌توان به پايگاه مرکز‌ ‌اطلاعات و مدارک علمي ايران irandoc.ir ‌اشاره کرد که‌ ‌تا به امروز چکيده و ديگر اطلاعات مربوط به 230هزار‌ ‌رکود علمي کشور از قبيل پايان‌نامه‌ها و مقالات فراواني در‌ ‌زمينه‌هاي علمي و ديني را جمع‌آوري کرده و با ارايه قابليت‌ ‌جست‌وجو در معرض استفاده عموم قرار داده است. پايگاه‌ ‌بانک اطلاعات نشريات کشور  
www.magiran.com ‌ نيز که‌ ‌هم‌اکنون امکان جست‌وجوي پيشرفته در عناوين مقالات‌ ‌مندرج در 1090 عنوان نشريه در موضوعات مختلف از‌ ‌جمله علوم اسلامي را فراهم کرده است، از پايگاه‌هاي‌ ‌قابل استفاده در اين خصوص است. با اين‌همه، کمبود در اين حوزه به‌خوبي محسوس است و محققان، پژوهشگران، عالمان و دين‌پژوهان بايد فرصت استفاده از فضاي اينترنت را بيش از پيش جدي بگيرند.[[174]](#footnote-174)

آشنايي با نظرهاي ديگر مکاتب

 ‌از ديگر مواردي که مي‌توان در موضوعات ديني و به‌‌‌خصوص اسلامي از اينترنت اطلاعات بسيار و باارزشي به‌ ‌دست آورد، تحقيق درباره ديدگاه‌ها و آراي متفکران غربي،‌ ‌مستشرقان و دين‌شناسان و اسلام‌شناسان غيرمسلمان‌ در مورد موضوعات اسلامي است؛ براي نمونه در‌ ‌تحقيق درباره ديدگاه‌هاي غيراسلامي در مورد مسائلي‌ ‌چون حجاب، مهدي موعود (عج الله تعالي فرجه الشريف) و مهدويت و مانند اين، بي‌‌‌ترديد اينترنت منبع بي‌بديل و ذي‌قيمتي است. ‌دسته ديگر مباحث دين‌شناسي و به‌ويژه کلام جديد‌ ‌ريشه در آرا و ديدگاه‌هاي متکلمان غيرمسلمان و غير‌‌ايراني دارند، امروزه مکاتب کلامي و متکلمان برجسته‌ ‌گوناگون در مغرب‌زمين ظهور کرده‌اند که ديدگاه‌هاي‌ ‌برخي از آنان نقاط مشترک زيادي با ديدگاه‌هاي اسلامي و شيعي‌ ‌دارد. در چنين‌ ‌موضوعاتي به‌جرأت مي‌توان گفت که منابع اينترنتي،‌ ‌بسيار بيشتر از منابع کتابخانه‌اي موجود در کتابخانه‌هاي‌ ‌ماست. فضاي مجازي موقعيتي است که نگهداري و نقل‌و‌انتقال اطلاعات در آن بسيار ارزان و ساده انجام مي‌شود، از اين جهت براي فضاي تربيتي و اخلاقي جامعه اطلاعاتي، هم تهديد محسوب مي‌شود و هم فرصت و نبايد با نگاه تهديدي آن را ارزيابي كرد و به دوري از آن حکم داد. در اين فضاي چالشي بايد براي تبديل تهديد به فرصت يا براي کاهش تهديدها در مقابل فرصت‌ها فعالانه وارد صحنه توليد و انتقال اطلاعات شد. بايد توجه داشت که در حوزه دعوت ديني هم يک‌سري اصول ثابت داريم و هم يک‌سري اقدامات اقتضايي وجود دارد. اصول ثابت دعوت ديني شامل «ادْعُ إِلى‏ سَبيلِ رَبِّکَ بِالْحِکْمَةِ وَ الْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَ جادِلْهُمْ بِالَّتي‏ هِي أَحْسَنُ... »[[175]](#footnote-175) است که مي‌فرمايد: «مردم را با حکمت و اندرز نيکو به راه پروردگارت بخوان و با بهترين شيوه با آنان مجادله کن، زيرا پروردگار تو به کسانى که از راه او منحرف شده‏اند آگاه‏تر است و هدايت‌يافتگان را بهتر مى‏شناسد.» مراد از حکمت، گفتار صحيح و درست و دليل روشن‌کننده حقيقت است و به قولى منظور از آن، قرآن است. موعظه حسنه، پندهايى است که دشمنان به‌وضوح مى‏دانند که تو آنها را نصيحت مى‏کنى و با اين سخنان به آنها سود مى‏رسانى. «وَ جادِلْهُمْ بِالَّتِي هِي أَحْسَنُ» با روشى که از جهت نرمى و ملايمت و مدارا و حسن معاشرت بهترين طريقه بحث و مناظره است، بدون هرگونه درشتى و ناراحتى، با آنها به مناظره و بحث بپرداز تا زودتر دعوت تو را اجابت کنند.[[176]](#footnote-176) به عبارت ديگر حکمت و استدلال عقلاني، پند و اندرز به ‌وسيله تحريک احساسات و همچنين جدال با پيش‌فرض‌هاي پذيرفته‌شده دو طرف جزو اصول دعوت ديني در برقراري ارتباط گفتاري است. وقتي اين اصول به مرحله اجرا برسد هنرمندان و حتي کارشناسان متدين پيام را با شرايط مخاطبان تطبيق داده و با استفاده از فناوري‌هاي ارتباطي جديد به توليد و انتقال اطلاعات ديني که بستر تبليغ ديني را به وجود مي‌آورد، مي‌‌پردازند.[[177]](#footnote-177)

