

بسم الله الرحمن الرحيم

حقیقت مجازی

درباره فضای مجازی چه بدانیم و چه بگوییم؟

مرکز ملی فضای مجازی

یادداشت

دبیر شورای عالی و رئیس مرکز ملی فضای مجازی

به نام حقیقت همیشه ماندگار
اندیشمندان ارجمند، صاحب‌نظران فرهیخته؛

اکنون که فضای مجازی با گستردگی و ویژگی‌هایی منحصر به فرد 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 سپاسگزار 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

مقدمه

روحانیت شیعه در طول سال‌های زیاد در برابر پدیده‌های اجتماعی و موضوع‌های جدید منفعل و بی‌موضع نبوده است و به مدد مسیر پیرکت و پویای اجتهاد همواره از سرچشمه قرآن و معارف اهل بیت عصمت و طهارات (علیهم‌السلام) پاسخ و نظر دین را در برابر سؤال‌های نوپدید و مسأله‌های تازه تبیین کرده است. طلاب و فضایی جوان نیز در حریم فکری مراجع عظام و - به برکت انقلاب اسلامی - ولی فقیه، در میدان تبلیغ تلاش کرده‌اند که رسالت خود را برای روشنگری و تشریح راه درست و مبتنی بر صلاح بشریت و تمیز دادن آن از مسیر ضلالت و گمراهی جهادگونه و خالصانه به انجام برسانند و در تحقق این مسئولیت خطیر از هرگونه مجاهدت علمی و تبلیغی و تحمل شرایط دشوار و ناروا دریغ نکرده‌اند. «فضای مجازی» از مهم‌ترین مسائل روزگار و به احتمال زیاد نسل‌های آینده ماست. قابلیت‌ها، ویژگی‌ها و مشخصات این موضوع، کم‌نظیر و پراثر است، اما شاید آنچه اهمیت این مقوله را از پدیده‌های مشابه دهه‌های اخیر بسیار بیشتر کرده است، در دسترس بودن و حضور بی‌مرز و دائمی آن کنار کاربران و در همه شئون زندگی فردی و اجتماعی ایشان باشد، به نحوی که مصرف حجم گسترده‌ای از اطلاعات - آن هم بیشتر بدون حق انتخاب - و برقراری ارتباطات در هر لحظه و هر زمان با افراد، گروه‌ها و کانال‌های شناخته شده و بدون هویت، به‌آرامی اندیشه، رفتار، شخصیت و همه جوانب زندگی انسان‌ها را تحت تأثیر قرار داده و سبک زندگی، ارزش‌ها و حتی باورهای جامعه را با تغییرات زیادی روبه‌رو کرده است.

روشن است که این حجم گسترده از تحولات دائمی، فرصت‌ها و تهدیدهای فراوانی نیز با خودش به همراه دارد که مبلغان دینی به‌ویژه در فصول تبلیغی که زمینه ارتباط چهره‌به‌چهره با مخاطبان عمومی برایشان فراهم می‌شود نمی‌توانند از کنار این موضوع تأثیرگذار به‌راحتی عبور کنند و در مواقع وعظ و منبر و خطابه و تبلیغ به آن نپردازند.

رهبر فرزانه انقلاب اسلامی که همواره بر ضرورت توجه به فرصت‌ها و تهدیدهای فضای مجازی به صورت توأمان تصریح فرموده‌اند تأکید داشته‌اند که روحانیون باید باشناخت فضای مجازی و استفاده از فرصت‌های آن، معارف و مفاهیم اسلامی را تبیین کنند:

«ما باید خودمان را مجهز کنیم؛ خیلی از ماها مجهز نیستیم، خیلی از ماها نمیدانیم، نه از جنبه‌های نرم‌افزاری، نه از جنبه‌های سخت‌افزاری. بعضی‌ها با این روشهای جدید اصلاً آشنایی ندارند، با رایانه و مانند آن اصلاً آشنا نیستند، معنایش را نمیدانند، اهمیت این کار را درک نمیکنند. می‌بینیم ما؛ در بین مسئولین هم هستند کسانی که اهمیت این کار بزرگ را بدرستی و آنچنان‌که باید و شاید درک نمیکنند لذا اقدام لازم را انجام نمیدهند. ما شورای عالی فضای مجازی درست کردیم برای همین قضیه؛ برای اینکه مسئولان بیایند دور هم بنشینند، فکر کنند، متمرکز کنند اراده‌ها و تصمیم‌ها و اقدام‌های خودشان را برای مواجهه‌ی با این حادثه‌ی بزرگ. این یک عرصه‌ای است که دارای منافع بی‌شمار و دارای مضرات بی‌شمار است؛ عرصه‌ی فضای مجازی این‌جوری است؛ میتوان از آن حداکثر منافع را آکسب کرد؛ همان کاری که آن دشمن میکند، شما [هم] میتوانید بکنید در جهت عکس؛ [یعنی] مفاهیم اسلامی و معارف اسلامی را پخش کنید بدون هیچ مانع و رادعی.»

مرکز ملی فضای مجازی به منظور زمینه‌سازی برای تحقق این رهنمود مقام معظم رهبری و در زمان کوتاه باقی‌مانده تا مهم‌ترین ایام تبلیغ یعنی ماه محرم که به برکت قیام سالار شهیدان امام حسین (علیه‌السلام)، نهضت تبلیغ دینی در رگ‌های جامعه جریان پیدا می‌کند سعی کرده تا با تهیه بسته فرهنگی تبلیغی سهمی هرچند اندک در انجام این رسالت اجتماعی بر عهده بگیرد. محصولات این بسته عبارتند از:

کتاب همیار مبلغ در موضوع فضای مجازی

در این کتاب که هم‌اکنون در اختیار شماست سعی شده است کلیات مطالبی که مورد نیاز مبلغان گران‌قدر است به اختصار آرایه شود، بنابراین سرآغاز این کتاب خلاصه‌ای از رهنمودهای مقام معظم رهبری است که در حقیقت حدود اصلی بحث مبتنی بر آن شکل می‌گیرد. در فصل دوم کلیات فضای مجازی مانند ویژگی‌ها، ماهیت، گستره و موضوعاتی از این قبیل مطرح شده است. در فصل سوم کلیدواژه‌ها و اصطلاحات ضروری این حوزه برای آشنایی بیشتر مرور شده است.

فصل چهارم به تشریح آسیب‌ها و تهدیدهای فضای مجازی اختصاص پیدا کرده است و فصل پنجم راهکارهای مواجهه با این آسیب‌ها و روش‌های کاهش آنها را ارائه کرده است. در فصل ششم نیز فرصت‌های این پدیده مهم برشمرده شده است. پرواضح است که همه مطالب کتاب مناسب نقل مستقیم نیست، در حقیقت ذوق و دقت مبلغ محترم است که پس مطالعه کامل کتاب نکات مورد نیاز و مناسب با هر مخاطب را برای بیان انتخاب و تنظیم می‌کند.

قابل پاورپوینت

این محصول که خلاصه و برگرفته‌ای از مطالب همین کتاب است برای ارائه در جمع‌های دانشجویی یا جوانان و نوجوانان تهیه شده است تا اگر در روزهای تبلیغ، امکان حضور در این محیط‌ها نیز فراهم شد بتوانید سخنرانی منسجمی با همین موضوع ارائه دهید.

طرح‌های تبلیغات محیطی

بسیاری از دوستان روحانی تبلیغ را به منبر و وعظ محدود نمی‌کنند و با ورود خود به مناطق با اجرای برنامه‌های مختلف و با مشارکت گروه‌های مردمی مانند بسیج یا کانون‌ها در حقیقت جریان تبلیغی و فرهنگی به راه می‌اندازند. این‌گونه روحانیون معمولاً علاوه بر منبر و کلاس و مشاوره و انواع فعالیت‌های گروهی نیازمند تبلیغات محیطی هم می‌شوند. به همین دلیل طرح‌های گرافیکی با موضوع فضای مجازی و با الهام از روایت‌ها و مطالب ارزنده تهیه شده است که می‌توانید با پرینت آنها در اندازه‌های مختلف، نمایشگاه درست‌و‌حسلی و پرمحتوایی برپا کنید. این طرح‌ها قابلیت‌های دیگری مانند برگزاری مسابقه، نصب روی تابلوهای اعلائات محیط‌های آموزشی و اداری را نیز دارند. استفاده از این طرح‌ها نیز به ذوق و سلیقه و ابتکار شما عزیزان بستگی دارد.

محتوای تصویری و چندرسانه‌ای

محتوای کتاب، به‌صورت برنامه‌های تصویری و تلویزیونی کوتاه نیز تولید شده است تا به اقتضا نیاز مخاطبین و جلسات، مورد استفاده قرار گیرد. این برنامه‌های کوتاه تصویری قابلیت نمایش و ارائه در جلسات عمومی را دارد.

کتاب صوتی

این محصول برای موقعیت‌هایی که تمایل دارید از طریق شنیدن با محتوای کتاب آشنا شوید، تهیه شده است. اهم محتوای کتاب به صورت یک فایل صوتی تهیه و در اختیار قرار گرفته است.

نرم‌افزار «حقیقت مجازی»

این نرم‌افزار که مخصوص گوشی‌های موبایل اندرویدی طراحی شده است، علاوه‌براینکه شامل تمامی محتوای تولید شده این بسته آموزشی است، رابط کاربر و سایر تولیدات و محصولات جدید این حوزه خواهد بود. به‌روزرسانی‌های مستمر این نرم‌افزار، محتواها و تولیدات جدید مرکز ملی فضای مجازی را در اختیار شما قرار می‌دهد و می‌تواند به سؤالات ارسالی شما پاسخ دهد. روشن است آنچه در اختیار شماست بضاعت اندکی است که در فرصت محدود تهیه شده است، حتماً نواقص و ضعف‌هایی دارد که با تذکرها و نظرهای شما به‌ویژه وقتی در عمل مورد استفاده قرار می‌گیرد، اشکالات آن روشن شده و اصلاح و تکمیل خواهد شد و در آینده شاهد ارتقای محتوایی و بهبود شکلی اقدامات مشابه خواهیم بود. به سهم خود از تلاش ارزشمند و مقدس شما سپاسگزار می‌کنیم. بدیهی است اجر واقعی شما در پیشگاه خداوند متعال محفوظ خواهد بود.

فصل یک

کارزار فکری

فضای مجازی از منظر رهبر معظم انقلاب

ضرورت شناخت فضای مجازی

توجه به فرصت بودن اینترنت و پرهیز از تهدیدانگاری صرف نسبت به آن

امروز شما ببینید وسایل تبلیغ در دنیا چقدر متنوع شده؛ این طرف دنیا یک نفر جوان پای دستگاه کوچکی می‌نشیند و افکار، تصورات، تخیلات، پیشنهادهای فکری و پیشنهادهای عملی را از سوی هرکسی - بلکه هر ناکسی - از آن طرف دنیا دریافت می‌کند. امروزه اینترنت و ماهواره و وسایل ارتباطی بسیار متنوعی وجود دارد و حرف، آسان به همه جای دنیا می‌رسد. میدان افکار مردم و مؤمنان، عرصه کارزار تفکرات گوناگون است. امروز ما در میدان جنگ و کارزار حقیقی فکری قرار داریم. این کارزار فکری به هیچ وجه به زیان ما نیست؛ به سود ماست. اگر وارد این میدان بشویم و آنچه را که نیاز ماست - از مهمات تفکر اسلامی و ابزارهای معارف الهی و اسلامی - بیرون بکشیم و صرف کنیم، قطعاً بُرد با ماست؛ لیکن مسأله این است که ما باید این کار را بکنیم.^۲

فضای مجازی؛ بستر نشر افکار باطل

مسأله شما مهم‌تر و دشوارتر است از مسأله علامه حلی یا مسأله علامه مجلسی یا مسائل علمای بزرگی که در طول تاریخ بوده‌اند؛ با آنها قابل مقایسه نیست. امروز نشر افکار باطل نه فقط به وسیله ابزارهای ارتباط جمعی فراوان - مثل رادیو، تلویزیون، اینترنت و انواع و اقسام روش‌های الکترونیکی - انجام می‌گیرد بلکه از شیوه‌های هنری هم استفاده می‌شود. امروز در دنیا پول خرج می‌کنند و فیلم‌های گران‌قیمت می‌سازند، برای اینکه غیرمستقیم فکری را وارد ذهن‌ها کنند یا فکری را از ذهن‌ها بیرون بیاورند. یکی از مهم‌ترین نقاط آماج این کارها، افکار دینی و به‌خصوص افکار اسلامی است؛ البته بعد از برپا شدن جمهوری اسلامی، به‌خصوص افکار شیعه هم آماج همین چیزها قرار گرفته است. شما شاید شنیده باشید که در سرزمین فلسطین به وسیله صهیونیست‌ها یا در امریکا کنفرانس‌های شیعه‌شناسی تشکیل می‌شود و کسانی روی آرا و لایه‌های فکری و شکل اجتماعی شیعیان تحقیق می‌کنند؛ این برای این است که بتوانند با شیعه مبارزه کنند. باید شیعه را بشناسند تا بتوانند با او مبارزه کنند.^۳

ظرفیت بی‌سابقه فضای مجازی برای ترویج معارف اسلامی

امروز این جوان‌های دانشجو و غیردانشجو را که مشاهده می‌کنید - حالا من دانشجویها را می‌گویم - همه‌شان تقریباً و تغلیباً مشتاق‌اند از مفاهیم اسلامی و معارف اسلامی چیزهایی را بشناسند و چیزهایی را بفهمند و سر در بیاورند. من و شما باید زمینه فراهم کنیم که بتوانیم به آنها جواب دهیم. این فرصت تا امروز کی برای روحانیت وجود داشته؟ علاوه بر این، ابزارهای تسهیل‌کننده، مثل رایانه‌ها و ارتباطات اینترنتی و فضای مجازی و سایبری هم که الان در اختیار شماست. اگر بتوانید اینها را یاد بگیرید، می‌توانید یک کلمه حرف درست خودتان را به هزاران مستمعی که شما آنها را نمی‌شناسید، برسانید؛ این فرصت فوق‌العاده‌ای است؛ مبدا این فرصت ضایع شود. اگر ضایع شد، خدای متعال از من و شما روز قیامت سؤال خواهد کرد: از فرصت این همه جوان، این همه استبصار، این همه میل و شوق به دانستن، شما برای ترویج معارف اسلامی چه استفاده‌ای کردید؟ نظام اسلامی چنین خدمتی به ما معممین و روحانیون کرده. مگر می‌توانیم خودمان را کنار بگیریم؟^۴

فعالیت سایت‌های اینترنتی با هدف تهاجم به تفکرات اسلامی و شیعی

امروز دشمن از همه روش‌ها استفاده می‌کند. من دیروز در جمع جوان‌ها می‌گفتم که امروز صدها سایت اصلی و هزاران سایت فرعی در اینترنت وجود دارد که هدف عمده‌شان این است که تفکرات اسلامی و به‌خصوص تفکرات شیعی را مورد تهاجم قرار دهند. تهاجم هم تهاجم

۲

بیانات در دیدار علما و روحانیون کرمان، (۱۳۸۴ / ۰۲ / ۱۱).

۳

بیانات در دیدار علما و روحانیون استان همدان، (۱۳۸۳ / ۰۴ / ۱۵).

۴

بیانات در دیدار علما و روحانیون خراسان شمالی، (۱۳۹۱ / ۰۷ / ۱۹).

استدلالی نیست؛ از روش‌های تخریبی و از روش‌های روان‌شناسانه و غیره استفاده می‌کنند. همه اینها پاسخ دارد؛ پاسخ‌هایش هم مشکل نیست؛ بایستی از این وسایل استفاده کرد. باید از آنچه در اختیار داریم، حداکثر استفاده را بکنیم. ما نه از صداوسیمایمان، نه از مطبوعاتمان و نه از بسیاری از منابع عظیم عمومی‌مان، چنان‌که باید و شاید، استفاده نمی‌کنیم. این ضعف‌های ماست؛ این ضعف‌ها را بایستی کم کنیم. باید روزبه‌روز نقاط ضعف را کم و نقاط قوت را زیاد کرد و این ممکن است.^۵

اهداف دشمن از ایجاد فضای مجازی

تغییر در شیوه‌های انتقال فکر

امروز دو خصوصیت وجود دارد که بار من و شما را سنگین می‌کند. یک خصوصیت پیشرفت شیوه‌های انتقال فکر است. شما ببینید تلویزیون، رادیو، وسایل الکترونیکی، اینترنت و دیگر وسایل ارتباطی، امروز در دنیا در خدمت چه اهدافی قرار دارند. امروز استکبار به این اکتفا نمی‌کند که شمشیر نشان بدهد. شمشیر هم نشان می‌دهد، اما در کنار او به ده‌ها شیوه دیگر متوسل می‌شود برای اینکه آن فکر غلط، آن راه خطا، آن روش ستمگرانه و طغیان‌گر را بر ملت‌ها تحمیل کند... امروز طبق اطلاعات قطعی ثابت شده است که مؤسسه عظیم هالیوود و شرکت‌های بزرگ سینمایی با سیاست‌های استکباری آمریکا همراهی و همکاری مستمر و باب میل دارند. این مؤسسه بزرگ فیلم‌سازی و سینمایی که ده‌ها کمپانی بزرگ فیلم‌ساز از هنرمند و از کارگردان و از بازیگر و از نمایش‌نامه‌نویس و فیلم‌نامه‌نویس و سرمایه‌گذار در آن گرد هم جمع شدند، در خدمت هدفی دارند حرکت می‌کنند. آن هدف عبارت است از اهداف سیاست استکباری‌ای که دولت آمریکا را هم همان سیاست‌ها دارد می‌چرخاند. اینها چیز کوچکی نیست.^۶

گسترش «ناتوی فرهنگی» برای سررشته‌داری تحولات جوامع

همیشه لشکری هم از امکانات فرهنگی و رسانه‌ای و روزنامه‌های فراوان و مسائل گوناگون تبلیغات در مشت اینها بوده است که اینها امروز یواش‌یواش دارد پخش می‌شود و من پرپرور در روزنامه - البته سه، چهار ماه قبل از این، مقاله‌اش را دیده بودم - گزارشی از تشکیل «ناتوی فرهنگی» را خواندم؛ یعنی در مقابل پیمان ناتو که آمریکایی‌ها در اروپا به عنوان مقابله با شوروی سابق یک مجموعه مقتدر نظامی به وجود آوردند، اما برای سرکوب هر صدای معارض با خودشان در منطقه خاورمیانه و آسیا و غیره از آن استفاده می‌کردند، حالا یک ناتوی فرهنگی هم به وجود آورده‌اند. این، بسیار چیز خطرناکی است؛ البته حالا هم نیست؛ سال‌هاست که این اتفاق افتاده است. مجموعه زنجیره به هم پیوسته رسانه‌های گوناگون - که حالا اینترنت هم داخلش شده است و ماهواره‌ها و تلویزیون‌ها و رادیوها - در جهت مشخصی حرکت می‌کنند تا سررشته تحولات جوامع را به عهده بگیرند؛ حالا که دیگر خیلی هم آسان و روراست شده است.^۷

تأمین الزامات جهانی‌سازی و نظم نوین جهانی

الان اشغالگر - مثل همان اشغالگری که بخارست یا پاریس یا فلان کشور را تصرف کرده بود - در حال اشغال تدریجی است. این اشغالگر کیست؟ پاسخ این نیست که این اشغالگر دولت آمریکا یا فلان دولت دیگر است؛ نه، این اشغالگر یک طبقه اجتماعی است؛ طبقه‌ای که دولت آمریکا و دولت‌های دیگر را به قدر توانایی و قدرت خود و آمادگی آنها دارد هدایت می‌کند؛ البته در بافت و ساخت این دولت‌ها هم بدون شک افراد این طبقه حضور دارند، اما هدایت، هدایت یک دولت نیست؛ هدایت یک مجموعه طبقاتی است که اگر بخواهیم در یک عبارت برای اینها اسم معین کنیم، باید بگوییم «زرسالاران اقتدارطلب». هدفشان هم سیطره بر منابع حیاتی و مالی همه دنیاست. البته این سیطره، یک الزامات سیاسی دارد که همان نظم نوین جهانی است؛ یک الزامات علمی و اداری دارد که به تدریج خود را به آن نزدیک می‌کنند. مسأله جهانی‌سازی که امروز در تجارت، پول، فرهنگ و شبکه‌های فرهنگی - مثل اینترنت و مانند آن - مطرح است، همه دانسته و نادانسته در خدمت این مجموعه طبقاتی است؛ البته تحلیل جامعه‌شناختی اینها خیلی دقیق، ریز و مفصل است.^۸

۶

بیانات در دیدار روحانیون و طلاب تشیع و تسنن کردستان، (۱۳۸۸/۰۲/۲۳).

۷

بیانات در دیدار استادان و دانشجویان دانشگاه‌های استان سمنان، (۱۳۸۵/۰۸/۱۸).

۸

بیانات در دیدار رئیس و مدیران سازمان صداوسیما، (۱۳۸۳/۰۹/۱۱).

روش‌های دشمن در بهره‌برداری از اینترنت

شبهه‌آفرینی

امروز نشر افکار باطل نه تنها به وسیله ابزارهای ارتباط جمعی فراوان - مثل رادیو، تلویزیون، اینترنت و انواع و اقسام روش‌های الکترونیکی - انجام می‌گیرد بلکه از شیوه‌های هنری هم استفاده می‌شود. بر عهده ما طلبه‌هاست که این شبهه‌ها را با پیشگیری یا با درمان برطرف کنیم. چالش عمده امروز شما این است.^۹

آنروز اولاً آن انقلاب با آن عظمت و پرهیجان اتفاق افتاده بود؛ ثانیاً آن روز اینترنت نبود، ماهواره نبود، این همه تبلیغات گوناگون نبود، این جوان در معرض این همه آسیب نبود، جوان امروز در معرض این همه آسیب است؛ اینترنت جلوی او است، این همه تلاش دارد می‌شود برای اینکه این جوان را منحرف کنند، [اما] این جوان متدین باقی می‌ماند...^{۱۰}

ایجاد تشویش در ذهن (خصوصاً تبلیغ ضدجمهوری اسلامی ایران در فضای بین‌المللی)

حجم تبلیغات علیه نظام جمهوری اسلامی یک حجم وحشت‌آوری است؛ تعداد رسانه‌ها - با شیوه‌های گوناگون - علیه نظام جمهوری اسلامی در دنیا یک تعداد نجومی عجیبی است. فلان جوانی که اهل فلان کشور آفریقایی است یا فلان کشور آسیایی است یا فلان کشور عربی و غیرعربی است، وقتی می‌نشیند پای اینترنت یا می‌نشیند پای فلان رسانه بین‌المللی یا در دست می‌گیرد فلان مطبوعه بین‌المللی راه از کجا بفهمد که آنچه در اینجا نوشته است نسبت به ایران اسلامی، خلاف واقع است؟ حضور شما در حج، در این عرصه بین‌المللی این فرصت را به شما می‌دهد که حقایق را منتقل کنید؛ نه فقط با زبان بلکه با زبان و عمل؛ حقایق اسلام را بگویید، حقایق شیعه را بگویید، حقایق انقلاب اسلامی را بگویید، ماجراهایی را که امروز وجود دارد بگویید.^{۱۱}

کسی که زمانه را می‌شناسد؛ یعنی وقتی اوضاع و احوال محیط خود و محیط پیرامونی‌اش و محیط جهان را می‌داند و می‌فهمد جریان‌های گوناگون جهانی کی‌هائیند، کج‌هائیند، اهداف‌شان چیست، چه‌جور با هم مواجه می‌شوند، دچار اشتباه نمی‌شود؛ در قضایای گوناگون، قضاوت اشتباه نمی‌کند و دچار اشتباه نمی‌شود.

البته دشمن مرتب دارد تحلیل‌باران می‌کند. این تعداد رسانه‌هایی که آمارش را چندی پیش اینجا آوردند و به ما دادند، اصلاً دهشت‌آور است. اینها غیر از رسانه‌های اینترنتی است - اینترنت که دیگر یک دنیای بی‌مرز و خارج از محدوده‌ای است - منظور، همین ماهواره‌ها و رادیوها و تلویزیون‌هاست. تحلیل‌هایی که در این رسانه‌ها مرتباً با هدف مقابله با جمهوری اسلامی و نظام اسلامی و ملت ایران داده می‌شود، سرسام‌آور است. حالا آنهایی که انبوه تولید می‌کنند، می‌دانند که مردم به همه اینها گوش نمی‌دهند. می‌گویند هر مقداری که می‌شود، باید تلاش کرد.^{۱۲}

تهاجم فرهنگی یک واقعیتی است. صدها - حالا من که می‌گویم صدها، می‌شود گفت هزارها؛ منتها حالا بنده چون یک‌خرده در زمینه‌های آماری دلم می‌خواهد احتیاط کنم، می‌گویم صدها - رسانه صوتی، تصویری، اینترنتی و مکتوب در دنیا دارند کار می‌کنند با هدف ایران! با هدف ایران! نه اینکه دارند کار خودشان را می‌کنند. یک‌وقت هست که فرض کنید رادیوی فلان کشور یا تلویزیون فلان کشور یک کاری دارد برای خودش می‌کند؛ این نیست، اصلاً هدف اینجاست؛ با زبان فارسی [برنامه می‌سازند]؛ آن را با وقت استفاده فارسی‌زبان یا عنصر ایرانی تطبیق می‌کنند؛ مسائل ما را رصد می‌کنند و طبق آن مسائل، موضوعات و محتوا برای رسانه خودشان تهیه می‌کنند؛ یعنی کاملاً واضح است که هدف اینجاست. خودشان هم می‌گویند، انکار هم نمی‌کنند، بنابراین تهاجم فرهنگی یک حقیقتی است که وجود دارد؛ می

بیانات در دیدار علما و روحانیون استان همدان، (۱۳۸۳/۰۴/۱۵).

بیانات در دیدار اعضای مجلس خیرگان رهبری پس از پایان پانزدهمین اجلاس رسمی دوره چهارم مجلس خیرگان رهبری، (۱۳۹۲/۱۲/۱۵).

بیانات در دیدار کارگزاران حج، (۱۳۹۲/۰۶/۲۰).

بیانات در دیدار جمعی از استادان دانشگاه‌ها، (۱۳۹۰/۰۶/۰۲).

خواهند روی ذهن ملت ما و روی رفتار ملت ما - جوان، نوجوان، حتی کودک - اثرگذاری کنند. این بازی‌های اینترنتی از جمله همین است. خوب در مقابل اینها باید چه کار کرد؟ در مقابل اینها دو چیز لازم است: یکی کار، یکی ابتکار؛ این دو کار و این دو نقطه مهم را باید در نظر [داشت]؛ باید کار کنیم، کار هم باید کار ابتکاری باشد؛ البته در این مورد مسئولیت صدوسیما خیلی سنگین است، مسئولیت وزارت ارشاد خیلی سنگین است. خوب روی این زمینه کار بکنید؛ کارهای ابتکاری بکنید؛ اسباب‌بازی همین‌جور، بازی رایانه‌ای همین‌جور، عروسک همین‌جور، اینها چیزهایی است که لازم است.^{۱۳}

اخلال در عقیده، تزریق ناامیدی و ایجاد اختلاف (خصوصاً اختلافات مذهبی)

خب، اگر بناست من و شما تبلیغ رسالات الهی را بکنیم، منتظر شیاطین انسی و جنی باشیم. به ما حمله می‌کنند؛ آماده بشویم. از لحاظ روحی، در درون خود حصار مستحکمی به وجود بیاییم - که این حصار، حصار ایمان و توکل است - تا مغلوب نشویم و از درون شکست نخوریم.

یک آمادگی دیگر هم آمادگی بیرونی است. این شیطانی که حمله می‌کند، همیشه یک‌جور حمله نمی‌کند. شیطان امروز که از راه اینترنت و ماهواره و روش‌های ارتباطی مدرن و فوق‌مدرن سراغ شما می‌آید، حرف‌های مدرنی هم دارد؛ سخت‌افزارش را مدرن کرده، نرم‌افزار مدرن هم دارد. شبهه‌آفرینی دارد، اخلال در عقیده دارد، ایجاد تشویش در ذهن دارد، تزریق ناامیدی دارد، ایجاد اختلاف دارد. الان دلارهای نفتی دارد یک جاهایی صرف می‌شود؛ بنده خبر دارم، اطلاع دارم. اینها گزارش‌هایش غالباً گزارش‌هایی است که پخش نمی‌شود. در بعضی از کشورهای اسلامی مثل ریگ پول می‌ریزند برای اینکه در بین سنی‌ها اجتماع ضدشیععه درست کنند. این از این طرف؛ از آن طرف هم به یک گوینده به اصطلاح شیعی پول می‌دهند که در تلویزیون، به نام شیعه، ام‌المؤمنین عایشه را متهم کند، قذف کند، اهانت کند. روش‌ها اینهاست. شما در مقابل این روش‌ها چه کار می‌کنید؟ سنی چه کار می‌کند؟ شیعه چه کار می‌کند؟ از کارهای اینها گول نخوریم. اختلاف برای آنها بیشترین و بزرگ‌ترین نعمت است.^{۱۴}

استفاده از روش‌های تخریبی و روان‌شناسانه برای تهاجم به تفکرات اسلامی و شیعی

امروز صدها سایت اصلی و هزاران سایت فرعی در اینترنت وجود دارد که هدف عمده‌شان این است که تفکرات اسلامی و به‌خصوص تفکرات شیعی را مورد تهاجم قرار دهند. تهاجم هم تهاجم استدلالی نیست؛ از روش‌های تخریبی و از روش‌های روان‌شناسانه و غیره استفاده می‌کنند. همه اینها پاسخ دارد؛ پاسخ‌هایش هم مشکل نیست؛ بایستی از این وسایل استفاده کرد. باید از آنچه در اختیار داریم، حداکثر استفاده را بکنیم.^{۱۵}

لوازم استفاده از فرصت‌های فضای مجازی

الف) ضرورت شناخت نحوه مواجهه فعال و خردمندانه با فضای مجازی

استفاده از اینترنت برای دسترسی به اطلاعات علمی

به موقعیت‌ها نگاه کنید و دانشگاه را از لحاظ تدریس به میدان پرتحرکی تبدیل کنید؛ با تعامل دانشجو با استاد، تحرک استاد، مطالعه استاد، دسترسی استاد به مراکز علمی و اطلاعات علمی و نشریات علمی - که امروز خوشبختانه با رواج اینترنت و چیزهای دیگر، خیلی نسبت به گذشته آسان‌تر شده - دانشگاه را به یک مجلس عمومی دائماً در حال مباحثه و در حال کار تبدیل کنید؛ دانشجو را رشد بدهید و تربیت کنید.^{۱۶}

استفاده از اینترنت برای نشر دین

امروز وظایف حوزه‌های علمیه با گذشته تفاوت‌های زیادی کرده است. حوزه علمیه فقط برای اقله جماعت نیست. منبر رفتن به صورت سنتی هم اگر محتوای عالی و پرمغزی نداشته باشد، کافی نیست. امروز حوزه‌های علمیه وظیفه هدایت قشرهای گوناگون را در سطوح مختلف بر عهده دارند؛ البته من اعتقاد دارم که تبلیغ سنتی ما که مسجد و منبر و سخنرانی روبه‌روست بدیل ندارد؛ این را باید حفظ کنیم. اینکه شما بنشینید با یک نفر روبه‌رو صحبت کنید؛ نگاه شما به او بیفتد، نگاه او به شما بیفتد و نفس گرم شما به او برسد، این چیز خیلی خوبی است؛ این را باید حفظ کنیم، لیکن این کافی نیست. امروز وسایل تبلیغ نوشتاری و گفتاری به قدری متنوع و زیاد است که اگر روحانیت دین از این قافله عقب بماند، قطعاً یک خسارت بزرگ تاریخی برای او پیش خواهد آمد.^{۱۷}

وظیفه ما چیست؟ اولین وظیفه ما این است که این نقش روحانیت اصیل را جدی بگیریم. من بارها گفته‌ام که با همه این وسایل ارتباط جمعی‌ای که وجود دارد؛ البته روحانیت باید از همه این وسایل ارتباط جمعی استفاده کند؛ از اینترنت و فناوری‌های جدید ارتباطاتی باید همه روحانیت برای دین استفاده کند؛ همچنانی که از رادیو و تلویزیون و بقیه چیزها استفاده می‌کند. در عین حال، مسجد، جلسه مذهبی، نشست روبه‌روی مردم، دهان‌به‌دهان با مردم حرف زدن، یک نقش بی‌بدیل دارد و هیچ‌چیزی جای این را نمی‌گیرد و این هم مال شماسست.^{۱۸}

ب) مقابله با آسیب‌های فضای مجازی

ضرورت مقابله با آسیب‌های فضای مجازی

عدم بزرگانگاری در تحلیل اثرگذاری فعالیت‌های اینترنتی ضدفرهنگی

کسانی این‌طور وانمود می‌کنند نسلی که روی کار می‌آید - که اصطلاحاً به آن «نسل سوم انقلاب» می‌گویند - پشت‌کرده به انقلاب و روی‌گردان از ارزش‌های دینی است؛ یا اگر هم نیست، به طور اجتناب‌ناپذیری این‌گونه خواهد شد! بنده صددرصد حرف آنها را رد می‌کنم. نه اینکه من عوامل فسادبرانگیز فرهنگی را نمی‌بینم یا نمی‌شناسم یا از آنها خبر ندارم؛ نخیر، بنده از ماهواره و اینترنت و رمان‌ها و فیلم‌ها و آهنگ‌ها و حرف‌های فاسد کلاماً خبر دارم و آنها را دست‌کم نمی‌گیرم. من عمرم را در میان جوانان گذرانده‌ام. از دورانی که خودم جوان بودم، با جوانان دانشگاهی که خارج از محیط ما بودند، ارتباط برقرار کردم؛ تا امروز هم ارتباط من با جوانان قطع نشده است، بنابراین می‌دانم حال‌وهوای جوانی چیست و امروز در فضای جوانی ما چه می‌گذرد، اما معتقدم نسل کنونی امروز این‌قدر هم آسیب‌پذیر و شکننده نیست؛

^{۱۶} بیانات رهبر معظم انقلاب در دیدار با استادان دانشگاه‌های استان خراسان، در دانشگاه فردوسی مشهد، (۱۳۸۶/۰۲/۲۵).

^{۱۷} بیانات در دیدار علما و روحانیون کرمان، (۱۳۸۴/۰۲/۱۱).

^{۱۸} دیدار با روحانیون، (۱۳۸۵/۰۸/۱۷).

این را بد فهمیده‌اند. این نسل در محیطی بار آمده که از محیط سی سال و سی‌وپنج سال قبل به مراتب پاکیزه‌تر و بهتر است. کسانی که در این محیط متولد شده‌اند، به برکت هدایت دینی توانستند آن کار عظیم را انجام دهند و آن ایمان‌های پولادین و استوار را عرضه کنند. من معتقدم که این نسل نسبت به آن نسل، در محیط بهتری پرورش یافته و آمادگی‌ها و آگاهی‌های به مراتب بهتر و بالاتری دارد. بنده وقتی حدود بیست‌سال بود، هرگز آگاهی‌هایی که امروز شما جوان بیست‌ساله دارید، نداشتیم. امروز جوان ایرانی، آگاه و بامعرفت و بصیر و سیاسی و اهل تحلیل است و از همه بالاتر باایمان است.

چه چیزی موجب می‌شود که با این بمباران فرهنگی‌ای که سال گذشته در مجموعه‌ای از مطبوعات زنجیره‌ای علیه مذهب و علیه فکر مذهبی و علیه انقلاب و علیه امام و علیه همه چیز صورت گرفت، وقتی روزهای اعتکاف ماه رجب فرا رسید، مسجد دانشگاه تهران جزو شلوغ‌ترین مراکز اعتکاف شود؟ چه کسی به جوانان گفت بروید اعتکاف کنید؛ سه روز روزه بگیرید و از مسجد بیرون نروید و وقت‌تان را در آنجا به عبادت و ذکر و دعا و تضرع و توسل بگذرانید؟ چه کسی به جوانان پیشنهاد کرده بود؟ من خبر دارم که در رشت هم مساجد و مجامعی وجود دارد که قبله امید جوانان است؛ به آنجا می‌روند و استفاده معنوی می‌برند.

جوانی که پرورش یافته دوران انقلاب است، از معرفت دینی برخوردار است؛ ایمانش هم ایمان عمیقی است؛ البته احتیاج دارد که تغذیه معنوی و فکری دایمی شود. بله، این چیزی را که در نامه خطاب به بنده نوشته بودند و مقداری از آن خوانده شد، تصدیق می‌کنم. ابزارها و فعالیت‌ها و کارهای فرهنگی باید در اختیار جوانان قرار گیرد. روحانیون خوش فکر و دانش‌گامان مؤمن باید در مقابل ایمان جوانان احساس مسئولیت کنند.^{۱۹}

رعایت نشدن حقوق افراد در اینترنت و لزوم آسیب‌شناسی علت آن از زاویه سبک زندگی

در این زمینه باید کار کنیم، حرکت کنیم. باید آسیب‌شناسی کنیم؛ یعنی توجه به آسیب‌هایی که در این زمینه وجود دارد و جست‌وجو از علل این آسیب‌ها. البته ما اینجا نمی‌خواهیم مسأله را تمام‌شده فرض کنیم؛ فهرستی مطرح می‌کنیم؛ چرا فرهنگ کار جمعی در جامعه ما ضعیف است؟

در محیط اجتماعی، برخی‌ها پرخاشگری‌های بی‌مورد می‌کنند؛ علت پرخاشگری و بی‌صبری و نابدباری در میان بعضی از ماها چیست؟ حقوق افراد را چقدر مراعات می‌کنیم؟ در رسانه‌ها چقدر مراعات می‌شود؟ در اینترنت چقدر مراعات می‌شود؟ چقدر به قانون احترام می‌گذاریم؟... اینها بخش‌های گوناگونی از مسائل سبک زندگی است و ده‌ها مسأله از این قبیل وجود دارد.^{۲۰}

فصل دو

جهان مجازی، فضای حقیقی

معرفی و کلیات فضای مجازی

فضای مجازی چیست؟

نمی‌توان فضای مجازی را مترادف با اینترنت دانست، اما اینترنت ابزار ورود به فضای مجازی است؛ اینترنت سامانه‌ای جهانی از شبکه‌های رایانه‌ای بهم پیوسته است که از «مجموعه پروتکل اینترنت»^۱ برای ارتباط با یکدیگر استفاده می‌کنند. به عبارت دیگر اینترنت، شبکه شبکه‌هاست که از میلیون‌ها شبکه خصوصی، عمومی، دانشگاهی، تجاری و دولتی در اندازه‌های محلی و کوچک تا جهانی و بسیار بزرگ تشکیل شده است که با آرایه وسیعی از فناوری‌های الکترونیکی و نوری بهم متصل شده‌اند.^۲ اگر بخواهیم آنچه اینترنت را تشکیل می‌دهد معرفی کنیم باید به سه بعد اشاره کنیم:

زیرساخت

منظور از این عنوان، وسایلی فیزیکی است که امکان اتصال و دسترسی به فضای مجازی را فراهم می‌کند که شامل روش اتصال به اینترنت اعم از استفاده از خطوط تلفن (Dial-up)، خطوط زمینی پهنای باند (از طریق کابل کواکسیال، فیبر نوری یا سیم مسی)، وای‌فای (Wi-Fi)، ماهواره و فناوری 3G تلفن همراه و غیره، همچنین دستگاه اتصال به اینترنت اعم از تلفن همراه، تبلت، رایانه و... می‌شود.^۳

خدمات

منظور نرم‌افزارهایی است که روی زیرساخت فضای مجازی ارایه می‌شوند و شرایط برقراری ارتباط اینترنتی را برقرار می‌کند.

محتوا

منظور نوع و میزان داده‌ها (Data) و اطلاعاتی است که از طریق نرم‌افزارهای فضای مجازی منتقل می‌شوند که می‌تواند در قالب متن، صوت، تصویر، ویدیو یا فایل کاربردی باشد و به لحاظ موضوعی هم شامل اقتصادی، سیاسی، فرهنگی، اجتماعی، دینی، آموزشی، سرگرمی و... می‌شود.

از این سه مورد آن که اهمیت و کاربرد بیشتری دارد، خدمات فضای مجازی است؛ فضای مجازی آن قدر از لحاظ محتوایی خدمات متنوعی دارد که به سختی می‌توان دسته‌بندی‌ای از آن ارایه داد، اما خدمات موجود را تقریباً می‌توان در دسته‌بندی‌های استقرایی زیر نشان داد:

خدمات پایه: موتورهای جست‌وجو و...

خدمات مبتنی بر انتشار اطلاعات: شامل وبگاه‌های خبری و اطلاع‌رسانی و پایگاه‌های تخصصی در موضوع‌های مختلف علمی، فرهنگی، مذهبی، اقتصادی و...

انتقال پیام: مانند رایانه (ای‌میل)، پیام‌رسان‌های فوری (Telegram، WhatsApp) و برقرارکننده‌های تماس صوتی و تصویری (Imo، Skype).

اشتراک‌گذاری: مانند سرویس‌های میزبانی فایل (۴share)، متن، صوت، عکس (Instagram)، ویدیو (YouTube، aparat) و...

آموزش و تحصیل: شامل دانشگاه‌های آن‌لاین و وبسایت‌های درس‌محور.

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 کند، مکان یکدیگر را بیابند و به آنها اجازه می‌دهد که از طریق شبکه‌های ترانزیت میانی به هم متصل شوند.

