

اخلاق

فصلنامه علمی - ترویجی در حوزه اخلاق

سال هفتم، شماره ۲۸، پیاپی ۵۰، زمستان ۱۳۹۶

صفحات ۱۶۱-۱۸۳

AKHLAGH  
Religious Extension Quarterly  
No.28/ WINTER 2018/Seventh Year

## راهکارهای اخلاقی برای مقابله با آسیب‌های بافتی اینترنت در نهاد خانواده

سید مهدی سلطانی‌رنانی\*

### چکیده

انسان موجودی اجتماعی است و به همین دلیل، از برقراری ارتباط با دیگران ناگزیر است؛ به طوری که برقراری روابط اجتماعی از نیازهای فطری بشر به شمار می‌رود. از جمله عرصه‌های ارتباطی انسان در اجتماع، فضای مجازی و اینترنت است؛ به گونه‌ای که اینترنت به منزله نماد بارزی از فناوری اطلاعات و ارتباطات در دنیای کنونی، به ویژه در خانواده‌ها، جایگاهی خاص پیدا کرده و فارغ از مرزبندی‌های اخلاقی رواج یافته و دست‌یابی به اطلاعات مسموم و غیراخلاقی را بدون هیچ‌گونه نظارت و محدودیتی آسان کرده است. در واقع، گسترش اینترنت و نفوذ سریع آن در خانواده‌ها، معضلات جدی بسیاری را در پی داشته است. بنابراین، برای پیشگیری از گسترش پیامدهای منفی اینترنت و نیز آگاهی از آسیب‌های آن در خانواده لازم است راهکارهای اخلاقی مقابله با آسیب‌های بافتی (ذاتی) اینترنت در این نهاد اجتماعی بررسی شود. مهم‌ترین این راهکارها عبارتند از: استفاده هدفمند و منطبق بر قواعد و اصول اخلاقی از اینترنت، نظارت اخلاقی بر فرزندان که زیاد از اینترنت استفاده می‌کنند، تبدیل تهدیدهای



\* پژوهشگر و دانش‌آموخته دکتری علوم قرآن و حدیث، مدرس گروه معارف اسلامی در دانشگاه‌های دولتی اصفهان.  
smahdi.soltani224@gmail.com

اخلاقی به فرصت‌ها و ارزش‌ها، توجه خانواده‌ها به خلوت حقیقی و خودآگاهی، زنده نگه داشتن یاد خدا و ترویج آن در نهاد خانواده، توجه به سلامت جسمی، روحی و اخلاقی خانواده‌ها، اهمیت دادن به زندگی حقیقی و ترویج ارزش‌های سبک زندگی اسلامی با رویکرد و رفتارهای اخلاقی.

نگارنده در این مقاله کوشیده است به شیوه کاربردی و با روش توصیفی-تحلیلی راهکارهای یادشده را تبیین کند. هدف از بررسی این راهکارها، ارتقای ارزش‌های اخلاقی در نهاد خانواده و افزایش آگاهی خانواده‌ها در استفاده از فضای مجازی، به‌ویژه اینترنت، در جامعه اسلامی است.

## واژگان کلیدی

خانواده، اینترنت، ارزش‌های اخلاقی، راهکارهای مقابله با آسیب‌های اینترنتی.

## طرح مسئله

از اواخر قرن بیستم، تحولات شگرف فناوری اطلاعات و پیامدهای مثبت و منفی آن، زندگی انسان‌ها را تحت تأثیر قرار داده است. این انقلاب عظیم اطلاعاتی، نظام ارتباطات سنتی را به نظام ارتباطی الکترونیکی تبدیل کرده است. فراگیری این نظام ارتباطی جدید «باعث شده بنیان مادی، معنوی و اخلاقی جامعه متحول شود و در عصر حاضر هیچ گونه انزوآگزینی و کناره‌گیری را برنتافته و حتی محروم‌ترین جوامع را تحت تأثیر خود قرار داده است. در این روند، شبکه جهانی اطلاع‌رسانی (اینترنت) سهم به‌سزایی دارد» (نوابخش و همکاران، ۱۳۸۹: ۱۴۶). این تحول، هم فرض‌ها و هم مشکلات را در برابر جلوه‌های گوناگون فرهنگی و سیاسی در بر گرفته است. در حوزه فرهنگ فناوری اطلاعات و انقلاب اطلاع‌رسانی، وجود بافتی اینترنتی که جلوه‌های گذشته، حال و آینده را به یکدیگر پیوند دهد و محیط نمادینی را ایجاد کند که در آن دنیای مجازی به