فرصت‌هاي اجتماعي

اينترنت يکي از مهم‌ترين فناوري‌هاي رسانه‌اي است که به صورت مستقيم و غيرمستقيم بر همه عرصه‌هاي حيات فردي و جمعي انسان تأثير گذاشته و فراتر از تغيير عرصه‌هاي اجتماعي، سياسي و فرهنگي؛ تعاملات اجتماعي، ارتباطات و سبک زندگي را تغيير داده است:

کانوني براي همدردي، تعامل و حمايت خانوادگي و اجتماعي

اينترنت تعاملات و ارتباطات خانوادگي را افزايش بخشيده و فاصله‌ها را کم مي‌کند و زحمت ديدارها و ملاقات‌هايي که سختي‌هاي جامعه‌ مدرن شهري و اجتماعي، کثرت و تعداد آن را امروزه کاهش داده است، از بين مي‌برد. در واقع ارتباطات اينترنتي فرايند اجتماعي شدن را آسان‌تر مي‌كند و اين‌گونه سرمايه اجتماعي فرد را افزايش مي‌بخشد.[[178]](#footnote-178)

محيطي براي تفريح، سرگرمي و فراغت

مصرف اينترنت در سال‌هاي اخير به مجموعه رفتارهاي فراغتي افزوده شده است. به طور کلي رواج فزاينده رسانه‌ها نقش مهمي در ايجاد و القاي شکل‌هاي نوين هويت اجتماعي براساس الگوهاي مصرف و فراغت داشته‌اند.[[179]](#footnote-179)

اينترنت در کنار آسيب‌هاي رايجي که مفصل در اين کتاب درباره‌اش بحث شد، امکان کاملاً غيرمنتظره برقراري ارتباطات بين افراد و شهروندان را فراهم کرده است. امروزه، شهروندان جوامع مختلف با گذشتن از مرزهاي جغرافيايي مي‌توانند عقايد، نظرها و اطلاعات‌شان را با يکديگر به اشتراک بگذارند. در اين بين ظهور شبکه‌هاي اجتماعي تحت وب و شبکه‌هاي اجتماعي موبايلي پايه تأثيرگذاري بيشتري در تغيير مناسبات اجتماعي داشته‌اند.

توسعه مشارکت‌هاي اجتماعي

پيداست که اعضاي اين اجتماعات مجازي با پيوندهايي که با يکديگر دارند، در مجموع به دنبال تحصيل هدفي مشترک در دنياي واقعي هستند که غالباً هدفي سياسي، اجتماعي يا فرهنگي است. در شبکه‌هاي اجتماعي، همواره اعضاي شبکه به‌ صورت مستقيم يا غيرمستقيم به شرکت در فعاليت‌هاي واقعي در زندگي اجتماعي تحريک و تشويق مي‌شوند. تأثيرگذاري قابل توجه شبکه‌هاي اجتماعي بر ميزان و کيفيت مشارکت‌هاي اجتماعي در جوامع مختلف به حدي بوده است که به‌تازگي تعداد قابل توجهي از اين شبکه‌ها با هدف توسعه مشارکت اجتماعي مردم در زمينه‌هاي خاص ايجاد شده‌اند.[[180]](#footnote-180)

شکل‌گيري و تقويت خرد جمعي

يکي از شاخصه‌هاي مهم شبکه‌هاي اجتماعي مجازي، پديدار شدن خرد جمعي است. خرد جمعي به جريان سيال و پوياي قوه تفکر و ذهن کاربران حاضر در چنين محيط‌هايي اطلاق مي‌شود که به مثابه پردازشگر عظيمي، اطلاعات را پردازش و پايش مي‌کند. همانند دنياي ابررايانه‌ها که قدرت پردازشي آنها، از ترکيب چندين پردازشگر منفرد به دست مي‌آيد، نيروي تفکر و ذهن کاربران شبکه اجتماعي به مدد تعاملات اجتماعي اينترنتي و بهره‌گيري از ابزارهاي اينترنتي با يکديگر ترکيب و همراه مي‌شوند و نيرويي عظيم با قدرت پردازشي بالا پديد مي‌آورند. اين مطلب به‌خوبي اين ضرب‌المثل را که: «همه‌چيز را همگان دانند» در ذهن تداعي مي‌‌کند.