<https://fa.wikipedia.org>

<tps://fa.wikipedia.org>

<https://fa.wikipedia.org>

خدمات شهروندی بین مردم و حاکمیت: اعم از دولت الکترونیک (government-e)، امور قضایی، ثبت درخواست‌ها، مجوزها و...
کسب‌وکار: تجارت الکترونیک اعم از خریدوفروش کالا، تراکنش‌های مالی، مبادله بورس و اوراق بهادار و...
شبکه‌های اجتماعی و پیام‌رسان: شبکه‌های اجتماعی رایانه (Facebook، Cloob)، شبکه‌های اجتماعی موبایلی (Tango، Beetalk) و...
تفریح و سرگرمی: شامل انواع بازی‌های رایانه‌ای، گی‌ها، ورزش‌های فکری و...

ویژگی‌های فضای مجازی

پیش از هر چیز باید توجه داشت که فضای مجازی پیوستاری از فضای واقعی است، اگرچه تفاوت‌هایی هم با فضای فیزیکی دارد. فضای مجازی را می‌توان فضایی تلقی کرد که واقعیت دارد چون اعمال انسان در این فضا تأثیری واقعی دارد؛ برای مثال در آن پول جابه‌جا می‌شود، مالیات پرداخت می‌شود، فعالیت‌های مدیریتی از راه دور انجام می‌شود، انسان‌ها به همدیگر دل‌بسته می‌شوند و رشد علمی و اخلاقی پیدا می‌کنند و... بنابراین محیط مجازی‌ای که با آن سروکار داریم کاملاً عینی است و عملکرد و اثری واقعی دارد.

به تعبیر دقیق حضرت آیت‌الله جوادی آملی «چیزی که امروز به عنوان فضای مجازی معروف شده در اصل حقیقت است چرا که مجاز را می‌توان کنار زد، اما حقیقت را نمی‌توان، بنابراین فضای مجازی در اصل خودش حقیقت است، این سیم و تلویزیون حقیقت نیست بلکه آن چیزی که معرفت و شناخت باشد حقیقت است.»^{۲۵} به بیان دیگر «آنچه با اندیشه مرتبط است و پیام را به ذهن منتقل می‌کند، حقیقت است؛ خواه از ابزار حسی یا ماورای حس استفاده شود.»^{۲۵}

اما این فضا ویژگی‌هایی دارد که کم‌وبیش آن را با فضای فیزیکی و عینی متمایز می‌کند که در ادامه به برخی از این ویژگی‌ها اشاره می‌شود.

پویایی زمان

اولین ویژگی فضای مجازی این است که زمان در آن پویا شده است. برعکس دنیای واقعی که زمان گذشته و آینده دارد، این هم‌زمانی در فضای مجازی، نوعی پویایی را در کار ایجاد کرده است. روز و شب در فضای مجازی وجود ندارد و هر زمان که شما به اینترنت وصل می‌شوید، هزاران نفر را می‌بینید که آن‌لین هستند و به کار مشغول‌اند. به عبارت دیگر، کار در فضای مجازی تملی ندارد؛ یعنی تولید و توزیع، پیوسته و ناتمام ادامه دارد.

فشرده‌گی مکان

ویژگی دوم فضای مجازی، فشرده‌گی مکان است. در زمان‌های قدیم فاصله جغرافیایی محدودیت محسوب می‌شد، در حالی که در این فضا این مشکل از بین رفته است و در این محیط همه جهان با هم همسایه شده‌اند. افراد بدون طی مسافت فیزیکی می‌توانند با دوستان، همکاران، جوامع و فرهنگ‌های مختلف آشنا شوند و تعاملات درازمدت برقرار کنند. اخبار به‌سادگی در دسترس افراد قرار می‌گیرند و به‌سرعت باعث واکنش‌هایی می‌شوند.

تکثر و تنوع عددی

جهان مجازی از محیطی متکثر، عددی، غیرمرکزی و به‌هم‌پیوسته برخوردار است. همین ویژگی سوم باعث لایه‌ای شدن فضای مجازی می‌شود که طبقه‌بندی اطلاعات و دسترسی به آنها را بسیار سرعت می‌بخشد. اطلاعات مربوط به اشخاص، علوم، ادیان، هنرها، اشیا و اماکن همگی در فضای مجازی به‌راحتی قابل دسترسی هستند.

در حقیقت فضای مجازی نوع متفاوتی از واقعیت مجازی و دیجیتالی است که آن را «واقعیت خلق‌شده به‌وسیله رایانه» می‌دانند؛ واقعیتی که از آن جهت، مجازی یا مصنوعی است که در دنیای واقعی و محیط مادی، مکانی را اشغال نکرده و در اذهان کاربران و در نتیجه تعامل با واسط الکترونیکی به وجود آمده است و می‌تواند کاری کند که افراد زندگی جدیدی را تجربه کنند.

پیوستگی و یکپارچگی

به هم پیوستگی و یکپارچه بودن فضای مجازی منجر به ارایه خدمات اینترنتی مکمل شده است. خدمات اینترنتی با توجه به زیرساخت، برنامه، محتوا، لایه‌های مختلف و متنوعی پیدا می‌کند. در یکپارچه شدن، خدمات از سطح خرد به سطح کلان و از تصویر جزئی به تصویر کامل منتقل می‌شود. در نتیجه نوعی یکپارچگی خدمات را به وجود می‌آورد؛^{۲۶} برای مثال هرکسی هم‌زمان می‌تواند درخواست ویزا، مشاهده فضای هتل‌ها و خرید بلیت هواپیما را انجام بدهد.

گمنامی هویت

پنجمین خصوصیت فضای مجازی گمنام و سیال بودن هویت کاربران است. در طول تاریخ هویت افراد همیشه ثابت، ایستا و استوار بر تعریف مشخص پشتیبانی شده از سوی جامعه و نظام‌هایی قانونی است که در آن متولد شده، اما در فضای مجازی این امکان وجود دارد که فرد سن، جنس، طبقه و دیگر ویژگی‌های اجتماعی و فرهنگی‌اش را هرطور که خودش دوست دارد معرفی می‌کند و پس از مدتی می‌تواند این مشخصات را هم تغییر دهد. امکان گمنامی و ناشناخته بودن، امکان پنهان‌سازی ابعادی از شخصیت، جست‌وجوی همفکران، دوستی با دوستان، اختیار و اقتدار مطلق و احساس عدم تعلق به مکان خاص از مهم‌ترین تأثیرهای این فضا است.^{۲۷}

فردگرایی

در نهایت آخرین ویژگی فضای مجازی، «فردگرایی» فزاینده در آن است. در فضای مجازی محدودیت‌های ناشی از عضویت در خانواده، گروه و جمع‌های خاص از بین می‌رود و فرد نیازی ندارد ملاحظه کسی را کند و رفتارش را متناسب با هنجارها و تأیید دیگران شکل دهد، بنابراین به راحتی می‌تواند با هرکسی که می‌خواهد ارتباط برقرار کرده یا قطع رابطه کند. این ویژگی در عین اینکه احساس آزادی زیادی به افراد می‌دهد، باعث خودمحوری و فردگرایی در افراد می‌شود که تنها خود و خواسته‌های خودشان برایشان اهمیت داشته باشد و به مرور «ترجیح می‌دهند که با رایانه بی‌طرفی ارتباط برقرار کنند تا انسان‌های دیگر».^{۲۸}

جمع‌بندی

در مجموع در رابطه با فضای مجازی باید گفت که «فضای عددی» فضایی است که تغییر در آن به آسانی امکان‌پذیر است. همان‌گونه که در جهان ریاضیات از راه جمع، تفریق، ضرب و تقسیم روی اعداد تغییر ایجاد می‌شود، فضای مجازی نیز قابلیت بالایی برای تغییر دارد. «جهانی» به این معناست که با همه موجودات زنده ۳ میلیاردی می‌تواند ارتباط برقرار کند. «غیرمرکزی» به معنای غیرمتمرکز است. برخلاف محیط فیزیکی که در مکانی خاص، فقط همان‌جا که قرار دارد، است و جای دیگری نمی‌تواند باشد، محیط مجازی همه‌جا حاضر است و در هر جایی که امکان دسترسی به اینترنت وجود داشته باشد، حضور دارد. بنابراین عمده‌ترین فرق محیط مجازی آن است که صد درصد صنعتی است، در مقابل محیط فیزیکی که صنعتی - طبیعی است. فضای مجازی زندگی کامل در کنار زندگی حقیقی و به تعبیر فلسفی عالم موزی با عالم حقیقی است چنان که عالم مثال عالمی موزی با عالم ماده است. همه عرصه‌ها به سمت مجازی شدن پیش می‌روند؛ برای مثال پزشکی مجازی (از راه دور)، آموزش مجازی، سرگرمی‌های مجازی و سایر موضوع‌های مجازی در این فضا وجود دارد و همه مقوله‌های مربوط به سخن و دانش در این محیط بازتولید شده است، بنابراین فضای زندگی جدیدی است.

<http://fa.shafaqna.com/news/۹۹۶۶۳>

<http://www.farsnews.com/printable.php?nn=۱۳۹۰۱۰۱۷۰۰۱۲۸۰>

<http://www.basij.ir/Article/۶۴۳۸۸>

اموری مانند فضای مجازی نوعی تراحم خیر و شر ایجاد می‌کند و غلبه هر کدام می‌تواند برای دین‌داری و اخلاق، سودمند یا زیان‌آور باشد. همانند حقیقتی که در مورد دنیا و زندگی حقیقی وجود دارد که دنیا اگر مزرعه آخرت باشد، خوب است و اگر عامل تباهی عاقبت انسان، بد.

در هر صورت فناوری آن هم یک فناوری به گستردگی فضای مجازی، یکی از شئون مختلف زندگی و البته متعلق دین است. انسان‌ها عمدتاً تحت تأثیر هنجارهای غالب قرار می‌گیرند. شاید به همین دلیل عبارات «اکثرهم لا یتفکرون»، «لا یعقلون» و... در قرآن زیاد است، بنابراین اقتضای دین این‌گونه است که وارد این فضا می‌شود تا راهنمای سعادت بشر در این عرصه باشد. در حال حاضر شبکه‌های اجتماعی عمدتاً بر مبنای فرهنگ غربی طراحی شده است؛ یعنی همان فرهنگ دبیرستان‌های آمریکا، تبدیل به فضای اجتماعی شده است. به‌گونه‌ای که دوستی دختر و پسر، ارتباطات بین این دو، نمایش عکس‌های خود به یکدیگر و... امری کاملاً طبیعی است و تبدیل به هنجار اجتماعی شده و متأسفانه دامن برخی متدینین را نیز گرفته است.

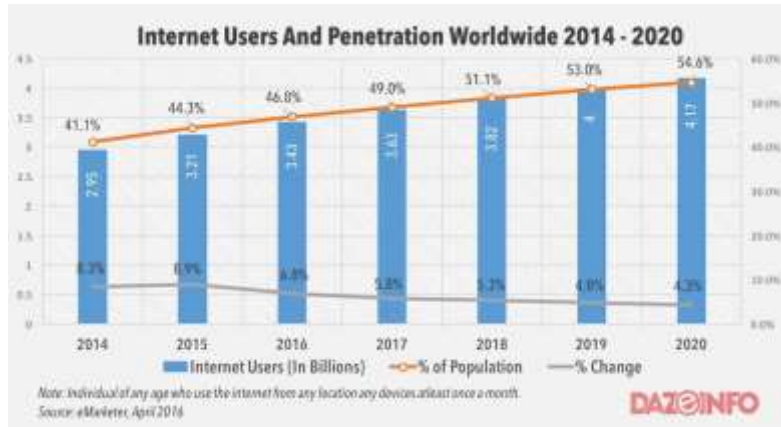
با این حال استفاده از فضای مجازی به‌خودی‌خود اشکالی ندارد چرا که برای دوران کنونی یعنی تراکم جمعیت طراحی شده است، اما صلاح و فساد در آن با یکدیگر همراه است و بستگی به این دارد که چگونه از آن استفاده شود، بنابراین به همه جوانب فضای مجازی نباید رویکرد آسیبی یا فرصتی داشت بلکه باید رویکردی راهبردی داشت؛ یعنی ضعف‌ها و قوت‌ها را با هم بررسی کرد.^{۲۹}

گستره فضای مجازی

فضای مجازی بسیار گسترده است، به‌خصوص از زمانی که به تلفن‌های همراه انتقال پیدا کرده و همیشه و همه‌جا در دسترس است. جدول زیر آمار معتبری در سال ۲۰۱۶ میلادی است:^{۳۰}

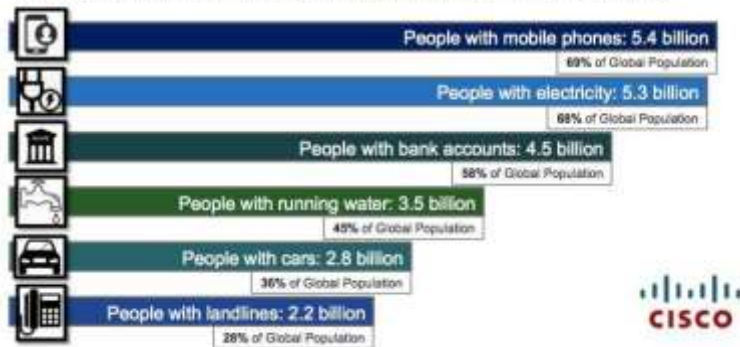
عنوان	درصد از جمعیت دنیا	نرخ رشد
فعالیت در فضای مجازی	۴۶	+۱۰
حضور در رسانه‌های اجتماعی	۳۱	+۱۰
دارندگان تلفن همراه	۵۱	+۴
کاربران شبکه‌های اجتماعی تلفن همراه	۲۷	+۱۷

پیش‌بینی می‌شود آمار کاربران فضای مجازی تا سال ۲۰۲۰ به حدود ۷۰ درصد جمعیت جهان برسد و این حتی از آمار مجموع کسانی که در جهان به برق و آب آشامیدنی سالم دسترسی دارند، بیشتر باشد!



Mobile Growth Continues Through 2020

By 2020, more people will have mobile phones than electricity at home



در هر دقیقه در دنیای فضای مجازی صدها و هزاران اتفاق می‌افتد. نمودار بعدی که بر پایه آمار سال ۲۰۱۶ میلادی آماده شده حجم این اتفاق‌ها را در بستر اینترنت و شبکه‌های اجتماعی نشان می‌دهد؛ برای مثال در این سال در هر دقیقه ۲۰۵۶ میلیون ایمیل ردوبدل شده است.

البته این حجم از انتقال اطلاعات الزاماً مفید و سالم نیست و تحقیقات نشان می‌دهد که بسیاری از این محتوای ردوبدل شده جنبه تفریح و سرگرمی دارد، اما هرچه باشد بیانگر اهمیت زمان زیادی است که افراد پای این رسانه صرف کرده یا هدر می‌دهند.

آینده اینترنت

اینترنت در گذشته کنار زندگی حقیقی و زندگی دوم افراد محسوب می‌شد. جهانی موازی بود، اما کم‌کم فضای مجازی در حال تبدیل شدن به جهان اول است. موج آینده اینترنت، جهش انفجارگونه‌ای را در برقراری ارتباط میان افراد، فرایندها، اشیا و وسایل ایجاد خواهد کرد؛ این انقلاب به نام «اینترنت اشیا»^۱ معروف است.

اینترنت اشیا مفهومی رایانشی است برای توصیف آینده‌ای که در آن اشیا فیزیکی یکی پس از دیگری به اینترنت وصل می‌شوند و با اشیا دیگر ارتباط برقرار می‌کنند. هم‌اکنون بسیاری از فعالیت‌های فضای حقیقی به فضای مجازی منتقل شده است؛ برای مثال خرید کالا، کسب و کار برخط، دانشگاه اینترنتی و حتی برخی فعالیت‌های مرتبط با درمان و جراحی، اما دانشمندان پیش‌بینی می‌کنند که روزی خواهد رسید که همه‌چیز به اینترنت وصل خواهد شد که از آن به اینترنت همه‌چیز یا اینترنت اشیا نام برده می‌شود.

در اینترنت اشیا برای فرایند ارسال داده‌ها، نیازی به تعامل «انسان با انسان» یا «انسان با رایانه» نخواهد بود و داده‌ها به صورت خودکار و براساس تنظیمات انجام‌شده و در زمان‌های مشخص (معمولاً به صورت دایم و لحظه‌ای) ارسال می‌شوند. برای مثال فرد به بانک خود اجازه می‌دهد بدون تماس با وی، ماهانه قبوض آب، برق، تلفن و گاز را از حسابش بردارد یا سامانه‌ای که با نصب شدن روی ساختمان به صورت خودکار، گرمایش، سرمایش، مصرف انرژی، برق و آب و... را کنترل و قطع و وصل کند و به صورت آن‌لاین به فرد گزارش بدهد و او می‌تواند از طریق تلفن همراه خود، تغییرات مدنظرش را ایجاد کند، چراغ‌ها را خاموش و روشن کند، لباسشویی را به کار بیندازد یا درجه یخچال را کم‌هزیاد کند و...

اینترنت اشیا حتی به کمک پزشک هم می‌آید تا از راه دور همه علائم سلامتی مربوط به وضعیت کودک پیش‌دبستانی یا خانم باردار را از طریق حسگرهای هوشمندی که به ساعت مچی او وصل شده، بررسی کند و قبل از اینکه خود فرد متوجه شود، پیام هشدار را زودتر به پزشک، بیمارستان یا پدر خانواده منتقل کند.

شاید برای شما جالب باشد هنگامی که بیرون از منزل هستید و ناگهان مهمان‌ها از شهرستان سر می‌رسند، بتوانید قبل از آنکه به منزل برسید بخشی یا همه کارهای مربوط به مهمانی را انجام بدهید؛ مثلاً بتوانید از طریق اینترنت، میوه‌ها و سبزی‌ها را که به صورت اینترنتی خریده‌اید، شست‌وشو دهید، مواد غذایی را در همزن برقی مخلوط کرده، درجه مایکروفر را تنظیم و جاروبرقی خودکار را روشن کنید تا منزل تان را تمیز کند، اما همه این موارد چندان دور از دسترس نخواهد بود.

البته کاربرد اینترنت اشیا در بخش اداری و صنعت بسیار بیشتر از آنچه گفته شد است؛ حسگرهای کارخانه‌ها به صورت خودکار هر نشستی ناشی از مواد گازی و مخازن را به سرعت اطلاع می‌دهند؛ دستگاه‌های تهویه را خودکار و در زمان عدم حضور کارمندان آنها را قطع می‌کنند؛ هواپیمای بدون سرنشین آتش‌سوزی را به صورت هوشمند خاموش می‌کنند و دستگاه‌های پیچیده در زمان مقرر و با توجه به ویژگی‌های خاک، رطوبت و دمای هوا زمین‌های کشاورزی را کود بدهند و آبیاری کنند؛ چراغ‌های راهنمایی و معابر شهری با توجه به ترافیک تنظیم شوند و...

بخش جذاب دیگر در اینترنت اشیا انتقال حواس پنج‌گانه به فضای مجازی برای ایجاد هرچه بیشتر احساس واقعی بودن این فضاست؛ برای مثال هم‌اکنون حس دیدن و شنیدن به فضای مجازی منتقل شده است، اما روزی خواهد رسید همه حواس پنج‌گانه مانند لمس کردن، بوییدن و چشیدن از طریق رایانه ممکن شود؛ برای مثال شما دوست دارید وقتی که پیراهن یا شلوار را می‌خرید از طریق لمس کردن، به کیفیت پارچه و جنس لباس پی ببرید، آیا این احساس از طریق لمس صفحه لمپ‌تاپ یا تبلت میسر است؟ پاسخ، «فعلاً» و «هم‌اکنون» منفی است، اما جالب اینجاست که دانشمندان در حال کار کردن روی پروژه‌های هستند که نه‌تنها بتواند احساساتی مانند شیرینی، بدبویی و زبری را منتقل کنند که با تحریک مغز هر احساس انسانی خوشایند و ناخوشایندی را که دوست دارند (اعم از عشق، نفرت، لذت و...) به صورت مجازی ایجاد کنند.

درباره اینکه این پروژه چقدر واقع‌بینانه و چقدر خیال‌پردازانه است، جای بحث وجود دارد، اما نباید از ذهن دور داشت که بسیاری از اختراع‌ها و فناوری‌های امروز، زمانی خیال‌پردازی‌هایی شاعرانه بوده است.

اینترنت در ایران

ایران در سال ۱۹۹۳ میلادی (۱۳۷۲ شمسی) به اینترنت متصل شد. از آن زمان، تعداد کاربران اینترنت در ایران روند فزاینده‌ای داشته است. براساس آخرین آمار اعلام‌شده از سوی وزارت ارتباطات براساس محاسبه مرکز مدیریت توسعه ملی اینترنت (متما)، ضریب نفوذ اینترنت در کشور در سه ماه نخست ۱۳۹۳ عدد ۸۲,۱۲ درصد است که بر مبنای سرویس‌های اینترنتی ارائه‌شده محاسبه شده است. در این محاسبه تعداد کاربران اینترنت در سه ماه نخست آن سال ۶ میلیون و ۷۰۹ هزار و ۹۲۹ نفر و تعداد کل مشترکان اینترنت در کشور بر مبنای جمعیت ۷۵ میلیون و ۱۴۹ هزار نفر در ایران، ۴۳ میلیون و ۲۶ هزار و ۲۷۹ نفر اعلام شده است.

در گزارش ضریب نفوذ اینترنت در ایران، بیشترین اتصالات کاربران ایرانی مربوط به اینترنت تلفن همراه است و پس از آن اینترنت ADSL بیشترین کاربر را به خود اختصاص داده است. بر این اساس، ضریب نفوذ اینترنت ADSL در کشور به ۲۲,۰۷ درصد و ضریب نفوذ اینترنت تلفن همراه با توسعه ۳G در کشور به ۳۸,۶۷ درصد رسیده است که نشان می‌دهد حداقل ۲۹ میلیون ایرانی با تلفن همراهشان به اینترنت متصل می‌شوند. برآوردها از سایر شاخص‌های اتصالات در کشور نشان می‌دهد که همچنان ۶ میلیون و ۹۳۴ هزار و ۷۶۰ نفر در ایران از طریق تلفن (دابل‌آپ) به اینترنت متصل می‌شوند.^{۳۲}

طبق اعلام نت ایندکس، سرعت دانلود پهنای باند به صورت متوسط در جهان ۲۳ مگابیت بر ثانیه است که این رقم برای ایران ۵,۶ مگابیت بر ثانیه است. همچنین براساس اعلام مرکز پژوهش‌های مجلس شورای اسلامی، هزینه اینترنت در ایران دو برابر افغانستان و ۳۵۰۰ برابر ژاپن است.

در رابطه با نوع رفتار ایرانیان در فضای مجازی، رئیس مرکز فناوری اطلاعات و رسانه‌های دیجیتال وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی در مردادماه سال ۱۳۹۴ آمارهایی از میزان و نوع حضور ایرانی‌ها در فضای مجازی ارائه داد. به گفته وی آمارهای غیررسمی از وجود ۴۰ میلیون گوشی هوشمند در کشور حکایت دارد. به لحاظ نوع استفاده، کاربران ایرانی به ترتیب از وبگاه‌های ارائه‌کننده خبر، تبلیغات، بازی، نرم‌افزار، شبکه‌های اجتماعی و محتوای آموزشی، بیشترین استفاده را دارند.

همچنین براساس آمارهای موجود، ۵۳ درصد مردم ایران حداقل عضو یک شبکه اجتماعی هستند، این در حالی است که در رده سنی جوانان ۱۸ تا ۲۹ سال این رقم ۷۲ درصد است. بررسی‌ها نشان می‌دهد که به صورت میانگین ایرانی‌ها ۵ تا ۹ ساعت در روز در شبکه‌های اجتماعی حضور دارند (حدود ۱۵۰ ساعت در ماه) و میانگین این حضور در دنیا ۱۶ ساعت در ماه است؛ البته پیش‌بینی می‌شود تا چهار سال دیگر، میانگین حضور در شبکه‌های اجتماعی در دنیا به ۱۲۰ ساعت در ماه رشد پیدا کند. در نهایت اینکه ۲۰ میلیون کاربر بازی در کشور وجود دارد و سالانه بالغ بر ۱۴۶ میلیارد ساعت صرف بازی‌های رایانه‌ای و موبایل در ایران می‌شود.

در کشور ایران بنا بر مستندات آماری که در سال ۱۳۹۳ ارائه شده است، از بین کاربران، ۴۲ درصد زنان و ۵۸ درصد مردان هستند. سایر آمارها به صورت زیر است:^{۳۳}

عنوان بر حسب سواد	درصد از جمعیت کاربران
ابتدایی و راهنمایی	۱۳
تحصیلات متوسطه	۳۵
تحصیلات عالی	۵۲
سوادآموز	۳
بی سواد	۴

این حجم از حضور و ظرفیت، ضرورت توجه به فضای مجازی را به عنوان یکی از ابعاد مهم زندگی فردی و اجتماعی را نشان می دهد.

فصل سه

هزار و یک رمز

معرفی برخی کلیدواژه‌ها و اصطلاحات فضای مجازی

رایانامه (ایمیل)

رایانامه‌ها از پرکاربردترین سرویس‌های فضای مجازی است. رایانامه در واقع صندوق پست الکترونیکی است که جایگزین صندوق پست فیزیکی شده است. در این سرویس هر کاربر صندوق پست مخصوص به خودش را دارد که با یک آدرس (نشانی)، رایانامه‌اش شناسایی می‌شود و افراد می‌توانند محتواهای گوناگون را از طریق این صندوق برای کاربران دیگر ارسال کنند. محدودیتی برای ارسال نامه‌های الکترونیکی نیز وجود ندارد. شرکت‌های گوناگون، سازمان‌ها، نهادها، شخصیت‌های حقوقی و افراد عادی ترجیح می‌دهند به جای ارسال نامه از طریق پست یا نمابر (فکس) از رایانامه استفاده کنند. از آنجا که بیشتر دانشگاه‌ها و مراکز رسمی دولتی رایانامه اختصاصی دارند، از کارمندان و دانشجویان‌شان درخواست می‌کنند به جای سرویس‌های عمومی از رایانامه شرکت و سازمان خود استفاده کنند.

ياهو (Yahoo) اولین رایانامه محبوب ایرانیان به شمار می‌رفت. پس از مدتی سرویس جی‌میل (Gmail) با نوآوری و تنوع در خدمات، گوی سبقت را از یاهو ربود. بین سرویس‌های ارائه‌دهنده ایمیل، هات‌میل مایکروسافت (Hotmail) نیز در رده سوم قرار می‌گیرد.

محتواهای عادی، محرمانه، علمی، فرهنگی، سیاسی، اقتصادی، امنیتی و... که در این سرویس بین کاربران تبادل می‌شود، گنجینه اطلاعات ارزشمندی را برای مالکان آنها فراهم کرده است. مطابق اسناد منتشرشده از سوی «ادوارد اسنودن» در روزنامه واشینگتن‌پست، سرویس پست الکترونیک، یکی از یازده موردی بود که در ارتباطات الکترونیک افراد، مورد دستبرد آژانس امنیت ملی امریکا قرار گرفته است.^{۳۴}

از مهم‌ترین سرویس‌های رایانامه داخلی چاپار، النون، میهن‌میل و... می‌توان نام برد.

برخی از اصطلاحات متداول در رایانامه‌ها عبارتند از:

یوزرنیم (Username)

نام کاربری که به عنوان آدرس (نشانی) ایمیل هرکس شناخته می‌شود.

اینباکس (Inbox)

این پوشه محل نگهداری ایمیل‌های دریافت‌شده است. (عدد کنار نام اینباکس، تعداد نامه‌های خوانده‌نشده را نشان می‌دهد).

کامپوز (Compose)

به معنی ایجاد کردن و ساختن. برای ارسال ایمیل جدید روی این گزینه باید کلیک کرد.

دِرِفْت (Drafts)

به معنی پیش‌نویس. این پوشه محل نگهداری موقت صفحه ارسال ایمیل است. (هنگام ارسال ایمیل اگر به دلیلی تصمیم بگیریم ارسالش را به زمان دیگری موکول کنیم متن پیش‌نویس‌مان اینجا ذخیره می‌شود).

سِنْت (Sent)

به معنی فرستاده‌شده است. این پوشه محل نگهداری یک کپی از همه ایمیل‌های ارسال‌شده است.

اسپم (Spam)

این پوشه محل نگهداری ایمیل‌های مزاحم یا ناخواسته است.

انجمن‌ها و تالارهای گفت‌وگو (فروم)

انجمن جایی است که در آن کاربران در مورد موضوع خاصی به صورت تخصصی یا عمومی به تبادل اطلاعات می‌پردازند. کاربران در انجمن مانند شبکه‌های اجتماعی ارتباط برخط میان فردی صوتی و تصویری ندارند و افراد نمی‌توانند برای یکدیگر عکس، فیلم و هر چیز دیگری غیر از متن ارسال کنند بلکه تنها می‌توانند در مورد موضوع خاصی در اتاقی عمومی به بحث و تبادل اطلاعات بپردازند و برای کاربران دیگر پیام خصوصی بفرستند یا دریافت کنند.

در تالارهای گفت‌وگو کاربران براساس نوع فعالیت، اراده مدیر انجمن، قوانین و برنامه‌های در نظر گرفته‌شده، رتبه و درجات گوناگونی دارند. در این تالارها، قوانین از سوی مدیر سایت و تالار وضع می‌شود که رعایت آن برای همه اعضا الزامی است، همچنین مدیر سایت می‌تواند مطالب ارسالی کاربران را حذف کند.

آنچه درباره تالارهای گفت‌وگو می‌توان به عنوان وجه تمایز اصلی آن با بقیه شبکه‌ها عنوان کرد این است که تالارها معمولاً جایی است برای یادگیری آنچه فرد نمی‌داند. از آنجا که انجمن‌ها براساس تخصص واقعی افراد درجه‌بندی نمی‌شوند و هیچ مرجع رسمی مانند دنیای حقیقی تخصص افراد را تأیید نمی‌کند، نمی‌توان به محتوای منتشرشده اعتماد صددرصدی داشت. تالارهای گفت‌وگو از سه قسمت تشکیل شده‌اند:

پیکره اصلی

همان صفحه اصلی که فهرست عناوین و موضوع‌های انجمن‌ها در آن قرار دارد.

تاپیک (Topic)

به معنی گفت‌وگو، بحث و موضوع. اجزای تشکیل‌دهنده پیکره اصلی تالار را تاپیک می‌گویند. تاپیک یعنی عنوان بحث.

پُست (Post)

به معنای مرسوله و نامه. مطلب ارسالی از سوی هر کاربر ذیل هر موضوع در تالارهای گفت‌وگو را پست می‌گویند. کاربران انجمن‌ها درجات و سلسله مراتب دارند. برخی از این درجات عبارتند از: کاربر ثبت‌نام شده، کاربر عادی، کاربر فعال، کاربر پرتلاش، مدیر گروه و... که با عناوینی مانند Member Senior، Member، Moderator و... از آنها یاد می‌شود. به مدیر اصلی تالار نیز اصطلاحاً Administrator گفته می‌شود.

بازی رایانه‌ای (گیم)

چهارمین شبکه ارتباطی در فضای اینترنت، بازی‌های رایانه‌ای است. کاربران این شبکه گسترده جهانی را بازی‌بازانی تشکیل می‌دهند که در دنیای بازی به آنان بازی‌خور یا گیمر می‌گویند. در حال حاضر چهار شبکه بزرگ بازی‌باز در دنیای بازی وجود دارد؛ کاربران کنسول‌های پلی استیشن، ایکس‌باکس، نینتندو و کاربران رایانه‌های خانگی.

شیوه شبکه‌سازی کنسول‌های بازی و رایانه‌های خانگی متفاوت است. در کنسول‌ها، طراحان به‌گونه‌ای برنامه‌ریزی کرده‌اند که کاربر بتواند از شبکه انحصاری کنسول استفاده کند و با دیگر کنسول‌ها ارتباطی نداشته باشد. شبکه انحصاری کنسول ایکس‌باکس XboxLive، پلی استیشن PSN، کنسول نینتندو نیز Network Nintendo نام دارند، اما در رایانه‌های خانگی، دیگر انحصاری وجود ندارد و یک رایانه به رایانه‌های دیگر و همه کنسول‌ها نیز می‌تواند متصل شود.

چند شرکت با آماده‌سازی زیرساخت‌های مورد نیاز، اقدام به ارائه نرم‌افزارهایی کرده‌اند تا بازی‌خورها بتوانند با استفاده از آن در شبکه تحت مدیریت شرکت‌ها عضو شوند.

برخی از مهم‌ترین شبکه‌های مربوط به بازی‌خورهای رایانه‌های خانگی عبارتند از: «استیم»، «لوریجین» و «گارنا». کاربران (گیمرها) در این شبکه ارتباطی می‌توانند گروه تشکیل دهند، گفت‌وگوی صوتی و تصویری داشته باشند، اطلاعات خود را در حافظه ابری ذخیره کنند، فهرست دوستان سایر شبکه‌های اجتماعی خود را در این بستر وارد کنند و...

بازی‌های رایانه‌ای براساس روند و نحوه انجام بازی (گیم‌پلی) به ژانر یا سبک‌های مختلفی تقسیم‌بندی می‌شود که هر سبک نیز زیرسبک‌های متعددی دارد که به صورت مختصر در اینجا معرفی می‌شوند:

سبک اکشن (هیجانی)

در بازی‌های اکشن وظیفه اصلی بازیکن هدایت قهرمان است. قهرمان بازی باید مراحل را یکی پس از دیگری پشت سر بگذارد، مأموریت‌های خواسته‌شده را انجام دهد، از موانع عبور کند و با دشمنان مختلف مبارزه کند. معمولاً در پایان برخی از مراحل نیز در آخر غول قدرتمندی وجود دارد که نابود کردن آن از بقیه دشمنان بازی سخت‌تر است. از مهم‌ترین زیرسبک‌های اکشن می‌توان به سکوبازی، مبارزه ای، بن‌بکش و... اشاره کرد.

سبک تیراندازی (Shooting)

ژانر تیراندازی در درجه اول روی مبارزه‌های با استفاده از سلاح‌های شلیکی مانند تفنگ و موشک تمرکز دارد. هدف اصلی بازیکنان در بازی‌های این سبک، شلیک کردن به دشمنان و پشت سر گذاشتن مراحل بازی بدون کشته شدن شخصیت اصلی است. این ژانر زیرسبک‌های مختلفی مانند تیراندازی اول‌شخص، تیراندازی سوم‌شخص، شوتم‌آپ، تیراندازی تاکتیکی و... دارد.

سبک ماجراجویی (Adventure)

سبکی است که در آن بازیکن‌ها هدایت شخصیت اصلی را در داستانی تعاملی بر عهده می‌گیرند و باید با جست‌وجو و حل معماهای متعدد، کار را پیش ببرند. داستان‌پردازی قوی، جست‌وجو و حل معما سه ویژگی اصلی و اساسی در بازی‌های این سبکی هستند. مبارزه‌ها و چالش‌های ژانر اکشن در بازی‌های ماجراجویی به‌ندرت دیده می‌شوند. بازی‌های این سبک مانند رمان‌های تصویری، ماجراهای جذاب و پرکشش دارد.

سبک استراتژی (Strategy)

استراتژی سبکی است که در آن فکر کردن و انتخاب طرح و نقشه درست برای دستیابی به پیروزی اهمیت بالایی دارد. در بیشتر بازی‌های استراتژی، بازیکن از نمای بالا کار را دنبال می‌کند و کنترل غیرمستقیمی روی واحدهای تحت فرمانش دارد. بازیکن‌ها باید با برنامه‌ریزی مجموعه‌ای از حرکات و حمله به یک یا چند دشمن، تعداد سربازان و نیروهای آنها را کاهش دهند تا در نهایت بر آنها غلبه کنند. در این بازی‌ها برای رسیدن به پیروزی باید با طرح‌ریزی دقیق و بی‌نقصی جلورفت و عناصر شناسی نقش کم‌رنگ‌تری را ایفا می‌کنند.

سبک شبیه‌سازی (Simulation)

در این سبک بازیکن‌ها تلاش می‌کنند تا فعالیت‌های مختلفی را که در دنیای واقعی انجام می‌شوند در قالب بازی ویدیویی بازسازی کنند که هدف از این کار می‌تواند سرگرمی، آموزش، پیش‌بینی یا هر چیز دیگر باشد. شبیه‌ساز ساخت‌وساز و مدیریت، شبیه‌ساز زندگی، شبیه‌ساز وسیله نقلیه، شبیه‌ساز پزشکی و... از جمله زیرسبک‌های این ژانر به حساب می‌آیند.

سبک ورزشی

بازی‌های ورزشی درست مثل ورزش‌های واقعی، حالت مسابقه‌ای و رقابتی دارند و با ارایه چالش‌های فیزیکی، دقت و سرعت عکس‌العمل‌های بازیکن را می‌سنجند و معمولاً داخل استادیوم یا زمین ورزشی انجام می‌شوند. همچنین بیشتر این بازی‌ها گزارشگر نیز دارند که صحنه‌های مختلف را برای بازیکن‌ها تفسیر و تشریح می‌کند. بازی‌های ورزشی قدیمی گرافیکی ساده و دوبعدی داشتند و ورزشکاران را بزرگ‌تر از حد معمول به نمایش می‌گذاشتند تا راحت‌تر دیده شوند، اما بازی‌های ورزشی کنونی با گرافیک سه‌بعدی و کیفیتی واقعی ارایه می‌شوند.^{۳۵}

سبک معمایی و چیستان‌ی

در این‌گونه بازی‌ها هدف حل مسأله فکری و هوشی، معمای ریاضی یا درست کردن جورچین (Puzzle) است.

شبکه اجتماعی

شبکه اجتماعی مجموعه‌ای از عموماً افراد یا سازمان‌ها (به تعبیر دقیق‌تر گره) هستند که به وسیله یک یا چند نوع خاص از وابستگی - مانند ایده‌ها و تبادلات مالی، دوست‌ها، خویشاوندی، لینک‌های وب و... - بهم متصل شده‌اند. در حال حاضر شش نوع شبکه اجتماعی در جهان وجود دارد:

شبکه‌های اجتماعی متن‌محور

در این نوع از شبکه‌ها، کاربران بیشتر از متن برای برقراری ارتباط با دیگران استفاده می‌کنند؛ «گوگل پلاس» و «فیس‌بوک» از مشهورترین شبکه‌های اجتماعی متن‌محور هستند.

شبکه‌های اجتماعی فیلم‌محور

در شبکه‌های اجتماعی فیلم‌محور، زبان برقراری ارتباط و سخن گفتن، فیلم است. یوتیوب و سایت داخلی آپارات از معروف‌ترین شبکه‌های فیلم‌محور هستند. «ویمئو»، «واین» و «دیلی‌موشن» از دیگر شبکه‌های این‌چنینی است.

شبکه اجتماعی تصویرمحور

در شبکه یادشده، کاربران با ارسال تصاویر با دیگران ارتباط برقرار می‌کنند و بیش از هر چیز از این ابزار برای انتقال اهداف خود استفاده می‌کنند. «اینستاگرام» و «فلیکر» از این دسته شبکه‌ها هستند.

شبکه اجتماعی موضوع‌محور

آنچه بیش از هر چیزی به ارتباط در این نوع شبکه جهت می‌دهد، موضوع شبکه است؛ یعنی مهم نیست که کاربران از چه ابزاری برای برقراری ارتباط استفاده می‌کنند، موضوع مورد بحث اهمیت دارد. این نوع از شبکه‌های اجتماعی بیشترین تنوع را دارند؛ برای مثال موضوعاتی مانند «کارایی»، «نگهداری از حیوانات خانگی»، «تجارت»، «همکلاسی‌های قدیمی»، «مسائل جنسی»، «ارتباط دختران و پسران» و... هر یک حداقل شبکه‌ای اجتماعی را به خود اختصاص داده‌اند. شبکه‌های «لینکدین»، «کلاسمیت»، «کناستر» و «داگاستر» از این نوع شبکه‌ها هستند.

شبکه‌های مخاطب‌محور

مخاطب مهم‌ترین دلیل به وجود آمدن این نوع شبکه است. شبکه اجتماعی «ئی‌نی فیس» با محور کودک و «مپرس» با محوریت زنان از جمله این شبکه‌ها محسوب می‌شوند.

شبکه‌های اجتماعی خدمات‌محور

در این نوع از شبکه‌ها، خدماتی مانند تماس صوتی و تصویری، سرگرمی، فروشگاه آن‌لاین، پیام‌رسانی و خدمات عمومی از قبیل کرایه تاکسی، تعیین وقت دکتر، پرداخت قبض برق و... ارائه می‌شود. از بین این نرم‌افزارها، آن دسته که امکان تماس صوتی یا تصویری ارائه می‌دهند در حقیقت همراه شما هستند و نه فقط یک شبکه اجتماعی، زیرا امکانات اپراتور تلفن همراه را اعم از تماس صوتی و تصویری، ارسال پیام و ارسال محتویات چندرسانه‌ای (همراه با قابلیت‌های بیشتر)، نمایش افرادی که در اطرافتان از این برنامه استفاده می‌کنند و تشکیل گروه‌های گوناگون را در اختیار دارند. این نوع از شبکه‌ها، در خارج از کشور «برنامه ارتباطی» نامیده می‌شوند.^{۳۶} در ادامه برخی از مهم‌ترین شبکه‌های اجتماعی و نرم‌افزارهای پیام‌رسان معرفی می‌شوند.

فیس‌بوک

فیس‌بوک (Facebook)، سرویس شبکه اجتماعی برخطی است که در سال ۲۰۰۴ میلادی از سوی «مارک زاکربرگ» و دوستانش «دوآردو سوری»، «اندرو مک‌کالم»، «داستین مسکوئیز» و «کریس هیوز» در دانشگاه هاروارد به وجود آمد. هم‌اکنون بیش از ۸.۱ میلیارد نفر عضو فیس‌بوک هستند که به گفته خود فیس‌بوک ۸.۷ درصد آنها کاربران جعلی هستند. فیس‌بوک در رتبه‌بندی وبگاه الکسا در میان ۱۰ وبگاه برتر و در رتبه دوم قرار دارد.