واقعیت محیط زندگی ما تبدیل شود، به وسیله این فناوری شکل گرفته است. مهم‌ترین تغییری که این تحول به وجود آورده، در این تعبیر خلاصه شده است: «تبدیل جهان به یک دهکده». از این رو، هم‌زمان با دسترسی گسترده افراد به اینترنت، گونه تازه‌ای از آسیب‌های بافتی و اعتیاد اینترنتی پدیدار شده که مسئله اصلی و خاص عصر اطلاعات است و با علائمی نظیر افسردگی، مشکلات اخلاقی، اضطراب، احساس تنهایی و... همراه شده است ( شربتیان و بخارایی، ۱۳۹۳: ۱۴۵).

امروز، گسترش استفاده از اینترنت خانگی و نبود نظارت و مدیریت صحیح، منجر به ظهور آسیب‌های بافتی و پیامدهای زیانباری در خانواده‌ها شده است؛ به طوری که افراد از خانواده دور شده و ساختار سلامت اخلاقی و روانی - اجتماعی خانواده را مختل کرده‌اند. بنابراین، باید راهکارهایی اخلاقی و کارآمد برای مقابله با آسیب‌های بافتی اینترنت در نهاد خانواده ارائه داد. باید دانست که امروزه، راهکارهای کلی هیچ قفلی را نمی‌گشاید و فقط می‌گویند که این قفل‌ها در کجا قرار گرفته‌اند.

این مقاله درصدد ارائه راه‌حل‌های کاربردی برای موضوع یادشده است؛ راهکارهایی که براساس آن‌ها نسل کنونی بدون اینکه با بحران فکری و اخلاقی روبه‌رو شوند از فواید فضای مجازی، به ویژه اینترنت، بهره‌مند شوند. یادآوری می‌شود آسیب‌زایی بافتی اینترنت از عوارض زندگی مُدرن است و در جوامع شرقی و در حال توسعه ممکن است استفاده از اینترنت بدون برنامه‌ریزی و نظارت باشد؛ فضای مجازی در ایران معنای خاص خود را یافته و به بنیادهای رفتاری و اخلاقی خانواده‌ها نفوذ کرده است. دلیل مهم این روند آن است که مدیریت کلان اجتماعی، برای رفع مشکلات کاربران اینترنتی و دفع آسیب‌های بافتی اینترنت در نهاد خانواده برنامه‌ریزی مناسبی نداشته است و در زمینه آموزش نحوه درست استفاده از اینترنت کار فرهنگی انجام نشده است. براین اساس، پاسخ به سؤالات زیر ضروری به نظر می‌رسد:

۱. مقصود از آسیب‌های بافتی اینترنت در نهاد خانواده چیست؟
۲. مهم‌ترین آسیب‌های اخلاقی اینترنت در نهاد خانواده چیست؟
۳. مهم‌ترین راهکارهای اخلاقی کارآمد برای مقابله با آسیب‌های بافتی اینترنت در نهاد خانواده چیست؟

### روش تحقیق

اطلاعات این مقاله با بررسی و مطالعات کتابخانه‌ای جمع‌آوری و سپس، تحلیل شده است. بنابراین، روش تحقیق در این مقاله، کاربردی و با رویکرد توصیفی - تحلیلی است.

### پیشینه تحقیق

بررسی انبوه آثار اخلاقی و جامعه‌شناختی نشان می‌دهد تاکنون پژوهش مستقلی درباره آسیب‌های بافتی اینترنت و راهکارهای اخلاقی مقابله با آن انجام نشده است؛ هرچند به‌طور پراکنده و محدود در ضمن موضوعات دیگر، مطالبی یافته می‌شود. همچنین، جست‌وجو در تحقیقات انجام شده درباره این موضوع نشان داد مطلب و موضوعی منسجم با چنین عنوانی موجود نیست. نکته دیگر در این باره آن است که بیشتر تحقیقات در این زمینه، پیمایشی است و با رویکرد میدانی و آماری انجام گرفته است؛ برای نمونه، به چهار نمونه از تحقیقات علمی اشاره می‌شود که غیرمستقیم و نامنسجم، فقط به این مسئله اشاره کرده‌اند و بیشتر به جنبه‌های جامعه‌شناختی و روان‌شناسی آن پرداخته‌اند:

۱. معیدفرو همکاران (۱۳۸۴) در مقاله‌ای با عنوان «دیدگاه‌ها و نظریه‌های اعتیاد اینترنتی، علل و پیامدهای آن»، نخست به تعریف اعتیاد اینترنتی پرداخته و آن را نوعی اختلال و بی‌نظمی و وسواس دانسته‌اند که موجب بی‌نظمی و اختلال روانی هم می‌شود.