رعايت حريم زن و مرد

اسلام ضمن محترم شمردن حقوق انساني، طبيعي و حتي حقوق خاص مربوط به ويژگي‌هاي جنسي، به عناصر اخلاقي، امنيت فکري، روح عفاف، تقوا و مشارکت مرد و زن در ميدان مسابقه معنويات، توجه کامل کرده است. اولويت تفکيک محيط‌هاي زنانه از مردانه در شرايط خاص و توصيه به کاهش اختلاط زن و مرد در اماکن عمومي (در صورتي که امر مهمي ضايع نشود)، از مسائلي است که روح معارف اسلام و سيره عملي پيامبر(صلي الله عليه و آله) آن را تأکيد و تقرير مي‌کند.[[181]](#footnote-181) توجه به کاربردهاي فضاي مجازي براي تحقق اين امر يکي از نکاتي است که در جامعه ما مورد غفلت قرار گرفته است. در حال حاضر با پيشرفت ارتباطات الکترونيکي مانند درگاه‌هاي خريد، بانک‌ها و توسعه اتوماسيون‌هاي اداري کاربران به‌راحتي مي‌توانند از راه دور کارهاي روزانه‌شان اعم از شخصي و شغلي را پيگيري کرده و انجام دهند. با اين نگاه فضاي مجازي مي‌تواند در جهت تقويت و تحکيم بينان خانواده به شرط مراقبت و نظارت به کار گرفته شود.

1. - بیانات در در اوّلین جلسه‌ درس خارج فقه در سال تحصیلى جدید، (16/ 06/ 1395)‏. [↑](#footnote-ref-1)
2. بیانات در دیدار علما و روحانیون كرمان، (11/ 02/ 1384)‏. [↑](#footnote-ref-2)
3. بیانات در دیدار علما و روحانیون استان همدان، (15/ 04/ 1383)‏. [↑](#footnote-ref-3)
4. بیانات در دیدار علما و روحانیون خراسان شمالى، (19/ 07/ 1391). [↑](#footnote-ref-4)
5. بیانات در دیدار اعضاى مجلس خبرگان رهبرى، (27/ 11/ 1379). [↑](#footnote-ref-5)
6. بیانات در دیدار روحانیون و طلاب تشیع و تسنن كردستان، ‏(23/ 02/ 1388). [↑](#footnote-ref-6)
7. بیانات در دیدار استادان و دانشجویان دانشگاه‌های استان سمنان‏، (18/ 08/ 1385). [↑](#footnote-ref-7)
8. بیانات در دیدار رئیس و مدیران سازمان صداوسیما، (11/ 09/ 1383). [↑](#footnote-ref-8)
9. بیانات در دیدار علما و روحانیون استان همدان‏، (15/ 04/ 1383). [↑](#footnote-ref-9)
10. بیانات در دیدار اعضاى مجلس خبرگان رهبرى پس از پایان پانزدهمین اجلاس رسمى دوره چهارم مجلس خبرگان رهبرى‏، (15/ 12/ 1392). [↑](#footnote-ref-10)
11. بیانات در دیدار كارگزاران حج، (20/ 06/ 1392).‏ [↑](#footnote-ref-11)
12. بیانات در دیدار جمعى از استادان دانشگاه‏ها، (02/ 06/ 1390). [↑](#footnote-ref-12)
13. بیانات در دیدار اعضای شورای عالی انقلاب فرهنگی، (19/۰۹/1392). [↑](#footnote-ref-13)
14. بیانات در جمع روحانیون شیعه و اهل سنت كرمانشاه‏، (20/ 07/ 1390). [↑](#footnote-ref-14)
15. بیانات در دیدار اعضاى مجلس خبرگان رهبرى، (27/ 11/ 1379).‏ [↑](#footnote-ref-15)
16. بیانات رهبر معظم انقلاب در دیدار با استادان دانشگاه‌های استان خراسان، در دانشگاه فردوسى مشهد، (25/ 02/ 1386). [↑](#footnote-ref-16)
17. بیانات در دیدار علما و روحانیون كرمان‏، (11/ 02/ 1384). [↑](#footnote-ref-17)
18. دیدار با روحانیون‏، (17/ 08/ 1385). [↑](#footnote-ref-18)
19. بیانات در دیدار جوانان و فرهنگیان در مصلاى رشت‏، (12/ 02/ 1380). [↑](#footnote-ref-19)
20. بیانات در دیدار جوانان استان خراسان شمالى، (23/ 07/ 1391).‏ [↑](#footnote-ref-20)
21. استانداردهای اینترنت چارچوبی را مشخص می‌کنند که به نام «مجموعه پروتکل اینترنت» شناخته می‌شود. این بسته یک مدل معماری است که با لایه‌بندی‌ای که انجام می‌دهد باعث ایجاد این ارتباط می‌شود؛ برای مثال یکی از این لایه‌ها، پروتکل آدرس‌دهی اینترنت (IP) است که این قابلیت را به رایانه‌ها می‌دهد یکدیگر را شناسایی کنند، مکان یکدیگر را بیایند و به آنها اجازه می‌دهد که از طریق شبکه‌های ترانزیت میانی به هم متصل شوند.