کاربران برای بهره‌گیری کامل از فیس‌بوک باید در آن نام‌نویسی کنند. پس از نام‌نویسی، امکان ایجاد نمایه شخصی، افزودن دیگر کاربران به فهرست دوستان، فرستادن و دریافت پیام و دریافت آگه‌سازی از تغییرات دوستان خود فراهم می‌شود. علاوه بر این موارد، پیوستن به گروه‌های مورد علاقه، یافتن همکاران، هم‌کلاسی‌ها، پسندیدن پست‌ها، بیان دیدگاه و دست‌بندی دوستان از امکانات دیگر این سیستم است. این وبسایت به چهل زبان دنیا قابل دسترس بوده و ۷۰ درصد از کاربران آن در خارج از ایالات متحده هستند.

فیس‌بوک در فوریه ۲۰۱۴ شرکت پیام‌رسانی «واتس‌آپ» را به قیمت ۱۹ میلیارد دلار خریداری کرد و در حال حاضر مالک هر دو شرکت است.

سایت فیس‌بوک در ابتدای ژوئیه ۲۰۱۵ اعلام کرد که دپارتمان هوش مصنوعی این شرکت، الگوریتم جدیدی را در خصوص تشخیص چهره آزمایش می‌کند که از طریق سیستم‌های پردازش تصویر (Processing Image) و هوش مصنوعی (AI) بدون اینکه تصویر صورت فرد در عکس مشخص باشد امکان تشخیص او را از روی ویژگی‌های کلیدی دارد. این امکان هم‌اکنون روی بیش از ۴۰ هزار تصویر آزمایش شده و نتیجه آن بیش از ۸۳ درصد تشخیص صحیح بوده است. همچنین این سایت اعلام کرد که پس از بررسی و اطمینان از صحت کارکرد این قابلیت به اپلیکیشن‌ها افزوده خواهد شد.

تابه حال انتقادهای زیادی به فیس‌بوک شده است؛ برای مثال مؤسس وبسایت «ویکی‌لیکس» می‌گوید: «فیس‌بوک تنفرآمیزترین ابزار جاسوسی است که تاکنون ایجاد شده است. هرکس که نام و مشخصات دوستان خود را به شبکه اجتماعی فیس‌بوک اضافه می‌کند باید بداند که به شکل رایگان در خدمت دستگاه‌های اطلاعاتی امریکاست و این گنجینه اطلاعاتی را برای آنها تکمیل می‌کند.» مؤسس فیس‌بوک مارک زاکربرگ است. وی جوان‌ترین میلیاردر جهان تا سال ۲۰۰۸ است که ثروت وی را بالغ بر ۱.۵ میلیارد دلار تخمین زده‌اند. برخی از متداول‌ترین اصطلاحات فیس‌بوک به شرح زیر است:^{۳۷}

پیج (Page)

هر شخص حقیقی و حقوقی می‌تواند صفحه‌ای را برای خود یا مؤسسه و... در فیس‌بوک ایجاد کند و اطلاعات مرتبط با خود یا سازمان متبوع خود را در این صفحه بگذارد تا در معرض دید بقیه کاربران قرار گیرد.

پروفایل (Profile)

پروفایل اطلاعاتی در مورد نویسنده و مالک صفحه در فیس‌بوک است. معادل این اصطلاح در فارسی «نمایه» است. پروفایل به صفحه‌ای اطلاق می‌شود که اطلاعاتی تکمیلی در مورد سن، جنس، محل سکونت، علایق شخصی و... مالک صفحه فیس‌بوک به دیگران می‌دهد.

لایک (like)

اعلام پسند هرکس در مورد یک پست در فیس‌بوک است. این دکمه زیر پست وجود دارد.

شیر (Share)

به معنی به اشتراک‌گذاری پستی است که کاربر دیگری در فیس‌بوک آن را ارسال کرده است.

کامنت (Comment)

نظر و دیدگاهی است که هرکس درباره پست در فیس بوک می نویسد.

گروپ (Groups)

گروه‌هایی است که شما عضو آن هستید.

تویتر

تویتر (Twitter) شبکه‌ای اجتماعی و سرویس ارائه‌دهنده میکرو بلاگ است که به کاربران اجازه می‌دهد تا ۱۴۰ حرف، پیام متنی را که توییت (Tweet) نامیده می‌شود، ارسال کنند. این شناسه به قدری نو بود که به سرعت بین کاربران اینترنت به محبوبیت رسید و بعدها قابلیت ارسال فیلم و عکس را نیز به خود اضافه کرد. هم‌اکنون تویتر در رتبه‌بندی وبگاه الکسا در میان ۱۰ وبگاه برتر و در رتبه هشتم قرار دارد. تویتر در مارس ۲۰۰۶ به وسیله «جک دورسی» ایجاد شد و در ژوئیه ۲۰۰۶ آغاز به کار کرد. این میکرو بلاگینگ در سال ۲۰۱۲ دارای ۵۰۰ میلیون کاربر بوده است که ۳۴۰ میلیون توییت در روز می‌فرستند و بیش از ۱۶ میلیارد جست‌وجو در آن انجام می‌شود. تویتر با فلسفه به اشتراک گذاشتن وضعیت افراد به دوستان و اطرافیان‌شان شروع به کار کرد، اما به مرور بسیار کاربردی شد و در خبررسانی به ابزار کاربردی مفیدی تبدیل شد. بنابراین شعار خود را از «چه کار می‌کنید؟» (What are you doing?) در نوامبر سال ۲۰۰۹ میلادی به «چه چیزی در حال رخ دادن است؟» (What is happening?) تغییر داد. به طور کلی در تویتر می‌توان نوعی برون‌ریزی اتفاقی ذهن را انجام داد؛ یعنی هر آنچه در اطراف در حال اتفاق افتادن است، به طور ناخودآگاه می‌تواند باعث شود تا توییتی به تویتر ارسال شود. تویتر و جابه‌جایی آزاد داده‌ها می‌تواند تأثیر مثبتی در جهان داشته باشد. از جمله محدودیت‌های تویتر می‌توان به ۲۵۰ پیام در روز، هزار توییت در روز، بیش از ۲ هزار نفر فالوینگ را نام برد.

معمولاً پیام‌های تویتری به صورت عمومی است، ولی کاربران می‌توانند پیام‌های خصوصی نیز ارسال کنند. تویتر اطلاعات قابل شناسایی و شخصی کاربرانش را جمع‌آوری کرده و با مشترکان دیگر سهیم می‌شود. این سرویس حق فروش این اطلاعات را به عنوان دارایی‌های خود در صورت تعویض مالکیت شرکت را دارد. هنگامی که تویتر برای کسی تبلیغی نمی‌کند، تبلیغ‌کنندگان می‌توانند کاربران را براساس سابقه توییت کردن‌شان مشخص کنند.

هم‌اکنون تعداد کاربران این وبگاه از مرز ۲۰۰ میلیون نفر گذشته است. در تویتر افراد مشهور بسیاری عضو هستند و دنبال‌کننده‌هایی میلیونی دارند؛ مانند «بیل گیتس»، «باراک اوباما» و بسیاری از افراد مشهور دیگر و همچنین خبررسانی‌های مشهور نیز در تویتر حساب کاربری دارند.

برخی اصطلاحات تویتر عبارتند از:

ترند (Trends)

موضوعات یا توییت‌هایی که در زمینه یا مبحث خاصی ارسال می‌شوند و بیشترین مشارکت‌کننده در واحد زمانی روز را دارد و با توجه به منطقه‌ای که انتخاب می‌شود کنار پروفایل تویتر نمایش داده می‌شود. ترندها یکی از پرکاربردترین ابزارهای تویتر به حساب می‌آید، به خصوص در زمینه اطلاع‌رسانی یا خبررسانی از طریق تویتر. معمولاً ترندهای مهم و روز و تیرهای خبرها در جست‌وجوهای گوگل به طور اختصاصی نمایش داده می‌شوند.

تگ یا هشتگ (Hashtag)

کلیدواژه‌ای که برای دسته‌بندی کردن توییت‌ها به کار می‌رود. در مواردی، بسیاری از کاربرها در مورد موضوع خاصی توییت ارسال می‌کنند که با اضافه کردن تگ به موضوع توییت‌رسانی، پیدا کردن و یافتن توییت‌هایی در آن مورد به‌خصوص به راحتی قابل دسترس باشد. تگ‌ها یکی از مهم‌ترین ابزارهای تویتر هستند که از سوی کاربران استفاده می‌شود. استفاده درست از تگ‌ها یکی از قوانین مهم تویتر به شمار می‌رود و توییت‌های نامرتبط با تگ‌رسانی اسپم شمرده می‌شوند.

اینستاگرام

اینستاگرام (Instagram) یا اینستا شبکه اجتماعی اشتراک‌گذاری عکس و ویدیو است که این امکان را به کاربران می‌دهد که عکس‌ها و ویدیوهایشان را در دیگر شبکه‌های اجتماعی نظیر «فیس‌بوک»، «توییتر»، «تامبلر» و «فلیکر» به اشتراک بگذارند. کاربران همچنین می‌توانند از فیلترهای دیجیتال برای عکس‌هایشان استفاده کنند. محدودیت اشتراک‌گذاری ویدیو در حال حاضر در اینستاگرام ۶۰ ثانیه است. اینستاگرام به وسیله «کوبین سیستم» و «مایک کرایگر» خلق و در اکتبر ۲۰۱۰ راه‌اندازی شد. این سرویس به سرعت محبوبیت کسب کرد و تعداد کاربران به بیش از ۳۰۰ میلیون کاربر تا دسامبر ۲۰۱۴ رسید. فیس‌بوک در آوریل ۲۰۱۲، اینستاگرام را به مبلغ یک میلیارد دلار (به صورت نقد و سهام) خریداری کرد. در سال ۲۰۱۳ اینستاگرام ۲۳ درصد رشد کرد، در حالی که فیس‌بوک به عنوان کمپانی مادر تنها ۳ درصد رشد را تجربه کرد. گفته می‌شود اگر اینستاگرام همین رشد را حفظ کند، از فیس‌بوک بزرگ‌تر خواهد شد. بین شبکه‌های مختلف اجتماعی، اینستاگرام نقش اصلی را در ذائقه‌سازی، معرفی سبک زندگی غیراسلامی و ترویج مدها و محصولات فرهنگی غربی ایفا می‌کند. برخی اصطلاحات اینستاگرام به شرح زیر است:

فیلتر (Filter)

هنگام ارسال تصویر می‌توان با استفاده از فیلترها، افکت یا جلوه بصری خاصی به آن عکس اضافه کرد و آن را هنرمندانه‌تر نشان داد.

فالو (follow)

به معنی دنبال کردن. منظور کاربران علاقه‌مندی است که به صورت مرتب پست‌های فرد دیگر را دنبال و مشاهده می‌کنند.

فید (Feed)

هنگامی که شخصی دیگر را دنبال می‌کند، وقتی فرد دوم، پست جدیدی ارسال می‌کند، آن پست در Feed نفر اول قرار می‌گیرد.

واتساپ

واتساپ (WhatsApp) برنامه پیامرسانی فوری برای تلفن‌های هوشمند است. این برنامه به وسیله شرکت سه‌لمی واتساپ ساخته شده است. مؤسس شرکت و سازنده این برنامه «یان کوم» است. واتساپ و نرم‌افزارهای شبیه آن امروزه با گسترش اینترنت همراه، جایگزینی برای پیامک یا پیام‌های متنی کلاسیک شده‌اند. واتساپ طبق اعلام خود در سال ۲۰۱۳ در سراسر جهان ۴۵۰ میلیون کاربر داشته که حداقل ماهی یکبار آن‌لاین بوده‌اند. در اوایل فوریه ۲۰۱۶ واتساپ اعلام کرد که تعداد مشترک‌های شبکه از مرز یک میلیارد نفر گذشت. علاوه بر قابلیت فرستادن متن ساده می‌توان فایل‌های رایانه‌ای مثل «پی‌دی‌اف»، «عکس»، «صوت» و «ویدیو» را از طریق واتساپ ارسال کرد. قرار است قابلیت انجام مکالمه ویدیویی به‌زودی روی این شبکه پیامرسانی راه‌اندازی شود.

واتساپ برای ایجاد ایمنی دادوستدهای بین کاربران از روش رمزگذاری سرتاسر استفاده می‌کند. رمزگذاری سرتاسر واتساپ وقتی امکان دارد که کاربران فرستنده و گیرنده پیام، آخرین نسخه واتساپ (از فروردین ۱۳۹۵ به بعد) را داشته باشند. به گفته کارشناسان با این روش و در حالت عادی (یعنی بدون دخالت بدافزارها) فقط دو طرف مکالمه می‌توانند آنچه را که ارسال می‌شود بخوانند. در این میان، شرکت ادعا کرده که حتی خود شرکت واتساپ قادر به خواندن آن نیست. به این دلیل است که پیام‌ها با قفل نرم‌افزاری محافظت شده‌اند و فقط فرستنده و گیرنده پیام کلید مخصوص باز کردن این قفل و خواندن آنها را دارند. برای حفاظت بیشتر، هر پیامی که ارسال می‌شود قفل و کلید خودش را دارد. همه اینها به صورت خودکار اتفاق می‌افتد و نیازی به انجام تنظیمات خاص یا چت مخفی برای امن بودن پیام‌ها نیست. شایان ذکر است که واتساپ در اواسط سال ۱۳۹۴ از نسخه فارسی سایتش رونمایی کرد. این پیامرسان در حال حاضر با احتساب فارسی، ۴۶ زبان را پشتیبانی می‌کند.

برخی اصطلاحات واتساپ به شرح زیر است:

استاتوس (Status)

به معنی وضعیت کاربر است که آیا هم‌اکنون به صورت برخط و آن‌لاین در نرم‌افزار در دسترس است یا خارج از نرم‌افزار به سر می‌برد.

لست سین (last seen)

بیانگر آخرین ساعت و تاریخی است که کاربر در نرم‌افزار به صورت آن‌لاین حضور داشته است.

بلاک (Block)

به معنی مسدود کردن امکان ارسال و دریافت پیام از سوی کاربرانی است که کاربر قصد قطع ارتباط با آنها را دارد.

وایبر

نرم‌افزار مالکیتی چندسکویی پیام‌رسان فوری صدا روی پروتکل اینترنت برای تلفن‌های هوشمند است که به وسیله شرکت وایبر توسعه داده شده است. علاوه بر پیام‌رسانی متنی، کاربران می‌توانند به تبادل تصویر، ویدیو و پیام‌های رسانه‌ای بپردازند. قابلیت‌های اصلی این برنامه روی سیستم‌عامل «اندروید»، «ویندوزفون» و IOS مکالمه به وسیله اینترنت، ارسال عکس، شکلک و ارسال متن است. این برنامه کاملاً رایگان در اختیار کاربران قرار گرفته است. برای ثبت‌نام در این برنامه باید شماره تلفن همراه شخص به آن اعلام شود و به وسیله پیام کوتاهی، کد ورود به برنامه به کاربر اعلام می‌شود. همچنین کاربران می‌توانند به وسیله همان تلفن همراه برنامه را روی رایانه شخصی یا تبلت‌شان نصب کنند و به صورت اشتراکی از این برنامه در همه جا از آنها استفاده کنند. وایبر با استفاده از دفترچه تلفن موجود در تلفن همراه، سایر افرادی را که نرم‌افزار فوق را نصب کرده و در دفترچه تلفن قرار دارند شناسایی کرده و آنها را در فهرست دوستان در نرم‌افزار فوق قرار می‌دهد. نسخه جدید این نرم‌افزار اجازه اضافه کردن شکلک‌های جدیدی را نیز به کاربران می‌دهد. برخی از این شکلک‌ها با پرداخت هزینه قابل دریافت و برخی نیز رایگان هستند.

مدل چرخه سرمایه شرکت نامعلوم است؛ این شرکت هیچ درآمدزایی‌ای ندارد، اما در سال ۲۰۱۳ اعلام کرد اقدام به فروش شکلک در نرم افزار خود می‌کند. تأمین سرمایه این شرکت از سوی سرمایه‌گذاران شخصی است که «تلمن مارکو» آنها را «دوستان و خانواده» نامیده است. البته وایبر به وسیله چهار همکار یهودی تأسیس شد: تلمن مارکو، «یگور مگزینیک»، «سانی مارولی» و «ووفر اسمچا». مارکو مدیرعامل شرکت است که چهار سال در ارتش رژیم صهیونیستی مشغول به کار بوده است و از دانشگاه تل‌آویو فارغ‌التحصیل شده است. در ۱۴ فوریه ۲۰۱۴ وایبر از سوی شرکت «زاکوتن» به قیمت ۹۰۰ میلیون دلار خریداری شد. پیش از فوریه ۲۰۱۴، بیشتر سهام این شرکت را خانواده ای یهودی به نام «شباتای» (۵۵,۲ درصد) و تلمن مارکو (۱۱,۴ درصد) و نیز شرکتی امریکایی به نام IRS وست (۱۲,۵ درصد) در اختیار داشته‌اند.

همچنین به نرم‌افزار وایبر به دلیل محافظت ضعیف از داده‌ها انتقاد شده است. وایبر داده‌ها را به صورت گسترده جمع‌آوری می‌کند که بسیار بیشتر از مقدار دیگر نرم‌افزارهای مشابه مانند اسکایپ است؛ هم اطلاعات کاربران سرویس اسکایپ و هم غیر کاربران این سرویس مانند اطلاعات شماره تلفن‌های گوشی کاربر، بیرون از وایبر. بسیاری از این داده‌ها بدون رضایت و اطلاع کاربران جمع‌آوری می‌شود که «قوانین محافظت از داده» اتحادیه اروپا را نقض می‌کند. همچنین شرکت وایبر مشخص نکرده است که چه هنگام و برای چه مقاصدی از داده‌های جمع‌آوری شده استفاده می‌کند و این داده‌ها در اختیار چه کسانی قرار می‌گیرند. ایراد دیگر این نرم‌افزار که البته در نرم افزارهای دیگر هم کم‌وبیش وجود دارد این است که همه اطلاعات موجود در دفتر تلفن را استخراج می‌کند و روی سرورهای خود قرار می‌دهد. برای نمونه وایبر هنگام نصب درخواست می‌کند که به نرم‌افزار توانایی‌های گسترده شامل تغییر پرونده‌های روی دستگاه داده شود. همچنین اخبار و گزارش‌هایی وجود دارد که نرم‌افزار به شماره تلفن‌ها، پیامک‌ها، شماره‌های تماس گرفته کاربر، حتی آنهایی که جزو نرم‌افزار نیستند، دسترسی پیدا می‌کند و توانایی این را دارد که موقعیت جغرافیایی کاربران را تشخیص دهد و به صوت‌ها، عکس‌ها و فیلم‌های ضبط‌شده کاربر دسترسی پیدا کند. وایبر همچنین می‌تواند همه پرونده‌های روی گوشی تلفن و حتی تنظیمات کاربر و برنامه‌های نصب‌شده او را ببیند. بنا بر اظهارات وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی در ۱۳۹۳، بیش از ۱۰ میلیون ایرانی عضو این شبکه اجتماعی بودند. بنا به گزارش الکسا اینترنت، کاربران داخل ایران بزرگ‌ترین درصد بازدیدکنندگان از شبکه وایبر دات کام بودند و ایرانی‌ها بیش از ۱۷ درصد از کاربران این شبکه را تشکیل می‌دادند. شبکه رایگان وایبر با توجه به اشتباه‌های سیری‌ناپذیر کاربران ایرانی به طنز، به صورت وسیله‌ای برای ردوبدل کردن تازه‌ترین لطیفه‌ها درآمده بود.

نوتیفیکیشن (Notifications)

به معنی اعلان‌ها، بیانگر آخرین اتفاق‌ها، پیام‌ها و رخداد‌های انجام‌شده به وسیله دوستان در وایبر است. به این ترتیب که هنگامی که فردی پیغامی از دوستانش دریافت می‌کند در منوی بالای اندروید یک آگه‌ساز برای وی نمایش داده می‌شود.

تلگرام

تلگرام، یک نرم‌افزار پیام‌رسان است که به شکل متن باز (قابل تغییر توسط برنامه‌نویسان) ارائه شده است. کاربران می‌توانند پیام‌ها، تصاویر، ویدیوها و اسناد (انواع پرونده‌ها پشتیبانی می‌شوند) خود را رمزنگاری شده تبادل کنند. تلگرام در تبلت‌ها، موبایل‌ها و دستگاه‌های بدون وای‌فای هم در دسترس است. موفقیت عجیب این نرم‌افزار طی دو سال گذشته دور از انتظار بوده و هم‌اکنون به فراگیرترین پیام‌رسان بین ایرانیان تبدیل شده است.

کاربران نرم‌افزار امکان تبادل پیام، عکس، ویدیو و فایل تا حجم ۱.۵ گیگابایت را دارند. تلگرام نسخه رایانه‌ای خود را نیز ارائه داده که با این امر، کار برنامه‌نویسان برای کدنویسی برنامه‌های جانبی تلگرام (ربات‌ها) را راحت‌تر کرده است. دیگر آنکه همه نرم‌افزارهای رسمی تلگرام (و چند نرم‌افزار غیررسمی) متن‌باز هستند که ویژگی تقریباً منحصربه‌فردی بین همه نرم‌افزارهای پیام‌رسان است؛ البته مدیر این نرم‌افزار گفته است که سرور نرم‌افزار آزاد نیست، زیرا معماری تلگرام نیاز دارد دوباره طراحی شود تا به سرورهای مستقل اجازه دهد مانند یک ابرتلگرام متحد کار کند.

مدیر سایت تلگرام «پاول دروف» و برادرش «یکولای» بوده که مدیر سابق شبکه اجتماعی «وی‌کی»، بزرگ‌ترین شبکه اجتماعی دنیا بعد از فیس‌بوک است که به «زاکربرگ روسی» یا «زاکربرگ دوم» معروف است.

مهم‌ترین امکانات تلگرام امکان ایجاد گروه بین کاربران، کانال‌های اطلاع‌رسانی و ربات‌ها است که این اصطلاحات در ادامه معرفی می‌شوند.

گروه

گروه‌ها یکی از بخش‌های اصلی پیام‌رسان تلگرام است، به صورتی که کاربران می‌توانند با پیوستن به گروه‌ها به صورت چند طرفه با دیگران ارتباط برقرار کنند. گروه‌های اولیه قابلیت ۲۰۰ عضو را داشتند، ولی بعدها تلگرام با انتشار به‌روزرسانی‌های جدیدتر قابلیت ارتقای گروه عادی به سوپرگروه و افزایش اعضا را از ۲۰۰ به ۵۰۰ و سپس به ۵هزار نفر را در دسترس همگان قرار داد؛ البته در آخرین به‌روزرسانی، مدیران گروه‌ها می‌توانند پیام سنجاق‌شده را در بالای گروه‌ها قرار دهند که به آن اطلاعیه نیز گفته می‌شود و از دیگر موارد می‌توان به اضافه شدن قابلیت انتخاب شناسه برای گروه‌ها و ساخت گروه‌های عمومی اشاره کرد که قابلیت جست‌وجوی گروه‌ها براساس شناسه را برای کاربران فراهم می‌کند.

کانال

کانال امکان جدیدی است که در تلگرام اضافه شده است. کانال تلگرام مسیر یک‌طرفه‌ای است که فقط مدیران کانال (به انگلیسی آدمن) می‌توانند در آن پست‌های دلخواه را برای اعضای کانال منتشر کنند و بقیه اعضا امکان اضافه‌کردن پست در آن را ندارند. برخی از ویژگی‌های کلی کانال در تلگرام به این شرح است:

۱. امکان عضوگیری نامحدود
۲. امکان انتخاب چند مدیر: افزودن مدیر به گروه تلگرام امکان پذیر نیست ولی برای کانال می‌توانید مدیر اضافه کنید.
۳. قابلیت حذف پیام: در گروه پیام ارسالی به هیچ وجه حذف نمی‌شود ولی در کانال مدیر می‌تواند پیام را هم حذف کند.
۴. تعداد مشاهده: چند نفر مطلب ارسالی شما را خوانده‌اند؟ در گروه این قابلیت وجود ندارد ولی در کانال تلگرام تعداد خواندن پیام‌ها نمایش داده می‌شود؛ آن هم برای تک تک اعضا.
۵. لینک عمومی و منحصر به فرد: شما می‌توانید کانالی داشته باشید که عمومی باشد و مخاطبین عمومی برای خود جذب کنید.
۶. پیام آراردهنده عضویت و ترک گروه وجود ندارد: در کانال، اگر کسی خارج شود یا بپیوندد هیچ پیامی برای سایر افراد نمی‌رود و این‌گونه مزاحمت نسبی کمتری هم دارد.
۷. غیر قابل مشاهده بودن اعضا: اعضا نمی‌توانند اعضای دیگر را ببینند! چیزی که در گروه خیلی‌ها را آزار می‌داد؛ در کانال فقط مدیر می‌تواند اعضا را ببیند.
۸. عدم امکان چت برای اعضا در کانال

ربات

ربات‌ها ویژگی‌ای هستند که از سوی تلگرام ارائه می‌شود. کاربران به وسیله ربات‌ها می‌توانند قابلیت‌های نرم‌افزار را چندبرابر کنند. کاربران به وسیله ربات‌ها می‌توانند اتصالی را بین وبسایت‌های خبری‌شان و هسته اصلی تلگرام ایجاد کنند تا از این طریق اخبار را به صورت مستقیم به ربات‌شان بیفزایند. ربات‌ها همچنین قابلیت‌های فراوان دیگری نیز دارند؛ از جمله جست‌وجوی تصاویر، فیلم‌ها، اسناد، گیف‌ها، سرگرمی (بازی، لطیفه، داستان و...)، ترجمه و غیره.

اسکایپ

اسکایپ (Skype) نرم‌افزاری کاربردی است که به کاربر اجازه می‌دهد به وسیله صدا روی پروتکل اینترنت تماس تلفنی برقرار کنند. تماس تلفنی و ویدیویی بین کاربران اسکایپ کلاً رایگان است و برای تماس با تلفن ثابت و موبایل نیاز به خرید اعتبار است. همچنین این برنامه امکانات مختلف دیگری مانند پیام‌رسان فوری، انتقال فایل، ویدیو کنفرانس و پست صوتی را در اختیار کاربران قرار می‌دهد. برنامه اسکایپ تا پایان سال ۲۰۰۹ میلادی بیش از ۵۰۰ میلیون کاربر داشته است. شرکت پشتیبانی‌کننده این شبکه به نام Group Skype در سال ۲۰۰۵ به وسیله شرکت ebay خریداری شد و در سال ۲۰۱۱ مایکروسافت اسکایپ را به قیمت ۸٫۵ میلیارد دلار خرید. مقر اصلی این شرکت در لوکزامبورگ است و شعبه‌هایی نیز در لندن، پاریس، تالین و پراگ دارد. اسکایپ برخی خدماتش را به صورت رایگان در اختیار کاربران قرار می‌دهد. برخی از این خدمات رایگان عبارتند از: تماس با شماره‌های رایگان، تماس با بقیه کاربران اسکایپ و تماس گروهی به وسیله صوت، تصویر و نوشته با بقیه کاربران اسکایپ.

لاین

لاین (Line) نرم‌افزار کاربردی پیام‌رسان فوری مخصوص تلفن‌های هوشمند و رایانه‌های شخصی است. لاین به کاربران این امکان را می‌دهد تا با یکدیگر به تبادل پیام‌های متنی، عکس، ویدیو و موسیقی (در نسخه PC) بپردازند. لاین همچنین امکان برقراری تماس صوتی و تصویری را از طریق بسترهای اینترنتی (Voip) برای کاربران فراهم می‌کند. لاین در سال ۲۰۱۱ در ژاپن راه‌اندازی شد و در دو سال به بزرگ‌ترین شبکه اجتماعی ژاپنی تبدیل شد، به صورتی که در نوامبر ۲۰۱۳ تعداد کاربران آن در سطح جهانی به مرز ۳۰۰ میلیون نفر رسید که از این تعداد ۵۰ میلیون آن را ژاپنی‌ها تشکیل می‌دادند.

لاین در ابتدا برای گوشی‌های هوشمند اندروید و IOS ارائه شد، ولی بعداً در اوت ۲۰۱۲ نسخه مربوط به گوشی‌های «بلک‌بری» نیز عرضه شد. نسخه ویندوزفون نیز یک سال بعد و در سال ۲۰۱۳ برای کاربران ارائه شد. مهم‌ترین تفاوت لاین با دیگر نرم‌افزارهای پیام‌رسان، امکان ایجاد صفحه شخصی و پروفایل برای هر کاربر است.

فصل چهار

با احتیاط برانید

آسیبها و تهدیدهای فضای مجازی

کاهش ارتباطات انسانی^{۳۸}

در اینکه استفاده افراطی و وسواس‌گونه از فضای مجازی منجر به آسیب‌های مفرط فردی و روانی می‌شود، تردیدی نیست. از منظر اندیشمندان صرف بخش قابل‌توجهی از وقت در ارتباطات مجازی باعث اضطراب، افسردگی، بی‌حوصلگی، پرخاشگری و فردگرایی می‌شود.^{۴۰}

انزوای اجتماعی

تحقیقات متعدد انجام‌شده داخل و خارج از کشور مؤید این موضوع است که استفاده افراطی و وسواس‌گونه از فضای مجازی منجر به افسردگی، انزوای اجتماعی، کاهش ارتباطات خانوادگی، کاهش فعالیت‌های خارج از خانه، شرکت نکردن در مجامع عمومی، اضطراب، کاهش عزت‌نفس، بدبینی، نارضایتی از ظاهر، پرخاشگری، رفتارهای ضداجتماعی، هیجان زیاد، افزایش رفتارهای پرخطر جنسی، تنوع‌طلبی جنسی، افزایش رویکرد مثبت به رفتارهای ضداجتماعی و غیراخلاقی و... می‌شود. ولی چنان‌چه استفاده از فضای مجازی افراطی نباشد، باز هم بر روان فرد تأثیر منفی خواهد گذاشت؟ در این زمینه بین نتایج تحقیقات اختلاف وجود دارد.

احساس تنهایی

در مجموع نگاه روان‌شناسان به فضای مجازی این‌گونه است که این رسانه تأثیری منفی بر فرد دارد؛ برای مثال «کرات» و همکاران در پژوهشی، اینترنت را همچون رسانه‌ای محدود و جانشینی نه‌چندان مطمئن برای زندگی واقعی در نظر گرفته‌اند که به احساس تنهایی و افسردگی منجر می‌شود. «کاپلان» به این نتیجه رسید که افراد معتاد به اینترنت ویژگی‌هایی چون احساس تنهایی، کم‌رویی، کناره‌گیری اجتماعی و افسردگی دارند و افراد وابسته به اینترنت از نظر واکنش‌های اجتماعی در سطح پایین‌تری نسبت به افراد غیروابسته به اینترنت قرار دارند. «سندرز» و همکارانش نشان دادند نوجوانانی که از اینترنت استفاده زیادی می‌کنند، ارتباط و تماس‌شان با والدین کاهش می‌یابد و همچنین از نظر اجتماعی گوشه‌گیر و کناره‌گیر می‌شوند.

۸

در دین اسلام بر ضرورت ارتباط با خانواده و برادران دینی تأکید زیادی شده است و نفس دوست زیاد داشتن ممدوح است؛
یا بُنَى اتَّخَذَ صَدِيقًا وَ أَلْفٌ قَلِيلٌ وَ لَا تَتَّخِذْ عَدُوًّا وَاحِدًا وَ الْوَاحِدُ كَثِيرٌ؛ (امالی (صدوق) ص ۶۶۹ - بحار الأنوار ج ۱۳، ص ۴۱۴، ح ۴)
«فرزندم هزار دوست بگیر که هزار دوست هم کم است و یک دشمن بگیر که یک دشمن هم زیاد است.»

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

رُزُّ فِي اللَّهِ أَهْلَ طَاعَتِهِ (غرالحکم، ص ۳۹۳، ح ۴۷، امیرالمؤمنین علیه‌السلام)

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

مَنْ زَارَ أَحَدَهُ فِي اللَّهِ قَالَ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ يَا أَيُّ زُرْتُمْ وَ تَوَابِكُمْ عَلَيَّ وَ لَسْتُ أَرْضَى لَكَ تَوَابًا دُونَ الْجَنَّةِ (کافی، ج ۲، ص ۱۷۶، ح ۴، 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:

التَّوَابِلُ بَيْنَ الْإِخْوَانِ فِي الْحَضَرِ التَّرْوَرُ وَ فِي السَّفَرِ التَّكَاتُبُ (تحف العقول، ص ۳۵۸، 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.

داده‌هایی نیز وجود دارند که نشان می‌دهند درصدی از افرادی که از افسردگی رنج می‌برده‌اند توانسته‌اند با استفاده از فضای مجازی این احساس را کاهش دهند. تحقیقات بیشتر نشان داده است که این مسأله بیشتر در مورد افرادی مشاهده شده است که افسردگی آنها حاصل از فقدان عزت‌نفس و خودپنداری پایین یا به دلیل ترس از طرد شدن از سوی جامعه بوده و استفاده از اینترنت برای غلبه بر مشکلات بین فردی زندگی بوده است.

راه فرار از مشکلات

«اندرسون» بیان می‌کند که فرد، ارتباط با اینترنت را به عنوان راه فرار از مشکلات واقعی یا خلاص شدن از احساس کسالت و ملال خود، رهایی از احساس درماندگی، گناه، تنهایی، اضطراب یا افسردگی می‌داند و از آن استفاده می‌کند. تحقیقات انجام‌شده در ایران روی دانش‌آموزان نشان می‌دهد بین میزان استفاده از فضای مجازی برای مصارف اجتماعی و میزان بزرگ بودن محیط آموزشی همبستگی وجود دارد. به این معنی که هرچه فضای آموزشی بزرگ‌تر باشد، استفاده از فضای مجازی بیشتر خواهد بود. تحقیق دیگری نشان می‌دهد که هرچه میزان تنهایی ادراک‌شده فرد در مدرسه بیشتر باشد، استفاده او از فضای مجازی بیشتر می‌شود. در تفسیر این دو تحقیق می‌توان گفت که با افزایش تعداد دانش‌آموزان مدرسه، احساس حمایت اجتماعی ادراک‌شده از سوی فرد کاهش می‌یابد و احتمال بیشتری وجود دارد که فرد تلاش کند تا این حمایت عاطفی را از محیطی مجازی به دست آورد. در بررسی شبکه‌های اجتماعی نیز مشخص شده است که «فیس‌بوک» کاربر را دچار احساس غم و افسردگی می‌کند. بیشتر افراد از شبکه‌های اجتماعی برای بیان جنبه‌های خوب و مثبت زندگی استفاده می‌کنند و این امر باعث می‌شود واقعیت‌های زندگی آنها که شاید چندان خوب و شیرین نباشد، از چشم بقیه پنهان بماند.

افزایش استرس و ناخوشنودی از خود

از آنجایی که افراد در فیس‌بوک همیشه در حال دیدن قسمت‌های خوب و شاد زندگی دیگران هستند، در صورتی که فرد، پیش‌زمینه افسردگی را داشته باشد، ممکن است در مواجهه با مشکلات زندگی، دست به مقایسه زندگی خود با خوشی دیگران بزند و دچار غم و ناامیدی شده و در موارد شدید به افسردگی دچار شود. فیس‌بوک باعث می‌شود برخی کاربران از ظاهرشان راضی نباشند به نظر می‌رسد وقتی افراد عکس‌های دیگران را می‌بینند، نقاط ضعف ظاهر خود را بزرگ‌تر از آنچه هست می‌بینند و حتی برخی از عکس گرفتن و جلوی دوربین ایستادن با دیگران خودداری می‌کنند. فیس‌بوک به کاربرانش استرس وارد می‌کند. هدف اصلی فیس‌بوک برقراری ارتباط و دوستی با کاربران دیگر است، ولی گاهی درخواست های دوستی افراد از یکدیگر آنها را دچار استرس می‌کند. تحقیقات نشان می‌دهد ۶۳ درصد افراد پاسخ به درخواست دوستان را به تأخیر می‌اندازند. از هر ۱۰ نفر سه نفر بارد کردن درخواست دوستان دچار عذاب‌وجدان می‌شوند و ۱۲ درصد اصلاً دوستی ندارند. مطالعه دیگر نشان می‌دهد کسانی که درخواست‌شان در فیس‌بوک رد می‌شود، همان‌قدر ناراحت و آزرده می‌شوند که پذیرفته نشدن در زندگی واقعی آنها را ناراحت می‌کند.

باید به این نکته توجه داشت که استفاده از فضای مجازی به دلیل نداشتن خطرهای رابطه‌های حقیقی، ایمن‌تر به نظر می‌رسد. به همین دلیل افرادی که افسرده یا مضطرب هستند و تمایلی به چالش با مشکلات حقیقی از خود نشان نمی‌دهند، احتمال بیشتری دارد که این نوع ارتباط را بر رابطه‌های حقیقی ترجیح دهند و در نتیجه به این فضا اعتیاد پیدا خواهند کرد.

در همین زمینه، «زیملاردو» در تحقیقی که درباره رایانه و بازی‌های رایانه‌ای انجام داد به این نتیجه رسید که در مجموع استفاده از رایانه و بازی‌های رایانه‌ای ممکن است نیازهای طبیعی موجود در تعاملات اجتماعی را برآورده کند و در نتیجه به انزوای اجتماعی منجر شود. به این معنی که اگر نیازهای طبیعی فرد مانند نیاز به کسب توجه و ارتباط، از راه‌های دیگری غیر از مسیر طبیعی خود برآورده شود، ممکن است فرد را به این سمت هدایت کند که برای تأمین نیازهایش به دنبال راه‌های طبیعی نباشد یا تأمین این نیازها را به تأخیر بیندازد. مانند فردی که با تغذیه از اسنک (هله‌هوله)، احساس سیر بودن می‌کند و دیگر برای پاسخ به نیازهای طبیعی بدن، به دریافت انرژی و مصرف سایر مواد مغذی اقدام نمی‌کند.

برآوردن نیازهای طبیعی از راه‌های غیرطبیعی

باید به این نکته توجه داشت که برآوردن نیازهای طبیعی همانند کسب توجه اگر از راه‌های طبیعی که مصاحبت اجتماعی است، برآورده نشود، احتمال بیشتری وجود دارد که خطر طرد شدن و آسیب دیدن را دربرداشته باشد. این خطر در فضای مجازی به مراتب کمتر است و افراد با سطح روان‌رنجوری بالا ترجیح می‌دهند روش فعلی کم‌خطرتر را انتخاب کنند. ولی ارتباطات در فضای مجازی به هیچ‌عنوان تأمین‌کننده همه نیازهای ناشی از رابطه کامل نیست، همان‌گونه که اسنک (هله‌هوله) تأمین‌کننده ویتامین‌ها و پروتئین کافی برای بدن نیست و تنها احساس گرسنگی را کاهش می‌دهد. مثال دیگر در این زمینه افرادی هستند که به تماشای مطالب پورنوگرافی اعتیاد پیدا کرده‌اند.

تحقیقات «مسهودنیا» نشان می‌دهد که استفاده بیشتر افراد از اینترنت، میزان بروز اضطراب و بی‌خوابی را در افراد افزایش می‌دهد. مطالعه «برانی» و همکاران نشان داد که اضطراب هم به‌عنوان برآیند و نتیجه استفاده جبری از اینترنت و هم یک عامل خطر برای استفاده از آن است. به بیان دیگر آنها نشان دادند که مشکلات روانی مانند اضطراب نه‌تنها نتیجه بلکه علت استفاده ناسازگارانه از اینترنت است. توجه به این نکته ضروری است که اثر خصوصیات شخصیتی و استفاده از فضای مجازی بر یکدیگر دوسویه است. افراد افسرده از فضای مجازی استفاده بیشتری می‌کنند و افرادی که از فضای مجازی استفاده زیادی می‌کنند دچار افسردگی می‌شوند.

افراد منزوی برای التیام بخشیدن به احساس تنهایی‌شان از فضای مجازی استفاده بیشتری می‌کنند و هرچه فرد استفاده بیشتری از فضای مجازی کند، انزوای اجتماعی وی بیشتر خواهد شد.

افراد مضطرب از فضای مجازی به جای راهبردی هیجان‌مدار برای منحرف کردن تمرکزشان از مشکل استفاده می‌کنند که در زمان کوتاه مدت بسیار مؤثر است، ولی در بلندمدت این راهبرد می‌تواند تبدیل به روشی برای فرار از مشکلات شود و به همین دلیل فرد نسبت به استفاده از این راهبرد احساس اجبار و اعتیاد می‌کند.

از آنجایی که استفاده از فضای مجازی استعداد بالایی را برای تبدیل شدن به فعالیتی مصرفی دارد، همانند همه رفتارهای مصرفی تبدیل به چرخه‌ای معیوب می‌شود و در نهایت فرد نسبت به استفاده از آن احساس اجبار می‌کند و در صورت عدم دسترسی، اضطراب و ناراحتی شدیدی در خود احساس می‌کند. تحقیقات متعدد روی احساس اجبار برای استفاده از فضای مجازی یا نوموفوبیا^۴ نیز این موضوع را تأیید می‌کند.

اعتیاد اینترنتی

آسان شدن و هزینه پایین دسترسی و تنوع و جذابیت بالای سرویس‌های فضای مجازی باعث شده است کاربران زمان قابل توجهی از اوقات روزانه‌شان را در این فضا سپری کنند و رفته‌رفته دچار اعتیاد اینترنتی شوند. مطابق آماری که در سال ۲۰۱۳ ارائه شده است، ۴۲۰ میلیون معتاد اینترنتی در جهان وجود دارد و حتی در برخی کشورها از جمله چین مراکز ترک اعتیاد اینترنت تأسیس شده است.^{۴۲}

اعتیاد به فضای مجازی یا استفاده جبری از فضای مجازی به عنوان الگویی از استفاده تعریف می‌شود که با ویژگی‌هایی مانند نداشتن کنترل، اشتغال ذهنی، تعارض، علائم انزوا و استفاده از اینترنت به عنوان راهبردی مقابله‌ای مشخص می‌شود.