۲. تحقیقات علوی و همکاران (۱۳۸۹) در مقاله‌ای با عنوان «بررسی ارتباط علائم روان‌پزشکی با اعتیاد به اینترنت در دانشجویان دانشگاه‌های شهر اصفهان» بر روی دانشجویان کاربر اینترنت نشان داده است که حدود چهارده درصد از این جوانان دچار علائم رفتاری وسواس، حالت روان‌شیدایی، افسردگی و... بوده‌اند. در این پژوهش، اعتیاد به اینترنت، اختلال روان‌شناختی جدید شمرده شده است. اینترنت در میان افراد جامعه، «دشمن» تلقی نمی‌شود؛ اما تأثیرات منفی آن بر زندگی موجب شده افراد جامعه به دلایل متعدد از زندگی واقعی دور شوند.

۳. عباس اسدی و همکارانش (۱۳۹۶) در پژوهشی که درباره «فضای مجازی اینترنت و خانواده» انجام داده‌اند، به اندک بودن دانش و آگاهی خانواده‌ها درباره سواد رسانه‌ای و چگونگی استفاده از اینترنت اشاره کرده‌اند. آن‌ها مواردی چون انتشار اخبار منفی و اغراق‌آمیز، پیام‌های غیرعلمی و باورهای خرافی را از پیامدهای بی‌توجهی خانواده‌ها در استفاده درست از اینترنت دانسته‌اند. به گفته آنان، فضای اینترنت محیطی است که هیچ پیامی در آن از بین نمی‌رود و خود پیام و تبعاتش به راحتی به کاربران برمی‌گردد. همچنین، این پژوهشگران معتقدند برای بهره‌مندی از این فضا، اعمال نوعی بیداری اسلامی، نظارت، مدیریت و بهره‌برداری صحیح از سوی خانواده‌ها ضروری است.

۴. غلامرضا آذری (۱۳۹۶) در پژوهشی با عنوان «سرگردانی خانواده‌ها و کاربران جوان در فضای مجازی»، رفتار کاربران و خانواده‌ها در این فضا و نیز بازنشر اطلاعات آن را کاملاً طبیعی می‌داند و توضیح می‌دهد که فضای مجازی بر مبنای انتقال سریع اطلاعات شکل گرفته و طبیعی است که خانواده‌ها بی‌محابا از آن استفاده کنند. او فضای مجازی را دنیای انبساط اطلاعات دانسته و معتقد است در این بازار مکاره هم جای کاسبی و ایده‌پردازی هست و هم امکان کپی‌برداری از اطلاعات، جریان‌سازی و موج‌سواری وجود دارد. وی در این پژوهش از بی‌نظمی بسیار در خانواده و زندگی خانوادگی، لهوگرایی، سطحی‌نگری، به حاشیه رفتن مسئولیت‌ها و کاهش ارتباطات

عمیق خانوادگی به منزله مهم ترین آسیب های اینترنت در این نهاد اجتماعی اشاره کرده و به بررسی و تحلیل آن ها پرداخته است.

### ضرورت تحقیق

اینترنت در جامعه ای که در آن استفاده از شبکه های خانگی در حال افزایش است، افزون بر اینکه بر ساختار زندگی شخصی و خانوادگی تأثیر نامطلوبی دارد، موجب می شود افراد معتاد به اینترنت، زمان کمتری را برای تعاملات اخلاقی، انسانی و اجتماعی بگذارند و همین باعث گسترش احساس تنهایی، افسردگی، کاهش عزت نفس، بی اعتمادی، اتلاف سرمایه های اجتماعی، طلاق و... می شود.

تعاملات بی رویه کاربران ایرانی با شبکه های مجازی، اتاق های گفت وگو، بازی های اینترنتی و... به طور بی رویه رو به افزایش است و به راحتی جای ارتباط چهره به چهره افراد را با خانواده، خویشاوندان و دوستان گرفته است. اعتماد به این گونه ارتباطات، اُفت تحصیلی، بی خوابی و... را نیز در پی دارد.