    https://fa.wikipedia.org [↑](#footnote-ref-21)
22. tps://fa.wikipedia.org [↑](#footnote-ref-22)
23. https://fa.wikipedia.org [↑](#footnote-ref-23)
24. http://www.mehrnews.com/news/2569012 [↑](#footnote-ref-24)
25. http://www.sbu.ac.ir/Lists/News/DispForm.aspx?ID=17277 [↑](#footnote-ref-25)
26. http://fa.shafaqna.com/news/99663 [↑](#footnote-ref-26)
27. http://www.farsnews.com/printable.php?nn=13901017001280 [↑](#footnote-ref-27)
28. http://www.basij.ir/Article/64388 [↑](#footnote-ref-28)
29. عاملی، مصاحبه با سایت اطلاعات حکمت و معرفت با اندکی تلخیص و تصرف. [↑](#footnote-ref-29)
30. Digital in 2016 [↑](#footnote-ref-30)
31. Internet of Things [↑](#footnote-ref-31)
32. http://www.mehrnews.com/news/2960373 [↑](#footnote-ref-32)
33. اینفوگرافی منتشرشده از سوی سازمان فناوری اطلاعات ایران. [↑](#footnote-ref-33)
34. کهوند، محمد؛ شبکه عنکبوتی؛ معاونت تبلیغ و آموزش‌های کاربردی حوزه‌های علمیه؛ ص 86-79 [↑](#footnote-ref-34)
35. http://www.zoomg.ir/2016/1/3/92481/video-game-genres-review/ [↑](#footnote-ref-35)
36. همان [↑](#footnote-ref-36)
37. شایان ذکر است كه برخی از اصطلاحات ممکن است در نرم‌افزارها و شبکه‌های اجتماعی دیگر با همین معنی یا معنی دیگر وجود داشته باشد. [↑](#footnote-ref-37)
38. در دین اسلام بر ضرورت ارتباط با خانواده و برادران دینی تأکید زیادی شده است و نفس دوست زیاد داشتن ممدوح است؛

    یا بُنَىَّ اتَّخِذ أَلفَ صَدیقٍ وَ أَلفٌ قَلیلٌ وَ لا تَتَّخِذ عَدُوّا واحِدا و َالواحِدُ كَثیرٌ؛ (امالی (صدوق) ص669 - بحارالأنوار ج13، ص414، ح4)

    «فرزندم هزار دوست بگیر كه هزار دوست هم كم است و یك دشمن مگیر كه یك دشمن هم زیاد است.»

    و انزوا و دوری‌گزینی از مردم بدون عذر مذموم دانسته شده است.

    زُرْ فی اللهِ أَهْلَ طاعَتِهِ (غررالحکم، ص 393، ح 47، امیرالمؤمنین علیه‌السلام)

    «در راه خدا اهل اطاعت او را زیارت کن.»

    مّنْ زارَ أَخاهُ فِی اللهِ قالَ اللهُ عَزَّ وَ جَلَّ إِیّایَ زُرْتَ وَ ثَوابُكَ عَلَیَّ وَ لَسْتُ أَرْضى لَكَ ثَوابًا دونَ الْجَنَّةِ (کافی ، ج 2، ص 176، ح 4، امام صادق علیه‌السلام)

    «هرکس برادر خود را در راه خدا زیارت کند، خدای عزوجل به او می‌فرماید تنها مرا زیارت کردی و ثواب تو بر من است و برای تو به کمتر از بهشت راضی نیستم.»

    از روایت‌ها برداشت می‌شود کسانی که در یک شهر زندگی می‌کنند روابط خانوادگی و فامیلی آنها باید حضوری باشد:

    التَّواصُلُ بَیْنَ الإخْوانِ فِی الْحَضَرِ التَّزاوُرُ وَ فِی السَّفَرِ التَّكاتُبُ (تحف العقول، ص 358، امام صادق علیه‌السلام)

    «ارتباط بین برادران در حضر ملاقات حضوری است و در سفرنامه نوشتن.»

    بنابراین کسانی که در یک شهر زندگی می‌کنند روابط خانوادگی و فامیلی آنها باید حقیقی باشد و نه صرفاً مجازی، بنابراین روابط انحصاری مجازی برای کسانی است که در یک شهر نیستند. [↑](#footnote-ref-38)
39. http://www.moshavereh.porsemani.ir [↑](#footnote-ref-39)
40. http://www.moshavereh.porsemani.ir [↑](#footnote-ref-40)
41. Nomophobia [↑](#footnote-ref-41)
42. خوراکیان، خبرگزاری دانشجو، کد خبر:۵۱۰۱۰۰ [↑](#footnote-ref-42)
43. كاپلان، 2002؛ یانگ، 1999؛ مسعودنیا، 1390 [↑](#footnote-ref-43)
44. حسینی بهشتیان، 1390 [↑](#footnote-ref-44)
45. به نقل از کیا و نوری مرادآبادی، 1391 [↑](#footnote-ref-45)
46. والنزوئلا و همکاران، 2009 [↑](#footnote-ref-46)
47. از امور بیهوده در شریعت با اصطلاح لغو یاد می‌شود. لغو هر کاری است که فایده‌ای برای دنیا یا آخرت انسان ندارد. (المیزان، ج 15، ص 9) با چندبار قرار گرفتن در معرض لغو و پرداختن به آن کم‌کم فضای ذهنی و علایق انسان و به‌تبع آن فعالیت‌ها و فضای زندگی او به اصطلاح فضایی زرد خواهد شد.

    از نظر قرآن، فرصت كوتاه عمر آن اندازه زیاد نیست كه انسان، خود را به كارهای بیهوده نسبت به هدف و فلسفه آفرینش، مشغول كند. هر کاری كه انسان انجام می‌دهد باید یا اصل هدف و فلسفه آن تحقق یابد یا شرایط و بسترساز مناسبی برای تحقق و رسیدن به هدف باشد، بنابراین اسلام انسان را از هرگونه كارهای بیهوده به‌شدت پرهیز داده است.