این اعتیاد می‌تواند منفعل (مثل استفاده از تلویزیون که فرد تنها مصرف‌کننده است و در محتوا دخالتی ندارد) یا فعال (مانند استفاده از اینترنت، چت، بازی‌های رایانه‌ای) باشد. فعالیت‌های انجام‌شده در افراد معتاد به فضای مجازی، شامل چت، تبادل پیام، استفاده از فیس‌بوک، فعالیت‌های جنسی از قبیل مشاهده تصاویر پورنوگرافی و سکس‌چت، قماربازی اینترنتی، خرید افراطی اینترنتی، حک و وبگردی بی‌هدف می‌شود.

محققان آسیب‌های بسیاری برای استفاده اعتیادگونه از فضای مجازی مشاهده کرده‌اند؛ از جمله کیفیت زندگی پایین، افسردگی، اضطراب، انزوای اجتماعی و غیره.^{۴۳}

تحقیقات انجام‌شده نشان می‌دهد در چین ۱۱ درصد، یونان ۱۸ درصد، کره جنوبی ۳۰ درصد و تایوان ۵ درصد از افراد اعتیاد به اینترنت دارند.

میزان اعتیاد به اینترنت در ایران ۸٫۹ درصد برآورد شده است که نسبت به آمارهای جهانی نرخ پایین‌تری دارد.^{۴۴} آمارهای ایران و جهان نشان می‌دهد اعتیاد به اینترنت بین دختران بیشتر از پسران است، همچنین با کاهش سن، میزان استفاده از اینترنت و اعتیاد به اینترنت افزایش می‌یابد. برای مثال پیمایش ملی انجام‌شده در ایالات متحده نشان می‌دهد دانش‌آموزان بیش از دانشجویان از فیس‌بوک استفاده می‌کنند.^{۴۵}

تحقیقات انجام‌شده در ایران نشان می‌دهد اعتیاد به اینترنت بین دانشجویان کارشناسی بیش از دانشجویان کارشناسی ارشد است. به طور کلی بین استفاده از فیس‌بوک و سن همبستگی منفی وجود دارد. هرچه سن کاربران بیشتر گزارش شده است، میزان استفاده از این شبکه کمتر گزارش شده است.^{۴۶} همچنین میزان اعتیاد به اینترنت بین رشته‌های فنی بیش از رشته‌های علوم انسانی است. به نظر می‌رسد با افزایش سن و تجربه استفاده از فضای مجازی، سواد رسانه‌ای فرد بالاتر می‌رود و میزان اثرگذاری منفی فضای مجازی بر افراد نیز کاهش می‌یابد.

علاوه بر تأثیراتی که فضای مجازی روی فرد می‌گذارد، روابط اجتماعی را نیز تا حد زیادی تحت تأثیر خود قرار داده است. یکی از جنبه‌های مهم تأثیر فضای مجازی بر ارتباطات اجتماعی، کانون خانواده است.

«سندرز» و همکاران نشان دادند که استفاده زیاد از اینترنت در نوجوانان علاوه بر اینکه به طور کلی باعث گوشه‌گیری و کناره‌گیری آنها می‌شود، به تدریج ارتباط و تماس آنان را با والدین کاهش می‌دهد.

۲

خوراکیان، خبرگزاری دانشجو، کد خبر: ۵۱۰۱۰۰

۳

کاپلان، ۲۰۰۲؛ یانگ، ۱۹۹۹؛ مسعودنیا، ۱۳۹۰

۴

حسینی بهشتیان، ۱۳۹۰

۵

به نقل از کیا و نوری مرادآبادی، ۱۳۹۱

۶

والنزوتلا و همکاران، ۲۰۰۹

یکی از مهم‌ترین آسیب‌های فضای مجازی افت عملکرد تحصیلی^{۴۸} و افت عملکرد شغلی^{۴۹} است و دلیلش این است که مغز هنگام کار با اطلاعات الکترونیکی در زمینه‌های تمرکز، تفکر، تلخیص وازگان، دسته‌بندی مطالب، استدلال و استنتاج، نقد و انتقاد و تخیل دچار ضعف می‌شود.

مواجهه با گستردگی مطالب در مدت زمان کم باعث آسیب رسیدن به سلول‌های مغز می‌شود. همچنین پژوهشگران اثبات کرده‌اند که فضای مجازی بلوغ فکری و عقلی را در کودکان به تأخیر می‌اندازد.

تسریع در ارتباطات بین مراکز علمی و پژوهشگران

در اواخر دهه ۱۹۸۰، پژوهشگران درباره کارایی کاربرد فضای مجازی در آموزش مطالعه کردند. همه این پژوهش‌ها نشان داد که کاربرد فضای مجازی می‌تواند تأثیرات مثبتی در موفقیت آموزشی در سطوح ابتدایی تا دانشگاهی داشته باشد. برای افرادی که در مناطق دورافتاده زندگی می‌کنند، افرادی که ناتوان حرکتی هستند و آنان که به لحاظ عاطفی نمی‌توانند در پی حمایت رودرروی هم‌تایان باشند، ظهور و گسترش فضای مجازی فرصت کم‌نظیری بود تا بتوانند از امکانات آموزشی مناسبی استفاده کنند، همچنین افرادی که در بیمارستان‌ها یا سایر مراکز درمانی و حمایتی بستری هستند و افرادی که به وسایل حمل‌ونقل دسترسی ندارند، می‌توانند با دنیا ارتباط برقرار کنند. یکی از مهم‌ترین مزایای استفاده از فضای مجازی، تسریع در ارتباطات بین مراکز علمی و پژوهشگران است. با استفاده از فضای مجازی محققان می‌توانند با سرعت بالا و هزینه‌ای ناچیز از مقالات و پژوهش‌های روز در زمینه مطالعاتی‌شان استفاده کنند و همچنین با همکاران خود مبادله علمی داشته باشند. همین امر باعث پیشرفت‌های علمی، به‌خصوص در نقاط دورافتاده نسبت به مراکز علمی شده است. افرادی که نیاز به خدمات بهداشت روان دارند، اما قادر به شرکت در درمان سنتی نیستند، از طریق فضای مجازی می‌توانند مشکل‌شان را درمان کنند. انواع درمان‌های برخط و مشاوره‌های تلفنی که روزبه‌روز در حال گسترش است، نشان می‌دهد که استفاده از فناوری نوین در ارتباطات می‌تواند به افزایش سلامت روان در گروهی از بیماران کمک زیادی کند. در تعداد رو به رشدی از روان‌درمانی‌های از راه دور، روان

از امور بیهوده در شریعت با اصطلاح لغو یاد می‌شود. لغو هر کاری است که فایده‌ای برای دنیا یا آخرت انسان ندارد. (المیزان، ج ۱۵، ص ۹) با چندبار قرار گرفتن در معرض لغو و پرداختن به آن کم‌کم فضای ذهنی و علایق انسان و به تبع آن فعالیت‌ها و فضای زندگی او به اصطلاح فضایی زرد خواهد شد. از نظر قرآن، فرصت کوتاه عمر آن اندازه زیاد نیست که انسان، خود را به کارهای بیهوده نسبت به هدف و فلسفه آفرینش، مشغول کند. هر کاری که 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 کارهای بیهوده به شدت پرهیز داده است. خداوند در آیاتی ازجمله آیات یک تا ۳ سوره مؤمنون و ۷۲ سوره فرقان و ۵۵ سوره قصص و مانند آن، اجتناب از هرگونه کار لغو و بیهوده را امری مطلوب و پسندیده برشمرده و از مؤمنان خواسته تا از نزدیکی و عمل به این کارها اجتناب کنند چرا که اعراض از امور لغو و بیهوده به معنای فراهم آوردن زمینه مناسب برای انجام کارهای مفید و سازنده و خدایی شدن و درنتیجه رستگاری و فلاح است. از این‌رو در آیاتی از جمله آیات یک و ۳ 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.

اینکه خداوند در آیات یک و ۳ و ۱۱ سوره مؤمنون، اعراض از لغو را موجب برخورداری از بهشت الهی می‌داند به این معناست که انسان با اعراض از لغو می‌تواند شرایط را به گونه‌ای رقم زند که بتواند به کارهای اصلی و سودمند بپردازد و درنهایت خدایی شود و قریب الهی و لقاءالله را برای خود رقم بزند.

قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ، الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ، وَالَّذِينَ هُمْ عَنِ اللَّغْوِ مُعْرِضُونَ (مؤمنون/ ۱-۳)

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

وَالَّذِينَ لَا يَشْهَدُونَ الزُّورَ وَإِذَا مَرُّوا بِاللَّغْوِ مَرُّوا كِرَامًا (فرقان/ ۷۲)

«آنها کسانی هستند که شهادت به باطل نمی‌دهند (و در مجالس باطل شرکت نمی‌کنند) و هنگامی که با لغو و بیهودگی برخورد کنند بزرگوارانه از آن می‌گذرند»

وَإِذَا سَمِعُوا اللَّغْوَ أَعْرَضُوا عَنْهُ وَقَالُوا لَنَا أَعْمَالُنَا وَلَكُمْ أَعْمَالُكُمْ سَلَامٌ عَلَيْكُمْ لَا نَبَغِي الْأَجْهَلِينَ (قصص/ ۵۵)

«و چون لغوی بشنوند از آن روی برمی‌تابند و می‌گویند کردارهای ما از آن ما و کردارهای شما از آن شماست سلام بر شما جوایب [مصاحبت] نادانان نیستیم.»

شناسان و دیگر متخصصان سلامت روان از طریق ایمیل یا اتاق‌های گفت‌وگو، خدمات مشاوره‌ای خود را در فضای مجازی ارائه می‌دهند. برخی از تحقیقات نشان می‌دهد اثربخشی درمان‌های برخط که به مراجعه‌کنندگان اجازه می‌دهد گمنامی خود را حفظ کند، در برخی از مشکلات و اختلالات روان‌شناختی، اثربخشی بیشتری نسبت به درمان سنتی دارند.

تأثیرات نامطلوب بر عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان و دانشجویان

به‌رغم امتیازهای مثبت فراوان فضای مجازی در جهت مصارف آموزشی، این فضا می‌تواند تأثیرات نامطلوبی نیز بر عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان و دانشجویان داشته باشد. به دلیل قابلیت‌های زیاد، اینترنت می‌تواند ابزار ایده‌آلی برای آموزش باشد، اما متأسفانه دانش‌آموزان به جای انجام دادن فعالیت‌های خلاقانه، بیشتر در سایت‌های نامربوط، اتاق‌های گپ، سرویس‌های دوستی اینترنتی حضور دارند و از بازی‌های مجازی استفاده می‌کنند.

نتایج تحقیقات نشان می‌دهد که استفاده آموزشی از فضای مجازی بین دانش‌آموزان، دانشجویان و سایر اقشار جامعه، بسیار پایین است. از آنجایی که بیشترین استفاده از فضای مجازی، به‌خصوص در کاربران جوان‌تر، معطوف به فعالیت‌های لذت‌گرایانه از قبیل چت، ارتباطات اجتماعی، گشت‌وگذار رایانه‌ای (وبگردی)، بازی و مراجعه به سایت‌های غیراخلاقی است، انتظار می‌رود استفاده بیش از اندازه از اینترنت بر نتایج تحصیلی افراد نیز اثرگذار باشد. نتایج پژوهش‌های «یانگ» نشان می‌دهد افزایش استفاده از فضای مجازی در دانش‌آموزان باعث می‌شود عادت‌های مطالعه افراد دچار افت شدید شود و نمره‌های آنها به صورت قابل ملاحظه‌ای کاهش یافته و میزان غیبت‌های این دانش‌آموزان افزایش یابد. «ببر» در نظرسنجی‌ای از معلمان و سایر کارکنان مدرسه به این نتیجه رسید که به نظر ۸۶ درصد از آنها، استفاده از فضای مجازی کارایی درسی دانش‌آموزان و دانشجویان را بهتر نکرده است (به نقل از «میدوار» و «صارمی»). تحقیق «رنجبر» و همکاران نشان داد بین عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان و میزان ساعت‌های استفاده آنها از اینترنت همبستگی منفی وجود دارد. همچنین بین استفاده تفریحی و ارتباطی از اینترنت و عملکرد تحصیلی رابطه منفی وجود دارد.

خیانت و طلاق

مشکلات روابط زناشویی^{۵۰}

یکی از آثار عمده فضای مجازی، تأثیر آن بر روابط زناشویی است. فضای مجازی با آسان کردن برقراری ارتباط بین افراد می‌تواند باعث افزایش ارتباط زوجین شود و سبب بهبود رابطه بین آنان شود، ولی استفاده از موقعیت‌های جدید ناشی از فضای مجازی می‌تواند مخاطراتی را نیز برای زوجین به همراه داشته باشد. اگر حتی اعتقاد نداشته باشیم که تلاش‌هایی برای برهم زدن کانون خانواده در حال انجام است، پی بردن به این موضوع دشوار نیست که فضای مجازی تأثیر عمیقی بر روابط زناشویی داشته است. به همین دلیل تحقیقات زیادی درباره تأثیر استفاده از فضای مجازی بر حساسیت‌های بین زوجین، روابط فرزندزناشویی، رضایت زناشویی، رضایت جنسی و طلاق در داخل و خارج از کشور انجام شده است.

علی‌رغم شعار فیس‌بوک مبنی بر گسترش دادن روابط بین‌فردی، رایج‌ترین کاربرد فیس‌بوک، حفظ ارتباط با دوستان و آشنایان است.^{۵۱} دومین استفاده رایج از فیس‌بوک کنجکلوی درباره فعالیت‌های دیگران است. در حقیقت ۶۰ درصد از دانشجویان گزارش داده‌اند که از فیس بوک برای حفظ ارتباط با شریک عاطفی، دوستان و آشنایان استفاده می‌کنند.^{۵۲} میزان زمان مصرف‌شده برای تحت نظر گرفتن همسر یا شریک عاطفی^{۵۳} در فیس‌بوک با حسادت فیس‌بوکی رابطه دارد. در حقیقت چک کردن و حسادت چرخه معیوبی ایجاد می‌کند. هرچه فرد بیشتر نگران رابطه‌اش باشد، بیشتر صفحه فیس‌بوک طرف مقابل را بررسی می‌کند، هرچه بررسی بیشتری صورت گیرد، نکات مبهم یا مشکوک بیشتری پیدا می‌کند که می‌تواند حساسیت ایجاد کند. براساس نظریه‌ها و تحقیقات تأییدشده در روان‌شناسی تکملی، زنان و مردان در مورد رویکردها و رفتارهای جنسی با یکدیگر متفاوت هستند. در باب غیرت جنسی، مردان تأکید بیشتری بر روابط جنسی دارند، ولی حساسیت عمده زنان روی روابط عاطفی است. تحقیقات انجام‌شده نیز نشان می‌دهند که زنان اهمیت بیشتری به روابط عاطفی در دوستی‌های اینترنتی می‌دهند و رفتارهای هیجانی به عمل‌آمده در فضای مجازی را بیشتر از مردان خیانت تلقی می‌کنند. به همین دلیل است که زنان نسبت به روابط شریک عاطفی‌شان در فضای مجازی حساس تر هستند و صفحه طرف مقابل را برای بررسی روابط احتمالی بعدی بیشتر پیگیری می‌کنند. در تحقیق انجام‌شده در امریکا^{۵۴} مردان نسبت به این حساسیت زنان هوشیارتر هستند، ولی زنان نمی‌توانند حساسیت‌های موجود در مردان را به‌درستی درک کنند و به همین دلیل به مشکلات بیشتری در این زمینه با شریک عاطفی خود برمی‌خورند.

حسادت در کاربر

فیس‌بوک ممکن است باعث حسادت در کاربر شود. آمار نشان می‌دهد که بسیاری از افراد از طریق فیس‌بوک کردار و گفتار شریک رمانتیک شان را زیر نظر می‌گیرند.^{۵۵} ۳۵ درصد از کاربران فیس‌بوک معتقدند که فیس‌بوک مستقیماً در روابط رمانتیک آنها احساس رقابت و حسادت

Marital Relationship

۱

جانسون، ۲۰۰۸

۲

استرن و ویلیامز، ۲۰۰۷

Emotional Partner

۴

مکاندرو و شاه، ۲۰۱۳

۵

مارشاله بچانین، دی کاسترو و لی، ۲۰۱۳

ایجاد کرده است. برخی آمارها نشان می‌دهد در امریکا از هر پنج جدایی یکی و در انگلستان از هر سه جدایی یکی به فیس‌بوک مربوط بوده است.^{۵۶}

به طور کلی آسیب‌های خانوادگی فضای مجازی عبارتند از:

ازدواج‌های ناپایدار

به دلیل عدم شناخت کافی و درست قبل از ازدواج به کمک بسترسازی به وسیله هویت پنهان کاربران، ازدواج‌های ناپایدار افزایش پیدا کرده است.

رشد طلاق

۲۵ درصد طلاق‌ها در عربستان،^{۵۷} عامل اصلی جدایی زوج‌های چینی،^{۵۸} افزایش ۴ درصدی طلاق در مقابل افزایش ۲۰ درصدی تعداد کاربران فیس‌بوک است.

گسست اعضای خانواده

جدایی اعضای خانواده از یکدیگر به خصوص فرزندان از والدین در زندگی مجازی.

کاهش روابط

کاهش روابط خانوادگی و فمیلی در فضای حقیقی.^{۶۰}

آرامش کاذب

افراد وقتی گمنام هستند و یکدیگر را نمی‌شناسند، اطلاعات شخصی را در اختیار طرف مقابل قرار می‌دهند که حتی برای دوستان نزدیک خود نیز آشکار نمی‌کنند. دلیل هم این است که احساس امنیت می‌کنند. نکته بد اینجاست که این میزان اطلاعات باعث به وجود آمدن احساس صمیمیت در افراد می‌شود و همین موضوع می‌تواند منجر به ارتباط بیشتر و وابستگی عاطفی بیشتر شود. صحبت‌هایی که با هم ردوبدل می‌کنند انتخالی است و شامل چیزهای عادی زندگی روزمره و مشکلات فرزندان نمی‌شود و مبتنی بر مسائل مورد علاقه است و به فرد این اجازه را می‌دهد که تخیل خود را تا هر کجا که می‌خواهد پرواز دهد و فردی که در پی فانتزی برود، دیگر نخواهد توانست رابطه عاطفی حقیقی داشته باشد.

۶

آکادمی وکلای ازدواج امریکا، ۲۰۱۱

۷

خوراکیان، خبرگزاری فارس، کد خبر: ۱۳۹۵۰۲۲۵۰۰۰۱۳

۸

خوراکیان، خبرگزاری دانشجو، کد خبر: ۵۱۰۱۰۰

۹

پایگاه خبری تحلیلی خانواده و زنان، کد خبر: ۲۴۸۹۹

.

گروه روان‌شناسی و مشاوره پرسمان

دامن زدن به حساسیت‌های زناشویی

همسران همیشه در رابطه با رفتارهای طرف مقابل خود حساسیت‌هایی نشان می‌دهند. وقتی که زن یا مردی نسبت به روابط اجتماعی همسر خود شک داشته باشد، یکی از رفتارهای رایج، دقت در رفتارهای اجتماعی اوست. شبکه‌های اجتماعی راه را برای این قبیل بررسی‌ها و حساسیت‌ها هموار می‌کند. فرد می‌تواند هر زمان و هر مکان بر رفتارهای همسرش نظارت داشته باشد؛ می‌تواند بداند با چه کسی دوست شده، چه افرادی به صفحه همسرش دسترسی دارند، چه افرادی مطالب ارایه‌شده همسرش را می‌پسندند و غیره. آمار نشان می‌دهد بسیاری از افراد از طریق فیس‌بوک رفتارهای شریک زندگی‌شان را زیر نظر می‌گیرند.^۱ ۳۵ درصد از کاربران فیس‌بوک معتقدند که این شبکه اجتماعی مستقیماً در روابط رمانتیک آنها احساس رقابت و حسادت ایجاد کرده است. در حقیقت چک کردن و حسادت، چرخه معیوبی ایجاد می‌کند. هرچه فرد بیشتر نگران رابطه‌اش باشد، بیشتر صفحه فیس‌بوک طرف مقابل را بررسی می‌کند و با بررسی بیشتر، نکات مبهم و مشکوک بیشتری پیدا می‌کند که می‌تواند حساسیت ایجاد کند.

البته روان‌شناسان معتقدند که جنس حساسیت زن و مرد با یکدیگر متفاوت است. زنان نه‌تنها به روابط جسمانی همسران خود حساس هستند بلکه نسبت به روابط عاطفی شوهران خود نیز حساسیت بسیار بیشتری دارند. تحقیقات انجام‌شده نشان می‌دهد که جنس حساسیت زن و مرد در فضای مجازی نیز متفاوت است؛ مثلاً زنان نسبت به مشاهده تصاویر پورنوگرافی حساسیت بسیار بیشتری دارند و اعتقاد دارند که مشاهده این قبیل تصاویر خیانت به حساب می‌آید. همچنین زنان نسبت به رابطه همسران خود با افراد جدید (افرادی که در فضای حقیقی آنها را نمی‌شناسند) حساسیت بیشتری دارند.

ارتباط با نامحرم

یکی دیگر از آسیب‌های فضای مجازی، اختلاط نامناسب بین زنان و مردان است. از آنجایی که در فضای مجازی افراد می‌توانند گمنام باشند، با هویت غیرواقعی وارد شوند یا تملس‌های فیزیکی با مخاطب نداشته باشند، این ایده در ذهن آنان پدید می‌آید که می‌توانند بدون آسیب رسیدن به مرزهای اخلاقی خود، از بسیاری از خطوط قرمز عبور کنند؛ مثلاً با تصور اینکه چت کردن و حتی شوخی کردن با نامحرم حکم فضای حقیقی را نداشته و گناه یا مفسده‌ای بر آن مترتب نیست. از همین‌جا است که اختلاط با نامحرمان آغاز می‌شود، ولی این پایان کار نیست.

تحقیق «دهقان» و «نیکبخش»^۲ درباره شکل‌گیری روابط صمیمانه در اتاق‌های چت نشان می‌دهد نبود حضور فیزیکی افراد در چت نوشتاری، نه‌تنها مانع تبادل پیام‌های احساسی و اجتماعی نمی‌شود بلکه با افزایش تجربه، کاربران باسابقه می‌توانند یاد بگیرند چگونه پیام‌های هیجانی طرف مقابل را رمزگشایی کنند و پیام‌های عاطفی خود را نیز منتقل کنند (برای مثال با استفاده از صورتک‌ها یا ارسال تصاویر دارای بار هیجانی). در صورت استفاده از چت‌های صوتی و تصویری، میزان آسیب‌ها بسیار بیشتر است. روتین شدن ایجاد رابطه که در افراد خجالتی و مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعی می‌تواند مفید هم باشد، برای بسیاری از مخاطبان تبدیل به گامی برای ریختن حیا و روابط نامشروع است. تحقیقات انجام‌شده در آمریکا نشان می‌دهد در ۶۸ درصد از طلاق‌های صورت‌گرفته، یکی از زوجین در فضای مجازی به دنبال معشوق پیدا کردن است. تحقیق دیگری در آمریکا نشان می‌دهد که عضویت در فیس‌بوک با رضایت زناشویی رابطه معکوس و با میزان طلاق رابطه مستقیم دارد. همچنین آمار به دست‌آمده در انگلستان نشان می‌دهد از هر سه طلاق، یکی به شبکه اجتماعی فیس‌بوک مرتبط است. به این آمار باید آمارهای سکس‌چت و تجلوزهای به‌عنف را نیز اضافه کرد که منشأ آشنایی آنها فضای مجازی است.

تحقیقات صورت‌گرفته در جهان نشان داده‌اند که زنان تمایل کمتری به ارایه عکس و مطالب شخصی در فضای مجازی دارند، ولی با توجه به مواجهه فرد با افشای تصاویر خصوصی در محیط مجازی، پس از مدتی قبح این مطلب در ذهن افراد شکسته می‌شود و طی فرایند حساسیت‌زدایی منظمی، فرد بدون احساس مشکل، ابتدا عکس واقعی چهره‌اش و پس از مدتی عکس‌های خصوصی‌اش را در فضای مجازی منتشر می‌کند و نسبت به این موضوع احساس بی‌تفاوتی خواهد کرد.

تهاجم فرهنگی

فضای مجازی به دلیل درگیر کردن همه‌جانبه کاربر بمرور فرهنگ‌های دینی و ملی او را تغییر داده و فرهنگ غالب خود را تحمیل می‌کند که این فرهنگ در حال حاضر به دلیل سیطره غرب بر فضای مجازی، غربی است؛ از جمله اینکه زبان آرگو (زبان کوچه‌بازاری سخیف) را ترویج می‌دهد.

فضای مجازی می‌تواند بسیاری از فرهنگ‌ها را تبدیل به خرده‌فرهنگ یا فرهنگ‌های ضعیف کند و می‌تواند بسیاری از فرهنگ‌هایی را که زمانی در مرکزیت قرار داشتند، به حاشیه ببرد و نتوانند دیگر هویتی ملی پیدا کنند.^{۶۳} همچنین این فضا آسیب‌های زیر را به دنبال داشته است:

ترویج روابط نامشروع

ترویج زندگی مجردی

تبلیغ خانه مجردی در فضای مجازی

آموزش چگونگی ساخت مواد مخدر در آشپزخانه منازل به وسیله برخی وبگاه‌ها

ترویج و تحریک افراد به مصرف مواد مخدر صنعتی

ترویج مد و پوشش‌های جدید عربان و نیمه‌عربان

ترویج سگ‌بازی، مشروب‌خواری و...

و در یک کلام ترویج سبک زندگی غربی...

افزایش رفتارهای ضد اجتماعی

تحقیقات متعدد انجام شده در داخل و خارج از کشور مؤید این موضوع است که استفاده افراطی و وسواس گونه از فضای مجازی ممکن است منجر به پرخاشگری، رفتارهای ضد اجتماعی، هیجان زیاد، افزایش رفتارهای پرخطر جنسی، تنوع طلبی جنسی و افزایش رویکرد مثبت به رفتارهای ضد اجتماعی و غیراخلاقی شود.

«بندورا»، اولین فردی بود که در این زمینه پژوهش کرد و به این نتیجه رسید که مشاهده رفتارهای پرخاشگرانه در تصاویر ویدیویی می تواند منجر به بروز همان رفتارهای پرخاشگرانه در کودکان و نوجوانان شود. وی نظریه یادگیری اجتماعی را بر همین اساس بنا کرد و عنوان داشت مشاهده یک رفتار، موجب یادگیری آن رفتار از سوی بیننده می شود. این موضوع را می توان در رسانه هایی مشاهده کرد که مخاطب آنها نقشی منفعل دارد. سینما، تلویزیون و رسانه های مکتوب از همین دست هستند.

زمانی که فرد در مشاهده این تصاویر نقش فعالی داشته باشد، تأثیر مشاهده این تصاویر بسیار بیشتر خواهد شد. زمانی که فرد بتواند در اینترنت به صورت فعالانه تصاویر پرخاشگرانه را جست و جو کند، نسبت به این تصاویر حساسیت زدایی صورت می گیرد و خطر انجام فعالیت های مجرمانه و پرخاشگرانه در این افراد افزایش پیدا می کند. همچنین زمانی که فرد در بازی های رایانه ای به وسیله کاراکتری که کنترل می کند، دست به اعمال پرخاشگرانه بزند، به تدریج از انجام این اعمال قبح زدایی خواهد شد و به مرور زمان انجام این اعمال برای فرد ساده تر می شود. باید به این نکته نیز توجه داشت که کودکان تا رسیدن به بلوغ ذهنی، تفاوتی بین تصاویر و زندگی عادی درک نمی کنند. بزرگ ترین فراتحلیل به عمل آمده نشان می دهد انجام بازی های خشونت آمیز باعث افزایش معنادار افکار خشن، هیجان های خصومت آمیز و رفتارهای پرخاشگرانه می شود. (اندرسون و همکاران)

خشونت، درگیری، تیراندازی و قتل محور اصلی محتوای بازی های زیادی است که همیشه تعدادی از آنها در جدول پرفروش ترین بازی های روز دنیا هستند. هنگامی که بازیکن ساعت ها وقت خود را صرف بازی کردن نقش یک انسان با این ویژگی ها می کند، کوچک ترین اثر آن کم رنگ شدن عاطفه و عادی شدن صحنه های خشن و دردناک برای اوست و در نتیجه ممکن است باعث ارتکاب این اعمال در دنیای واقعی از طرف بازیکن شود که نمونه هایی از این موارد تاکنون رخ داده و کم و بیش در رسانه ها منتشر شده است.

برای مثال می توان به «دانیل پاتریک» اشاره کرد. دانیل پاتریک که ۱۷ سال دارد در ماه اکتبر سال ۲۰۰۷، پس از آنکه پدرش او را از انجام بازی خشن ویدیویی ۳ Halo منع کرد و کنسول بازی ایکس باکس او را گرفت اقدام به قتل مادر و مجروح کردن پدرش کرد یا خانم «الکساندرا»، زنی امریکایی که به بازی Farmville فیس بوک اعتیاد داشته و زمانی که درگیر این بازی بود به خاطر گریه نوزاد سه ماهه اش در بازی مشکلی پیدا می کند و فرزندش را به قدری تکان می دهد تا به قتل برسد. همچنین قتل و کشتاری که از سوی افرادی مانند «مایکل کارنیل»، «دیلان کیبولد»، «اریک هریس» و... رخ داده از این دست است یا نوجوان هجده ساله ای که سال ۲۰۰۸ در تایلند پس از قتل راننده ای پنجامو چهار ساله در اعترافاتش گفت که با الهام گرفتن از صحنه های بازی GTA IV اقدام به قتل راننده تاکسی و سرقت پول هایش کرده است. وی در جریان بازجویی ها دلیل این اقدام خود را این مسأله عنوان کرد که می خواسته ببیند سرقت از خودروهای عبوری آن چنان که در بازی نشان داده می شود چه تفاوتی با سرقت در زندگی حقیقی دارد.

همچنین تحقیقات انجام شده روی تأثیر گذاری سایت های پورنوگرافی روی افراد نشان می دهد به دلیل افزایش رواج تصاویر پورنوگرافی با مضامین خشونت آمیز و تجاوز به عنف، اطلاعات اشتباهی نسبت به قبح این عمل به فرد ارایه شده و نسبت به این عمل حساسیت زدایی انجام می شود. در نتیجه دیدن مکرر تصاویر پورنوگرافی با افزایش تجاوز، جرایم جنسی و انحرافات جنسی رابطه دارد.

ضرورت نظارت اعضای خانواده بر یکدیگر

بر اساس تحقیق «پوترا» اینترنت نیروی مخربی است که به رغم فواید بی شمار می تواند زندگی افرادی که وقت زیادی را صرف آن می کنند به تباهی بکشاند و زمان لازم برای فعالیت های اجتماعی، تفریحی و دانش اندوزی را از آنان بگیرد. برای این دسته افراد، کار، دوستان، خانواده و خواب جای خود را به دنیای مجازی، اتاق های گفت و گو و بازی های رایانه ای داده است. طبیعی است نوجوانانی که تمایل به استفاده از

اینترنت نشان می‌دهند، وقت کمتری را برای خانواده‌شان می‌گذارند؛ البته با توجه به تحقیقات انجام‌شده می‌توان این‌گونه نتیجه‌گیری کرد که تنها استفاده از اینترنت بر احساس نزدیکی نوجوانان و والدین تأثیرگذار نیست بلکه نوع و میزان استفاده است که نقش اساسی را در این مسأله ایفا می‌کند. (پورشهریاری).

تأثیر متقابل خانواده و فضای مجازی

تأثیر خانواده و فضای مجازی را باید بر یکدیگر به صورت دوسویه دید. همان‌طور که استفاده مفرط و نامناسب از فضای مجازی می‌تواند باعث آسیب دیدن روابط خانوادگی شود، روابط خانوادگی سست و غیرصمیمی باعث تمایل فرد برای پناه بردن به فضای مجازی برای برآوردن نیازهایش می‌شود. «تو» و همکاران در تحقیق خود نشان دادند نوجوانانی که نزدیکی بیشتری با والدین‌شان احساس می‌کنند، روابط اجتماعی موفق‌تری دارند. همچنین نتایج تحقیق «مورهان» نشان می‌دهد افراد خانواده‌های سنتی زمان بیشتری را کنار هم سپری کرده و اوقات فراغت بیشتری را با هم می‌گذرانند. حجم زیادی از تحقیقات نشان‌دهنده روابط اجتماعی و تنهایی ادراک‌شده بر میزان و نوع استفاده از فضای مجازی تأثیر دارد.

در تحقیقی که «خسروی» و همکاران روی رابطه اعتیاد به فضای مجازی در دانش‌آموزان و عملکرد خانواده انجام دادند، بر اهمیت محیط خانوادگی در شدت یافتن استفاده از اینترنت تأکید دارند. این تحقیق نشان داد عملکرد خانواده بیشترین تبیین‌کننده احتمال اعتیاد به اینترنت در دانش‌آموزان است، بنابراین نظارت خانواده بر عملکرد فرزندان خود در فضای مجازی و بازی‌های رایانه‌ای ضرورت دوچندان دارد. تحقیق «حمدی» و همکاران در نمونه‌ای از سراسر ایران نشان داد بیش از ۵۰ درصد خانواده‌های ایرانی یا نظارتی روی استفاده فرزندان‌شان از فضای مجازی ندارند یا این نظارت بسیار اندک است. مطابق تحقیقات انجام‌شده عمده نظارت والدین بر فرزندان در زمینه تحصیلی یا دوستان در محیط واقعی است، در حالی که آسیب‌های روانی و اجتماعی ناشی از استفاده نامناسب از اینترنت بسیار مخرب‌تر از مسائل مشکلات درسی و تحصیلی است. همچنین استفاده نابجا از اینترنت بین نوجوانان با تحصیلات پدر و مادر، وضع مالی خانواده، میزان رابطه خانواده و میزان آشنایی خانواده و به‌خصوص نظارت خانواده ارتباط معناداری دارد. رابطه و نظارت خانواده نسبت به سایر متغیرهای خانوادگی اولویت دارند و با میزان استفاده نابجا از اینترنت از سوی فرزندان همبستگی بالایی دارند. به این معنا که هرچه میزان رابطه خانوادگی بهتر باشد و میزان نظارت خانوادگی بر استفاده فرزندان از اینترنت بیشتر باشد، استفاده از اینترنت از سوی آنها کاهش خواهد یافت. تحقیقات انجام‌شده در خارج از کشور نیز نشان می‌دهد عوامل محافظت‌کننده در استفاده از مطالب پورنوگرافی شامل تحصیلات بالاتر والدین، وضعیت اقتصادی - اجتماعی بالاتر و روابط بهتر اعضای خانواده با یکدیگر ارتباط دارد. (هاردی و همکاران)

رابطه سواد رسانه‌ای والدین با استفاده اینترنت از سوی فرزندان

نظارت مناسب زمانی صورت می‌گیرد که ارتباط بین اعضای خانواده مناسب، گرم و صمیمی باشد و نظارت آلوده به تحکم و اقتدار نبوده، همراه با دلسوزی و راهنمایی باشد. از سوی دیگر برای نظارت لازم است از رایانه و اینترنت استفاده خانوادگی شود. مشاهده شد که تحصیلات والدین با میزان استفاده از اینترنت رابطه مثبت و با چگونگی استفاده و استفاده نابجا از اینترنت رابطه معکوس دارد. بر این اساس می‌توان نتیجه گرفت والدینی که تحصیلات بالاتری دارند، احتمالاً به استفاده از اینترنت آشناتر هستند و بیشتر از آن استفاده می‌کنند و می‌توانند الگوی مناسبی برای نوجوانان در استفاده بجا از اینترنت باشند. ضمن اینکه والدین دارای سواد بیشتر، احتمالاً سواد رایانه‌ای بیشتری دارند و می‌توانند نظارت مؤثرتری بر استفاده فرزندان از اینترنت داشته باشند. عکس این موضوع در متغیر وضعیت مالی خانواده مشاهده می‌شود. مطابق نتایج، وضعیت مالی خانواده با میزان استفاده از اینترنت رابطه معکوس داشته و با استفاده‌های آسیب‌زا ارتباط مستقیمی دارد. برای این دسته نتایج می‌توان چند دسته تحلیل ارائه داد؛ در خانواده‌هایی که از نظر مالی ضعیف هستند کمتر امکان استفاده از رایانه و اینترنت در خانه فراهم است و فرزندان برای استفاده از اینترنت از کافی‌نت‌ها استفاده خواهند کرد و همین موضوع باعث کاهش نظارت بر نحوه استفاده آنان می‌شود. همچنین می‌توان وضعیت مالی پایین‌تر خانواده را با تحصیلات و سواد رایانه‌ای کمتر والدین در ارتباط دانست.

آسیب‌های مالی و حیثیتی ۶۵

شخص در فضای مجازی در معرض انواع خطرهای جانی، مالی و آبرویی است. طبق آخرین آمارها از سازمان اینترپل در هر ۱۲ ثانیه یک نفر قربانی جرایم سایبری می‌شود که این آمار رو به افزایش است. در سال ۲۰۱۳ جرایم سایبری در کل حدود ۱۱۳ میلیارد دلار به صورت مستقیم، هزینه به جامعه جهانی تحمیل کرده است و مجرمان توانسته‌اند در سال ۲۰۱۳ بیش از ۳۸۸ میلیارد دلار از این فضا برای خود درآمد به دست بیاورند. در واقع فضای مجازی بستر را برای برخی جرم‌ها فراهم کرده و برخی جرم‌های تازه و نو را به وجود آورده است. به صورتی که این ابزار را که به همان اندازه مفید و کارآمد است به وسیله‌ای خطرناک تبدیل کرده است. این موضوع در کشور ما حتی باعث شد نهادی در نیروی انتظامی به نام «پلیس فتا» تشکیل شود تا به جرایم سایبری رسیدگی کند. این نهاد در سال ۱۳۹۴، ۱۴ هزار و ۴۰۰ فقره تماس از طرف مردم داشته است که نزدیک نیمی از آن مربوط به کلاهبرداری اینترنتی بوده است. کُدر استفاده از فضای مجازی گریزی نیست. پس تنها راهی که باقی می‌ماند این است که بدانیم از چه شیوه‌هایی ممکن است از طریق این فضا مورد فریب و سوءاستفاده قرار بگیریم.

سرقت حقیقی با استفاده از اطلاعات فضای مجازی

سارقان با استفاده از امکانات موجود در فضای مجازی تلاش می‌کنند تا در محیط حقیقی دست به سرقت بزنند. از جمله: افشای نشانی منزل و محل کار والدین، رمز کارت بانکی، روشن کردن دوربین رایانه و... به وسیله کودکان و نوجوانان در فضای مجازی. افشای خریدهای گران‌قیمت، گشت‌وگذارهای تفریحی، زمان عدم حضور در منزل، موقعیت مکانی خودکار (Location) و... از سوی کاربران بزرگسال در شبکه‌های اجتماعی مانند اینستاگرام که با هدف اطلاع‌رسانی یا چشم و هم‌چشمی انجام شده، اما باعث سوءاستفاده سارقان می‌شود.

سرقت از حساب بانکی به صورت مجازی

دزدی اینترنتی معمولاً از طریق هک کردن حساب‌های کاربری اتفاق می‌افتد. برای هک کردن نیاز است که تا هکر، بدافزار حاوی ویروس را به سیستم کاربر منتقل کند. بدافزارها برنامه‌هایی هستند که مانند ویروس بدون آگاهی کاربر روی سیستم نصب می‌شوند. این بدافزارها معمولاً موقع مراجعه کاربر به سایت‌های نامعتبر و کلیک روی لینک‌های ناشناخته وارد سیستم می‌شوند. با ورود این بدافزار سیستم کاربر هک می‌شود و انتشاردهنده ویروس می‌تواند به اطلاعات سیستم دسترسی داشته باشد. هکر دسترسی به اطلاعات را به دو منظور به کار می‌برد. یک دسته از بدافزارها قصد اخاذی و سوءاستفاده از کاربر را دارند. به این صورت که اطلاعات شخصی سیستم رایانه کاربر را به سرقت می‌برند. این اطلاعات می‌تواند شامل اطلاعاتی باشد که ارزش مالی یا حیثیتی دارند. با هر دوی این اطلاعات می‌توان از کاربر اخاذی مالی کرد.

°

-اسلام برای آبروی مؤمن اهمیت فوق‌العاده‌ای قائل است:

لِلَّهِ عَزَّ وَجَلَّ فِي بَلَدِهِ خَمْسٌ حُرْمَةٌ رَسُولِ اللَّهِ وَ حُرْمَةٌ آلِ رَسُولِ اللَّهِ وَ حُرْمَةٌ كِتَابِ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ وَ حُرْمَةٌ كَعْبَةِ اللَّهِ وَ حُرْمَةُ الْمُؤْمِنِ (کافی، ج ۸، ص ۱۰۷، ح ۸۲، امام صادق علیه السلام)

«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، به راحتی 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 هتک حرمت 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.

دسته دیگر از این بدافزارها از همان اول جیب کاربر را هدف می‌گیرند. به این صورت که هنگام خرید اینترنتی اطلاعات کارت بانکی مثل رمز کارت، رمز دوم و رمز خرید اینترنتی را سرقت می‌کنند. به این ترتیب بدون اینکه کاربر متوجه شود یا حساب بانکی‌اش خالی می‌شود یا به نام او از حسابش سوءاستفاده خواهد شد.