آسیب های بافتی اینترنتی، سبک زندگی را در میان جوانان دگرگون کرده است؛ زیرا این نسل به دلیل اینکه با محدودیت ارزشی، هنجاری، خانوادگی و قانونی در جامعه روبه روست، بیشتر شیفته جذابیت های جدید می شود. این معضل موجب شده این نسل، سبک زندگی خود را تغییر دهد و به استفاده مفرط از شبکه های مجازی روی آورد. افزایش بی رویه ارتباط مجازی، مصرف گرایی را به همراه می آورد، فعالیت های بدنی را کاهش می دهد؛ سلامت عمومی و همگانی، فردی و خانوادگی را مختل می کند و افراد را از مهم ترین فعالیت های زندگی بازمی دارد.

بررسی این اختلالات اجتماعی و خانوادگی نشان می دهد آسیب های بافتی که این وسیله ارتباطی برای جامعه ما، مخصوصاً نسل جوان، همانند جوامع دیگر به وجود آورده است، «حجم بالایی از اختلالات روان شناختی و اجتماعی است که از مشخصه های





آن: گوشه‌گیری، اختلالات عاطفی و ازهم‌گسیختگی روابط اجتماعی است. به هر حال، پیامد آسیب‌های بافتی اینترنتی، هم‌زمان با افزایش دسترسی روزانه مردم به منابع، آسیب‌ها و نابهنجاری‌های روانی و رفتاری است که انسان‌ها را به افرادی رها شده تبدیل کرده و بر روابط اجتماعی آن‌ها تأثیر می‌گذارد. بهره‌وری و بازده کاری کاربران اینترنتی در نتیجه استفاده بیش از حد از اینترنت پایین می‌آید. آنان با تأخیر به محل کار می‌روند و دچار کم‌کاری می‌شوند. عدم تحرک جسمی و چاقی به همراه علائمی چون درد کمر، پشت و ماهیچه‌ها از دیگر پیامدهای این مسئله هستند. این کاربران حتی در صورت کناره‌گیری از اینترنت دچار علائم اختلال می‌شوند» (معیدفر و همکاران، ۱۳۸۴: ۳۹).

با توجه به این پیامدها، آسیب اینترنتی و اعتیاد به اینترنت موجب از بین رفتن هویت فرهنگی جوامع خواهد شد. افزون‌براین، ناهنجاری‌های اخلاقی، سوء تفاهم‌ها، ضربه‌های عاطفی، نابودی ارزش‌ها و بروز تهدیدها از دیگر پیامدهای آسیب اینترنتی برای جامعه، مخصوصاً جامعه جوان ایران، به شمار می‌آید (ر. ک: شربتیان و بخارایی، ۱۳۹۳: ۱۴۸).

## تبیین مفاهیم محوری

### آسیب اینترنتی

با وجود پژوهش‌های متعدد در حوزه آسیب‌های اینترنتی، هنوز روان‌شناسان و جامعه‌شناسان تعریف واحدی برای آسیب اینترنتی و اعتیاد به اینترنت ارائه نکرده‌اند. همچنین، گویا نظریه‌ی جامعی که معلوم کند چگونه این اختلال بر بهداشت روانی، اجتماعی و اخلاقی تأثیر می‌گذارد، وجود ندارد. کاپلان در سال ۲۰۰۲ م، در تعریف اعتیاد اینترنتی، این اختلال را چنین تعریف کرده است: «نوعی استفاده از اینترنت که بتواند مشکلات روان‌شناختی، اجتماعی، درسی یا شغلی در زندگی فرد ایجاد کند. (فریز، ۱۳۸۱: ۱۵).

آسیب‌های اینترنتی شامل گستره‌ای از مشکلات رفتاری انگیزشی، وسواسی و... خواهد شد. افزون‌براین، اعتیاد به اینترنت به نمودی از انتقال یا بازتاب روابط ابژه یا رفع نیاز تعریف خواهد شد. هولمز در تعریف خود از اعتیاد اینترنتی به تعریف استفاده طبیعی و معمولی از اینترنت پرداخته است: «هرگاه میزان استفاده از اینترنت به کمتر از نوزده ساعت در هفته برسد، در آن صورت می‌گوییم فرد به شکل طبیعی از اینترنت استفاده می‌کند. بنابراین از نظر هولمز، فردی که بیش از نوزده ساعت در هفته از اینترنت استفاده می‌کند، معتاد به اینترنت است و به آسیب‌های اینترنتی دچار می‌شود» (معدفر و همکاران، ۱۳۸۴: ۴۲).