    خداوند در آیاتی ازجمله آیات یک تا 3 سوره مؤمنون و 72 سوره فرقان و 55 سوره قصص و مانند آن، اجتناب از هرگونه كار لغو و بیهوده را امری مطلوب و پسندیده برشمرده و از مؤمنان خواسته تا از نزدیكی و عمل به این كارها اعراض کنند چرا كه اعراض از امور لغو و بیهوده به معنای فراهم آوردن زمینه مناسب برای انجام كارهای مفید و سازنده و خدایی شدن و درنتیجه رستگاری و فلاح است. از این‌رو در آیاتی از جمله آیات یك و 3 سوره مؤمنون اعراض از امور لغو را به معنای دستیابی به رستگاری می‌شمارد، زیرا شرایط برای اعمال خوب و پسندیده‌ای چون نماز و روزه و مانند آن فراهم می‌آید.

    اینكه خداوند در آیات یک و 3 و11 سوره مؤمنون، اعراض از لغو را موجب برخورداری از بهشت الهی می‌داند به این معناست كه انسان با اعراض از لغو می‌تواند شرایط را به‌گونه‌ای رقم زند كه بتواند به كارهای اصلی و سودمند بپردازد و درنهایت خدایی شود و قرب الهی و لقاءالله را برای خود رقم بزند.

    قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ، الَّذِینَ هُمْ فِی صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ، وَالَّذِینَ هُمْ عَنِ اللَّغْوِ مُعْرِضُونَ (مؤمنون/ 1-3)

    «مؤمنان رستگار شدند، آنها كه در نمازشان خشوع دارند و آنها كه از لغو و بیهودگی روی‌گردان‌اند.»

    وَالَّذِینَ لَا یَشْهَدُونَ الزُّورَ وَإِذَا مَرُّوا بِاللَّغْوِ مَرُّوا كِرَامًا (فرقان/ 72)

    «آنها كسانی هستند كه شهادت به باطل نمی‏دهند (و در مجالس باطل شركت نمی‏كنند) و هنگامی كه با لغو و بیهودگی برخورد كنند بزرگوارانه از آن می‏گذرند.»

    وَإِذَا سَمِعُوا اللَّغْوَ أَعْرَضُوا عَنْهُ وَقَالُوا لَنَا أَعْمَالُنَا وَلَكُمْ أَعْمَالُكُمْ سَلَامٌ عَلَیْكُمْ لَا نَبْتَغِی الْجَاهِلِینَ (قصص/ 55)

    «و چون لغوى بشنوند از آن روى برمى‌تابند و مى‌گویند كردارهاى ما از آن ما و كردارهاى شما از آن شماست‏ سلام بر شما جویاى [مصاحبت] نادانان نیستیم.» [↑](#footnote-ref-47)
48. http://www.moshavereh.porsemani.ir [↑](#footnote-ref-48)
49. http://www.moshavereh.porsemani.ir [↑](#footnote-ref-49)
50. Marital Relationship [↑](#footnote-ref-50)
51. جانسون، 2008 [↑](#footnote-ref-51)
52. استرن و ویلیامز، 2007 [↑](#footnote-ref-52)
53. Emotional Partner [↑](#footnote-ref-53)
54. مکاندرو و شاه، 2013 [↑](#footnote-ref-54)
55. مارشال، بجانیان، دی کاسترو و لی، 2013 [↑](#footnote-ref-55)
56. آكادمی وكلای ازدواج امریكا، 2011 [↑](#footnote-ref-56)
57. خوراکیان، خبرگزاری فارس، کد خبر: 13950225000013 [↑](#footnote-ref-57)
58. خوراکیان، خبرگزاری دانشجو، کد خبر: ۵۱۰۱۰۰ [↑](#footnote-ref-58)
59. پایگاه خبری تحلیلی خانواده و زنان، کد خبر: ۲۴۸۹۹ [↑](#footnote-ref-59)
60. گروه روان‌شناسی و مشاوره پرسمان

    http://www.moshavereh.porsemani.ir [↑](#footnote-ref-60)
61. مارشال، بجانیان، دی کاسترو، و لی، 2013 [↑](#footnote-ref-61)
62. دهقان و نیکبخش، 1385 [↑](#footnote-ref-62)
63. عاملی؛ همایش بین‌المللی «سبک زندگی و سلامت: فرهنگ و فضای مجازی» برگزارشده در 30/10/94 در دانشکده مطالعات جهان دانشگاه تهران [↑](#footnote-ref-63)
64. Nils Boeckler, 2013 [↑](#footnote-ref-64)
65. - اسلام برای آبروی مؤمن اهمیت فوق‌العاده‌ای قائل است:

    لِلَّهِ عَزَّ وَ جَلَّ فِی بِلَادِهِ خَمْسُ حُرَمٍ: حُرْمَةُ رَسُولِ اللَّهِ وَ حُرْمَةُ آلِ رَسُولِ اللَّهِ وَ حُرْمَةُ كِتَابِ اللَّهِ عَزَّ وَ جَلَّ وَ حُرْمَةُ كَعْبَةِ اللَّهِ وَ حُرْمَةُ الْمُؤْمِنِ (کافی، ج 8، ص 107، ح 82، امام صادق علیه‌السلام)

    «برای خداوند عزوجل در سرزمین‌هایش پنج حرمت وجود دارد: حرمت رسول خدا، حرمت آل رسول خدا، حرمت کتاب خدای عزوجل، حرمت کعبه خدا و حرمت مؤمن.»