به همین دلیل است که به هیچ عنوان نباید رمزهای مختلف کارت بانکی را به هر طریقی در اختیار افراد غریبه قرار داد. از طرف دیگر معمولاً وقتی در مرورگرهای اینترنتی با استفاده از رمز وارد یکی از حساب‌های کاربری خود می‌شویم، مرورگر از ما می‌پرسد که آیا تمایل داریم رمز عبور ما را ذخیره کند تا در موارد بعدی بدون نیاز به وارد کردن آن وارد حساب کاربری بشویم، بهتر است همیشه در این مواقع گزینه خیر را انتخاب کنید، مخصوصاً اگر از رایانه شخصی خود استفاده نمی‌کنید یا در کافی‌نت هستید. ذخیره رمز عبور به نفر بعدی که به آن سیستم دسترسی داشته باشد، امکان هر نوع سوءاستفاده‌ای از اطلاعات شخصی شما را می‌دهد.

برخی از شیوه‌های سرقت اینترنتی عبارتند از:

هک و نفوذ در ایمیل و رایانه‌های شخصی به صورت سخت‌افزاری

استفاده از فرم‌های مشخصات اینترنتی جعلی

ایمیل‌های برنده شدن در قرعه‌کشی بانک و جوایز تلویزیونی

پیام‌هایی که ظاهراً از طرف بانک فرستاده شده و از کاربر می‌خواهد تا مثلاً به دلیل وجود ایراد در حساب، شماره خاصی را شماره‌گیری کنند.

ایجاد درگاه‌های جعلی دریافت و پرداخت بانک‌ها

پیوندها و نشانی‌های سازمان‌ها و شرکت‌های غیرواقعی و جعلی از طریق ایمیل ارسال می‌شود. این نشانی‌ها با نشانی‌های اصلی تنها در یک یا دو حرف تفاوت دارند.

ارسال ایمیل‌های مشکوک حاوی ضمیمه نرم‌افزاری که اغلب حاوی پیوندی به یک وبسایت هستند و در بیشتر موارد حاوی بدافزار هستند. (فیشینگ)

نصب برنامه‌های کلیدخوان و برنامه‌های هدایت‌کننده (فارمینگ)

و-

زورگیری اینترنتی

زورگیری یا زورگویی اینترنتی^{۶۷} به فعالیت‌هایی گفته می‌شود که با هدف تحقیر و آزار دیگران از طریق اینترنت و ابزار دیجیتال انجام می‌شود. انتشار تصاویر خصوصی، ناسزاگویی، تهدید، انتشار تصاویر یا مکالمات خصوصی، هک کردن صفحه شبکه اجتماعی، ارسال پیام تهدید و شایعه‌پراکنی از طریق اینترنت از انواع مختلف این جرم است. به گزارش «پلیس فتا» هتک حیثیت از طریق فضای مجازی دومین جرم سایبری بزرگ در کشور ماست و پرونده‌های زیادی به این دلیل تشکیل شده است که توجه به آنها ضرورت دارد.

تحقیقات نشان می‌دهند در آمریکا حدود یک‌سوم از نوجوانانی که از اینترنت استفاده می‌کنند هدف فعالیت‌های اینترنتی خصمانه قرار گرفته اند، ۱۵ درصد از نوجوانان اعلام کردند فردی اطلاعات شخصی آنها را منتشر کرده است، ۱۳ درصد اعلام کردند شایعاتی در مورد آنها در فضای مجازی منتشر شده است، ۳ درصد اعلام کردند ایمیل یا پیام تهدیدآمیزی دریافت کرده‌اند و ۶ درصد اعلام کردند عکس یا ویدیوی خجالت‌آوری از آنها در اینترنت منتشر شده است. این زورگویی‌های اینترنتی بسته به موقعیت می‌تواند تهدیدآمیز و تأثیرات ناملایمی داشته باشند.

زورگویی اینترنتی تأثیرات بسیاری بر قربانیان می‌گذارد. از این تأثیرات می‌توان به افسردگی، اضطراب، گوشه‌گیری، ترک تحصیل، پرخاشگری و نهایتاً خودکشی اشاره کرد.

برخی آمارها نشان می‌دهد ۲۰ درصد از کودکانی که مورد زورگویی اینترنتی قرار می‌گیرند، به خودکشی فکر می‌کنند و ۱۰ درصد از این افراد اقدام به خودکشی می‌کنند که خوشبختانه تلاش عده زیادی از آنها موفقیت‌آمیز نیست.^۸ تحقیقات انجام‌شده درباره خودکشی بزرگسالان نشان می‌دهد زنان دوبرابر مردان اقدام به خودکشی می‌کنند، ولی میزان مرگ ناشی از خودکشی در مردان دو برابر زنان است. تحقیق انجام‌شده در هلند نشان داده است خودکشی ناشی از زورگویی اینترنتی بیشتر از خودکشی ناشی از زورگویی در فضای آفلاین است (فن‌گیل، ودل و تنیلون). باید به این نکته توجه داشت که بسیاری از نوجوانان و جوانان به دلیل ترس از عواقب آن و ترس از بدنامی، هیچ‌گاه درباره این زورگویی‌های اینترنتی اطلاعی به بزرگسالان یا افراد مسئول نمی‌دهند. در نتیجه آمارها و اخبار منتشرشده در این زمینه بسیار کمتر از حجم آسیب حقیقی ناشی از زورگویی اینترنتی است. با توجه به ناشناس بودن افراد در شبکه‌های اجتماعی، زورگویی‌های اینترنتی در بسیاری از موارد قابل ردیابی نیستند.

همچنین به اشتراک‌گذاری مطالب، تصاویر و هرگونه محتوایی که صاحب آن اجازه انتشار آن را نداده، از مصادیق افشای راز است و نباید بدون داشتن اجازه، آنها را به اشتراک گذاشت و منتشر کرد و مهم‌تر اینکه نباید اطلاعات شخصی و خانوادگی را منتشر کرد. در نهایت اینکه با توجه به هویت پنهان کاربران در فضای مجازی، ارتباطات نزدیکی که تنها از طریق فضای مجازی ایجاد می‌شود، از مصادیق اطمینان منموم است، بنابراین نباید قبل از احراز هویت و شناخت قطعی کاربران، با آنها ارتباط برقرار کرد.

جعل اکانت

جعل اکانت هم از شیوه‌های رایج کلاهبرداری اینترنتی است. بسیاری از نرم‌افزارهای معروف بعد از مدتی بدل یا به اصطلاح «فیک» پیدا می‌کنند. فعالیت در این سایت‌ها هم می‌تواند اخاذی اینترنتی و هم مالی به شیوه‌هایی که گفته شد در پی داشته باشد. نمونه‌هایی از جعل اکانت یا همان حساب کاربری فعالان مشهور اینترنتی از بازیگران و هنرمندان گرفته تا برند شرکت‌ها و سازمان‌های مختلف برای کلاهبرداری به وقوع پیوسته است.

برای مثال بازی رایگان و پرتلفدار «کلش آف کلنز» یکی از ابزارهای کلاهبرداری مجرمان سایبری شده است. با توجه به اینکه در بازی کلش آف کلنز، برای رسیدن به اکانت‌های بالاتر نیاز به صرف زمان بیشتر بازی است بستری برای کلاهبرداری شده است، برخی علاقه‌مندان این بازی که زمان یا حوصله ندارند، به دنبال خرید مراحل بالاتر این بازی هستند.

همین امر باعث شده تا برخی کاربران که به اکانت‌های بالا رسیده‌اند اقدام به فروش اکانت خود کنند. در این تبلیغات دروغین، علاقه‌مندان را تشویق به خرید می‌کنند و بعد از دریافت وجه که به صورت اینترنتی واریز می‌شود اکانتی برای خریدار ارسال نمی‌شود یا اکانت ارسالی عمل نمی‌کند.

یا در نمونه‌های دیگر مجرمان، اکانت فردی را که در این بازی پیشرفت داشته است هک کرده و به ای‌میل فرد دسترسی پیدا می‌کنند و از این طریق اکانت فرد را به شخص سوم می‌فروشند.^{۶۹}

مهم‌ترین نکته‌ای که برای جلوگیری از قربانی شدن به وسیله کلاهبرداران اینترنتی وجود دارد، اصل اعتماد نکردن به کسانی است که نمی‌شناسیم. این مورد درباره وبسایت‌های ناشناس هم باید رعایت شود. بهتر است همیشه موقع وب‌گردی از منابع معتبر و شناخته‌شده استفاده کنیم و مراقب تک‌تک کلیک‌های خود در این فضا باشیم.

تبلیغات و سوسه‌انگیز

این تبلیغات می‌تواند با شماره پیامک ارسال انبوه به تلفن همراه فرد فرستاده شود، می‌تواند از طریق ای‌میل دریافت شود یا هنگام کلیک در سایت‌های غیرمجاز و نامعتبر به عنوان تبلیغات حاشیه یا به صورت پاپ‌آپ دیده شود.

محتوای بیشتر این تبلیغات به کاربر می‌گوید که برنده جایزه‌ای شده است و برای دریافت آن یا باید مبلغی را به حسابی بانکی واریز کند یا شماره کارت بانکی و رمزهای آن را برای جایی ارسال کند. در مورد اول، فرد مال‌باخته می‌شود چون جایزه‌ای در کار نیست و در مورد دوم امکان سوءاستفاده از کارت بانکی وجود دارد.

بانک مرکزی در این باره به شهروندان هشدار داده است که: «شخصی با استفاده از فیشینگ تلفنی (تکنیک‌های مختلف تخلیه اطلاعات از طریق تلفن یا وبسایت‌های تقلبی) و به‌کارگیری روش‌های مهندسی اجتماعی و با استفاده از ترفندهای مختلف از کاربران می‌خواهند اطلاعات محرمانه مربوط به کارت یا حساب بانکی‌شان را از طریق تلفن وارد کرده و دستورهای خود را در قالب تلفن گویا به مشتری اعلام کنند و از این طریق زیان‌های قابل توجهی را متوجه مشتریان بانک‌ها کرده‌اند. همچنین افرادی سودجو از طریق ارسال پیامک و دادن وعده اعطای جوایز چند ده میلیون تومانی به مشترکین تلفن همراه، آنان را دعوت به وارد کردن اطلاعات حساب بانکی خود مثل شماره کارت و رمز اینترنتی کرده و از این طریق از حساب آنان برداشت می‌کنند.»^{۷۰}

کاهش حساسیت‌ها و افزایش شبهات^{۷۱}

فضای مجازی عموماً افراد را به سمت کاهش حساسیت نسبت به شبهات دینی و توهین‌های مذهبی می‌برد. از آنجایی که ماهیت فضای مجازی شور و هیجان است، در چنین فضایی باید کوتاه بنویسید و اطلاعات شما جذاب و خبری باشد. این جذاب و خبری بودن عمدتاً یا در هیجان است یا در ابتدال. در این بین شبهه‌هایی یا به صورت سازمان‌یافته یا به صورت شوخی و مزاح، در ذهن مخاطبان وارد می‌شود. پاسخ یافتن برای این سؤال‌ها و شبهات، زمان‌گیر است و مطالعه‌های جدی را می‌طلبد، ولی از آنجایی که افراد بیشتر برای کسب هیجان و تفریح از فضای مجازی استفاده می‌کنند، آستانه تحریک در آنها بالا رفته است و عموماً حوصله مطالعه جدی را ندارند. همین موضوع باعث رها شدن شبهه در ذهن مخاطب می‌شود.

اگر فردی هم پاسخ به این شبهه یا سؤال را بداند و بخواهد درصدد پاسخگویی به آنها برآید، باید وقت زیادی را صرف این کار کند. از طرفی پاسخ به شبهه، چنانچه عالمانه و هدفمند شده طراحی شده باشد، زمان زیادی صرف می‌کند و باید از منابع مختلف استدلال آورده شود. همین موضوع باعث طولانی شدن متن می‌شود. از آنجایی که افراد در فضای مجازی به هیجان زیاد عادت کرده‌اند و حوصله مطالعه جدی در این فضا از آنها گرفته شده است، متن نوشته‌شده از سوی وی بدون مخاطب باقی می‌ماند. از آنجایی که ماهیت وجودی فرد در فضای مجازی دیده شدن است، چنین فردی پس از مدتی مجبور است یا ارتباطاتش را محدود کند یا حساسیت خود را کاهش دهد. در همین زمینه پژوهش انجام شده^{۷۲} نشان می‌دهد بین مدت زمان عضویت و میزان استفاده از فیس‌بوک رابطه معنادار معکوس و بین واقعی تلقی کردن محتوای شبکه‌های اجتماعی مجازی و هویت دینی کاربران رابطه معنادار مثبتی وجود دارد؛ یعنی هرچه مدت زمان عضویت و میزان استفاده از فیس‌بوک افزایش پیدا کند، هویت دینی کاربران ضعیف‌تر می‌شود. وجود رابطه معکوس و معنادار هویت دینی با تعامل در فیس بوک نشان می‌دهد که متناسب با افزایش میزان استفاده و مدت زمان عضویت در این شبکه میان جوانان، مؤلفه‌های هویت دینی دستخوش دگرگونی می‌شود و احساس تعلق خاطر به شاخص‌های هویت دینی، ماهیتی انتخالی به خود می‌گیرد و در نتیجه برخی از ابعاد هویت دینی تضعیف می‌شود. یافته‌های «رفعت‌جاه» و «شکوری»، «عباسی قادی» و «احمدپور» و «فادرزاده» نیز حکایت از همین امر است. یافته این پژوهش همچنین نشان می‌دهد عامل محافظت‌کننده فرد در مقابل این آسیب، میزان سواد رسانه‌ای وی و واقعی تلقی نکردن محتوای شبکه‌های اجتماعی است.

نظریه دیگر، اثر لوث مسئولیت است. این نظریه می‌گوید زمانی که فرد در محیطی اجتماعی با مشکل یا ناپهنجاری‌ای روبه‌رو می‌شود، هرچه تعداد افراد دخیل در آن موقعیت اجتماعی بیشتر باشد، احتمال بیشتری دارد که برای بهبود آن مشکل اقدام نکند و این استدلال را در ذهن بپرورد که اگر موضوع مهمی بود، دیگران به آن می‌پرداختند. به این ترتیب از خود سلب مسئولیت می‌کند؛ البته در صورتی که برای حل

- در فضای مجازی انبوهی از اطلاعات درست و غلط به هم آمیخته و در معرض دید کاربران قرار می‌گیرد و به این ترتیب احتمال گمراهی آنها افزایش می‌یابد. به خصوص 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.

و لَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا (اسرا/ ۳۶)

«از آنچه به آن آگاهی نداری پیروی مکن چرا که گوش و چشم و دل همه مسئول‌اند.»

لَوْلَا إِذْ سَمِعْتُمُوهُ ظَنَّ الْمُؤْمِنُونَ وَالْمُؤْمِنَاتُ بِنَفْسِهِمْ خَيْرًا وَقَالُوا هَذَا إِفْكٌ مُّبِينٌ (نور/ ۱۲)

«چرا هنگامی که این [تهمت] را شنیدید، مردان و زنان با ایمان نسبت به خود (اهل ایمان) گمان خیر نبردند و نگفتند این دروغی آشکار است.»

إِفْكٌ دَرُوعِي اسْتَكْبَرْتُ فِي آلِي فَأَخْتَلْتُمْ يَوْمَ الَّذِي بَلَغْتَ مَدْيَنَ وَرَأَيْتَ مُوسَى إِذْ جَاءَكَ بِالسِّيَرِ إِذِ اتَّخَذَ آلِيكَ آبَاءًا وَيَأْتِيَكَ بِزُجَّاجٍ إِذْ جَاءَكَ بِالْمَاءِ ذَرَأً مُكَامَلَةَ الْعَصْبِ (نور/ ۱۹)

«شایعه را از زبان یکدیگر می‌گرفتید و با دهان خود سخنی می‌گفتید که به آن یقین نداشتید و آن را کوچک می‌پنداشتید. در حالی که نزد خدا بزرگ است.»

و لَوْلَا إِذْ سَمِعْتُمُوهُ قُلْتُمْ مَا يَكُونُ لَنَا أَنْ نَتَكَلَّمَ بِهِ إِذَا سُبْحَانَكَ هَذَا بُهْتَانٌ عَظِيمٌ (نور/ ۱۶)

«چرا هنگامی که آن را شنیدید نگفتید ما حق نداریم که به این سخن تکلم کنیم. خداوندا منزهی تو این بهتان بزرگی است؟»

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِن جَاءَكُمْ فَاسِقٌ بِنَبَأٍ فَتَبَيَّنُوا أَنْ تُصِيبُوا قَوْمًا بِجَهَالَةٍ فَتُصْحَبُوا عَلٰى مَا فَعَلْتُمْ نَادِمِينَ (حجرات/ ۶)

«ای کسانی که ایمان آورده‌اید اگر شخص فاسقی خبری برای شما آورد، درباره آن تحقیق کنید تا مبدا به گروهی از روی نادانی آسیب برسانید و از کرده خود پشیمان شوید.»

إِنَّ الَّذِينَ يَجُودُونَ أَنَّ تُسَيِّعَ الْفَاحِشَةَ فِي الدِّينِ أَمْتُوا لَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ (نور/ ۱۹)

مشکل از سمت فردی اقدامی صورت بگیرد، احتمال بیشتری وجود دارد که دیگران نیز به حمایت از او برخیزند. در فضای مجازی نیز همین موضوع می‌تواند رخ دهد و با توجه به مخاطبان بیشمار فضای مجازی، اثر لوٹ مسئولیت می‌تواند بسیار چشم‌گیر باشد. خصوصاً در بخشی از فضای مجازی (مثلاً شبکه‌های اجتماعی و سایت‌های اطلاع‌رسانی عمومی از جمله Wikipedia) که از سوی عده‌ای خاص قابل هک و اصلاح است و نظرات مخالف به راحتی قابل حذف هستند (برای مثال، حذف صفحه حمایت از انتفاضه از فیس‌بوک).

بی‌بندوباری و فساد اخلاقی

بدون‌شک مهم‌ترین آسیب محتوایی در فضای مجازی، محتوای پورنوگرافی است. پورنوگرافی که از دیرباز در حال تولید بوده است، با استفاده از فضای مجازی رشدی قارچ‌گونه و بسیار وسیع پیدا کرد و در حال حاضر تجارتی بسیار سودآور است و سالانه بالغ بر ۱۴ میلیارد دلار سود به همراه دارد. در حال حاضر ۱۲ درصد کل فضای اینترنت به سایت‌های پورنوگرافی اختصاص دارد و برآورد می‌شود ۱۰ درصد کل تجارت الکترونیک در این صنعت ردوبدل می‌شود. (توهی و کرازی) آسیب‌های ناشی از پورنوگرافی تنها مختص به جامعه ما نیست. در کشورهای غربی، از جمله کشور آمریکا که مهد پورنوگرافی است و بیشتر محتوای پورنوگرافی جهان را تولید می‌کند، به آسیب‌های ناشی از محتوای جنسی واقف هستند و تحقیقات بسیاری در این زمینه انجام داده‌اند. تحقیقات نشان می‌دهد درصد بسیار بالایی از مردان و درصد قابل توجهی از زنان دائماً از سایت‌های جنسی بازدید می‌کنند (کرازی). در ادبیات پژوهشی به مواردی از قبیل اعتیاد به پورنوگرافی یا استفاده اجباری از پورنوگرافی برخورد می‌کنیم. این تحقیقات نشان می‌دهند که درصد بالایی از این افراد به تماشای تصاویر جنسی اعتیاد پیدا کرده‌اند و استفاده از این تصاویر دیگر در اختیار آنها نیست. چنین افرادی با آگاهی از نامناسب بودن این تصاویر و با وجود اینکه استفاده از این تصاویر زندگی شخصی و اجتماعی و حتی شغلی آنها را شدیداً تحت تأثیر قرار داده است، نمی‌توانند از مراجعه به این قبیل سایت‌ها خودداری کنند و ترک‌های موقتی آنها معمولاً ناکام است. این موضوع چنان در جوامع غربی رواج دارد که تحقیقات گسترده‌ای برای درمان این نوع از اعتیاد پیشنهاد شده است. آموزه‌های اسلامی اعلام می‌کنند که شهوت انسان را پایانی نیست. شهید «مرتضی مطهری» در کتاب «آشنایی با قرآن»، جلد ۴ می‌گویند: «به هر اندازه آزادی در مسائل جنسی بیشتر باشد، التهاب فرد زیادتر می‌شود، زیرا غریزه جنسی تنها ظرفیت جسمانی ندارد بلکه ظرفیت روحی هم دارد».

تحقیقات متعدد نشان داده است که مشاهده این تصاویر تنها آسیب فردی در پی ندارد و آسیب‌هایی برای جامعه به همراه دارد. تحقیقات نشان می‌دهد بلوغ زودرس، آسیب دیدن روابط اجتماعی، افسردگی، احساس گناه، خودارضایی، آغاز زود هنگام روابط جنسی، انحرافات جنسی، تجاوز جنسی، به تأخیر افتادن ازدواج و کاهش بهره‌وری شغلی با مشاهده تصاویر پورنوگرافی رابطه دارد. تا چندی پیش تصور می‌شد که مشاهده تصاویر جنسی تنها برای افراد مجرد آسیب‌زاست. تحقیقات اخیر نشان می‌دهد میزان آسیب افراد متأهل کمتر از آسیب افراد مجرد نیست (رایت و راندال). مواجهه مستمر با این قبیل تصاویر باعث می‌شود بسیاری از اعمال و رفتارهای قبیح و مجرمانه برای فرد عادی‌سازی شود و همچنین اطلاعات اشتباهی در اختیار فرد قرار گیرد. بی‌وفایی جنسی، انحراف جنسی، نارضایتی جنسی، نارضایتی زناشویی، نارضایتی از جسم خود و جسم همسر، طلاق و... از این دست آسیب‌ها بر بنیاد خانواده هستند. با توجه به اینکه یکی از مصارف آسیب‌زا از فضای مجازی، استفاده از تصاویر پورنوگرافی است، باید درباره تأثیر پورنوگرافی بر بنیان‌های روابط زناشویی دقت کرد. زمینه‌یابی انجام‌شده میان وکلای آمریکایی نشان می‌دهد بیشتر آنها معتقدند که فضای مجازی نقش قابل ملاحظه‌ای بر طلاق‌ها در سال‌های اخیر ایفا کرده است. در موارد منجر به طلاق، در ۶۸ درصد موارد یکی از زوجین در فضای مجازی معشوقی پیدا کرده است، در ۵۶ درصد از موارد یکی از افراد (عموماً مرد) از سایت‌های پورنوگرافی به صورت وسواس‌گونه استفاده کرده است، ۴۷ درصد موارد شامل استفاده مفرط از رایانه و ۳۳ درصد شامل صرف زمان مفرط برای چت کردن بوده است (ددمون). تحقیقات نشان می‌دهد استفاده وسواس‌گونه از پورنوگرافی تأثیر عمده‌ای بر طلاق و جدایی می‌گذارد و با کاهش علاقه به فعالیت‌های جنسی بین زوجین رابطه دارد (اشنایدر). مشاهده تصاویر پورنو باعث کاهش رضایتمندی از ظاهر جسمانی و عملکرد جنسی طرف مقابل می‌شود (زیلمن و برایانت). تحقیقات اخیر در آمریکا نشان داده است که ۵۶ درصد از طلاق‌ها شامل استفاده مفرط یکی از طرفین از تصاویر پورنوگرافی است (ددمون). همچنین تحقیقات نشان می‌دهد استفاده از پورنوگرافی موجب افزایش ۳۱ درصدی انحراف جنسی است (اودون - پولوسی). با توجه به اینکه بیشتر استفاده‌کنندگان از تصاویر پورنوگرافی را مردان تشکیل می‌دهند و زنان نسبت به تصاویر پورنو تحریک کمتری از خود نشان می‌دهند، عجیب نیست که بیشتر شکایت از استفاده بیمارگونه همسر از این سایت‌ها، از طرف زنان گزارش شود.

متأسفانه تحقیقات منتشرنشده مرکز ملی فضای مجازی ایران نشان می‌دهد بیش از نیمی از کودکان و نوجوانان در فضای مجازی به صورت ناخواسته با تصاویر جنسی روبه‌رو می‌شوند (تحقیقات بیشتر در این زمینه و سایر موضوعات مربوطه برای بررسی اهمیت‌شان لازم و ضروری به نظر می‌رسد). در این زمینه فیلترینگ می‌تواند نقش مؤثری ایفا کند، ولی اگر فردی در اثر تحریک‌های محیطی درصدد دسترسی به این مطالب برآید، با توجه به دسترسی بیشتر افراد به انواع فیلترشکن، فیلترینگ با وضعیت فعلی اثربخشی کافی ندارد.

کاهش حساسیت‌های دینی

در فضای مجازی عموماً کاربران به این باور نرسیده‌اند که همه محتوایی که قرار می‌دهند از جمله صحبت‌ها و عکس‌ها به صورت گسترده پخش می‌شود و از این لحاظ از فضای حقیقی شدیدتر نیز است، بنابراین میزان رعایت اصول دینی و اخلاقی در بسیاری از کاربران در فضای مجازی کمتر از فضای حقیقی است؛ برای مثال اگر به خانم محببه‌ای بگوییم فرد نامحرمی می‌خواهد از شما با همین چادر عکس بگیرد و به آن نگاه کند، هرگز قبول نمی‌کند، اما همین کاربر به راحتی و بدون هیچ‌گونه دغدغه‌ای تصویری از خود را با چادر در صفحه شخصی‌اش قرار می‌دهد! به این ترتیب کسی که مشکلی با دیدن عکس خود به وسیله نامحرم با چادر در فضای حقیقی ندارد، در فضای مجازی عکسش را با پوشش اسلامی اما بدون چادر قرار می‌دهد و به همین ترتیب نوعاً کاربران در فضای مجازی یک یا چند مرتبه از فضای حقیقی پوشش کمتری دارند. با ترویج بی‌بندوباری و کاهش حیا و عفت بین زنان، کم‌کم غیرت بین مردان وابسته به آن زنان نیز کاهش می‌یابد.

سلطه غرب و آسیب‌های امنیتی

مالک اینترنت چه کشوری است؟ شاید این پرسش در شروع امر عجیب به نظر برسد چرا که اینترنت در کشورهای مختلفی دسترسی دارد و علی‌الظاهر بر اینترنت هیچ نظارت مرکزی چه بر امور فنی و چه بر سیاست‌های دسترسی و استفاده وجود ندارد و هر شبکه تشکیل‌دهنده اینترنت، استانداردهای خودش را تدوین می‌کند.

اما واقعیت این است که اینترنت مشخصاً به وسیله آمریکا راه‌اندازی شد و به عبارتی مغز این شبکه در ایالات متحده قرار دارد. به این ترتیب که در دهه ۱۹۶۰ میلادی، سازمان‌های نظامی آمریکایی برای انجام پروژه‌های تحقیقاتی برای ساخت شبکه مستحکمی سرمایه‌گذاری کرد که پدر اینترنت امروزی محسوب می‌شود.

مطالعه هشت کمپانی بزرگ مجازی که در قالب پورتال اصلی و زیرپورتال فرعی فعالیت می‌کنند (شامل گوگل، یاهو، ام‌اس‌ان، فیس‌بوک، توئیتر، ویکی‌پدیا، یوتیوب و ام‌آی‌دی‌بی) نشان می‌دهد که همه آنها آمریکایی هستند و در تعلم کاری با نظام سیاسی و امنیتی این کشور قرار دارند. بنابراین آمریکا پس از آنکه محیط فیزیکی جهان را از طریق استعمار کهن و نو تسخیر کرد، به دنبال توسعه سلطه خود در عرصه سومی از طریق «استعمار مجازی» است. یک امپراتوری بزرگ مجازی در عرصه‌های مختلف سیاسی، اقتصادی و فرهنگی که از طریق آمریکا سازماندهی می‌شود. آمریکا علاوه بر حضور در همه زیرساخت‌ها، ظرفیت‌ها و کارکردهای فضای مجازی، کنترل، نظارت و مدیریت فراگیر این محیط را بر عهده دارد. برای مثال چندی پیش سنای آمریکا قانونی را تصویب کرد که به رئیس‌جمهور این کشور اختیار می‌دهد که در شرایط اضطراری و به دلایل امنیت ملی، اینترنت را خاموش کند. بر پایه این قانون جدید که «محافظت از فضاها سایبری همانند یک قانون دارایی ملی» (PCNAA) نام دارد به رئیس‌جمهور آمریکا این اجازه را می‌دهد که در موقعیت‌های اضطراری «اینترنت» را خاموش کند.^{۷۴}

براساس اسنادی که ادوارد اسنودن، کارمند سابق سازمان اطلاعات مرکزی آمریکا منتشر کرده است، جاسوسی از مردم عادی و شخصیت‌ها در مکالمات تلفنی، ایمیل، استفاده از موتور جستجوی اینترنت و... از همه کشورها و بدون رعایت مرزهای سیاسی به وسیله آژانس امنیت ملی ایالات متحده آمریکا (NSA) صورت می‌گیرد.^{۷۵} به گفته اسنودن: «آژانس امنیت ملی آمریکا که زیرمجموعه سیا فعالیت می‌کند زیرساختی تدارک دیده که تقریباً همه ارتباطات انسانی را به صورت خودکار ذخیره می‌کند. با استفاده از این سیستم می‌توانستم ای‌میل‌های هر کسی را ببینم، مکالمات تلفنی‌اش را شنود کنم و رمزهای عبور شخصی‌ترین اکانت‌های هر کاربری را به دست بیاورم»^{۷۶} همچنین وی افشا کرده است که آژانس امنیت ملی آمریکا موفق شده است در یک ماه ۱۴ میلیارد بسته اطلاعاتی شامل تماس‌های تلفنی و اینترنتی را از کاربران و مدیران ایرانی جمع‌آوری کند که این حجم جاسوسی از یک کشور در جهان بی‌سابقه است.

ناگفته نماند که این هجوم بیشتر به مسلمانان، به‌خصوص جمهوری اسلامی ایران وارد می‌شود. علت اصلی فشارهای فراوان استعمارگران در زمینه‌های سیاسی، فرهنگی، اقتصادی و... این است که ایران و مکتب اهل بیت (علیهم‌السلام) را بزرگ‌ترین مانع رسیدن به اهداف شوم خود می‌دانند و باید توجه داشت که آنان فقط به تسلیم ما رضایت می‌دهند و بس. خداوند متعال در قرآن کریم در این زمینه می‌فرماید: «و لن ترضی عنک الیهود و النصری حتی تتبع ملتهم»؛ یهود و نصاری هرگز از تو راضی نمی‌شوند مگر وقتی که از کیش آنان پیروی کنی. بنابراین جمهوری اسلامی باید بیشترین تلاش را برای استقلال در عرصه فضای مجازی برای خود ایجاد کند.

شبکه ملی اطلاعات

مهم‌ترین راهبرد مقابله با هجمه دشمنان در فضای مجازی، استقلال در فضای مجازی است. در واقع گردانندگان فضای مجازی بیم آن را دارند که کشورها در فضای مجازی استقلال داشته باشند و از این‌رو به واسطه برخی عناصر خود به‌گونه‌ای امر را بر مسئولان و مردم مشتبه کرده‌اند که استقلال در فضای مجازی به معنای دیوار کشیدن بین خود و دیگر کشورهاست، ولی همان‌گونه که در فضای حقیقی، استقلال به معنی قطع رابطه با دیگر کشورها نبوده، استقلال در فضای مجازی نیز به معنی بریدن از دیگران نیست. برای داشتن استقلال حقیقی در فضای مجازی طی مراحل سه‌گانه کسب، حفظ (تثبیت) و بسط (گسترش) استقلال ضروری است.^{۷۷}

راهکار کلان اصلی و بنیادی برای کسب استقلال در فضای مجازی راه‌اندازی «شبکه ملی اطلاعات» و پروژه‌های اقماری آن است که مدیریت اینترنت حداقل در مرزهای داخلی کشور، در اختیار خود ما قرار بگیرد.

در شبکه ملی اطلاعات به نظر می‌رسد موارد زیر ضرورتاً باید بومی شوند:

بومی‌سازی زیرساخت‌ها و شبکه‌های ارتباطی

بومی‌سازی زیرساخت‌ها و شبکه‌های ارتباطی شامل: سخت‌افزارها و نرم‌افزارهای ارسال و دریافت اطلاعات (فرستنده و گیرنده‌های رادیویی، مخابراتی، کابل فیبر نوری و...) ذخیره‌سازی اطلاعات (حافظه‌های ابری، سرور، دیتاسنتر و...) و شبکه‌سازی اطلاعات (سخت‌افزارهای ایجاد شبکه ارتباطی مانند سوئیچ‌های تلفن همراه، تلفن خانگی و اینترنت) است.

بومی‌سازی خدمات و قالب ارائه خدمات

بومی‌سازی خدمات و قالب ارائه خدمات شامل: موتور جست‌وجوی قدرتمند ملی، سیستم‌عمل ملی، مرورگر ملی، رایانامه ملی، شبکه‌های اجتماعی، تارنماهای متنوع و تخصصی و عمومی.

بومی‌سازی سخت‌افزارهای کاربردی ارتباطی

بومی‌سازی سخت‌افزارهای کاربردی ارتباطی شامل: رایانه، تبلت، تلفن همراه، ابزارهای پوشیدنی، کنسول‌های بازی، رادیو و تلویزیون، گیرنده دیجیتال و غیره.^{۷۸}

اما در میان‌مدت راهکار اصلاح سوق دادن کاربران به استفاده از محصولات و خدمات ساخت داخل اعم از ایمیل، موتور جست‌وجو، مرورگرها و پیام‌رسان‌های داخلی است.

به لحاظ محتوایی نیز به صورت همزمان با پالایه (فیلترینگ) محتوای نامطلوب و حمایت از محتوای مطلوب باید استقلال محتوایی را در فضای مجازی در حدی که امکانش وجود دارد، ایجاد کرد.

فصل پنج

زره را بیوش

راهکارهای روان‌شناختی در مواجهه با آسیب‌های فضای مجازی

فضای مجازی تنها رسانه‌ای تک‌بعدی مثل تلویزیون نیست بلکه محیطی است با قابلیت تعامل بالا، کلاً سرگرم‌کننده و همه‌جانبه که به خاطر ویژگی‌هایش، بسیار جذاب و متقاعدکننده است. فضایی که می‌تواند چیزهایی را که فراتر از دسترسی‌ها و توانایی‌های فیزیکی ما هستند در اختیارمان قرار بدهد. دکتر «ماری آیکین»^{۷۹} در جدیدترین کتابش درباره تأثیرات فضای مجازی بر تغییرات رفتاری انسان، اینترنت را به عنوان ابزاری شبیه ذره‌بین تعریف می‌کند! ذره‌بین کمک می‌کند تا چشم، جزئیاتی را ببیند که در شرایط عادی قادر به دیدن آنها نیست. به همین ترتیب او معتقد است اینترنت ابزاری است که می‌توان عمق ذهن و نیازهای افراد را به وسیله آن دید. ظهور پدیده سلفی گرفتن، ارسال محتواهای جنسی و روابط مجازی فزاینده‌تری به عنوان مسائل و آسیب‌های اینترنت، به ما کمک می‌کند تا نیروهای بالقوه ذهن انسان را بشناسیم؛ برای مثال بررسی چگونگی واکنش ذهن انسان به متغیرهای دنیای واقعی (مثل ارتباط با دیگران، نیاز جنسی، سرگرمی و...) وقتی مفاهیمی مثل اخلاق، مقررات و مسئولیت در دنیای مجازی مبهم باشد، سؤال پژوهش‌های اخیر است.^{۸۰}

فضای مجازی به واسطه ویژگی‌هایی همچون گمنامی، دسترسی‌پذیری بالا، نبود قوانین و مقررات، سرعت زیاد و فرامرسی بودن،^{۸۱} این توانایی را دارد که بدون محدودیت، پاسخگوی نیازهای درونی کاربران باشد؛ برای مثال اگر نیاز به ارایه خود، نیاز به تأیید اجتماعی و نیاز به تعلق فرد در دنیای واقعی به شکل مناسبی برآورده نشود، اینترنت این فرصت را به او می‌دهد که سریع‌تر و در ابعاد وسیع‌تری به این نیازها پاسخ بدهد. برای مثال «بارگ»^{۸۲} و همکاران، ادعا کردند که اینترنت فرصت منحصر به فردی برای «بیان خود» ایجاد می‌کند که مسلماً افراد ترجیح می‌دهند از این فرصت برای نمایش «خود ایده‌آل»شان استفاده کنند و جنبه‌هایی از خودشان را که در ارتباط چهره‌به‌چهره، به راحتی قابل بیان نیست، ارایه دهند.^{۸۳} مثال روشن‌تر در این زمینه، میل به کنجکاوی‌های جنسی است که اگر در دنیای واقعی مدیریت نشود، فضای مجازی عرصه را برای پاسخگویی بدون حدمرزی فراهم می‌کند. همچنین بیان برخی ویژگی‌ها همچون خودشیفتگی،^{۸۴} برون‌گرایی بالا، عزت نفس پایین، تنهایی اجتماعی و انزوای عاشقانه به عنوان صفات شخصیتی^{۸۵} غالب در کاربران شبکه‌های اجتماعی نشان می‌دهد که فضای مجازی این توانایی را دارد که بر نقاط ضعف و ویژگی‌های شخصیتی افراد متمرکز شود و مثل ذره‌بین، آنها را چند برابر کند. با توجه به نکات فوق و جمع‌بندی پژوهش‌های اخیر، رویکرد نگارنده در این بخش، تمرکز بر نقاط ضعف و ویژگی‌های شخصیتی کاربران، حل مشکلات فردی در دنیای واقعی، آگاهی‌بخشی درباره آداب حضور در دنیای مجازی، مدیریت افکار، احساسات و نیازها و همچنین تقویت مهارت‌های فردی همچون خویش‌داری، مدیریت زمان و هدف‌گذاری به عنوان مهم‌ترین و قوی‌ترین اهرم‌ها برای پیشگیری و مقابله با آسیب‌های اینترنتی است.

Mary Aiken

. Aiken, M. ۲۰۱۶

۱

اینفوگرافیک: ویژگی و آسیب‌های فضای مجازی به نقل از سایت www.dana.ir، شناسه خبر: ۷۰۴۰۷۲.

Bargh

Bargh, & et al. ۲۰۰۲

Carpenter, ۲۰۱۲

. Zhong & et al, ۲۰۱۱

پیش‌گیری و کنترل آسیب‌های اعتیاد اینترنتی

«مارلات»^{۸۶} معتقد بود که درمان مؤثر برای رفتار اعتیادی باید مبتنی بر این فرض باشد که افراد می‌توانند روش‌های مؤثری برای تغییر رفتار را بدون توجه به نحوه ایجاد مشکل بیاموزند. چون رفتارهای اعتیادآور، بیشتر نتیجه عوامل چندگانه هستند، به همین دلیل لازم است در مداخلات، راهبردهایی از مجموعه وسیعی از گزینه‌ها گنجانده شود؛ از جمله تغییرات رفتاری، شناختی و حتی سبک زندگی.^{۸۷} رویکردهای پیشگیری کنونی شامل ترکیبی از راهبردهای رفتاری و شناختی طراحی شده برای تغییر الگوهای استفاده از اینترنت و تقویت خویش‌داری هستند.^{۸۸} اما به دلیل اینکه طرح رویکردها و پروتکل‌های تخصصی روان‌درمانی، از حوصله مخاطب این کتاب خارج است، در این بخش سعی شده تا مجموعه‌ای از توصیه‌ها و روش‌های کاربردی از سایر رویکردهای مطرح شده در این حوزه، گردآوری شود و به مخاطب برای تسهیل فرایند پیشگیری و مقابله با پدیده اعتیاد اینترنتی کمک کند. همان‌گونه که همه ما می‌دانیم لازمه مهارت‌افزایی، تمرین‌های بیشتر و تلاش برای انتقال اطلاعات دریافتی از سطح مفاهیم به سطح کاربردی است. در همین زمینه، ارایه مثال‌های کاربردی، انجام تمرین‌های اجرایی به صورت فردی و گروهی و معرفی منابع تکمیلی می‌تواند این اهداف را عملی کند.

مهارت مدیریت زمان

زمان مثل اسب چموش است! اگر سوارکارش حرفه‌ای باشد، مرکب رام می‌شود، با سرعت می‌تازد و بهترین بهره‌ها را فراهم می‌کند، اما اگر مرکب بر سوارکارش امیری کند، آن وقت افسار پاره می‌کند و حتی از صاحبش هم سواری می‌گیرد! در پدیده اعتیاد به ابزارهای اینترنتی، در واقع زمان بر کاربران، حکم‌فرمایی می‌کند! «یانگ»^{۸۹} پیشرو و یکی از پیشگامان بررسی اعتیاد اینترنتی با تجارب متعدد در مرکز اعتیاد آن‌لاین، برخی تدابیر مداخله‌ای مبتنی بر مفروضات درمان‌شناختی رفتاری را پیشنهاد می‌کند. تعدیل و استفاده کنترل شده از اینترنت، یکی از محورهای مورد توجه اوست. براساس نظر این پژوهشگر، در درمان باید از «فنون مدیریت زمان» که به تشخیص، سازماندهی و مدیریت زمان صرف‌شده به صورت آن‌لاین به کاربران کمک می‌کنند، استفاده کرد. بنابراین با کنترل و مدیریت زمان، می‌توان از وابستگی به فضای مجازی پیشگیری کرد. رعایت موارد زیر می‌تواند به فرد کمک کند تا بتواند زمان مصرفی را در فضای مجازی، مدیریت و بهینه کند:

شناخت خود

یعنی فرد بداند نقاط قوت و ضعفش در فضای مجازی کجاست؛ مثلاً وسوسه شدن برای دیدن ویدیوهای جالب، ناتوانی در نه گفتن به شروع گفت‌وگویی غیرمهم در فضای چت، احساس تنهایی و غیره.