آسیب‌های اینترنتی همانند دیگر اعتیادهای موجود در سطح جامعه، به طور خُرد و کلان، با اختلال روانی و بی‌نظمی اجتماعی همراه است. این گونه مشکلات و معضلات بر فرد، خانواده و جامعه اثرگذار است. کناره‌گیری از زندگی روزمره و عدم تعاملات انسانی و اجتماعی مناسب با دیگران، اضطراب و استرس، بی‌حوصلگی، اختلالاتی همچون افسردگی، تندخویی و بدخلقی، گسیختگی خانواده، نبود یا کاهش روابط اجتماعی از بُعد کمی و کیفی و... از نشانه‌های اجتماعی اعتیاد برخط (آنلاین) است (ر. ک: شربتیان و بخارایی، ۱۳۹۳: ۱۵۰؛ امیدوار و صارمی، ۱۳۸۱: ۲۵).

مقصود از آسیب‌های بافتی اینترنت نیز همان آسیب‌های ذاتی است و به آسیب‌هایی گفته می‌شود که فارغ از محتوای اینترنت است و بر رفتارهای اخلاقی و درونی کاربران تأثیر می‌گذارد. برخی از مهم‌ترین این آسیب‌ها عبارتند از: «حراج گوهر زمان، بی‌نظمی و خودفراموشی، امکان غفلت زدگی و لهوگرایی، احساس سیری دروغین، محروم بودن از دانسته‌های تثبیت شده، سطحی‌نگری و قشری‌گرایی، به حاشیه رفتن رسالت‌های انسانی، بی‌اعتنایی به مسئولیت‌های خانوادگی، بی‌میلی به برقراری ارتباط‌های حضوری، بی‌مهری به مطالعه، حاکم شدن روابط مکانیکی بین افراد، ناامنی در محتوا و بی‌حرکی» (رهبر، ۱۳۹۵: ۵۲).





## جامعه‌پذیری و آسیب‌های بافتی

اجتماعی شدن یا همان جامعه‌پذیری، فرآیندی است که فرد می‌خواهد طی آن، خود را با هنجارها و ارزش‌های اجتماعی جامعه‌ای که در آن زندگی می‌کند، مطابقت دهد. برمبنای نظریه بلومر، فرآیند اجتماعی شدن با کمک عواملی شش‌گانه محقق می‌شود که عبارتند از: والدین، گروه همسالان، مدارس، سازمان‌های رسمی، مجامع عمومی، رسانه‌ها و وسایل ارتباط جمعی. به‌گفته بلومر، مبنای روابط انسانی، کُنش متقابل نمادی است و افراد در جریان کُنش متقابل نمادی و برحسب موقعیت‌های مختلف، واقعیت‌ها، پنداشت‌ها یا تعبیراتی را به دست می‌آورند. هویت یا خود اجتماعی افراد یکی از این واقعیت‌هاست. براین اساس، هویت فرد، پنداشتی است که او از خود در جریان کُنش متقابل با دیگران به دست می‌آورد (ر. ک: رفیع‌پور، ۱۳۷۸: ۸۰ تا ۸۲).

اینترنت که یکی از ابزارهای اساسی رسانه‌های جمعی در جامعه امروز است، از همان دوران کودکی نقش بارزی در زندگی افراد دارد و حتی بیشتر از خانواده، بفرهنگ و هویت آن‌ها، به‌ویژه در جوانی، تأثیر می‌گذارد. «در جامعه‌ای که به‌سوی فناوری مُدرن سوق یافته و آگاهی از همه واقعیت‌ها و حقایق زندگی در این فناوری موجود است، شاهد آن هستیم که جوانان و نسل نوجوان جامعه ما، ارزش‌ها و اعتقادات خود را متفاوت از خانواده، حکومت و حتی رسانه ملی بدانند. امروزه این فناوری بر هویت اجتماعی جدید جوانان در تمام سطوح زندگی، با توجه به محدودیت‌های هنجاری، رفتاری و عملکردی که در سطح خُرد و کلان جامعه به‌منزله یک حقیقت واقعی وجود دارد، اثرگذار است» (شعاع کاظمی و مهرآور مؤمنی، ۱۳۹۱: ۵۲).