    فضای مجازی به دلیل عمومیتی که دارد، به‌راحتی آبروی دیگران را در معرض آسیب قرار می‌دهد. کافی است متن یا تصویری علیه شخصی مثلاً در سایتی گذاشته شود تا با هربار ورود کاربران به آن سایت گناه هتک‌حرمت مؤمن برای شخص نوشته شود، بنابراین خطرهای فضای مجازی از این حیث از فضای حقیقی بیشتر است، زیرا گفتن مطلبی حرام در فضای حقیقی یک‌بار ارتکاب گناه است، اما یک‌بار نوشتن آن در فضای مجازی می‌تواند چندین و چندبار ارتکاب گناه حساب شود و همچنان در حال اضافه شدن به دفعات ارتکاب حتی بعد از مرگ شخص باشد. [↑](#footnote-ref-65)
66. http://www.farsnews.com/newstext.php?nn=13941218000594 [↑](#footnote-ref-66)
67. Cyber Bulling [↑](#footnote-ref-67)
68. https://cyberbullyradar.com/ [↑](#footnote-ref-68)
69. http://alef.ir/380424 [↑](#footnote-ref-69)
70. هشدار بانک مرکزی به شهروندان

    http://www.cbi.ir/showitem/11782.aspx [↑](#footnote-ref-70)
71. - در فضای مجازی انبوهی از اطلاعات درست و غلط به‌هم آمیخته و در معرض دید کاربران قرار می‌گیرد و به این ترتیب احتمال گمراهی آنها افزایش می‌یابد. به‌خصوص که انسان باید بسیار مراقب باشد از چه کسی اطلاعات می‌گیرد و در واقع به سخن چه کسی گوش می‌دهد، زیرا بنا بر روایت اگر انسان به سخن‌گویی گوش دهد، بنده او شده است.

    وَ لا تَقْفُ ما لَیْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَ الْبَصَرَ وَ الْفُؤادَ كُلُّ أُولئِكَ كانَ عَنْهُ مَسْؤُلًا (اسرا/ 36)

    «از آنچه به آن آگاهى ندارى پیروى مكن چرا كه گوش و چشم و دل همه مسئول‌اند.»

    لَّوْ لَا إِذْ سَمِعْتُمُوهُ ظَنَّ الْمُؤْمِنُونَ وَ الْمُؤْمِنَاتُ بِأَنفُسِهِمْ خَیْرًا وَ قَالُواْ هَذَا إِفْكٌ مُّبِینٌ (نور/ 12)

    «چرا هنگامى كه این [تهمت] را شنیدید، مردان و زنان با ایمان نسبت به خود (اهل ایمان) گمان خیر نبردند و نگفتند این دروغى آشكار است.»

    إِفْكٌ دروغی است که در جامعه موجی بیافریند و اذهان را مشوش كند. (مجمع‌البیان، ذیل نور/ 19)

    إِذْ تَلَقَّوْنَهُ بِأَلْسِنَتِكُمْ وَ تَقُولُونَ بِأَفْوَاهِكمُ مَّا لَیْسَ لَكُم بِهِ عِلْمٌ وَ تَحْسَبُونَهُ هَیِّنًا وَ هُوَ عِندَ اللَّهِ عَظِیمٌ (نور/ 15)

    «شایعه را از زبان یكدیگر می‌گرفتید و با دهان خود سخنى می‌گفتید كه به آن یقین نداشتید و آن را كوچك می‎پنداشتید، در حالى كه نزد خدا بزرگ است.»

    وَ لَوْ لَا إِذْ سَمِعْتُمُوهُ قُلْتُم مَّا یَكُونُ لَنَا أَن نَّتَكَلَّمَ بِهِ إِذَا سُبْحَانَكَ هَذَا بُهْتَانٌ عَظِیمٌ (نور/ 16)

    «چرا هنگامى كه آن را شنیدید نگفتید ما حق نداریم كه به این سخن تكلم كنیم. خداوندا منزهى تو این بهتان بزرگى است؟!»

    یا أَیُّهَا الَّذینَ آمَنُوا إِنْ جاءَكُمْ فاسِقٌ بِنَبَإٍ فَتَبَیَّنُوا أَنْ تُصیبُوا قَوْماً بِجَهالَةٍ فَتُصْبِحُوا عَلى ما فَعَلْتُمْ نادِمینَ (حجرات/ 6)

    «اى كسانى كه ایمان آورده‌اید اگر شخص فاسقى خبرى براى شما آورد، درباره آن تحقیق كنید تا مبادا به گروهى از روى نادانى آسیب برسانید و از كرده خود پشیمان شوید.»