Marlatt

۷

مارلات (۱۹۸۵)، به نقل از یانگ و آبرئو، ترجمه وحدت‌نیا، ۱۳۹۱، ص ۲۴۴

۸

یانگ و آبرئو، ترجمه وحدت‌نیا، ۱۳۹۱، ص ۳۰۹

Young

۰

یانگ و آبرئو، ترجمه وحدت‌نیا، ۱۳۹۱، ص ۲۱۱

اولویت‌بندی کارها^{۹۱}

در قدم بعدی، کاربر باید سعی کند اولویت‌ها را بشناسد و کارهای روزانه‌اش را از نظر اهمیت و فوریت دسته‌بندی کند. کارهای ما در چهار گروه طبقه‌بندی می‌شوند: ۱. مهم و فوری؛ ۲. غیرمهم و فوری؛ ۳. مهم و غیرفوری و ۴. غیرمهم و غیرفوری. کارهای دسته چهارم، «وقت تلف‌کن» نام دارند! گشت‌وگذار در شبکه‌های اجتماعی، لایک کردن، لطیفه خواندن و خلاصه بازدیدهای بی‌هدف از صفحات تمام‌نشدنی، تقریباً کل زمان مفید برای انجام کارهای سه گروه قبلی را هدر می‌دهد. در اعتیاد به اینترنت معمولاً همه کارهای دیگر تعطیل می‌شوند و همه اهداف زندگی در اینترنت خلاصه می‌شود.

فهرست کردن کارهای روزانه براساس اولویت: فرد باید سعی کند اولویت‌هایش را روی صفحه کاغذ یا در یادآور گوشی همراهش یادداشت کند تا جلوی چشمش باشد. به محض گیر افتادن در تله اینترنت، مشاهده این فهرست به عنوان زنگ هشدار و بازگشت به فعالیت‌های مهم، به او کمک خواهد کرد زمان حضور در فضای مجازی را مدیریت کند.

استفاده از متوقف‌کننده‌های بیرونی^{۹۲}

در این مرحله، کاربر باید زمان‌بندی مشخصی برای آغاز و پایان فعالیت اینترنتی‌اش مشخص کند و به محض پایان زمان، بدون معطلی، اینترنت را قطع کند و تا زمان معین بعدی منتظر بماند. این مرحله به کمک متوقف‌کننده‌های بیرونی، ساده‌تر اجرا می‌شود. در واقع یکی دیگر از شیوه‌های پیشنهادی یانگ، شناسایی برخی انگیزه‌ها برای خروج از سیستم رفتاری ناهنجار است که با برنامه جدیدی که قبلاً برای کاربرد اینترنت ایجاد شده است، همراه می‌شود؛ مثلاً یکی از اعضای خانواده با استفاده از ساعت زنگ‌دار، در مورد زمان خاموش کردن رایانه و انجام برخی دیگر از فعالیت‌های غیرآن‌لاین به فرد هشدار دهد.^{۹۳} البته این روش، در روزهای اول کمی اذیت‌کننده است و ممکن است فرد بارها و بارها وسوسه شود و بهانه‌های منطقی برای بازگشت به اینترنت پیدا کند، اما باید مقاومت کند و در این مدت به انجام کارهای سه گروه قبل بپردازد.

تغییر عادات رفتاری^{۹۴}

برای تغییر الگوهای استفاده از اینترنت لازم است به‌مرور زمان و با انجام تمرین‌های به‌خصوصی، چرخه عادت‌های رفتاری ناخودآگاه شکسته شود و کمیت و کیفیت استفاده از فضای مجازی، در کنترل فرد درآید. در روان‌شناسی، زمان لازم برای شکل‌گیری یک رفتار یا عادت، حدود ۲۱ روز است. این یعنی استمرار و تکرار یک رفتار به صورت ناخودآگاه در بازه زمانی مشخص باعث ایجاد عادت می‌شود، بنابراین تکرار ناآگاهانه پرسه‌زنی در شبکه‌های اجتماعی و فضای مجازی، پس از مدت کوتاهی می‌تواند تبدیل به عادت و از آن بدتر، اعتیاد شود! برای پیشگیری از عادت به فضای مجازی یا ترک وابستگی به اینترنت، نیاز به اراده‌ای قوی و همچنین روشی علمی برای تغییر رفتار است:

۱

لوفار جی، سی ورت، ترجمه منصور توکل‌نیا، ۱۳۸۴

External Stoper Technique

۲

یانگ و آبرتو، ترجمه وحدت‌نیا، ۱۳۹۱، ص ۲۱۲

kandell, ۱۹۹۸

شناخت الگوهای افراطی و علامت

به گفته «گلدبرگ»^{۹۵} به عنوان روان‌پزشکی که اصطلاح بیماری اعتیاد را وضع کرد، در درجه اول، افراد باید الگوهای استفاده افراطی را بشناسند. اطلاع از علامت ابتدایی، بسیار مهم است. زمانی که پشت رایانه صرف می‌شود یا زمانی که به فکر کردن در مورد اینترنت یا فعالیت های مربوط به اینترنت صرف می‌شود، علامت کلیدی هشداردهنده محسوب می‌شود.^{۹۷}

انگیزه

این مرحله، مهم‌ترین و سخت‌ترین بخش کار انگیزه‌بخشی به کاربران است به صورتی که مشکل را بپذیرند و آن را انکار نکنند. در این مرحله با آگاهی از پیامدهای اعتیاد و وابستگی به اینترنت و با کسب بینش نسبت به آثار آن، انگیزه ترک تقویت می‌شود. یکی از روش‌های پیشنهادی یانگ، تهیه کارت‌های یادآور است. کاربر روی هر کارت یکی از مشکلاتی را که در اثر استفاده زیاد از اینترنت برایش ایجاد شده می‌نویسد (مشکلات جسمی، افسردگی، اضطراب، انزوای اجتماعی و مشکلات خانوادگی) و هر روز آنها را مرور می‌کند. همچنین نوشتن فواید کنترل و مدیریت زمان مصرف اینترنت نیز می‌تواند در روند انگیزه‌بخشی و تصمیم‌گیری در موقعیت استفاده، کمک‌کننده باشد.

هدف‌گذاری^{۹۸}

از طریق نوشتن هدف و مرور نتایج و پیامدهای آن، ایستگاه‌ها، مسیر پیش‌رو و همه مراحل لازم مشخص می‌شود و می‌توان موانع را پیش بینی کرد. جالب است بدانید از بین همه مردم، کسانی موفق می‌شوند که اهداف مشخصی دارند و از بین این گروه، کسانی به اهدافشان می‌رسند که آن را مکتوب کرده باشند! پس در اولین قدم، فرد باید هدفش را روی یک کاغذ یا تخته وایت‌برد، با طرحی متفاوت و جذاب بنویسد و در چند جا نصب کند، به صورتی که همواره در طول روز جلوی چشمش باشد؛ مثلاً کاغذ هدف را به صفحه نمایشگر رایانه بچسباند، روی یادآور گوشی همراه بنویسد، به در یخچال نصب کند یا روی میز تحریر بگذارد. هدف باید محدود، واقعی، قابل دسترس، منطقی، واضح و قابل اندازه‌گیری باشد. برای مثال اهداف بلندمدت عبارتند از:

کاهش ساعات آن‌لاین بودن در شبکه‌های اجتماعی از هفت ساعت به یک ساعت در روز طی ۵۰ روز.
کنترل وسوسه برای آن‌لاین شدن از طریق تغییر موقعیت، یکبار در روز (مثلاً پیام‌رو ۳۰ دقیقه‌ای به جای آن‌لاین شدن).

ایستگاه‌بندی

برای رسیدن به هدف بلندمدت خود، چند ایستگاه تعریف کنید؛ مثلاً رسیدن از پنج ساعت به چهارونیم ساعت طی پنج روز اول در ایستگاه اول.

این ایستگاه‌ها باید زیر هدف بلندمدت یادداشت شود. لازم است در این مرحله، کاربر نموداری نقطه‌ای تهیه کند تا به صورت نموداری بتواند سیر صعودی یا نزولی‌اش را در مسیر هدف مشاهده کند. مشاهده میزان پیشرفت از طریق عبور از ایستگاه‌های کوچک، انگیزه و میل به ادامه اهداف را در فرد افزایش می‌دهد.

Goldberg

symptom

۷

گلدبرگ (۱۹۹۶) به نقل از ییدی، کارشکی، ۱۳۹۲، ص ۱۴۱

۸

یانگ و آبرئو، ترجمه وحدت‌نیا، ۱۳۹۱

ارزیابی و بررسی روند تغییرات

لازم است کاربر هر چند روز یکبار، روند پیشرفتش را ارزیابی کند. اگر روند نزولی بود، موانع را پیدا کند، آنها را فهرست کرده و برایشان راه حل مناسبی پیدا کند؛ مثلاً شاید روشن بودن همیشگی وای‌فای باعث می‌شود گاهی برای آن لاین شدن بی‌موقع تحریک شود و شاید داشتن اینترنت همراه، مانع رسیدن به این هدف کنترل زمان مصرف اینترنت باشد.

تکنیک تمرین متضاد

یکی از راه‌های مؤثر برای تغییر عادات و به‌خصوص اعتیادهای رفتاری، «تمرین متضاد»^۱ است. در این تمرین، با وادار کردن فرد به شکستن روال عادی استفاده کنونی خود از اینترنت یک الگوی رفتاری جدید و انطباقی‌تر به وجود می‌آید. در این تمرین، لازم است تلاش کنید تا روال عادی برنامه همیشگی به هم بخورد؛ مثلاً اگر شما عادت کرده‌اید که هر روز صبح که از خواب بیدار می‌شوید، تلگرام خود را بررسی کنید این روند را تغییر دهید. شما می‌توانید به جای این کار ابتدا صبحانه بخورید و پیاده‌روی کنید یا اینکه اگر شما شب‌ها بیشتر سراغ اینترنت می‌روید و عادت کرده‌اید که به محض ورود به خانه، رایانه را روشن کنید، دیگر این کار را نکنید و به عنوان رفتار جایگزین، اخبار گوش بدهید، به یکی از اعضای فامیل تلفن بزنید و غیره. با این کارها شما آن روال عادی را به هم می‌زنید و سد رفتار ناهنجار را می‌شکنید.

کاربرد فعالیت‌های جایگزین

پدیده اعتیاد اینترنتی مانند سایر انواع اعتیاد، نیازمند کاهش مشغولیت روانی بر موضوع اعتیاد و انحراف توجه به کمک یک عمل جایگزین است؛ مثلاً در ترک اعتیاد به مواد مخدر، در ابتدا داروهای شیمیایی با دوز مشخص را جایگزین ماده مخدر می‌کنند و سپس فرد معتاد را به قبول مسئولیت و انجام کار، ترغیب می‌کنند. در ارتباط با کودکان نیز اصل مهمی وجود دارد که وقتی می‌خواهید کودک را از وسیله خطرناکی دور کنید یا چیزی را از او بگیرید، لازم است همزمان وسیله جالب و البته بهتری به او بدهید. در پدیده اعتیاد نیز، مغز مثل کودک سمج، به کار تکراری خوشایند و شاید مضر می‌چسبد و در جهت جست‌وجوی لذت، رفتار قبل را تکرار می‌کند. در کاربرد فعالیت‌های جایگزین، باید به این نکته توجه داشت که اعتیاد اینترنتی با هیجان‌خواهی رابطه‌ای مستقیم دارد.^۱ همچنین یانگ نیز به این نکته اشاره می‌کند که هدف درمان، ایجاد فعالیت‌های غیرآن‌لاین لذت‌بخش به صورت مشترک با بیماران و سایر فنون کنار آمدن است که نشان می‌دهد لازم است هیجان‌خواهی کاربران به‌درستی تأمین شود، بنابراین لازم است با تعریف کردن فعالیت‌های لذت‌بخش، مفید و متنوع جایگزین، توجه فرد را از کار قبلی منحرف کرده و به صورت همزمان، عادت رفتاری جدیدی را در او تقویت کنید.^{۱،۲}

تهیه پرسشنامه

یکی از فنون پیشنهادی از سوی یانگ، تهیه پرسشنامه شخصی است. چون این افراد به دلیل صرف زمان زیاد برای جست‌وجوی علائق مجازی، از سرگرمی‌ها و سایر علائق خود غافل می‌شوند، به همین دلیل فرد به پر کردن پرسشنامه‌ای تشویق می‌شود که شامل فعالیت‌هایی است که عادت به انجام آنها دارد، اما پس از ایجاد مشکل آنها را نادیده گرفته است. هدف از انجام این کار، کمک به کاربران برای اظهارنظر،

practicing the opposite

۰

یانگ و آبرنو، ترجمه وحدت‌نیا، ۱۳۹۱، ص ۲۱۲

۱

سلطانی و همکاران، ۱۳۸۹

۲

یانگ و آبرنو، ترجمه وحدت‌نیا، ۱۳۹۱، ص ۲۱۱

۳

حمیدیان، ۱۳۸۷

از نقطه نظر تقابل تجربه است (گذشته در مقابل آینده) که می‌تواند به مشاهده بهتر فرایند تصمیم‌گیری‌شان کمک کند. ممکن است این فعالیت به افراد کمک کند تا آگاهی بیشتری از انتخاب‌هایشان به دست آورند و به این ترتیب در جهت تلاش برای از سرگیری دوباره فعالیت های قبلی فراموش شده برانگیخته شوند.^۴ بنابراین از فرد خواسته می‌شود تا فهرستی از کارهای جالب و ارزشمندی که اگر اینترنت وجود نداشت، دوست داشت آنها را انجام بدهد، یادداشت کند. سپس همه فعالیت‌هایی را که به خاطر اینترنت از انجام‌شان محروم شده است، یادداشت کند؛ مثلاً آشپزی، مطالعه کتاب، شرکت در دوره‌های، نقاشی و ورزش.

شناسایی هدف حضور در فضای مجازی

در واقع اصل جایگزینی رفتار به فرد کمک می‌کند با تغییر نوع رفتار، همان هدف قبلی را دنبال کند؛ مثلاً اگر هدف او، سرگرمی و کسب لذت است، می‌تواند با جایگزین کردن رفتار ورزش گروهی، حل جدول و مطالعه مجلات سرگرم‌کننده به همان هدف برسد یا اگر برای هدف معاشرت با دیگران و رفع انزوا، فضای مجازی را انتخاب کرده است، می‌تواند مهمانی‌های خانوادگی و دوستانه را جایگزین کند.

احساس مشغولیت و دوری از بیکاری

نکته دیگر در رابطه با اصل جایگزینی، دوری از بیکاری است. بسیاری از کاربران معتاد به فضای مجازی و به‌خصوص شبکه‌های اجتماعی اعتراف می‌کنند که در اصل به علت بیکاری و به خاطر گذراندن وقت، به اینجا می‌آیند. بنابراین به کمک این اصل، می‌توان رفتارهای مشخص و هدفمندی را در طول روز تعریف کرد که برای فرد مشغولیت فکری ایجاد کند و منجر به احساس بیکاری و بیهودگی نشود؛ مثلاً قبول کردن مسئولیت‌های اجتماعی مثل عضویت در گروه‌های مردمی، خیریه‌ها، مساجد، هیئت‌ها، فرهنگسراها و انجام فعالیت‌های عام المنفعه و سازنده، علاوه بر اینکه باعث تقویت عزت‌نفس، احساس کفایت اجتماعی و مفید بودن می‌شود، می‌تواند با کاهش تمرکز فرد از فضای مجازی و ایجاد احساس هدفمندی، از وابستگی فرد به اینترنت کم کند. به بیان ساده‌تر، وقتی فرد کارهای مهم‌تری برای انجام دادن داشته باشد و احساس لذت، ارزشمندی و مفید بودن را از آن طریق به دست بیاورد، آن کارها تقویت شده و به مرور زمان جایگزین رفتار پرسه‌زنی در اینترنت می‌شود. بنابراین مشخص کردن چشم‌انداز و اهداف مشخص برای زندگی، می‌تواند انگیزه حضور بی‌هدف در فضای مجازی را کاهش دهد.

طرح سؤال‌های بنیادین

بسیاری از کسانی که درگیر وابستگی به اینترنت شده‌اند، نسبت به رفتار عادی‌شان، آگاهی لحظه‌ای ندارند. پرسیدن سؤال‌های اساسی از خود، رفتار عادی و ناخودآگاه حضور در اینترنت را به سطح هوشیاری می‌آورد و با ایجاد احساس آگاهی و حضور در لحظه، به انتخاب رفتار مؤثر و آگاهانه کمک می‌کند؛ مثلاً پرسیدن سؤال‌هایی مانند «لان چه کار می‌کنم؟ آیا در جهت اهدافم زندگی می‌کنم؟ آیا حضور در اینترنت، من را به آرزوهایم نزدیک‌تر می‌کند؟ آیا به اطلاعات من می‌افزاید؟»

آیا دیدن ویدیوها و خواندن این‌همه لطیفه، جزو لذت‌های پایدار و همیشگی است؟ کسانی که اینها را نمی‌بینند، چه چیزی از دست می‌دهند؟ به جای این کار، الان می‌شد چه کار مفیدی انجام داد؟ انرژی و توان روحی‌ام صرف چه چیزهایی می‌شود؟ دقیقاً تا کی زنده هستم؟ چقدر برای کارهای مهم‌تر زمان دارم؟ اگر آدم مهمی از من بخواهد که یک روز از صبح تا شبم را تعریف کنم، چه چیزی برای گفتن دارم؟»

ریشه‌یابی

شناخت مشکلات زیربنایی

«گروهول»^۵ ذکر توضیح این مسأله که چرا مردم به‌گونه‌ای اعتیادآور از اینترنت استفاده می‌کنند، معتقد است که علت گرایش افراد به استفاده اعتیادآور از اینترنت، تمایل آنها به دوری گزیدن از مشکلاتی است که در زندگی شخصی با آنها روبه‌رو هستند. به عبارتی، افراد برای اینکه از دست مشکلات زندگی فرار کنند، به اینترنت روی می‌آورند. معتادان بیشتر وقت‌ها یک «زندگی دوم» یا مفری را برای «فراموش کردن مشکلاتشان» هنگام آن‌لاین بودن ایجاد می‌کنند.^{۱۰۶}

به عقیده یانگ، یکی از گام‌های مهم برای پیشگیری یا ترک اعتیاد اینترنتی، شناخت مشکلات نهفته و زیربنایی است. مانند انواع دیگر معتادان، آنها باید از خود سؤال کنند که چه چیزی باعث شده که خواهان فرار از زندگی روزمره شوند؟^۷ برخی استدلال می‌کنند که ارتباط متقابل با دیگر افراد از طریق اینترنت، به نوعی موجب پر شدن خلئی اجتماعی می‌شود. افراد قادرند هویت‌های جدیدی بیابند، دیگران در تعامل با این هویت جدید قرار می‌گیرند و شخص ممکن است این ارتباط‌های اینترنتی را به عنوان امری واقعی تلقی کند.^۸ بسیاری از اعتیادها، به خاطر فرار از مشکلی واقعی یا رابطه‌ای پرتنش ایجاد شده است؛ مثلاً فرار از مشکلات زناشویی، مشکلات در روابط اجتماعی، مشکلات مالی و احساس تنهایی. باید دید کجای کار می‌لنگد که فرد به فضای مجازی پناه آورده است و فضای مجازی جای چه چیزهایی را برای او پر می‌کند؟ بنابراین در این مرحله، فرد باید تلاش کند به جای فرار از مشکل، به ساخت و ایجاد طرحی بپردازد تا به وسیله آن، مشکل مربوط را تحت کنترل خودش درآورد، زیرا فرار کردن از مشکلات به وسیله اینترنت و نادیده گرفتن آن در دنیای واقعی نه تنها باعث از بین رفتن مشکل نمی‌شود بلکه آن را تشدید هم خواهد کرد.^{۱۰۹}

توجه به افکار و احساسات درونی

باید به افراد کمک کنیم تا تصورات ضمنی شخصی ناشی از استفاده بیش از حدشان مشخص شود؛ مثلاً جملات «من به این دلیل آن‌لاین می‌شوم که احساس می‌کنم در آنجا مورد پذیرش قرار می‌گیرم، در آنجا احساس قدرت بیشتری دارم، در اینترنت دوستی دارم که واقعاً مرا می‌خواهد.» بنابراین افراد به تدریج متوجه می‌شوند که انتخاب زندگی مجازی، چیزی جز روش ناسازگارانه‌ای برای کنار آمدن با احساس فشار، ترس یا موقعیت‌های مواجهه‌ای نیست. به این ترتیب چرخه معیوب احاطه‌کننده این نوع اعتیاد به تدریج شناسایی می‌شود و افراد نقش اینترنت را مورد تردید و بازبینی قرار می‌دهند. در نهایت آنها می‌توانند مشخص کنند رفتار مربوط به استفاده بیش از حد، در حقیقت مجموعه رفتارهای کنار آمدن شکست‌خورده یا نیازهای ارضانگشته است و همچنین فقدان کنترل شخصی نسبت به محیط و تبدیل اینترنت به یک روش جدید احتمالی (اما نه مناسب) برای کنار آمدن را استنباط می‌کنند.^{۱۱۰}

Grohol

۶

معیدفر و همکاران، ۱۳۸۶

۷

بیدی، کارشکی، ۱۳۹۲، ص ۱۴۱

۸

جان گروول (۲۰۰۲)؛ به نقل از بیدی و کارشکی، ۱۳۹۲، ص ۱۴۲

۹

بیدی، کارشکی، ۱۳۹۲، ص ۱۴۱

۱۰

یانگ و آبرنو، ترجمه وحلت‌نیه، ۱۳۹۱، ص ۲۳۱

پیشگیری از مشکلات زناشویی در فضای مجازی

روابط جنسی مجازی و رویارویی‌های جنسی سایبری بیشتر به عنوان نشانه‌های از مشکلاتی هستند که قبل از حضور در اینترنت در زندگی یک زوج وجود داشته‌اند. ارتباط ضعیف با همسر، انواع نارضایتی‌های جنسی، مشکلات مربوط به تربیت فرزند و مسائل مالی از مشکلات متداول زندگی زناشویی هستند و این‌گونه مشکلات راه‌اندازهای قدرتمندی برای جست‌وجوی روابط جنسی مجازی فراهم می‌کنند. رویارویی‌های مجازی، نمایش محرومیت‌های تجربه‌شده از سوی زوجها مانند خیال‌پردازی‌های جنسی، روابط عاشقانه و هیجان را که ممکن است رابطه کنونی فاقد آنها باشد، میسر می‌سازد. بنابراین برای همسران پرداختن به مشکلات مجازی به جای مواجه شدن با مشکلات موجود در زندگی واقعی به راه‌حل آسان‌تری تبدیل می‌شود. به این ترتیب همسر مجازی درک و راحتی لازم برای ابزار احساساتی را که به واسطه خشم، غم یا احساسات دیگری که در رابطه واقعی بی‌پرده در مورد آنها صحبت نشده، فراهم می‌کند. ظاهراً ارضای جنسی به عنوان تقویت‌کننده رفتارهای جنسی آن‌لاین عمل می‌کند، اما براساس نظر یانگ، در این‌گونه موارد تقویت اصلی، توانایی دامن زدن به دنیای خیال‌پردازی‌های آن‌لاین است که ممکن است زمینه را برای فرار هیجانی یا روانی از فشارها و خستگی‌های روزمره فراهم کند؛ برای مثال زنی با زندگی زناشویی از هم‌گسیخته ممکن است از اتاق‌های گپ برای فرار از احساس پوچی و مهم بودن یا حتی موردپسند واقع شدن از سوی دوستان مجازی‌اش استفاده کند.^{۱۱۱}

پدیده تداخل فناوری، آثار و آسیب‌های آن در زندگی واقعی و تعاملات افراد، موضوع جدی پژوهش‌های اخیر است. برای مثال «مک دنیل»^{۱۱۲} در پژوهش خود بر تداخل فناوری در روابط زوجین و خانواده تمرکز کرده است. او در مورد زمان‌هایی که ابزارهای فناوری (مانند اینترنت، تلفن همراه، بازی‌های رایانه‌ای و...) باعث مزاحمت، وقفه یا ایجاد مشکل در رابطه و تعامل بشوند (مسائلی همچون تعارض، نارضایتی از رابطه، پرخشنگری و...) اصطلاح مداخله‌گری فناوری را^{۱۱۳} به کار می‌برد. همچنین پژوهش‌ها نشان می‌دهند که رضایت از زندگی و نشانه‌های افسردگی با میزان مصرف فناوری مرتبط هستند.^{۱۱۴} به عبارت دیگر می‌توان گفت، حضور فناوری‌های جدید و ابزارهای نوین ارتباطی در قالب فضای مجازی در زندگی واقعی افراد، تأثیرات ملموس و آسیب‌های قابل توجهی به جای می‌گذارد. برای مثال «چلسی»^{۱۱۵} در پژوهش خود نشان داد که استفاده از تلفن همراه، مرزهای بین خانه و کار را مبهم کرده و انتقال منفی محیط کار به محیط خانواده را در زنان و مردان افزایش داده است. این گسترش بیش از حد فناوری در خانه، با افزایش خلق منفی و رضایت پایین از زندگی خانوادگی مرتبط است.^{۱۱۶}

با این رویکرد می‌توان گفت فناوری‌های دیجیتال می‌توانند به شیوه‌های مختلف برای شروع، پیشبرد و تسهیل موارد بی‌وفایی و خیانت استفاده شوند، اما برای پیشگیری از آسیب‌های فضای مجازی و حل مشکلات موجود، در اینجا نیز همانند همه مشکلات رابطه زوجین، باید در مرحله اول به «دلایل بروز» این مسأله توجه کرد و سپس به نحوه تقسیم سرزنش و نحوه برقراری مجدد اعتماد بین زوجین متمرکز شد.^{۱۱۷}

۱

یانگ و آبرنو، ترجمه وحدت‌نیه، ۱۳۹۱، ص ۲۱۷

McDaniel

۱ Technoference

McDaniel & Coyne, ۲۰۱۴a

Chelsey, ۲۰۰۰

۲

چلسی (۲۰۰۰) به نقل از مک دنیل ۲۰۱۵

۳

یانگ و آبرنو، ترجمه وحدت‌نیه، ۱۳۹۱، ص ۳۶۸

پیشگیری و مقابله با این پدیده در زوجین، یانگ و همکاران نتیجه گرفتند که متخصصان بالینی باید در روان‌درمانی زوجین به بهبود ارتباط و توانایی برقراری گفت‌وگوی صادقانه بین آنها کمک کنند.^{۱۸} بنابراین در این قسمت توصیه می‌شود با به کار بستن تکنیک‌های زوج‌درمانی برای بهبود رابطه و رفع مشکلات فعلی زندگی زناشویی، به افراد کمک شود. در ادامه به برخی روش‌ها و تکنیک‌های کاربردی در این حوزه اشاره می‌شود؛ البته لازم به ذکر است در اینجا به‌دور از اشاره به رویکردهای تخصصی و پروتکل‌های درمانی که ویژه درمان‌گران و روان‌شناسان است، به برخی اصول و روش‌های کلیدی برای بهبود رابطه اشاره می‌شود.

بازسازی اعتماد متقابل و امنیت روانی در رابطه

یکی از دلایلی که روابط فرازنشویی را از طریق پناه بردن به فضای مجازی تسریع می‌بخشد، وجود تنش و نداشتن امنیت روانی در رابطه است.^{۱۹} این شرایط، افراد برای فرار از موقعیت فعلی و برای دریافت توجه، آرامش و حمایتی که از طرف همسرشان تأمین نمی‌شود، به روابط مجازی پنهانی روی می‌آورند؛ روابطی که هم از نظر عاطفی تأمین‌کننده هستند و هم دیگران نمی‌توانند به‌سادگی به آنها برچسب خیانت بزنند، اما باید توجه داشت که ایجاد رابطه فراتر از چارچوب زندگی مشترک، چه در فضای مجازی و چه در روابط واقعی، آسیب‌هایی جدی به روابط زوجین می‌زند. در این میان، شبکه‌های اجتماعی و فضای مجازی به عنوان تسهیل‌گر، شکل‌گیری روابط مجازی را سرعت می‌بخشد. برای پیشگیری از مواجهه با آسیب‌های فضای مجازی در زندگی مشترک، لازم است زوجین تلاش کنند تا فضای زندگی واقعی را غنی‌تر کنند و آرامش و امنیت را به رابطه بازگردانند:

تعیین اهداف خاص

باید برای ارزیابی انتظارات هر یک از افراد نسبت به استفاده از رایانه و تعهد نسبت به بازسازی دوباره رابطه کنونی، اهدافی تعیین شود.^{۲۰}

دوری از عادت‌های مخرب در رابطه

زوجین تلاش می‌کنند با بعضی عادت‌های رفتاری که بیشتر وقت‌ها به وجودشان آگاهی ندارند، رفتار یکدیگر را کنترل کنند. از دیدگاه نظریه انتخاب، عادت‌های مخرب و تنش‌زا در رابطه کلامی و غیرکلامی زوجین که رابطه را به سردی می‌کشاند و امنیت روانی را به خطر می‌اندازد، شامل این موارد است: ۱. انتقاد، ۲. سرزنش، ۳. غر زدن، ۴. شکوه و گلایه، ۵. تهدید، ۶. تنبیه، ۷. باج دادن برای کنترل طرف مقابل.^{۲۱} همچنین دو ویژگی تحقیر کردن و ایجاد دیوار دفاعی در خود در مواجهه با مشکلات،^{۲۲} به‌مرور زمان رابطه را به سردی می‌کشاند و زمینه‌ساز گرایش افراد به روابط عاطفی جایگزین می‌شود.

۱۸. Youn & et al, ۲۰۰۰

۱۹

محمودی، ۱۳۹۴

۲۰

یانگ و آبرئو، ترجمه وحدت‌نیا، ۱۳۹۱، ص ۲۶۸

۲۱

گلاس (۱۹۹۸)، ترجمه علی صاحبی، ۱۳۹۵

جایگزینی عادت‌های مفید در رابطه

رفتارهای جایگزین مناسب در رابطه شامل این موارد است: ۱. گوش کردن، ۲. حمایت، ۳. احترام، ۴. اعتماد، ۵. تشویق، ۶. پذیرش، ۷. گفت‌وگو برای حل اختلاف‌ها.^{۱۳} این ویژگی‌ها، احساس امنیت روانی را در طرف مقابل افزایش می‌دهد و همسر را به عنوان تکیه‌گاهی ایمن در رابطه معرفی می‌کند.

تغییر ادبیات کلامی

استفاده از واژه «من» برای سرزنش نکردن دیگری، روش مؤثری در بهبود رابطه است. زوجین باید به عدم استفاده از زبان قضاوت‌کننده و متهم‌کننده تأکید داشته باشند و بتوانند احساسات و عقاید خود را به شکل دیگری ابراز کنند؛ مثلاً به جای گفتن «تو هیچ‌وقت به من توجه نمی‌کنی چون همیشه پشت رایانه هستی، می‌توان گفت وقتی مدت زیادی از زمان با هم بودن‌مان را پشت رایانه می‌گذرانی، احساس ترک شدن می‌کنم».

همدلی^{۱۲۵}

زوجین باید تلاش کنند تا بتوانند به فرد مقابل گوش دهند. زمانی که یکی از همسران سعی در توضیح دلایل اعمال خود دارد، باید همسرش مانع از بروز احساس خشم و عدم اعتمادش شود تا به این ترتیب بتواند برای گسترش ارتباط و در نتیجه درک متقابل، تا حد امکان صادقانه گوش بدهد.

توجه فعال به همسر

گاهی علت حضور بیش از حد افراد در فضای مجازی و شکل دادن به روابط صمیمانه، به دلیل نیاز فرد به دریافت توجه و دوست‌داشته شدن است. پژوهش‌ها نشان می‌دهد که عدم توجه همسران به مؤلفه قدرت در مردان، مؤلفه توجه و تعلق در زنان^{۱۲۶} و خلأ عاطفی^{۱۲۷} پیش‌زمینه حرکت به سوی خیانت و روابط فرازناشویی است. همین کمبودها، آغازگر بسیاری از روابط و گفت‌وگوهای آن‌لاین است که به‌مرور زمان منجر به شکل‌گیری روابط صمیمانه مجازی و حتی خیانت عاطفی نسبت به همسر می‌شود. مشخص کردن زمان‌هایی برای گفت‌وگو با همسر، توجه به ویژگی‌های مثبت او، تشویق و تحسین کردن، گوش دادن فعال و ابراز احساسات در قالب کلامی و غیرکلامی، راهکارهایی است که می‌تواند نیاز به توجه و تعلق را در زوجین برآورده و امنیت روانی را به رابطه تزریق کند.

احترام به حریم خصوصی یکدیگر

یکی از نیازهای اساسی زوجین در رابطه، احساس اعتماد متقابل است. متأسفانه ویژگی کنترل‌گری، باعث می‌شود رعایت مرزهای خصوصی در زندگی مشترک بی‌معنا شود که این موضوع به امنیت روانی طرف مقابل آسیب می‌زند. غالباً افراد تصور می‌کنند بعد از ازدواج، حریم خصوصی معنا ندارد و تحت کنترل بودن طرف مقابل، بخشی از حقوق همسران است! در صورتی که کنترل کردن همیشگی تلفن همراه

۳

گلاس (۱۹۹۸)، ترجمه علی صاحبی، ۱۳۹۵

۴

یانگ و آبرئو، ترجمه وحدت‌نیا، ۱۳۹۱، ص ۲۱۷

۵

یانگ و آبرئو، ترجمه وحدت‌نیا، ۱۳۹۱، ص ۲۱۸

۷

همسر و زیر نظر داشتن مداوم، نیاز به آزادی را در طرف مقابل فعال می‌کند که به صورت انجام رفتارهایی مثل استفاده از رمز عبور برای تلفن همراه یا قفل کردن کمد بروز می‌کند. این رفتارها به‌مرور زمان، به اعتماد متقابل آسیب می‌زند و امنیت روانی زوجین را تحت‌تأثیر قرار می‌دهد. یانگ نیز در کتابش اشاره می‌کند که اگر زوجی در انتظار بهبود رابطه باشند، به‌کارگیری فناوری‌های دیجیتال برای جاسوسی و مچ‌گیری در مورد همسر، گزینه مناسبی به عنوان راه‌حل نیست!^{۱۳۸}

پایبندی زناشویی و تعهد اخلاقی

تعهد به معنای وفادار ماندن و پایداری به خانواده و اعضای آن هنگام غم و شادی، بحران‌ها و مسائل ناخوشایندی است که بر مبنای احساس و علاقه و همچنین قصد و نیت استوار است. همچنین به معنای ارتباط و وابستگی روانی به شریک زندگی و میزان انگیزه زوجین در حفظ و تداوم ازدواج است.^{۱۳۹} محققان معتقدند که رابطه با تعهد بالا، انعطاف‌پذیری بیشتری دارد و به احساس امنیت روانی زوجین، کمک می‌کند.^{۱۴۰} با توجه به ویژگی‌های فضای مجازی همچون گمنامی،^{۱۳۱} عدم محدودیت مکانی،^{۱۳۲} تعاملی بودن، آزادی و در دسترس بودن،^{۱۳۳} نقش تعهد به عنوان یکی از مؤلفه‌های بازدارنده مهم روان‌شناختی و اخلاقی، پررنگ‌تر می‌شود. مؤلفه‌هایی که به تقویت تعهد در زندگی زناشویی کمک می‌کنند عبارتند از:

کیفیت روابط زناشویی

رضایتمندی زناشویی می‌تواند میزان رضایت از زندگی و سطح تعهد زناشویی را افزایش بدهد.^{۱۳۴} بنابراین لازم است زوجین تلاش کنند تا مشکلاتشان را در رابطه جنسی شناسایی و برطرف کنند.

تقویت باورها و اعتقادات درونی

بسیاری از فلاسفه و جامعه‌شناسان غیرمسلمان نیز با اشاره به ارتباط میان مذهب و اخلاق و فناوری بر نقش مؤثر دین در کنترل و نظارت بر فناوری تأکید می‌کنند. همانند «کارل میچم»، او در مقاله مذهب و فناوری در مورد این ارتباط چنین بیان می‌کند: از آنجا که فناوری خودش می‌تواند سبب روشی از زندگی شود، می‌تواند موضوعی برای ارزیابی‌های دین و معنویت باشد.^{۱۳۴} پژوهش‌های بسیاری نشان می‌دهد که تقویت باورها و اعتقادات درونی می‌تواند به تقویت تعهد زناشویی کمک کند.

۸

یانگ و آبرنو، ترجمه وحدت‌نیا، ۱۳۹۱، ص ۳۶۸

MacCarthy, ۱۹۹۹

Dean & Spanier. ۱۹۷۴

۱

خسروی، ۱۳۸۹

۲

اینفوگرافیک: ویژگی و آسیب‌های فضای مجازی به نقل از سایت www.danair.ir شناسه خبر: ۷۵۴۰۷۲

۳

شاه سیاه و همکاران، ۱۳۸۸

۴

میچم، ۲۰۰۹؛ به نقل از خدیجه حسن‌بیگ‌زاده، ۱۳۹۱

دهند که معنویت، عقاید و باورهای مذهبی با سطح تعهد اخلاقی و خویشن‌داری جنسی زوجین، رابطه مستقیمی دارد.^{۱۳۴} بنابراین با تقویت ابزارهای کنترل درونی (مانند حیا، غیرت، عفت و...) و احساس حضور ناظر بیرونی و تقیدات مذهبی، میزان پایبندی فرد به تعهدات زناشویی افزایش پیدا می‌کند و احتمال خیانت‌های عاطفی، روانی و جنسی کاهش می‌یابد.

آشنایی با علائم خطر در روابط مجازی

افراد زیادی هستند که اعتراف می‌کنند اصلاً نمی‌خواستند وارد رابطه فرزندناشویی شوند و اصلاً نمی‌دانند چه شد که از رابطه کاری ساده‌ای به سمت خیانت رفتند. در اینجا نکته بسیار مهم این است که افراد نمی‌دانند شکل‌گیری صمیمیت در فضای مجازی قبل از ایجاد شناخت اتفاق می‌افتد و فضای مجازی به خاطر ویژگی‌هایش، نقش مهمی در تسریع رابطه صمیمانه بازی می‌کند. هنگامی که کاربران توانایی رمزگذاری و رمزگشایی نشانه‌های کلامی و غیرکلامی را در قالب متن داشته باشند، می‌توانند از طریق ابزار بخش‌های دوست‌داشتنی از خود، آغازگر روابط صمیمانه باشند.^{۱۳۸} مثلاً ممکن است شروع گفت‌وگوی مجازی آقا با یکی از همکاران خانم، فقط برای دردودل و گله و شکایت از بعضی اتفاق‌ها باشد، اما به‌مرور زمان و در صورتی که فرد به نشانه‌های کلامی و غیرکلامی آشنا نباشد، ممکن است رابطه به طور ناخودآگاه به سمت خیانت کشیده شود؛ برای مثال خودافشایی، ابزاری است که به وسیله آن، حرکت از لایه‌های بیرونی به سمت لایه‌های درونی صورت می‌گیرد. به این ترتیب که در لایه‌های بیرونی روابط و در تملس‌های اولیه، تنها ویژگی‌های پیرامونی شخصیت هر فرد برای دیگران قابل دسترس است. سپس با تبادل اطلاعات بیشتر بین تعامل‌گران روابط دوستانه می‌شود. پس از آنکه پیام‌ها به تبادلات احساسی تبدیل شدند، تعامل‌گران به ویژگی‌های مرکزی شخصیت یکدیگر پی برده و به سمت لایه‌های درونی حرکت می‌کنند تا اینکه نهایتاً به صمیمیت می‌رسند.^{۱۳۹} بنابراین بروز رفتارهای دلسوزانه و حمایتی، دردودل کردن، مشورت و ارائه توصیه، گوش دادن، ابزار همدردی و سایر نشانه‌های کلامی و غیرکلامی، می‌تواند فضای صمیمانه را در محیط مجازی ایجاد کند.

آشنایی با مصادیق عدم تعهد در فضای مجازی

بسیاری از افراد، رفتارهای خود را در فضای مجازی منافی تعهد نمی‌دانند، زیرا از یک‌سو ویژگی‌های فضای مجازی و از سوی دیگر مصایق عدم تعهد را به‌درستی نمی‌شناسند، بنابراین بدون توجه به نوع عملکرد خود، روابط کلامی و عاطفی‌شان را گسترش می‌دهند. بی‌وفایی، شکستن یک پیمان با یک فرد واقعی است چه منشأ آن محرک جنسی دنیای واقعی باشد یا دنیای مجازی. بنابراین بی‌وفایی اینترنتی زمانی رخ می‌دهد که قوانین رابطه به واسطه رفتار نامناسب هیجانی یا جنسی با دست‌کم یک فرد که همسر شخص نیست، شکسته می‌شود.^{۱۴۰} بی‌وفایی هیجانی می‌تواند درست به اندازه بی‌وفایی جنسی به عنوان شکلی از خیانت ناراحت‌کننده باشد. بی‌وفایی هیجانی عمدتاً به عنوان عاشق شخص دیگری شدن تلقی می‌شود. همچنین می‌تواند به عنوان صمیمیت هیجانی نامناسب با فرد دیگر نیز تصور شود، مانند در میان

Leak, ۱۹۹۳

Rosenau & Tan, ۲۰۰۲

۷

گلزاری، ۱۳۷۹

۸

دهقان و نیک‌بخش، ۱۳۸۵

۹

دهقان و نیک‌بخش، ۱۳۸۵

.

یانگ و آبرئو، ترجمه وحدت‌نیا، ۱۳۹۱، ص ۲۵۸

گذاشتن اسرار شخصی.^{۴۱} بنابراین اگر مردی بداند خودافشایی و در میان گذاشتن اسرار شخصی با خانمی (در قالب همکار یا دوست اجتماعی) از مصادیق بی‌وفایی است یا قبح ارسال برچسب‌های احساسی (بوسیدن، در آغوش گرفتن) برای یک مخاطب خانم در فضای مجازی، معادل با همین رفتار در دنیای واقعی است، شاید در ۵۰ درصد موارد از تکرار این رفتار خودداری کند. بنابراین افراد باید تلاش کنند تا با مصادیق عدم تعهد آشنا شوند، قوانین اخلاقی و حدود دنیای واقعی را به محیط مجازی تعمیم بدهند و برای افزایش همخوانی رفتارشان در هر دو محیط تلاش کنند.