## آسیب‌شناسی بافتی اینترنت و نهاد اجتماعی خانواده

امروزه اینترنت در میان خانواده‌ها اهمیت بسیاری یافته است. حضور این رسانه جمعی، ارتباطات خانوادگی را دگرگون کرده است. آسیب‌های بافتی اینترنت به دلایل زیر بر ساختار ارتباطات خانواده اثرگذار است:





۱. اعتیاد به اینترنت به دلیل اینکه فعالیتی وقت گیر است، بر تعامل و ارتباطات خانوادگی تأثیر گذاشته و کیفیت و مدت تعاملات خانوادگی را کمتر کرده است.
۲. آسیب‌های بافتی اینترنت، افق‌های جدید نگرشی را در نسل جوان به وجود آورده است و موجب شده دیدگاه‌های متفاوتی به زندگی و کیفیت آن داشته باشند. این امر تعارضات و کشمکش‌های شدید خانوادگی را در پی داشته است.
۳. استفاده از صفحات وب که با اقتضائات سنی و نسلی جوانان و نوجوانان ما متناسب نیست، به این کشمکش و تعارض خانوادگی دامن زده است. حتی گاهی تعارضات و کشمکش‌های خانوادگی بر سر این مسئله است که نسل نوجوان و جوان ما به اطلاعات خصوصی والدین در رایانه دست می‌یابند.
۴. نظارت نکردن صحیح بر رایانه فرزندان موجب شده است فعالیت‌های رایانه‌ای و اعتیاد بر خط آنان به فعالیت‌های منحرفانه و غیراخلاقی دیگر منجر شود.
۵. چنانچه پیوندهای عاطفی ضعیفی بین اعضای خانواده وجود داشته باشد، نسل نوجوان و جوان احساس تنهایی، افسردگی و دل‌سردی می‌کند. بنابراین، برای رفع تنهایی یا سرگرم شدن به اینترنت روی می‌آورد. اینترنت بهترین جا برای رسیدن به این مقاصد است. بدین ترتیب، آسیب‌های بافتی اینترنت در نسل نوجوان و جوان جامعه گسترش خواهد یافت (ر. ک: اخلاقی‌پور، ۱۳۸۲: ۴۷ تا ۵۰؛ شربتیان و بخارایی، ۱۳۹۳: ۱۶۵ تا ۱۶۶).

#### راهکارهای اخلاقی در مقابله با آسیب‌های بافتی اینترنت

استفاده هدفمند و منطبق بر اصول اخلاقی از اینترنت، نظارت اخلاقی بر فرزندان که از اینترنت استفاده می‌کنند، تبدیل تهدیدها به فرصت‌ها و ارزش‌ها، توجه خانواده‌ها به خلوت حقیقی و خودآگاهی اعضا، زنده نگه داشتن یاد خدا و ترویج آن در نهاد خانواده، توجه به سلامت جسمی و روحی و اهمیت دادن به زندگی حقیقی و سبک زندگی اسلامی، از مهم‌ترین راهکارهای مطلوب اخلاقی در مقابله با آسیب‌های بافتی اینترنت در نهاد خانواده است که در ادامه به تحلیل و بررسی آن‌ها می‌پردازیم.



## ۱. استفاده هدفمند و منطبق بر اصول اخلاقی از اینترنت

بنا به حکم شرع و عقل و تجربه، باید در هر اتصال به شبکه، هدفی معقول وجود داشته باشد. فضای مجازی ویژگی خاصی دارد؛ ممکن است فرد با هدفی مشخص وارد آن شود؛ اما کم‌کم به حوزه‌های ناخواسته‌ای کشیده شود. شاید شروع سیر در فضای مجازی اینترنت با اراده فرد باشد؛ اما ادامه و پایان آن به دست او نیست. پس، باید علاوه بر ورود هدفدار به شبکه، کاملاً مراقب بود که حوزه‌های نطلبیده ما را به سوی خود نخوانند. در روایتی از امام علی علیه السلام آمده است: «ما من حركة إلا وانت محتاج فيها إلى معرفة»؛ «هیچ حرکتی نیست مگر اینکه در آن به معرفتی وابسته هستی» (ابن شعبه حرانی، ۱۳۸۳: ۱۶۵).