    إِنَّ الَّذینَ یُحِبُّونَ أَنْ تَشیعَ الْفاحِشَةُ فِی الَّذینَ آمَنُوا لَهُمْ عَذابٌ أَلیمٌ فِی الدُّنْیا وَ الْآخِرَةِ (نور/ 19) [↑](#footnote-ref-71)
72. قاسمی و همکاران، 1391 [↑](#footnote-ref-72)
73. عاملی، سعیدرضا؛ 1393؛ استعمار مجازی امریکا؛ تهران: امیرکبیر [↑](#footnote-ref-73)
74. http://www.mashreghnews.ir/fa/news/111992 [↑](#footnote-ref-74)
75. https://fa.wikipedia.org [↑](#footnote-ref-75)
76. http://www.ictna.ir/id/057524 [↑](#footnote-ref-76)
77. کهوند، محمد؛ شبکه عنکبوتی؛ معاونت تبلیغ و آموزش‌های کاربردی حوزه‌های علمیه؛ ص 368 [↑](#footnote-ref-77)
78. همان، 371-372 [↑](#footnote-ref-78)
79. Mary Aiken [↑](#footnote-ref-79)
80. .Aiken, M. 2016 [↑](#footnote-ref-80)
81. اینفوگرافیک: ویژگی و آسیب‌های فضای مجازی به نقل از سایت www.dana.ir ، شناسه خبر: 754072. [↑](#footnote-ref-81)
82. Bargh [↑](#footnote-ref-82)
83. Bargh, & et al. 2002 [↑](#footnote-ref-83)
84. Carpenter, 2012 [↑](#footnote-ref-84)
85. .Zhong & et al, 2011 [↑](#footnote-ref-85)
86. Marlatt [↑](#footnote-ref-86)
87. مارلات (1985)؛ به نقل از یانگ و آبرئو، ترجمه وحدت‌نیا ، 1391، ص244 [↑](#footnote-ref-87)
88. یانگ و آبرئو، ترجمه وحدت‌نیا ، 1391، ص 309 [↑](#footnote-ref-88)
89. Young [↑](#footnote-ref-89)
90. یانگ و آبرئو، ترجمه وحدت‌نیا ، 1391، ص 211 [↑](#footnote-ref-90)
91. لوتار جی، سی ورت، ترجمه منصور توکل‌نیا، 1384 [↑](#footnote-ref-91)
92. External Stoper Technique [↑](#footnote-ref-92)
93. یانگ و آبرئو، ترجمه وحدت‌نیا ، 1391، ص 212 [↑](#footnote-ref-93)
94. kandell, 1998 [↑](#footnote-ref-94)
95. Goldberg [↑](#footnote-ref-95)
96. symptom [↑](#footnote-ref-96)
97. گلدبرگ (1996) به نقل از بیدی، کارشکی، 1392، ص 141 [↑](#footnote-ref-97)
98. یانگ و آبرئو، ترجمه وحدت‌نیا، 1391 [↑](#footnote-ref-98)
99. practicing the opposite [↑](#footnote-ref-99)
100. یانگ و آبرئو، ترجمه وحدت‌نیا، 1391، ص 212 [↑](#footnote-ref-100)
101. سلطانی و همکاران، 1389 [↑](#footnote-ref-101)
102. یانگ و آبرئو، ترجمه وحدت‌نیا ، 1391، ص 211 [↑](#footnote-ref-102)
103. حمیدیان، 1387 [↑](#footnote-ref-103)
104. یانگ و آبرئو، ترجمه وحدت‌نیا، 1391، ص 212 [↑](#footnote-ref-104)
105. Grohol [↑](#footnote-ref-105)
106. معیدفر و همکاران، 1386 [↑](#footnote-ref-106)
107. بیدی، کارشکی، 1392، ص 141 [↑](#footnote-ref-107)
108. جان گرول (2002)؛ به نقل از بیدی و کارشکی، 1392، ص 142 [↑](#footnote-ref-108)
109. بیدی، کارشکی، 1392، ص 141 [↑](#footnote-ref-109)
110. یانگ و آبرئو، ترجمه وحدت‌نیا، 1391، ص 221 [↑](#footnote-ref-110)
111. یانگ و آبرئو، ترجمه وحدت‌نیا، 1391، ص 217 [↑](#footnote-ref-111)
112. McDaniel [↑](#footnote-ref-112)
113. 1 Technoference [↑](#footnote-ref-113)
114. McDaniel & Coyne, 2014a [↑](#footnote-ref-114)
115. Chelsey ,2005 [↑](#footnote-ref-115)
116. .چلسی (2005) به نقل از مک دنیل 2015 [↑](#footnote-ref-116)
117. . یانگ و آبرئو، ترجمه وحدت‌نیا، 1391، ص 268 [↑](#footnote-ref-117)
118. .Youn & et al,2000 [↑](#footnote-ref-118)
119. محمودی، 1394 [↑](#footnote-ref-119)
120. یانگ و آبرئو، ترجمه وحدت‌نیا، 1391، ص 268 [↑](#footnote-ref-120)
121. گلاسر (1998)، ترجمه علی صاحبی، 1395 [↑](#footnote-ref-121)
122. Epstein & Baucom, 2002 [↑](#footnote-ref-122)
123. گلاسر (1998)، ترجمه علی صاحبی، 1395 [↑](#footnote-ref-123)
124. یانگ و آبرئو، ترجمه وحدت‌نیا، 1391، ص 217 [↑](#footnote-ref-124)
125. یانگ و آبرئو، ترجمه وحدت‌نیا، 1391، ص 218 [↑](#footnote-ref-125)
126. Lammers & et al, 2011 [↑](#footnote-ref-126)
127. نبوتی و شمسی بالنجانی، 1393 [↑](#footnote-ref-127)