تقویت هیجان و نشاط در زندگی مشترک

یکی از مسائل نگران‌کننده در حوزه طلاق عاطفی و خیانت، ترغیب زوجین به سوی فضای مجازی برای دوری از یکنواختی و تکراری شدن رابطه است. پس از سال‌های اول زندگی مشترک و مخصوصاً با اضافه شدن فرزندان به خانواده، زوجین احساس می‌کنند میزان عشق، نشاط و هیجان قبل را ندارند، بنابراین به دنبال تأمین این نیاز، به سوی فضای مجازی ترغیب می‌شوند. همچنین میزان افسردگی زوجین می‌تواند پیش‌بینی‌کننده خیانت باشد. به عبارت دیگر، هیچ‌کدام از زوجین در ابتدا با قصد روابط فزاینده یا طلاق عاطفی وارد فضای مجازی نمی‌شوند بلکه تلاش می‌کنند با برقراری رابطه‌های جدید، ابراز هیجان و احساسات در گفت‌وگوهای آن‌لاین، مشاهده صفحات جالب و حضور در گروه‌های مختلف، به عنوان روشی در دسترس و بدون محدودیت، کمبودهای عاطفی،^{۴۲} جنسی و جای خالی لذت و هیجان را در زندگی مشترکشان پر کنند. راهکارهای پیشنهادی که می‌تواند نشاط و هیجان را به فضای رابطه تزریق کند، بسیار گوناگون است و نیاز به خلاقیت دارد؛ برای مثال می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

اختصاص دادن زمان مشخصی برای خود

لازم است زوجین برای خودشان، زمان‌های دونفره اختصاصی در طول هفته تعیین کنند؛ مثلاً هفته‌ای دو ساعت، قرار عاشقانه، گفت‌وگو درباره خود، پیاده‌روی دونفره یا تفریح مشخص لذت‌بخشی بدون حضور بچه‌ها می‌تواند به تحکیم رابطه دونفره کمک کند. همچنین همراه شدن با بچه‌ها برای رفتن به پارک، جزو این زمان‌های اختصاصی محسوب نمی‌شود!

خلاقیت در رابطه جنسی

دریافت آموزش‌های معتبر برای ارتقای سطح روابط زناشویی به همراه خلاقیت در ایجاد رابطه.

غافلگیر کردن

برگزاری جشن‌های کوچک برای موفقیت‌ها، جشن تولد غافلگیرکننده، هدیه گرفتن بی‌مناسبت، پنهان کردن شعر و یا متن عاشقانه در وسایل همسر و...

برنامه‌ریزی برای فعالیت‌های مشترک لذت‌بخش

برنامه‌ریزی برای سفرهای کوتاه و متفاوت، طبیعت‌گردی آخر هفته، بازدید از نمایشگاه‌های هنری، شعر خواندن برای هم، قرار روزانه برای انجام کار جالبی در طول روز (بادگیری مطلب جدید، درست کردن غذای جدید و...)، انجام بازی‌های جذاب خانوادگی، انجام سرگرمی‌های هنری به کمک هم و رفتن به دوره‌های ساده.

افزایش تعاملات اجتماعی

در بسیاری از مواقع، احساس تنهایی و کسالت، زوجین را به سوی تعاملات مجازی سوق می‌دهد، بنابراین زوجین می‌توانند از طریق حضور در روابط اجتماعی سازنده، گروه‌ها و نهادهای کوچک اجتماعی، نیاز به ارتباط و تعامل‌شان را بهتر مدیریت کنند.

قانون‌گذاری برای استفاده از فضای مجازی

برای پیشگیری از آسیب‌های فضای مجازی به رابطه زوجین و مدیریت زمان، لازم است قوانین مشخصی که مورد توافق زوجین است، درباره زمان و نوع استفاده از آن مشخص شود. در تعیین این قوانین باید نکات زیر مورد توجه قرار گیرد:

مطابق با زمان استراحت شخصی خود یا در اوقات مشخصی از روز و طبق توافق قبلی، در فضای مجازی فعالیت کنند.

زمان آغاز و پایان فعالیت مشخص باشد و بعد از آن اینترنت خاموش شود.

تعیین قوانین با مشورت یکدیگر انجام و ملاحظات طرف مقابل رعایت شود. توافق دو طرف برای نهایی شدن قوانین، ضروری است.

زمان‌های مشخصی برای گفت‌وگو و تعامل با هم در نظر گرفته شود، به صورتی که در آن زمان، استفاده از موبایل و اینترنت ممنوع باشد.

پیشگیری از آسیب‌های مواجهه با شبهات اعتقادی

جنگ نرم به معنای تلاش برای تغییر عقاید و باورهای مذهبی، سیاسی و حتی سبک زندگی افراد بدون حمله نظامی، حقیقت دنیای امروز است که در این میان فضای مجازی به عنوان یکی از سریع‌ترین و فراگیرترین ابزار برای رسیدن به این هدف به کار گرفته شده است. در حقیقت ما نمی‌توانیم راه ورود این شبهات را به ذهن افراد ببندیم، همان‌گونه که نمی‌توانیم انتظار داشته باشیم محیط، عاری از میکروب‌ها باشد، اما می‌توانیم برای جلوگیری از بیماری، افراد را واکسینه کنیم. بنابراین به نظر می‌رسد مهم‌ترین راه دفاعی در رویارویی با هجوم شبهات گوناگون با هر نوع محتوایی، اعم از محتوای دینی، اعتقادی و حتی سیاسی، تجهیز سپاه قدرتمند درونی و ترغیب افراد برای به کار گرفتن نیروی تعقل و تفکر است.

تقویت روحیه پرسشگری

قوی‌ترین ابزار برای غربالگری و سنجش صحت اطلاعات ورودی، تفکر و تعقل است و چیزی که می‌تواند فرایند تفکر را فعال کند، پرسیدن سؤال است. به فرموده امام حسن‌مجتبی (علیه‌السلام)، پرسیدن سؤال خوب و بجا، نیمی از علم را در دل خود دارد و این یعنی مقدمات آغاز فرایند تفکر و رسیدن به جواب، در پرسیدن است. در مواجهه با پدیده شبهه، حتی ارایه سریع پاسخ‌های کامل و درست نمی‌تواند آثار آن را از سیستم اعتقادی و باورهای فرد برطرف کند چرا که سیستم ارزشی و اعتقادی فرد برای پذیرش جواب فعال نشده و بنابراین جواب دریافتی را از آن خود نمی‌داند، به صورتی که با ورود شبهه‌ای جدید، جواب قبلی مثل عضوی پیوندی، پس زده می‌شود و باز هم فرد، احساس گیج‌شدگی و درهم‌ریختگی سیستم باورهای بنیادین را تجربه می‌کند. بنابراین به جای ارایه پاسخ، باید کمک کرد تا فرد نسبت به جستجوی جواب، تشنه شود و در نهایت با ایجاد شبکه‌ای مناسب از سؤال‌های اساسی، فرایند سنجش و جست‌وجوگری درون فرد شکل بگیرد. به عبارت دیگر می‌توان گفت اگر کاربران یاد بگیرند که جلوی هر نوع فکر و گزاره‌ای، علامت سؤال بگذارند، اولین فیلتر درونی را در برابر آسیب‌های جدی به سیستم باورهایشان فعال کرده‌اند. سؤال‌هایی مانند:

این شبهه از چه منبعی بیان شده است؟

چگونه می‌توان این شبهه را به گزاره‌ای منطقی تبدیل کرد؟

شواهد و استنادها در پذیرش و رد این گزاره چیست؟

چه استدلال‌هایی برای پذیرش و رد این گزاره وجود دارد؟

احساس درونی من در روبه‌رو شدن با این گزاره موافق است یا مخالف؟

منابع مهم و ارزشمند (علمی، متخصصان) چه شواهد و دلایلی برای رد یا پذیرش این گزاره دارند؟

چه قضاوت‌ها و پیش‌فرض‌هایی در این گزاره وجود دارد؟

پیشگیری از آسیب‌های هرزه‌نگاری (پورنوگرافی)

آگاهی از ساختارهای مغزی درگیر در مشاهده پورن و شناخت پیامدها^{۱۴۴}

شناخت آسیب‌ها و پیامدهای ناشی از مشاهده پورن می‌تواند به روند پیشگیری و ترک آن کمک کند. در بحث آسیب‌های درگیر شدن در فضای هرزه‌نگاری‌های مجازی، تنها دیدگاه‌ها و باید و نبایدهای اخلاقی مطرح نیستند و سال‌هاست که آثار منفی این پدیده بر مغز و ساختارهای مغزی از سوی متخصصان و دانشمندان علوم مغز و روان‌شناسی به صورت جدی مطالعه شده است. بعضی از عوارض پورنوگرافی که در پژوهش‌های اخیر مشخص شده‌اند، شامل موارد زیر است:

ناکامی در رابطه واقعی

هر چیز تازه، جدید و هیجان‌انگیزی، دوپامین را افزایش می‌دهد. در واقع دوپامین، مسئول ایجاد احساس سرخوشی و لذت در مغز است. رفتاری مثل خوردن غذای خوشمزه، انجام رفتار جنسی و حتی فکر کردن به کاری هیجان‌انگیز، دوپامین را در مغز افزایش می‌دهد و احساس لذت ایجاد می‌کند. تحریکات و ارضای جنسی، بزرگ‌ترین منبع طبیعی ایجاد دوپامین در مدار پاداش مغز هستند. پورن از آن جهت برای مغز جذاب است که در آن تازگی و هیجان به‌وفور یافت می‌شود. این تازگی می‌تواند در قالب فردی جدید، صحنه‌ای غیرمنتظره و حرکت جنسی جدیدی باشد. در این صورت فرد می‌تواند در مدت کوتاهی و بسیار راحت، تعداد بسیار زیادی شریک جنسی جدید را تجربه کند و سطح دوپامین را به بالاترین حد خود برساند. علاوه بر این محرک‌های پورن، غیرواقعی و اغراق‌شده هستند و دوپامین بیشتری تولید می‌کنند، بنابراین چون مغز نمی‌تواند محرک واقعی را از غیرواقعی تشخیص بدهد، آنها را با ارزش‌تر می‌داند و فرد در رابطه واقعی نمی‌تواند آن سطح از لذت را تجربه کند و دچار ناکامی خواهد شد.

کاهش حساسیت به دوپامین

یکی از عوارض جدی پورن، تحریک بیش از اندازه و غیرواقعی مغز است. این حالت در ابتدا لذت‌بخش است و با عمل خودارضایی، احساس کاهش تنش جنسی را به دنبال دارد، اما به‌مرور زمان مغز احساس خطر می‌کند، چون برای این حجم از تحریک، طراحی نشده و هدف از تحریک، بقای نسل بوده است! بنابراین مغز به‌مرور زمان و برای محافظت از خود در برابر تحریکات بیست و چهار ساعته، حساسیت به ماده دوپامین را کاهش می‌دهد، به صورتی که فرد با دیدن تصویر قبلی ارضا نمی‌شود و لذت کمتری تجربه خواهد کرد. بنابراین نیاز به دوز بالاتری از پورن دارد و همین موضوع فرد را به جست‌وجوی تحریک بیشتر وادار می‌کند. این وضعیت احتمال تشدید فعالیت پورنوگرافی را بیشتر خواهد کرد، به صورتی که فرد را به سوی اعتیاد به پورن می‌کشاند.

شرطی شدن

در این شرایط، مغز به عمل جنسی با محتوای پورن شرطی می‌شود؛ یعنی فقط وقتی به بالاترین سطح تحریک و ارضا می‌رسد که با محتوای پورن درگیر باشد، بنابراین فرد در شرایط واقعی و با همسرش نمی‌تواند رابطه موفق داشته باشد. چون محرک واقعی توان رقابت با محرک پورن را ندارد و مغز به این شرایط شرطی شده است.

بی‌حسی مغز نسبت به لذت‌های طبیعی

تجربه سطح بالای دوپامین، مغز را نسبت به لذت‌های طبیعی روزمره بی‌تفاوت می‌کند. چون این فعالیت‌ها سطح دوپامین را به اندازه پورن بالا نمی‌برد، بنابراین فرد به‌مرور زمان دچار افسردگی، انزوا، احساس غم و روزمرگی می‌شود.

افزایش حساسیت مدار پاداش

مغز نسبت به محرک‌هایی که یادآور پورن هستند، حساس می‌شود. علائمی مثل تنهایی، دیدن موبایل، آدرس یک سایت و حتی شرایط استرسی، تپش قلبش را بالا می‌برد و احساس ولع شدید برای دیدن پورن و انجام خودارضایی ایجاد می‌شود که به‌مرور زمان فرد را به اعتیاد به پورن می‌کشاند.

کاهش قدرت کنترل و بازداری مغز

نتیجه پژوهش بر مغز ۶۴ کاربر پورن، نشان می‌دهد که کاهش ماده خاکستری مغز و مشکلاتی در منطقه قشر پیشانی که مسئول کنترل و بازداری است در این افراد مشاهده می‌شود. به عبارتی استفاده طولانی‌مدت از پورن باعث ضعف اراده می‌شود، به صورتی که فرد احساس می‌کند بر خودش و اعمالش کنترلی ندارد؛ یعنی دقیقاً زمانی که بقیه قسمت‌های مغز که برای این سطح از تحریک و ارضا طراحی نشده اند، دستور توقف تحریک را می‌دهند، اما قسمت جلویی مغز که توان بازداری ندارد، نمی‌تواند این رفتار را کنترل کند و قادر به توقف تحریک و ارضا نیست.

مهارت خودکنترلی

ناظر بیرونی، هیچ‌گاه جای ناظر درونی را نمی‌گیرد. از ناظر بیرونی، گاهی می‌شود فرار کرد، می‌شود ندیده‌اش گرفت و خلاصه جایی رفت که او نباشد، اما ناظر درونی همواره همراه ماست! خداوند متعال یکی از این ناظران درونی را در وجود همه آدم‌ها قرار داده است؛ وجدان یا نفس سرزنشگر! توجه به این مرتبه نفس به انسان کمک می‌کند که نسبت به اعمال و رفتارهای ناخودآگاه و عادت‌اش، بینش پیدا کند. حالات و علائمی که لازم است متوجه آن باشید شامل حالت تذکر، احساس تردید، احساس گناه، میل به توبه و جبران است که از وظایف نفس لوامه است.

مهارت خویش‌داری یا خودکنترلی، توانایی پیروی از درخواست معقول، تعدیل رفتار مطابق با موقعیت، به تأخیر انداختن ارضای خواسته‌ها در چارچوب قابل قبول اجتماعی، بدون مداخله و هدایت مستقیم فردی دیگر تعریف شده است.^{۱۴۵} با تقویت ناظر درونی و فعال کردن ابزارهای کنترل خود، مانند ترمز درونی عمل می‌کند. می‌توان این مهارت را معادل تقوا دانست که کلید سعادت انسان معرفی شده است. به کمک این مهارت، وسوسه‌ها، محرک‌ها و انگیزه‌های قلمون‌شکنی در فرد کنترل می‌شود. گاهی لازم است بعضی از خواسته‌ها به تأخیر بیفتند و در زمان و جایگاه مناسبی برای تأمین آن تلاش شود. گاهی باید بعضی خواسته‌ها را مهار کرد و گاهی شاید لازم باشد از دستورهای معقول و منطقی که خیلی هم خوشایند نیستند، پیروی کرد. بنابراین خودکنترلی یعنی مدیریت نیازها و خواسته‌ها. اعمالی مثل گرفتن روزه، حفظ نگاه و زبان از عمل حرام و پاکدامنی نسبت به انگیزه‌های جنسی غیرحلال، نمونه تمرین‌های عملی در اسلام است که به رشد مهارت خویش‌داری در انسان کمک می‌کند. چند گام مؤثر برای رسیدن به این مهارت عبارتند از:^{۱۴۶}

گام اول: خودبازبینی

بین خودآگاهی و خودکنترلی رابطه مثبتی وجود دارد. بنابراین در قدم اول لازم است فرد موقعیت فعلی‌اش را شناسایی و رفتارش را به دقت بازبینی کند و از نقاط ضعف و قوتش آگاه شود. بررسی نقاط ضعف و قسمت‌هایی که بیشتر فرد را در معرض خطر قرار می‌دهند، به او کمک می‌کند تا بداند بر کدام رفتارها کنترلی ندارد و چه موقعیت‌هایی ممکن است وسوسه‌کننده باشد.

گام دوم: برنامه‌ریزی

۵

جان بزرگی، ۱۳۸۷

۶

زارع، ۱۳۸۴

۷

شرفی، ۱۳۸۸، ص ۳۱

هدف‌گذاری: تعیین موقعیت مطلوب، نیروی کشش و جاذبه از موقعیت فعلی به سوی هدف را تأمین می‌کند. در این مرحله فرد باید سعی کند یک یا دو رفتار مشخص را که می‌خواهد تغییر بدهد و کنترل بیشتری روی آنها پیدا کند، به صورت هدفی واضح، جزئی و عملیاتی برای خودش بنویسد (مانند تمرین بخش اول برای هدف‌گذاری). در این گام لازم است سه اصل ضروری مد نظر قرار گیرد:^{۱۴۸}

۱. **اصل تدریج:** یعنی لازم است زمان کافی برای تغییر عادت یا ایجاد رفتار مناسب به فرد داده شود. انتظار تغییر یک‌روزه، غیرمنطقی و غیرعلمی است.

۲. **اصل مداومت:** عادت‌ها و خواسته‌ها آن‌قدر قدرتمند هستند که اگر زود رها شوند، خیلی زود هم برمی‌گردند. نیروی رفتارهای عادت‌ی و ناخودآگاه بسیار زیاد است و برای ورود به گستره آگاهی، نیاز به صرف انرژی فعال، تمرکز آگاهانه بر رفتار و گذشت زمان دارند. (تصور کنید آگاهانه شدن رفتارهایی مثل نفس کشیدن و پلک زدن چقدر سخت است!)

۳. **اصل جایگزینی:** در طول مدتی که فرد تصمیم می‌گیرد یک عادت رفتاری را کنترل کند، باید سعی کند برای آن جایگزین موقتی پیدا کند تا رفتار قبلی‌اش کم‌کم خاموش شود و رفتار جدید، تقویت و جایگزین شود.

گام سوم: خودارزیابی و محاسبه

بررسی روند تغییرات، به تغییر و تعدیل راهبردهای اتخاذ شده کمک می‌کند و فرد را از میزان پیشرفتش باخبر می‌کند. برای ارزیابی، می‌توان زمان‌های مشخصی را در طول روز، هفته و ماه تعیین کرد؛ مثلاً آخر شب و موقع خواب، زمان خوبی است. داشتن همراه می‌تواند انگیزه حرکت به سوی هدف را تقویت کند. همچنین پیگیری، تشویق و تنبیه، پس از ارزیابی، ضروری است.

مهارت مدیریت تکانه‌های درونی

«تکانه» به هر عمل یا رخدادی گفته می‌شود که در پی محرکی برانگیخته می‌شود و زمان نهمنگی کوتاهی دارد و کنترل آگاهانه در آن اندک است یا وجود ندارد.^{۴۹} برای مثال تکانه گرسنگی، میل به غذا و تکانه جنسی، میل به رابطه جنسی را ایجاد می‌کند. بنابراین تکانه‌ها، از درون نشأت می‌گیرند و بسیاری از غرایز و نیازهای اولیه را راه‌اندازی می‌کنند. در بیشتر موارد، این تکانه‌ها به عنوان محرک درونی با رفتاری به عنوان پاسخ ارضاکنده، گره می‌خورند و حالت شرطی پیدا می‌کنند. از منظر روان‌شناسی در این مهارت، موقعیت شرطی شده بین محرک (تکانه گرسنگی) و پاسخ (غذا خوردن)، به‌مرور زمان شرطی‌زدایی می‌شود و احساس تسلط بر نیازها و تکانه‌های درونی به وجود می‌آید. پژوهش‌ها نشان می‌دهد که مذهب می‌تواند در آرامش هیجانی و مهارت تکانه مؤثر باشد. کنترل تکانه یعنی توانایی مقاومت در برابر انگیزه‌های آنی (لبرازخشم یا ارضای لذت فوری) که جهت‌گیری آگاهانه در آن اندک است. این توانایی کمک می‌کند تا براساس شرایط، آنها را به تأخیر بیندازیم یا به کلی مهار کنیم.^{۵۱} مدیریت تکانه‌ها با روش‌های زیر امکان‌پذیر است:

تأخیر

به معنی فاصله انداختن بین احساس نیاز و ارضای آن است. توانایی صبر بر امیال و خواسته‌های آنی، نشانه قدرت «بازداری» فرد است که یکی از کارکردهای اجرایی مغز محسوب می‌شود. این توانایی به فرد کمک می‌کند از انجام اعمال تکانشی و بدون در نظر گرفتن پیامدها جلوگیری کند. پژوهش‌ها نشان می‌دهد کسانی که از سنین پایین‌تر قدرت بازداری بالاتری دارند، در آینده موفقیت‌های بیشتری به دست

می‌آورند. بسیاری از جرایم رانندگی مثل سرعت بالا و اعمال بزهکارانه یا افراد درگیر در اعتیاد به مواد مخدر، به دلیل ضعف در توانایی بازداری است. توان بازداری، حالتی است که فرد برخی از خواسته‌هایش را که با ارزش‌ها و هنجارهای فردی و اجتماعی سازگاری ندارد، برای مدتی به تعویق می‌اندازد یا به کلی فراموش می‌کند.^{۱۵۲}

محرومیت

مثال روشن این روش، روزه‌داری است که نشان می‌دهد حتی غریزی‌ترین نیاز را می‌توان کنترل و مدیریت کرد.

انحراف توجه^{۱۵۳}

تغییر آگاهانه مسیر توجه از یک تکانه ناخودآگاه به موضوعی دیگر کمک می‌کند که احساس تسلط بر تکانه افزایش یابد. این موضوع جدید باید از بافت تکانه قبلی متمایز باشد و بخش‌های دیگر آگاهی را درگیر کند. مشغول شدن به رفتاری دیگر، انحراف فکر، درگیر شدن در رابطه کلامی، نمونه‌هایی از انحراف توجه از تکانه است؛ برای مثال رابطه شرطی‌شده تکانه تجربه لذت جنسی و رفتار خودارضایی، با روش انحراف توجه و محرومیت، به‌مرور زمان سست شده و تحت کنترل فرد در خواهد آمد.

مهارت مدیریت محرک‌های بیرونی^{۱۵۴}

کنترل و مدیریت تکانه‌ها به دلیل ناخودآگاه بودن و غریزی بودن، معمولاً سخت است. روش ساده‌تر برای پیشگیری از اعتیادهای رفتاری ناپسند و مضر (مثل اعتیاد به پورن) یا ترک چنین عادت‌هایی، جلوگیری از تحریک و راه‌اندازی تکانه‌های درونی است. تصور کنید همین الان از کنار کبابی‌ای عبور می‌کنید، بوی کباب داغ و نان سنگک تازه همه‌جا را پر کرده است! می‌بینید که به همین راحتی و حتی با فکر کردن به یک تصویر، دهن‌تان آب می‌افتد و اشتهایتان تحریک می‌شود. دیدن تصاویر محرک پورن، دقیقاً مکانیزم مشابهی را برای مغز به وجود می‌آورد، به صورتی که مغز با دریافت محرک لذت‌بخش، در جست‌وجوی منبع لذت، بارها و بارها و بدون هیچ محدودیتی به سوی رفتارهای جنسی متنوع میل پیدا می‌کند؛ البته به دلیل تفاوت زیاد محرک‌های پورن با محرک‌های واقعی، فرد هیچ‌وقت به ارضای روانی مورد نظر نمی‌رسد و مشکلات جدی‌ای برایش ایجاد می‌شود.^{۱۵۵} بنابراین این مهارت با جلوگیری از ورود محرک‌ها، به فرد کمک می‌کند در معرض تکانه‌های درونی قرار نگیرد، طوری که بعداً مجبور نباشد جنگ درونی بزرگ‌تری را تحمل کند! چند تکنیک برای کنترل محرک‌ها وجود دارد:

تغییر و کنترل محیط

بعضی موقعیت‌ها و محیط‌ها، تحریک‌کننده هستند. دیدن تصاویر پورن، حضور در اتاق‌های چت خصوصی، قفل کردن درب اتاق و سایر موقعیت‌هایی که شرایط را برای وسوسه شدن و برانگیخته شدن تکانه‌های جنسی فراهم می‌کند، رفتارهای عادت‌ی را به سرعت فرا می‌خواند. بنابراین با تغییر موقعیت، تغییر اطرافیان و انحراف توجه از موضوع، می‌توان پیوند محرک‌ها و محیط را به‌مرور ضعیف و خاموش کرد.

شناخت نشانه‌های تداعی‌کننده

بعضی نشانه‌ها، تکانه و سپس رفتار خاصی را تداعی می‌کنند؛ مثلاً دیدن تصاویر تبلیغاتی با نشانه‌های جنسی، یادآوری احساس لذت در خودارضایی و تصور حالت خاصی در رابطه، اینها همه نشانه‌هایی هستند که اگر در بدو شروع، متوقف و منحرف نشوند، احساس نیاز به لذت جنسی و رفتار دنبال کردن پورن، زنجیرموار، در پی آنها می‌آیند.

کنترل ورودی‌ها

چشم و گوش، ورودی‌های روح و فکر هستند که در بسیاری از موارد، آغازگر تصورات و تخیلات جنسی‌اند. بسیاری از خواسته‌ها و امیال، در اثر حواس دیدن و شنیدن و سپس تصور و تخیل فعال می‌شوند؛ برای مثال دیدن تصاویر جنسی و گفت‌وگوهای محرک در فضای خصوصی چت به عنوان یادآورهای چسبنده، مدام به سطح هوشیار می‌آیند و میل به تکرار تصورات و رفتارهای ارضاکنده را در آینده بیشتر می‌کند، بنابراین برای ترک موقعیت اعتیاد به پورن، یکی از مهم‌ترین راه‌ها، کنترل ورودی‌هایی همچون چشم، گوش و زبان است.

مهارت مدیریت افکار و نیت‌ها

احساس حضور ناظر بیرونی^{۱۵۶}

معمولاً دیدن تصاویر و صفحات پورن در موقعیت‌هایی اتفاق می‌افتد که فرد مطمئن باشد کسی او را نمی‌بیند. حالا اگر احساس کند دوربینی از صبح تا شب، همه را ضبط می‌کند و قرار است آخر شب به همه نشان بدهد، باز هم حاضر است آنها را انجام دهد؟ از نظر روانی «احساس دیده شدن»، رفتار انسان را تحت تأثیر قرار می‌دهد. امروزه در روش‌شناسی پژوهش‌ها روشن شده است یکی از مسائلی که اعتبار پژوهش‌ها را ضعیف می‌کند «حضور بینندگان» است. اگر افراد احساس کنند که رفتار آنان تحت نظر است و کسانی هستند که آنان را می‌بینند، رفتار آنان تأثیر می‌پذیرد و سبب تغییر در رفتارشان می‌شود؛^{۱۵۷} از این رو ممکن است رفتار دیده‌شده آزمودنی‌ها نه تنها واقعی نباشد بلکه تصنعی و وانمودی به نظر برسد.^{۱۵۸} بنابراین احساس حضور ناظر بیرونی می‌تواند آگاهی را فعال کند و مانع بروز رفتار ناخودآگاه شود.

نیت کردن^{۱۵۹}

«غزالی» بر این عقیده است که حقیقت نیت، اراده و قصدی است که موجب به کار بردن قدرت باشد. توضیح اینکه همه کارهایی که از انسان سر می‌زند، به سه چیز احتیاج دارد: دانایی، اراده و قدرت. وقتی که انسان می‌خواهد کاری را شروع کند، اول باید از آن «آگاه» شود و همین شناسایی است که اراده و قصد انجام دادن کار را در انسان ایجاد می‌کند و اراده، قدرت را به کار می‌اندازد. بنابراین نیت عبارت است از میل و رغبتی قطعی که نیروی بدن را به کار می‌اندازد.^{۱۶۰} کُر بیانی دیگر، نیت عبارت از حالت و صفتی است برای دل که دو امر، آن را احاطه کرده و آن دو امر، علم و عمل است. علم مقدم بر عمل است، زیرا اصل و شرط است و عمل، تابع علم و ثمره و نتیجه علم است.^{۱۶۱}

۶

قدیری، ۱۳۸۹

۷

هومن، ۱۳۹۳، ص ۲۴۶

۸

نوری، ۱۳۸۹

۹

شعبانی، ۱۳۸۹

۱۰

شعبانی، ۱۳۸۹، ص ۴۵

۱۱

شعبانی، ۱۳۸۹، ص ۴۶

از دیدگاه روان‌شناختی، نیت کردن در واقع همان حالت تذکر و هوشیاری نسبت به انجام کار است که کمک می‌کند عادت‌ها از حالت خودکار بیرون بیاید و فرد نسبت به انجام کار، احساس آگاهی پیدا کند؛ برای مثال اگر از یکی از کاربران پورن بخواهید که نیت کند تا یک ساعت پورن نبیند، به احتمال زیاد این کار را نخواهد کرد! در واقع، نیت کردن و مرور افکار کمک می‌کند که قصد و هدف فرد به سطح خودآگاه بیاید و رفتار، جهت بگیرد و همین جهت‌دهی آگاهانه در بسیاری موارد می‌تواند از بروز رفتار ناپسند جلوگیری کند.

فصل شش

تسخیر یک واقعیت

فرصت‌های فضای مجازی

فرصت‌های آموزشی

اینترنت مجموعه پایان‌ناپذیری از پایگاه‌های داده است که اطلاعات مختلف و متنوع فردی و جمعی انسان‌ها را در خود جمع‌آوری کرده است و هر روز نیز گسترش می‌یابد. دلایل زیر باعث شده‌اند که اینترنت به عمومی‌ترین شبکه برای حل مسائل اجتماعی و فرهنگی تبدیل شود:

۱. سهولت گفت‌وگو و تبادل اطلاعات با دیگران

۲. سرعت تبادل اطلاعات و ناشناخته ماندن مبادله‌کنندگان در صورت تمایل و کم بودن هزینه‌های تبادل اطلاعات

۳. امکانات قابل توجهی که اینترنت به عنوان پایگاه می‌تواند در اختیار افراد جامعه قرار دهد؛ مانند دستیابی به اطلاعات درخصوص هر نوع موضوعی، ارسال و دریافت نامه‌های الکترونیکی، عضویت در شبکه‌های مجازی و غیره. بر این اساس می‌توان گفت که ظرفیت‌های مثبت و کاربردهای مفیدی که جنبه‌های گوناگون زندگی انسان را تحت تأثیر قرار داده و تسریع، تسهیل و خلاقیت را برای او به ارمغان می‌آورد، بخشی از توانایی‌های معجزه‌آسای این شبکه جهانی است.

آموزش از طریق فضای مجازی

سازمان علمی، فرهنگی و تربیتی ملل متحد یونسکو (UNESCO) در سال ۲۰۰۵ درباره مزیت آموزش مجازی چنین بیان می‌کند: ویژگی برجسته فناوری‌های اطلاعات و ارتباطات این است که با گذر از محدودیت‌های زمانی و مکانی می‌تواند آموزش را در همه‌جا و در هر زمان برقرار کند و به مثابه اهرم پر قدرتی دگرگونی در فرایند آموزش و یادگیری را محقق سازد. از نظر بسیاری از متخصصان آموزش، فناوری‌های نوین اطلاعاتی با فراهم کردن امکان فعالیت و استقلال بیشتر فراگیران با توسل به فرصت‌های جدید، همفکری در طرح‌های علمی در سراسر مرزها و در میان فرهنگ‌های مختلف، امکان یادگیری از یکدیگر و دسترسی به رشته‌های گسترده از اطلاعات، زمینه را برای انقلاب آموزشی آماده می‌کنند.

گسترش فضای مجازی و دسترسی آسان آن برای همه افراد با حداقل دانش و بدون نیاز به آموزش‌های تخصصی باعث شد تا این محیط به عنوان گزینه‌ای قابل توجه برای کاربردهای آموزشی معرفی شود تا جایی که توانست تصورات قبلی در زمینه نیاز به امکانات فیزیکی بسیار را برای فرایند یاددهی و یادگیری تغییر داده و دچار دگرگونی جدی کند.

استفاده از آموزش الکترونیک برای ارتقای دانش و مهارت‌های نیروی انسانی با به‌کارگیری برنامه‌های به‌روز و مقرون‌به‌صرفه امروزه به کاربردی متداول در دنیا تبدیل شده است. در ادامه به فرصت‌های موجود در این زمینه می‌پردازیم.

ارایه قالب‌های متنوع آموزشی

با همه‌گیر شدن استفاده از اینترنت، آموزش‌های مجازی نیز شروع به کار کردند. کلمه آموزش مجازی یا Virtual Learning یا به عبارت دیگر آموزش الکترونیکی Elearning خیلی زود در سایت‌های مختلف جا افتاد و افراد زیادی از این سیستم برای انتقال دانش خود استفاده کردند. رفته‌رفته وبلاگ‌های شخصی امکان ساخت فضای رایگان را در اختیار همه قرار دادند و افراد زیادی با استفاده از این وبلاگ‌ها دانسته‌هایشان را در اختیار دیگران قرار دادند. در همین زمان آموزش‌هایی با استفاده از نرم‌افزارهای مجموعه آفیس مانند «ورد» و «پاورپوینت» نیز تدوین شد و در اختیار کاربران روی سایت قرار گرفت. کم‌کم با بهتر شدن سرعت انتقال اطلاعات، صوت و تصویر نیز به آموزش‌ها افزوده شد و سایت‌های آموزشی با مکمل‌هایی چون متن و صدا وارد عرصه آموزش مجازی شدند. این آموزش‌ها نسبت به قبل کامل‌تر و جامع‌تر بودند و به کاربران امکان استفاده از آموزش بصری را می‌دادند.

ایجاد تعامل و تسهیل ارتباط

آموزش الکترونیکی مانند آموزش حضوری باعث تعامل بین دانشجو و استاد برای درک بهتر مفاهیم می‌شود با این تفاوت که در بحث بین دو دانشجو، دیگر اعضای کلاس می‌توانند بدون توجه به بحث، به ادامه آموزش بپردازند و ناگزیر از شرکت در بحث نمی‌شوند. فنون ارتباطات و تدریس در محیط آن‌لاین ((Online)) تعامل‌ها را ممکن می‌کند. محیط‌هایی مانند اتاق‌های گفت‌وگو chat Rooms، پست الکترونیک (e-)

(Mail)، تابلوهای اعلانات (Bulletin Board) و اتاق مباحثه (forum) همگی از جمله امکاناتی هستند که فضای مجازی برای تسهیل روند آموزش در اختیار همه گذاشته است.

ظهور خلاقیت و افزایش آگاهی

فناوری دیجیتالی و جامعه شبکه‌ای، افراد را به سوی زندگی‌ای سوق داده است که در آن می‌توانند با اتخاذ نقشی فعال و خلاق، به صورت فردی یا جمعی در ساختن چیزی جدید سهیم باشند، در فرایند هم‌آفرینی شرکت کنند و به خودی‌لی خویشتن کمک کنند. کیفیت آزادی بخشی اینترنت، کاربران اینترنتی را دعوت می‌کند تا به تفکر، تجربه، بازی، فعالیت‌های گروهی و ارتباط بپردازند. اینترنت همواره محیطی را خلق کرده است که همگان می‌توانند با تکیه بر توانایی‌ها و استعداد‌های خود دست به ابداع و خلاقیت بزنند. از میان رفتن محدودیت مکان، زمان، نبود کنترل و انتقاد، ناشناس ماندن، امکان خیال‌پردازی و تنوع گوناگون محیط‌های اینترنتی فرصت مناسبی را برای بروز خلاقیت فراهم می‌کند.

بررسی و شناخت دیدگاه‌های گوناگون

به دلیل داشتن فضای بحث، گفت‌وگو، اظهارنظر و انتقاد در آموزش الکترونیکی، آزاداندیشی و انتخاب آگاهانه از مزایای مهم آن است. پیروی کورکورانه و براساس تقلید و تعصب، از کسی پذیرفته نیست. این مهم تنها در صورتی تحقق پیدا می‌کند که هر فرد در هر زمینه‌ای بتواند آزادانه دیدگاه‌های موافق و مخالف را بشنود و شخصاً درباره آنها تصمیم بگیرد. خداوند متعال در قرآن کریم به افرادی که راه زندگی خود را بر این اساس انتخاب می‌کنند، مژده هدایت می‌دهد: «پس بشارت ده آن بندگان را که سخنان را می‌شنوند و از بهترین آنها پیروی می‌کنند. آنان اند کسانی که خداوند هدایت‌شان کرده است و آنان اند صاحبان خرد.» (سوره زمر: ۱۷ و ۱۸) امام علی (علیه‌السلام) نیز مواجه شدن با دیدگاه‌های گوناگون را راهی برای تشخیص خطاها دانسته‌اند: «هر کس با نظرات گوناگون روبه‌رو شود، جایگاه‌های خطا را می‌شناسد.» این آزاداندیشی تا جایی است که در تعالیم اسلامی به مسلمانان توصیه شده است حرف حق را حتی از مشرکان و کافران نیز بپذیرند. این توصیه ارزشمند، به بیان‌های گوناگونی در لابه‌لای متون دینی مطرح شده است. در یکی از این جملات نورانی، از امام علی (علیه‌السلام) نقل شده است که آن حضرت فرموده‌اند: «حکمت را بگیرد ولو از مشرکان باشد»^{۱۶۲}

سایر مزیت‌ها

برای همه گروه‌های سنی و در همه‌جا و همه‌وقت در دسترس است. یادگیری مشارکتی است. یادگیرندگان، معلمان، متخصصان و حتی صنعت‌گران را گرد هم می‌آورد. وجود همه گروه‌ها کنار هم مزایای فراوانی دارد.

یادگیری سریع، زنده و پویا و در عین حال کم‌هزینه است. فرصت‌های آموزشی برابر را در اختیار همگان قرار می‌دهد و می‌توان مدعی شد که در فضای مجازی تبعیض کمتری وجود دارد. می‌توان به انتشار اطلاعات عمومی ضروری مانند اطلاعات پزشکی - سلامتی و... پرداخت. کمک به تغییر و بهبود الگوهای مصرف در جامعه از طریق افزایش دانش ملی ایجاد انگیزه برای یادگیری دانش جزئی برای روان‌سازی چرخه دانش و فراهم کردن زمینه‌های مشارکت اقشار مختلف جامعه در تولید دانش

ابهام‌زدایی از علم و وارد کردن آن در متن زندگی با حذف تردهای بی‌مورد نه تنها از هزینه کل آموزش کاسته می‌شود بلکه به کاهش ترافیک و آلودگی هوا (که در شهرهای بزرگ به معضل بزرگی تبدیل شده است) کمک می‌کند. سهولت و سرعت در به‌روزرسانی، ذخیره، بازیابی، توزیع و به اشتراک‌گذاری اطلاعات مبتنی بر شبکه

ارزان بودن تولید محتوا و توسعه محیط آموزشی نسبت به آموزش سنتی امکان استفاده از تجربیات دیگران در زمینه‌های آموزشی و حفظ و نگهداری و انتشار مجدد آنها کسانی که به دلیل معلولیت و عوامل دیگر قادر به حضور فیزیکی نیستند می‌توانند به‌راحتی و بدون مشکل از محتوای آموزشی استفاده کنند.

تبلیغ و آشنا کردن مردم سراسر جهان با فرهنگ و علوم اسلامی (با توجه به اعتقاد ملت و دولت جمهوری اسلامی ایران مبنی بر تبلیغ دین مبین اسلام)

ایجاد زمینه‌های مناسب برای خلاقیت‌های فرهنگی که ضامن بقای فرهنگی کشور است و همچنین حفظ ویژگی فرهنگی ملی، منطقه‌ای و محلی برای محافظت از اصالت فرهنگی در برابر تهاجم فرهنگی و فراهم کردن زمینه‌های رشد فرهنگی میان اقشار مختلف.

فرصت‌های خدمات عمومی و سازمانی

بیشتر ما در زمان مواجهه با کارهای اداری چه خود مسئول یا مدیر سازمان باشیم و چه به عنوان ارباب‌رجوع به سازمانی وارد شده باشیم، درگیر نامه‌نگاری‌های متعدد، مکاتبات و درخواست‌های پیچیده‌ای می‌شویم. درخواست‌ها و نامه‌هایی که به‌جز اتلاف وقت و صرف هزینه‌های بسیار برای ما و سازمان مربوطه نتیجه‌ای ندارند، با این‌همه فکر می‌کنیم چاره‌ای جز طی کردن این مسیر نیست. سیستم‌های اتوماسیون اداری، با خودکارسازی بخش‌های متنوعی از فرایندهای اداری، راه‌حلی برای برطرف کردن مشکلات مطرح‌شده محسوب می‌شوند. در ادامه، برخی از تعاریف متعددی را که در زمینه اتوماسیون اداری ارائه شده است مرور می‌کنیم:

اتوماسیون اداری

بسیاری عقیده دارند که سیستم و چارچوبی به نام اتوماسیون اداری وجود ندارد بلکه ترکیبی از وسایل و تجهیزات گوناگون برای تسهیل در امور مرتبط با فعالیت‌های اداری را اتوماسیون اداری می‌نامند.

تعاریف متعددی از سیستم‌های اتوماسیون اداری ارائه شده است. برخی از این تعاریف به شرح زیر است:

سیستم اتوماسیون اداری یک سیستم اطلاعاتی مبتنی بر رایانه است که وظیفه جمع‌آوری، ذخیره و توزیع مستندات، پیام‌های الکترونیک و سایر فرم‌های ارتباطات اداری را بین افراد، گروه‌های کاری و سازمان‌ها بر عهده دارد. بخش‌هایی از این سیستم‌ها عموماً شامل نرم‌افزارهای پردازش کلمه، تصویربرداری مستندات، تقویم و غیره است.