مردم در سفر، نقشه راه به همراه دارند و از آگاهان نیز چند و چون حرکت و مقصد را می‌پرسند. در سفر به فضای مجازی که افراد بعضاً ناآشنا هستند، معرفتی جامع ضروری است. پس، تعیین هدف مهم‌ترین اصل در هر حرکتی است و انسان در صورتی هدف‌های معقول را در مسیر انتخاب می‌کند که به اهمیت آن‌ها پی برده باشد. در فضای اینترنت لازم است بدانیم در جست‌وجوی چه چیزی هستیم. همچنین، باید دید آیا هدف‌ها در این نوع حرکت و جست‌وجو محقق می‌شود یا نه.

برای تصحیح هدف‌ها و راهکار وجود دارد: اول اینکه باید به سراغ مشاورانی رفت که با ابعاد وجودی انسان آشنا و از برنامه‌خداوند برای رشد او آگاهند؛ دوم اینکه فرد باید ارزش وجودی خود آگاه باشد. امام علی علیه السلام فرمودند: «قیمت هر انسان به مجموعه چیزهایی است که او آن‌ها را پسندیده و ارزشمند می‌داند» (نهج البلاغه، حکمت ۸۱). بنابراین، اگر به ارزش خود پی ببریم، خود را با کارهای بی‌هدف ضایع نمی‌کنیم.

## ۲. نظارت اخلاقی بر فرزندان که از اینترنت استفاده می‌کنند

وقتی غواصی شجاع را به اعماق دریا می‌فرستند، باید به چند وسیله مجهز باشد: قفسی آهنین که غواص در آن جای می‌گیرد تا از کوسه‌ها در امان بماند، طناب یا سیمی محکم که از یک سوبه کشتی متصل است و از طرف دیگر به غواص، کپسول اکسیژن و...

در این ورطه کشتی فرو شد هزار که پیدا نشد تخته‌ای برکنار

(سعدی، ۱۳۸۹: بوستان، سرآغاز)

فرزندانمان را با کدام ابزار ایمنی از سرشب تا صبح در اقیانوسی که کوسه‌هایش هویت او را نشانه گرفته‌اند، تنها رها می‌کنیم؟ باید رایانه در جایی از خانه باشد که بتوان گهگاه نیم‌نگاهی به آن کرد؛ همان‌گونه که در ساحل دریا موقع شنا کردن مراقب فرزندانمان هستیم. باید هر دو نوع لذت مادی و معنوی را به فرزندمان بچشانیم؛ مثلاً فقط لذت خوردن را به آنان نچشانیم، بلکه گاهی هم ذائقه آن‌ها را با لذت نخوردن آشنا کنیم. گاهی برای آموختن ایثار به فرزندانمان، از آنان بخواهیم غذایشان را به کسی که از آن‌ها گرسنه‌تر است بدهند تا لذت‌های معنوی را حس و تجربه کنند. بخش عظیمی از دین، بیش از آنکه اندیشیدنی باشد، چشیدنی است (ر. ک: رهبراسلامی، ۱۳۹۵: ۶۱ تا ۶۳).

متأسفانه عده‌ای سعی می‌کنند هر دو نوع لذت را با هم بیامیزند (توبه، ۱۰۲) که این ترفندی شیطنانی است. برخی از جوانان به پدر و مادر خود می‌گویند: نگران نباشید، من هم به مسجد و هیئت می‌روم و هم در شبکه‌های مجازی، صفحات وب و اینترنت سیر می‌کنم؛ اما این عزیزان به دلیل جاذبه‌های نفسانی، گام به گام از مراکز معنوی فاصله می‌گیرند، تا جایی که به طور کلی آن‌ها را رها می‌کنند.

راهبرد بسیار باریک‌بینانه، منطقی، عاطفی و مجرّبی لازم است تا در این دوره حاکمیت مجاز بر حقیقت، جوانان جامعه آلوده نشوند و دور از واقعیت‌های زمانه هم نباشند. کارشناسان خبره حوزه تربیت معتقدند منع نوجوانان از ورود به فضای مجازی به مصلحت و امکان‌پذیر نیست و رها کردن آنان نیز برابراست با فاجعه‌های بزرگی که گوشه‌ای از آن را رسانه‌های گوناگون افشا می‌کنند.