128. یانگ و آبرئو، ترجمه وحدت‌نیا، 1391، ص 268 [↑](#footnote-ref-128)
129. MacCarthey, 1999 [↑](#footnote-ref-129)
130. Dean & Spanier.1974 [↑](#footnote-ref-130)
131. خسروی، 1389 [↑](#footnote-ref-131)
132. اینفوگرافیک: ویژگی و آسیب‌های فضای مجازی به نقل از سایت www.dana.ir ، شناسه خبر: 754072. [↑](#footnote-ref-132)
133. شاه سیاه و همکاران، 1388 [↑](#footnote-ref-133)
134. میچم، 2009؛ به نقل از خدیجه حسن‌بیگ‌زاده، 1391 [↑](#footnote-ref-134)
135. Leak, 1993 [↑](#footnote-ref-135)
136. Rosenau & Tan.2002 [↑](#footnote-ref-136)
137. گلزاری، 1379 [↑](#footnote-ref-137)
138. دهقان و نیک‌بخش، 1385 [↑](#footnote-ref-138)
139. دهقان و نیک‌بخش، 1385 [↑](#footnote-ref-139)
140. یانگ و آبرئو، ترجمه وحدت‌نیا، 1391، ص 258 [↑](#footnote-ref-140)
141. یانگ و آبرئو، ترجمه وحدت‌نیا، 1391، ص 259 [↑](#footnote-ref-141)
142. نبوتی و شمسی بالنجانی، 1393 [↑](#footnote-ref-142)
143. شرح نهج‌البلاغه ابن ابی‌الحدید، جلد 18، ص 108 [↑](#footnote-ref-143)
144. خلاصه مقاله «اثر فیلم‌‌های مستهجن بروی مغز انسان»، اثر «کولیج». [↑](#footnote-ref-144)
145. جان بزرگی، 1387 [↑](#footnote-ref-145)
146. زارع، 1384 [↑](#footnote-ref-146)
147. شرفی،1388، ص 31 [↑](#footnote-ref-147)
148. اخلاقی امیری ، 1389 [↑](#footnote-ref-148)
149. فرهنگ جامع روان‌شناسی و روان‌پزشکی، ج 1، واژه impulse [↑](#footnote-ref-149)
150. Newman, J.S &. Pargament, K. I, 1990 [↑](#footnote-ref-150)
151. قدیری، 1389 [↑](#footnote-ref-151)
152. شجاعی، 1388، ص 44 [↑](#footnote-ref-152)
153. جان بزرگی ،1387 [↑](#footnote-ref-153)
154. لن اس و هرسن ماکیل، 1384 [↑](#footnote-ref-154)
155. اثر فیلم‌‌های مستهجن روی مغز انسان»، «اثر کولیج)» به نقل. [↑](#footnote-ref-155)
156. قدیری، 1389 [↑](#footnote-ref-156)
157. هومن، 1393، ص 246 [↑](#footnote-ref-157)
158. نوری، 1389 [↑](#footnote-ref-158)
159. شعبانی، 1389 [↑](#footnote-ref-159)
160. شعبانی، 1389، ص 45 [↑](#footnote-ref-160)
161. شعبانی، 1389، ص 46 [↑](#footnote-ref-161)
162. http://www.tebyan.net/newindex.aspx?pid=934&articleID=359364 [↑](#footnote-ref-162)
163. مشکاه‌الانوار، ص 328 [↑](#footnote-ref-163)
164. عاملی، مصاحبه با سایت اطلاعات حکمت و معرفت با اندکی تلخیص و تصرف [↑](#footnote-ref-164)
165. E-Justice [↑](#footnote-ref-165)
166. http://www.mehrnews.com/news/1131261 [↑](#footnote-ref-166)
167. http://www.mehrnews.com/news/1131261 [↑](#footnote-ref-167)
168. i-Business [↑](#footnote-ref-168)
169. E-Commerce [↑](#footnote-ref-169)
170. حرف E، مخفف Electronic و حرف I مخفف کلمه Internet است که در اینجا با اتصال به واژه کسب‌و‌کار معنی کسب‌و‌کار الکترونیکی یا کسب‌و‌کار اینترنتی پیدا می‌کند [↑](#footnote-ref-170)
171. کنزالعمال، ج 4، ص 28، ح 9330 [↑](#footnote-ref-171)
172. http://mehrkhane.com/fa/news/10502 [↑](#footnote-ref-172)
173. http://www.bashgah.net/fa/content/show/25340 [↑](#footnote-ref-173)
174. http://www.bashgah.net/fa/content/show/25340 [↑](#footnote-ref-174)
175. نحل/125. [↑](#footnote-ref-175)
176. ترجمه جوامع‌الجامع، ج‏3، ص: 431. [↑](#footnote-ref-176)
177. http://www.bashgah.net/fa/content/show/37503 [↑](#footnote-ref-177)
178. http://mehrkhane.com/fa/news/10502 [↑](#footnote-ref-178)
179. بنت، اندی (1386)، فرهنگ و زندگی روزمره، ترجمه: حسن چاوشیان و لیلا جوافشانی، تهران: نشر اختران [↑](#footnote-ref-179)
180. فصلنامه ره‌آورد نور، شماره 31، ص14 , سلیمانی‌پور، روح‌الله [↑](#footnote-ref-180)
181. پیام زن - اردیبهشت 1388 - شماره 206 - مروری بر موضوع اختلاط زن و مرد در نگاه اسلام [↑](#footnote-ref-181)