در سایت ویکی‌پدیای فارسی از اتوماسیون اداری با عنوان «خودکارسازی اداری» یاد شده است و به عنوان مجموعه‌ای از روش‌های کاری و نرم‌افزار و سخت‌افزار رایانه‌ای تعریف شده است که برای ذخیره و بازیابی و مبادله اسناد و اطلاعات اداری به کار می‌رود.

امروزه سیستم‌های اتوماسیون اداری محدود به نگهداری تصویر نوشته‌های دستی نیستند بلکه امکاناتی نظیر تبادل اطلاعات، مدیریت مستندات اداری، کنترل داده‌های عددی، برنامه‌ریزی جلسات و مدیریت برنامه‌های کاری را نیز پوشش می‌دهند. به طور کلی آنچه از آن به عنوان سیستم اتوماسیون اداری یاد می‌شود، شکل تکامل‌یافته سیستم دبیرخانه است که برای جایگزین شدن روش دستی ثبت و شماره دهی مکاتبات شامل انواع نامه‌های اداری به کار می‌رفت. امروزه سیستم‌های نرم‌افزاری اتوماسیون اداری در ایران با دید مکانیزه کردن مکاتبات سازمانی شامل گردش فرم‌ها، نامه‌ها و به طور کلی مکاتبات اداری داخل و خارج سازمان طراحی شده است که در سازمان‌هایی مانند سازمان‌های دولتی و خدماتی، بخش مهمی از کار عملیات سازمان محسوب می‌شود.

اهمیت اطلاعات و سیستم‌های اطلاعاتی در سازمان‌ها

از آنجا که اطلاعات مهم و ارزشمند هستند و اساسی برای کل فعالیت‌های سازمان محسوب می‌شوند، بنابراین باید سیستم‌هایی را برپا کرد تا بتوانند اطلاعات را تولید و آنها را مدیریت کنند. هدف نهایی چنین سیستم‌هایی کسب اطمینان از صحت، اعتبار و روایی اطلاعات در دسترس در زمان مورد نیاز و به شکل قابل استفاده است. امروزه سیستم‌های اطلاعاتی نقشی اساسی در همه زمینه‌های فعالیت شرکت ایفا می‌کنند. توجه به شرکت‌های موفق نشان می‌دهد که همگی آنها به سیستم‌های اطلاعاتی برای فعالیت روزانه‌شان مجهزند. چالش حقیقی‌ای که شرکت‌ها با آن روبه‌رو هستند، صرفاً به‌کارگیری سیستم‌های اطلاعاتی متکی به رایانه نیست بلکه هدف اساسی استفاده اثربخش سیستم‌های اطلاعاتی در مدیریت است. سیستم‌های اطلاعاتی که منبع ارزشمندی هستند، توانایی مدیران و کارکنان را افزایش داده و باعث تحقق اثربخش اهداف سازمان با بهروری بالا می‌شود.

سرعت، دقت و صحت

مهم‌ترین شرط کاربرد و استفاده از اتوماسیون در بیشتر سازمان‌ها، مربوط به لزوم سرعت و دقت و صحت در کار آنهاست و به خاطر توسعه دامنه عملیات سازمان است که این امر احتیاج به گسترش مجاری ارتباطات با سرعت بیشتر است. اتوماسیون اداری باعث می‌شود که راه‌های ارتباطی کوتاه و ارتباطات لازم به‌آسانی در اختیار مدیران قرار گیرد. یکی از مواردی که در دین به آن اهمیت داده شده و انسان باید

نسبت به آن بخیل باشد، وقت است. چنان‌که امام صادق (علیه‌السلام) در مواجهه با شخصی که از ایشان طلب نصیحت کرده بود، پس از نصیحت او فرمودند:

فَقَدْ نَصَحْتُ لَكَ وَ لَا تُفْسِدُ عَلَيَّ وَرِدِي فَإِنِّي أَمْرٌ ضَنِينٌ بِنَفْسِي.^{۱۶۳}

به تحقیق که تو را نصیحت کردم. [دیگر برخیز] و اشتغال من به ورد را خراب نکن که من نسبت به [وقت و برنامه] خودم بخیل هستم. همچنین با وجود سامانه اتوماسیون اداری مراجعان با فساد اداری کمتری مواجه می‌شوند چرا که سامانه‌ای طراحی شده است که دیگر دروغ نمی‌گوید، تکبر ندارد، تبعیض اجتماعی ایجاد نمی‌کند، به کسی نگاه بد ندارد و غیره.^{۱۶۴}

سایر مزایای اتوماسیون اداری

انجام همه کارهای اداری در هر زمان و حتی خارج از محل کار
استفاده بهینه از زمان با عملیات خودکارسازی فرایندهای اداری
ثبت و نگهداری سوابق در حجم کمتر، ایمنی بالا و مراجعه آسان
به حداقل رسیدن توقف، اشتباه، تکرار و بیهوده‌کاری در عملیات ثبت اسناد و مدارک
مدیریت متمرکز و ایجاد شفاف‌سازی در مراحل گردش اسناد
مدیریت و نظارت دقیق بر عملکرد کارکنان
پیگیری نامه‌ها از طریق تلفن یا اینترنت در راستای طرح تکریم ارباب‌رجوع
تعامل الکترونیکی با سایر سازمان‌ها
صرفه‌جویی در کاغذ و در نتیجه کمک به جلوگیری از قطع شدن درختان در راستای حفظ محیط‌زیست.

دولت الکترونیک

هیأت حاکم‌های که برای جنبه‌های گوناگون اعمال حاکمیت از فناوری اطلاعات استفاده می‌کند، «دولت الکترونیک» نام دارد. چنین دولتی امکان استفاده آسان از فناوری اطلاعات را برای ارائه خدمات دولتی به صورت شبانه‌روزی به شهروندان فراهم می‌کند. در واقع دولت الکترونیک دولتی است که در آن ارتباط بین بخش‌های مختلف اداره، بین دستگاه‌های حاکمیتی و دولتی و نیز بین حاکمیت و شهروندان از طریق مکانیزاسیون فرایندها بر بستر فناوری اطلاعات و فضای مجازی صورت می‌پذیرد. بخشی از مزایای دولت الکترونیک که در واقع اهداف آن نیز هستند، به این شرح است:

کاهش تشریفات دست‌وپاگیر اداری

برخورداری از دولت الکترونیکی باعث کاهش بوروکراسی و کاغذبازی دست‌وپاگیر مرسوم در سازمان‌های دولتی خواهد شد.

اطلاع‌رسانی الکترونیکی

یکی از مهم‌ترین انتظارهای شهروندان هر جامعه‌ای، دریافت به‌موقع اطلاعات مورد نیاز است. این انتظار در دولت الکترونیکی برآورده می‌شود. چنین دولتی با ابزارها و امکانات به کار گرفته‌شده می‌تواند اطلاع‌رسانی به‌موقع و شفاف درباره عملکرد دولت، برنامه‌ها، رویدادها و سایر امور را انجام دهد.

توسعه مشارکت مردم

تدارک شرایط مشارکت مستقیم همه شهروندان در فرایندهای تصمیم‌گیری و سیاست‌گذاری از سوی دولت الکترونیک از جمله اهداف تحقق آن به شمار می‌رود. به علاوه دستیابی سریع به اطلاعات و بهره‌مندی مناسب از آن و همچنین اطلاع‌رسانی صحیح و شفاف و تقویت نقش ملت در تصمیم‌گیری باعث افزایش رضایت مردم و اقتدار ملی خواهد شد.

کمک به بخش خصوصی

تا بتواند بخشی از اقدامات دولتی را بر عهده گرفته و سریع‌تر و ارزان‌تر انجام دهد، زیرا بخش خصوصی نیز در فضای الکترونیک بهتر و شفاف‌تر و با رغبت بیشتر (به دلیل صرفه اقتصادی بالای کالاهای اطلاعاتی) عمل خواهد کرد.

افزایش بهره‌وری

با ارائه خدمات مؤثر و کارآمد، کارایی بیشتر سازمان‌های اداری و کاهش هزینه‌ها و تلفات زمانی باعث افزایش بهره‌وری ملی خواهد شد. اتوماسیون فعالیت‌ها باعث کاهش نیروی انسانی و کوچک‌سازی دولت نیز می‌شود.

کاهش هزینه

دولت‌ها می‌توانند با عرضه اطلاعات مورد نیاز به صورت الکترونیکی در مناقصه‌ها و مزایده‌ها، هزینه‌هایش را کاهش دهند. همچنین با تحقق دولت الکترونیکی، هزینه اطلاع‌رسانی و بایگانی کاهش خواهد یافت.

تصمیم‌گیری سریع مبتنی بر اطلاعات درست

آمارها و اطلاعاتی چون داده‌های جمعیتی، اشتغال و بیکاری، آموزش و بسوادان، مهاجرت و امور بهداشتی، بزهکاری و تخلفات و... از بنیادهای اطلاعاتی اساسی دولت‌هاست که در صورت عدم درستی این اطلاعات، تصمیم‌گیری و برنامه‌ریزی غیرقابل تصور است. روشن است که صحت این داده‌ها تنها به وسیله سیستم‌های الکترونیکی تضمین می‌شود و تحقق دولت الکترونیکی، جمع‌آوری و پردازش اطلاعات را در زمان کوتاه ممکن می‌کند.

آثار مثبت زیست‌محیطی

با تبدیل نسخه کاغذی پرونده‌ها، مدارک، کتب و غیره به نسخه الکترونیکی، مصرف کاغذ کاهش می‌یابد.

خدمات دولت الکترونیکی

بعضی از خدماتی که دولت الکترونیک در اختیار شهروندان قرار می‌دهد، عبارتند از:

خدمات پرداخت برخط، نظیر پرداخت مالیات، عوارض و صورت‌حساب آب، برق و گاز

خدمات مشاوره از راه دور

کار برگ‌های الکترونیکی

نظرخواهی برخط

خدمات کلریلی الکترونیکی

ارایه داده‌های آماری برخط نظیر اطلاعات ترافیک

خدمات بازار و اجتماع الکترونیکی

خدمات پلیس الکترونیکی

خدمات سیاست‌گذاری الکترونیکی

رأی‌گیری الکترونیکی

خدمات ثبت الکترونیکی مانند ثبت شرکت، ازدواج، طلاق، تولد و مرگ.

خدمات قضایی الکترونیکی

طبق قانون اساسی، قوه قضاییه پنج وظیفه رسیدگی و صدور حکم در مورد تظلمات، احیای حقوق علمه و گسترش عدل و آزادی‌های مشروع، نظارت بر حسن اجرای قوانین، کشف جرم و مجازات و مجرمان و اقدام مناسب برای پیشگیری از وقوع جرم و اصلاح مجرمان را بر عهده دارد. در این بین نقش فناوری اطلاعات و ارتباطات، در تحقق عدالت، افزایش بهره‌وری و توسعه کارایی و اثربخشی قضایی غیرقابل انکار است. مهم‌ترین مزایای استفاده از خدمات الکترونیک قضایی و عدالت الکترونیکی^{۴۵} را به شرح زیر می‌توان معرفی کرد:

تسریع در روند قضایی

یکی از مهم‌ترین مشکلات دستگاه قضایی، طولانی شدن روند دادرسی است. کارشناسان معتقدند با استفاده از نرم‌افزارهای حقوقی و قضایی می‌توان سرعت رسیدگی به پرونده‌ها را تا ۵۰ درصد بیشتر و دادگاه‌ها را به صورت کاملاً الکترونیکی اداره کرد. ^{۴۶} سامانه خدمات الکترونیک کمک خواهد کرد تا برخی واسطه‌ها در روند رسیدگی به پرونده‌ها حذف شوند و حذف این واسطه‌ها منجر به تسریع در رسیدگی پرونده های قضایی و کاهش اطاله دادرسی خواهد شد. به طور کلی فناوری اطلاعات قابلیت این را دارد تا دادگاه‌ها را به صورت کاملاً الکترونیکی تبدیل کرده و حتی پذیرش، محاکمه، حکم، پیگیری، تجدیدنظر، بانک اطلاعاتی و امضای قاضی را الکترونیکی تعریف کند. ^{۴۷} همچنین با راه‌اندازی شبکه قضایی یکپارچه، ضمن دستیابی روزآمد به آمار و گردش کار قضایی در سراسر کشور، ارتباطات الکترونیکی بین محاکم، ضابطان و دستگاه‌های تابعه قوه قضاییه و نیز سایر اشخاص حقیقی و حقوقی که در جریان دادرسی، اطلاعات آنها مورد نیاز است، ساماندهی و تسریع خواهد شد.

علنی‌سازی آرای قضات

یکی از مؤثرترین راه‌های ارتقای کیفیت عملکرد قوه قضاییه و یکی از کارآمدترین روش‌های مبارزه با فساد در دستگاه قضایی در همه کشورها، «علنی‌سازی» آرای قضات است. علنی‌سازی به این صورت است که با ایجاد سامانه‌ای اینترنتی همه پرونده‌های قضایی که رسیدگی شده‌اند به صورت آزاد و رایگان در دسترس افکار عمومی گذاشته می‌شوند تا شرح حال پرونده و شیوه «استنتاج قاضی» در معرض بررسی و قضاوت عموم قرار گیرد. در واقع در این مدل، فرض بر این است که وقتی حکمی مورد راستی‌آزمایی و بررسی موشکافانه ناظران به‌ویژه حقوقدانان، دانشگاهیان، محققان، دانشجویان حقوق و رسانه‌ها قرار می‌گیرد، احتمال خبط و لغزش قاضی بسیار کمتر می‌شود. در بسیاری از کشورها، این شیوه علنی‌سازی سال‌هاست اجرا می‌شود؛ برای مثال در کانادا سامانه‌ای با جست‌وجوگر قوی‌ای به نام CanLII وجود دارد که در آن همه احکام از همه شعب دادگاه‌ها به فاصله دو روز پس از صدور رأی در آن ذخیره می‌شود و می‌توان براساس نام پرونده یا قاضی پرونده را جست‌وجو کرد. در امریکا، انگلیس، فرانسه، استرالیا و حتی بسیاری از کشورهای آفریقایی نیز این مدل علنی‌سازی برای ارزیابی عمومی صحت‌وسقم احکام پیاده می‌شود. علنی کردن آرای دادگاه‌ها همچنین در شاخص‌های مرتبط با نظام قضایی مورد تأکید قرار گرفته و ارزیابی می‌شود.

نظارت و کنترل بر فرایند دادرسی

استفاده از فناوری‌های نوین ارتباطی، نظارت و کنترل بر فرایند دادرسی را تسهیل و سرعت و اطلاع‌رسانی به اشخاص مرتبط در پرونده‌ها را افزایش می‌دهد. این برنامه و ساماندهی امر ابلاغ اوراق قضایی چه از طریق مکانیزه و چه با استفاده از ظرفیت‌های انسانی می‌تواند مؤثر باشد.

دقت و شفافیت

بخش قابل توجهی از دعاوی و اختلافات در مراکز دادگستری مربوط به اموال و اسناد مربوط به آن است و با استفاده از فناوری اطلاعات، اختلافات مردم و مراجعه به دستگاه قضایی کاهش پیدا خواهد کرد، همچنین انجام ثبت الکترونیک اسناد، شفافیت حقوقی و اجتماعی و در نهایت امنیت در بسیاری زمینه‌ها را در پی خواهد داشت. بر این اساس برای هر یک از اموال و املاک کد شناسایی منحصر به فردی صادر خواهد شد که قابلیت اتصال به سامانه‌های دیگری همچون احراز هویت، نقشه کاداستر موقعیت جغرافیایی، سامانه‌های شهرداری، نیروی انتظامی، اداره مالیات و... وجود دارد. این مهم علاوه بر ایجاد شفافیت و اطمینان در انجام معاملات، باعث به‌روز شدن اطلاعات ثبتی و مالکان، تسریع در پاسخگویی، تکمیل بانک جامع اطلاعات کشوری، برنامه‌ریزی و مدیریت کردن هرچه بهتر دارایی‌ها و در نهایت نظارت بر دارایی مسئولان و اخذ مالیات از اشخاص را فراهم خواهد آورد.

بهبود امور مربوط به مشاوره حقوقی و وکالت

با استفاده از فناوری اطلاعات، امکان ارتباط آسان‌تر و گسترده‌تری با وکلا و مردم به وجود می‌آید؛ برای مثال با ایجاد بانک اطلاعاتی از پرونده‌های قضایی و ایجاد دسترسی برای وکلا، هر وکیل با ورود به این سامانه، از تعداد و وضعیت پرونده‌های خود مطلع می‌شود. می‌تواند لایحه تنظیمی‌اش را ارسال کند و از نتیجه پرونده به صورت سریع مطلع شود. همچنین می‌توان با جمع‌آوری اطلاعات علمی و تجربی و علاقه‌مندی وکلا و نتایج موفقیت‌آمیز یا ناموفق بودن پرونده‌ها هم عملکرد وکلا به‌خوبی پردازش شود و هم مردم نسبت به انتخاب وکیل آزادی عمل و آگاهی بیشتری داشته باشند. در نهایت و شاید مهم‌تر از همه امکان مشاوره حقوقی آن‌لاین و شبانه‌روزی باعث می‌شود مردم بتوانند به صورت آن‌لاین پرسش‌هایشان را مطرح کنند و از برخی مراجعات مستقیم معاف شوند.

وکیل و قاضی هوشمند

در نهایت ایجاد وکیل هوشمند و قاضی هوشمند به عنوان امری آینده‌نگارانه در چشم‌انداز فضای مجازی برخی کشورها قرار دارد.

فرصت‌های اقتصادی کسب‌وکار در فضای مجازی

امروزه کاربرد و استفاده از اینترنت در حوزه اقتصادی دارای گسترش و گوناگونی بسیاری شده است. استفاده از اینترنت و خدمات آن را می‌توان رسانه‌ای بسیار مهم برای پیدا کردن مشتری و حفظ و نگهداری آن دانست. از سوی دیگر فضای مجازی بستر جدیدی برای مشتریان جهت آشنایی، مقایسه و خرید کالا را فراهم کرده است. افزایش فروشگاه‌های اینترنتی نشان از استقبال کاربران به این امر است.

ایجاد فرصت‌های تجاری جدید برای صنایع و بنگاه‌های بازرگانی

یکی از فرصت‌هایی که فعالان اقتصادی می‌توانند امکان رشد و پیشرفت را داشته باشند و در فضای کاملاً رقابتی به تجارت بپردازند، پیوستن به شبکه عظیم اینترنت و فضای دیجیتال است. ارتباطی نامحدود با متقاضیانی که روزبه‌روز بر تعدادشان افزوده می‌شود و به خاطر تنوع محصولات، سهولت، صرفه‌جویی در وقت و هزینه‌های جانبی بیشتر جذب آن می‌شوند. یکی از مهم‌ترین فواید تجارت الکترونیک افزایش شعبه‌های تجاری، جذب مخاطبان بیشتر و توسعه در بازارهای فرامنطقه‌ای است.

دسترسی سریع به اطلاعات

امروزه با پیوستن به دهکده جهانی، حجم بالای تبادل‌ها میان کشورها و حتی قاره‌ها نیز ممکن شده است. افراد به صورت کدهای مشخص درآمده‌اند و از دنیایی مجازی حتی چهره‌به‌چهره با شما به تبادل اطلاعات می‌پردازند. در عصر اطلاعات شما پا به دنیایی می‌گذارید که با نام مجازی شهرت یافته، ولی خود به‌تنهایی دانشگاهی کامل برای همه افراد با گروه‌های سنی مختلف است.

از بین رفتن حضور واسطه

واسطه‌های تجاری نه‌تنها به بهبود و افزایش سطح کیفیت محصولات کمکی نمی‌کنند بلکه باعث افزایش قیمت نیز می‌شوند. ارتباط مستقیم و بدون واسطه از امکاناتی است که در فضای مجازی برای صاحبان مشاغل و مشتریان فراهم شده است.

کاهش هزینه‌های تبلیغات کالا به‌ویژه در سطح بین‌المللی

با ورود به اینترنت یعنی اتصال به شبکه‌های بزرگ تجاری، دیگر نیازی به تبلیغات گسترده وجود ندارد. ورود به بازارهای فرامنطقه‌ای در جهت بازاریابی جهانی امکانی است که اینترنت با شناسایی صاحبان مشاغل، صنعت‌گران و تجار تسهیل‌گر خروج از فضای بومی و منطقه‌ای و ورود به دنیای حرفه‌ای تجارت است.

کسب‌وکار اینترنتی^{۱۶۸}

کسب‌وکار اینترنتی به معنی نوعی فعالیت اقتصادی است که همه یا عمده فعالیت شرکت روی اینترنت انجام می‌شود. باید توجه داشت که کسب‌وکار الکترونیک یا اینترنتی به مجموعه فعالیت‌های مربوط به کسب‌وکار از جمله بازاریابی، مالی، خریدوفروش، ارتباط با مشتریان، خدمات پس از فروش، همکاری با سرمایه‌گذاران و... که از طریق شبکه اینترنت انجام می‌گیرد اطلاق می‌شود، در حالی که تجارت الکترونیک^{۱۶۹} تنها شامل مسائل مربوط به خریدوفروش از اینترنت است و خود، زیرمجموعه‌ای از E-Business^{۱۷۰} است.

i-Business

E-Commerce

حرف E، مخفف Electronic و حرف I مخفف Internet است که در اینجا با اتصال به واژه کسب‌وکار معنی کسب‌وکار الکترونیک یا کسب‌وکار اینترنتی پیدا می‌کند

مزایای کسب و کار اینترنتی

نبود محدودیت جغرافیایی

اینترنت حوزه فعالیت کسب و کار را به ۱۹۰ کشور دنیا گسترش داده است بدون اینکه هزینه اضافی را بر کسب و کار تحمیل کند. در روش های کلاسیک هرکس برای ارائه خدمات به مشتریان باید در هر محدوده ای جغرافیایی محل کاری داشته باشد، اما اینترنت این مشکل را برطرف کرده است. دسترسی به بازارهای جدید مهم ترین مزیت کسب و کار اینترنتی است.

نبود محدودیت زمانی

اینترنت همیشه باز است، بنابراین کسب و کار ۲۴ ساعت در هفت روز در هفته و ۳۶۵ روز در سال می تواند فعال باشد. در روش های سنتی فرد در زمان های محدود (ساعات اداری و ایام غیر تعطیل) می تواند خدمات و کالای خود را بفروشد. همچنین اگر به طور بین المللی کسی بخواهد فعالیت کند تفاوت ساعت و ایام تعطیل را در نقاط مختلف جهان باید در نظر بگیرد.

کم هزینه بودن

راه اندازی و نگهداری یک کسب و کار اینترنتی بسیار کم هزینه تر از کاسی های متداول است. در روش های سنتی هزینه محل، لوازم اداری، انبار، تجهیزات، کارکنان و غیره وجود دارد، در حالی که در کار مجازی و خودکار شدن فعالیت ها این هزینه ها بسیار کاهش می یابد. هزینه های تبلیغات و بازاریابی نیز چنین است.

سرعت قابل ملاحظه

در بسیاری از موارد که فعالیت ها به صورت خودکار انجام می شود هرکس می تواند خدمات و کالای خود را سریع تر به دست مشتری برساند و همچنین اطلاع رسانی با سرعت خیلی بیشتری امکان پذیر می شود.

کاهش قیمت محصول

کسب و کارهای اینترنتی با خودکارسازی فعالیت ها و نیز به دلیل حذف واسطه ها می توانند قیمت محصولات خود را کاهش دهند. حذف هزینه هایی مانند تهیه کاغذ، چاپ، بروشور و کاتالوگ، کاهش هزینه های معاملاتی و تدارکاتی از دیگر مزایای این نوع فعالیت اقتصادی است.

سفارشی سازی

بیشتر کسب و کارهای اینترنتی امکان ارائه محصولاتی کاملاً سفارشی و براساس سلیقه تک تک مشتریان را فراهم می کنند. به همه این موارد، کاهش آلودگی محیط زیست، ترافیک و ازدحام را که یکی از مهم ترین معضلات شهرهای بزرگ است نیز می توان اضافه کرد که با توسعه فضای مجازی قابل رفع است.

انواع کسب و کارهای اینترنتی

امروزه کسب و کارهای اینترنتی بسیار متنوع اند، اما به طور کلی کسب و کار اینترنتی بر پایه «محصول» یا «خدمت» و فروش آنها متمرکز است؛ مهم ترین فعالیت های بر بستر فضای مجازی را می توان به ۱۰ گروه عمده زیر تقسیم بندی کرد:

- ۱- ایجاد اجتماعات آنلاین
- ۲- خرید، فروش و حراج کالاهای مختلف
- ۳- تبلیغات اینترنتی
- ۴- ارائه خدمات و مشاوره تخصصی به دیگران
- ۵- ایجاد امپراتوری اطلاعات، اخبار و آموزش
- ۶- تهیه و ارائه نرم افزارهای مختلف
- ۷- چندرسانه ای یا مالتی مدیا

۸- پیوستن به شبکه‌های واسطه‌گری

۹- خدمات مربوط به ایمیل

۱۰- سرمایه‌گذاری مشترک.

خرید الکترونیک

به خریدی که افراد به جای رفتن به محیط بیرون و خرید از فروشگاه‌های سنتی و مدرن، در خانه خود با استفاده از اینترنت انجام می‌دهند، «خرید الکترونیک» گفته شده و وبسایتی که شامل خدمات و کالاهایی برای عرضه به کاربران اینترنتی باشد «فروشگاه مجازی یا اینترنتی» شناخته می‌شود. در سطح جهانی خرید از اینترنت و فروشگاه‌های اینترنتی رو به افزایش است، زیرا این شیوه خرید بسیار ساده و مقرون به صرفه است.

با همگانی شدن اینترنت، خرید اینترنتی به میان آمد و مشهور شد. آمازون (Amazon) اولین فروشگاه الکترونیکی در فضای مجازی بود که از سوی «جف بزوس» (Jeff Bezos) تأسیس شد. در ابتدا در این وبسایت فقط کتاب به صورت آن‌لاین فروخته می‌شد. در پی موفقیت Amazon کتابفروشی‌های دیگری وجود داشتند که اقدام به فروش اینترنتی کتاب‌های خود کردند. سپس پورتال‌هایی همچون Yahoo و Msn شروع به ساخت کانال‌هایی برای فروش اجناسی علاوه بر کتاب برای مردم کردند. در حال حاضر فروشگاه‌هایی همچون eBay و Amazon از معروف‌ترین و معتبرترین فروشگاه‌های اینترنتی هستند.

جلوگیری از اتلاف وقت و کاهش تردهای بی‌مورد

اکنون افراد با داشتن یک شماره حساب و کد شناسایی سایت مورد نظر می‌توانند کالای مورد نظرشان را خریداری کنند و به وسیله پست درب منزلشان تحویل بگیرند. این امر تنها یکی از مزیت‌های بی‌شمار استفاده از اینترنت است. هزینه‌های رفت‌وآمد، اتلاف وقت و انرژی و بسیاری از موارد دیگر امروزه از میان رفته است. یکی از مواضعی که خداوند نسبت به آن نظر خیر ندارد بازارگردی‌های بی‌مورد است چرا که باعث غفلت انسان از خداوند می‌شود:

السَّوْقُ دَارُ سَهْوٍ وَ غَفْلَةٍ / بازار سرای بی‌خبری و غفلت است.

خرید در فضای مجازی باعث حضور کمتر انسان در بازار و به این ترتیب غفلت کمتر از یاد حق است.

تسهیل در امر خرید

خرید الکترونیکی راحت، سریع و گاهی وقت‌ها ارزان‌تر است. خریداران به جای بیرون رفتن و ایستادن در صف‌های طولانی و صرف وقت و هزینه با ورود به وبسایت و صرف وقت اندک، کالا یا خدمات مورد نظر خود را خریداری می‌کنند. خرید آن‌لاین، خریده‌ها را ساده، امن و سریع کرده است.

دیگر مزایای خرید اینترنتی

نبود محدودیت جغرافیایی برای خرید

فروش شبانه‌روزی

قابلیت پیگیری سریع روند خرید

برنامه‌ریزی خرید صحیح‌تر و راحت‌تر.

فرصت‌های فرهنگی

ارتقای دانش و آگاهی

اینترنت می‌تواند بسیاری از نیازهای کاربران را برآورده کند. دسته‌ای از این نیازها، نیازهای شناختی و آگاهی‌بخشی است. اینترنت یکی از ابزارهایی است که اطلاعات زیادی را از طریق بانک‌های اطلاعاتی در قالب کتابخانه‌های دیجیتال، سایت‌های دانشگاهی، وبلاگ‌ها و... در اختیار افراد قرار می‌دهد که استفاده بهینه از این محیط می‌تواند کمک بسیار زیادی به دانش و آگاهی افراد خانواده داشته باشد؛ برای مثال از مزایای اینترنت در حوزه خانواده، می‌توان به دسترسی سریع و آسان به منابع غنی اطلاعاتی در زمینه‌های مختلف تربیتی و روابط اعضای خانواده و روش‌های همسرمداری اشاره کرد که استفاده از این نوع آموزش‌ها می‌تواند به بهبود روابط زوجین کمک کند. استفاده از سایت‌های مشاوره خانواده، مشاوره کودک و... نیز می‌تواند راهگشای حل معضلات خانواده و تبادل آگاهی باشد.^{۱۷۲}

تبلیغ و ترویج دین

فناوری اطلاعات به طور عام و اینترنت به شکل خاص، بستری نظیری فراهم کرده که در آن دین‌پژوهی و معنویت‌طلبی بسیار آسان‌تر، بیشتر و مطلوب‌تر از گذشته شده است. بنا بر گفته «جرج بارنا» از هر شش نفر کاربر اینترنت در جهان، حداقل یک نفر به دنبال اطلاعات معنوی و مذهبی بوده است. در این زمینه آمارهایی وجود دارد که میزان دین‌پژوهی در اینترنت را در حد ۲۵ تا ۳۰ درصد کل کوش‌های اینترنتی اعلام کرده‌اند و این نشانگر بازگشت و اقبال نسل جدید جهان به دین و معنویت و همچنین بیانگر ضرورت بهره‌گیری از فناوری اطلاعات و اینترنت در این زمینه است.^{۱۷۳} فضای مجازی در حوزه تحقیق، تبلیغ و ترویج دین فرصت‌های مورد توجهی را در خود دارد که در ادامه به دو مورد از آن اشاره خواهیم کرد:

اطلاع‌رسانی و انتشار موضوعات اسلامی

متأسفانه که در موضوعات کلام اسلامی و شیعی و مباحث حوزوی سهم منابع اینترنتی نسبت به منابع کتابخانه‌ای کمتر است چرا که درصد متون و منابع اسلامی که به فضای مجازی اینترنت راه یافته‌اند، در مقایسه با کل منابع اسلامی یا حتی منابع یک کتابخانه معتبر بسیار کمتر است. هرچند در همین موضوعات می‌توان از بانک‌های اطلاعاتی که قابلیت‌های پژوهشی و جست‌وجویی بسیار پیشرفته دارند نام برد. نمونه ای از این بانک‌ها، پایگاه حوزه www.hawzah.net است.^{۱۷۴} نتیجه تحقیق در بخش مجلات این پایگاه که در حال حاضر بالغ بر ۱۵۰۰ شماره مجله از شصت عنوان نشریه علمی و اسلامی است، نشان می‌دهد که فقط در زمینه کلام جدید و مطالعات دینی در حدود نهمصد مقاله علمی و معتبر از نویسندگان مختلف وجود دارد. از دیگر بانک‌های اطلاعاتی مفید می‌توان به پایگاه مرکز اطلاعات و مدارک علمی ایران ir.irandoc اشاره کرد که تا به امروز چکیده و دیگر اطلاعات مربوط به ۲۳۰ هزار رکود علمی کشور از قبیل پایان‌نامه‌ها و مقالات فراوانی در زمینه‌های علمی و دینی را جمع‌آوری کرده و با ارایه قابلیت جست‌وجو در معرض استفاده عموم قرار داده است. پایگاه بانک اطلاعات نشریات کشور www.magiran.com نیز که هم‌اکنون امکان جست‌وجوی پیشرفته در عناوین مقالات مندرج در ۱۰۹۰ عنوان نشریه در موضوعات مختلف از جمله علوم اسلامی را فراهم کرده است، از پایگاه‌های قابل استفاده در این خصوص است. با این‌همه، کمبود در این حوزه به‌خوبی محسوس است و محققان، پژوهشگران، عالمان و دین‌پژوهان باید فرصت استفاده از فضای اینترنت را بیش از پیش جدی بگیرند.^{۱۷۴}

<http://mehrkhane.com/fa/news/۱۰۵۰۲>

<http://www.bashgah.net/fa/content/show/۲۵۳۴۰>

<http://www.bashgah.net/fa/content/show/۲۵۳۴۰>

آشنایی با نظرهای دیگر مکاتب

از دیگر مواردی که می‌توان در موضوعات دینی و به‌خصوص اسلامی از اینترنت اطلاعات بسیار و بالارزشی به دست آورد، تحقیق درباره دیدگاه‌ها و آرای متفکران غربی، مستشرقان و دین‌شناسان و اسلام‌شناسان غیرمسلمان در مورد موضوعات اسلامی است؛ برای نمونه در تحقیق درباره دیدگاه‌های غیراسلامی در مورد مسائلی چون حجاب، مهدی موعود (عج الله تعالی فرجه الشریف) و مهدویت و مانند این، بی‌تردید اینترنت منبع بی‌بدیل و ذی‌قیمتی است. دسته دیگر مباحث دین‌شناسی و به‌ویژه کلام جدید ریشه در آرا و دیدگاه‌های متکلمان غیرمسلمان و غیرایرانی دارند، امروزه مکاتب کلامی و متکلمان برجسته گوناگون در مغرب‌زمین ظهور کرده‌اند که دیدگاه‌های برخی از آنان نقاط مشترک زیادی با دیدگاه‌های اسلامی و شیعی دارد. در چنین موضوعاتی به‌جرات می‌توان گفت که منابع اینترنتی، بسیار بیشتر از منابع کتابخانه‌ای موجود در کتابخانه‌های ماست. فضای مجازی موقعیتی است که نگهداری و نقل‌وانتقال اطلاعات در آن بسیار ارزان و ساده انجام می‌شود، از این جهت برای فضای تربیتی و اخلاقی جامعه اطلاعاتی، هم تهدید محسوب می‌شود و هم فرصت و نباید با نگاه تهدیدی آن را ارزیابی کرد و به دوری از آن حکم داد. در این فضای چالشی باید برای تبدیل تهدید به فرصت یا برای کاهش تهدیدها در مقابل فرصت‌ها فعالانه وارد صحنه تولید و انتقال اطلاعات شد. باید توجه داشت که در حوزه دعوت دینی هم یکسری اصول ثابت داریم و هم یکسری اقدامات اقتضایی وجود دارد. اصول ثابت دعوت دینی شامل «دُعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَ جَادِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ...»^{۱۷۵} است که می‌فرماید: «مردم را با حکمت و اندرز نیکو به راه پروردگارت بخوان و با بهترین شیوه با آنان مجادله کن، زیرا پروردگار تو به کسانی که از راه او منحرف شده‌اند آگاه‌تر است و هدایت‌یافتگان را بهتر می‌شناسد.» مراد از حکمت، گفتار صحیح و درست و دلیل روشن‌کننده حقیقت است و به قولی منظور از آن، قرآن است. موعظه حسنه، پندهایی است که دشمنان به‌وضوح می‌دانند که تو آنها را نصیحت می‌کنی و با این سخنان به آنها سود می‌رسانی. «وَ جَادِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ» با روشی که از جهت نرمی و ملایمت و مدارا و حسن معاشرت بهترین طریقه بحث و مناظره است، بدون هرگونه درشتی و ناراحتی، با آنها به مناظره و بحث بپرداز تا زودتر دعوت تو را اجابت کنند.^{۱۷۶} عبارت دیگر حکمت و استدلال عقلانی، پند و اندرز به وسیله تحریک احساسات و همچنین جدال با پیش‌فرض‌های پذیرفته‌شده دو طرف جزو اصول دعوت دینی در برقراری ارتباط گفتاری است. وقتی این اصول به مرحله اجرا برسد هنرمندان و حتی کارشناسان متدین پیام را با شرایط مخاطبان تطبیق داده و با استفاده از فناوری‌های ارتباطی جدید به تولید و انتقال اطلاعات دینی که بستر تبلیغ دینی را به وجود می‌آورد، می‌پردازند.^{۱۷۷}

فرصت‌های اجتماعی

اینترنت یکی از مهم‌ترین فناوری‌های رسانه‌ای است که به صورت مستقیم و غیرمستقیم بر همه عرصه‌های حیات فردی و جمعی انسان تأثیر گذاشته و فراتر از تغییر عرصه‌های اجتماعی، سیاسی و فرهنگی؛ تعاملات اجتماعی، ارتباطات و سبک زندگی را تغییر داده است:

کانونی برای همدردی، تعامل و حمایت خانوادگی و اجتماعی

اینترنت تعاملات و ارتباطات خانوادگی را افزایش بخشیده و فاصله‌ها را کم می‌کند و زحمت دیدارها و ملاقات‌هایی که سختی‌های جامعه مدرن شهری و اجتماعی، کثرت و تعداد آن را امروزه کاهش داده است، از بین می‌برد. در واقع ارتباطات اینترنتی فرایند اجتماعی شدن را آسان‌تر می‌کند و این‌گونه سرمایه اجتماعی فرد را افزایش می‌بخشد.^{۱۷۸}

محیطی برای تفریح، سرگرمی و فراغت

مصرف اینترنت در سال‌های اخیر به مجموعه رفتارهای فراغتی افزوده شده است. به طور کلی رواج فزاینده رسانه‌ها نقش مهمی در ایجاد و القای شکل‌های نوین هویت اجتماعی براساس الگوهای مصرف و فراغت داشته‌اند.^{۱۷۹} اینترنت در کنار آسیب‌های رایجی که مفصل در این کتاب درباره‌اش بحث شد، امکان کلاً غیرمنتظره برقراری ارتباطات بین افراد و شهروندان را فراهم کرده است. امروزه، شهروندان جوامع مختلف با گذشتن از مرزهای جغرافیایی می‌توانند عقاید، نظرها و اطلاعات‌شان را با یکدیگر به اشتراک بگذارند. در این بین ظهور شبکه‌های اجتماعی تحت وب و شبکه‌های اجتماعی موبایلی پایه تأثیرگذاری بیشتری در تغییر مناسبات اجتماعی داشته‌اند.

توسعه مشارکت‌های اجتماعی

پیداست که اعضای این اجتماعات مجازی با پیوندهایی که با یکدیگر دارند، در مجموع به دنبال تحصیل هدفی مشترک در دنیای واقعی هستند که غالباً هدفی سیاسی، اجتماعی یا فرهنگی است. در شبکه‌های اجتماعی، همواره اعضای شبکه به صورت مستقیم یا غیرمستقیم به شرکت در فعالیت‌های واقعی در زندگی اجتماعی تحریک و تشویق می‌شوند. تأثیرگذاری قابل توجه شبکه‌های اجتماعی بر میزان و کیفیت مشارکت‌های اجتماعی در جوامع مختلف به حدی بوده است که به‌تازگی تعداد قابل توجهی از این شبکه‌ها با هدف توسعه مشارکت اجتماعی مردم در زمینه‌های خاص ایجاد شده‌اند.^{۱۸۰}

شکل‌گیری و تقویت خرد جمعی

یکی از شاخصه‌های مهم شبکه‌های اجتماعی مجازی، پدیدار شدن خرد جمعی است. خرد جمعی به جریان سیال و پویای قوه تفکر و ذهن کاربران حاضر در چنین محیط‌هایی اطلاق می‌شود که به مثابه پردازشگر عظیمی، اطلاعات را پردازش و پایش می‌کند. همانند دنیای ابرایانه‌ها که قدرت پردازشی آنها، از ترکیب چندین پردازشگر منفرد به دست می‌آید، نیروی تفکر و ذهن کاربران شبکه اجتماعی به مدد تعاملات اجتماعی اینترنتی و بهره‌گیری از ابزارهای اینترنتی با یکدیگر ترکیب و همراه می‌شوند و نیروی عظیم با قدرت پردازشی بالا پدید می‌آورند. این مطلب به‌خوبی این ضرب‌المثل را که: «همه‌چیز را همگان دانند» در ذهن تداعی می‌کند.

<http://mehrkhane.com/fa/news/10502>

رعایت حریم زن و مرد

اسلام ضمن محترم شمردن حقوق انسانی، طبیعی و حتی حقوق خاص مربوط به ویژگی‌های جنسی، به عناصر اخلاقی، امنیت فکری، روح عفاف، تقوا و مشارکت مرد و زن در میدان مسابقه معنویات، توجه کامل کرده است. اولویت تفکیک محیط‌های زنانه از مردانه در شرایط خاص و توصیه به کاهش اختلاط زن و مرد در اماکن عمومی (در صورتی که امر مهمی ضایع نشود)، از مسائلی است که روح معارف اسلام و سیره عملی پیامبر(صلی الله علیه و آله) آن را تأکید و تقریر می‌کند.^۱ توجه به کاربردهای فضای مجازی برای تحقق این امر یکی از نکاتی است که در جامعه ما مورد غفلت قرار گرفته است. در حال حاضر با پیشرفت ارتباطات الکترونیکی مانند درگاه‌های خرید، بانک‌ها و توسعه اتوماسیون‌های اداری کاربران به راحتی می‌توانند از راه دور کارهای روزانه‌شان اعم از شخصی و شغلی را پیگیری کرده و انجام دهند. با این نگاه فضای مجازی می‌تواند در جهت تقویت و تحکیم بینان خانواده به شرط مراقبت و نظارت به کار گرفته شود.