امروز، روز دوستی با جوانان، ابراز علاقه و امید دادن به آن‌هاست. بیان آسیب‌های عبرت‌آموزی که ناآگاهان از فضای مجازی دیده‌اند، در هشپاری جوانان مؤثر است. در گام نخست، مرییان باید به این اعتقاد برسند که جوانان، فطرتی الهی دارند. اگر این



بینش پدید آید، با آن‌ها صادقانه رفتار خواهند کرد. در گام دوم، مریبان باید محبت قلبی خود را به جوانان ابراز کنند؛ زیرا اظهار علاقه بسیار مؤثر است. جوان، هم قلبی مشتاق دارد و هم موانعی برای شروع اظهار محبت. بنابراین، بزرگ‌ترها و مریبان باید در ابزار محبت پیشگام شوند. بعد از ارتباط با جوانان، آن‌ها را به فعالیت‌های گروهی دعوت کنند و اندیشه‌های درست را از طریق ارتباط عاطفی به آنان القا کنند.

### ۳. تبدیل تهدیدهای اخلاقی به فرصت‌ها و ارزش‌ها

انسان می‌تواند تهدید را به فرصت تبدیل کند؛ مانند تبدیل پساب‌های برخی کارخانه‌ها به مواد اولیه کارخانه‌های دیگر. گرچه در فضای مجازی اینترنت، رگباری از داده‌ها انسان را نشانه گرفته‌اند، می‌توان درباره برخی از این اطلاعات یا حتی کناره‌نهادن وسیله ارتباط با فضای مجازی فکر کرد؛ مثلاً هنگامی که تصویر جوانی را می‌بینیم که با هزینه‌ای زیاد، اعضای سرسگی را با نظارت پزشک به صورت خود پیوند می‌زند، می‌اندیشیم که چه چیزی موجب این مسئله می‌شود. آیا قابلیت‌های انسانی خود را نشناخته است؟ آیا عقده یا کمبودی دارد؟ و...

تفکر، توفیق بزرگی است که باید قابلیت‌های آن را در خود ایجاد کرد. با تفکر، نیمی از انسانیت فرد شکوفا می‌شود و نیم دیگر آن با برقراری رابطه محبت‌آمیز میان خالق و مخلوق و پذیرفتن تذکرو دریافت‌های الهی به ثمر می‌نشیند. خداوند می‌فرماید: «نشانه‌های خود را در جهان بیرون و جهان درون انسان‌ها به آنان نشان می‌دهیم تا روشن شود که خدا برحق است» (فصلت، ۵۳). با سیر در طبیعت و نهان خود و دیدن نشانه‌های بی‌پایان خدا در دنیای بیرون و نشانه‌های پیچیده‌تر در نهان خود، زمینه تفکر فراهم می‌شود و آثار آن در ملاک‌های انتخاب و تغییر دغدغه‌های بی‌ارزش به ارزشمند بروز می‌یابد. گاه قرآن به انسان هشدار می‌دهد که چرا بصیرت نمی‌یابید: ﴿وَفِي الْأَرْضِ آيَاتٌ لِلْمُوقِنِينَ. وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ﴾؛ «و در زمین نشانه‌هایی برای اهل یقین



وجود دارد و در جان خود شما هم. آیا چشم دلتان باز نمی شود؟» (ذاریات، ۲۰ و ۲۱) بنابراین، امروز برای انسان، وظیفه تفکر جدی تر شده است. امام علی علیه السلام در وصف انسان کامل فرموده است: «من إصدار کَلِّ وارد علیه»؛ یعنی انسان کامل متناسب با هر چه بر او وارد می شود، صادراتی دارد. پیام اخلاقی این جمله این است که انسان پیوسته در معرض دریافت ها و صادر کردن آن ها است؛ یعنی بیرون از ذات ما آیات الهی، حادثه ها، فتنه ها و... وجود دارد که باید با برنامه ریزی مناسب برخورد آن ها را به وجود خود نظارت کنیم تا حاصل همه آن دریافت ها نیز مطلوب شود (ر. ک: رهبر اسلامی، ۱۳۹۵: ۶۹ تا ۷۱).

به طور کلی باید گفت اگر پیش از ورود به فضای اینترنت آماده نباشیم، مانند ماهی های کوچک و کم تجربه صید خواهیم شد. صرف نظر از فایده های اینترنت باید قربانیان تهدیدهای اینترنتی را دید، سخنان آن ها را شنید و از سرنوشت آنان عبرت گرفت و تهدیدها را به فرصت تبدیل کرد تا فضای خانواده، فضای انزوا و دوری از ارتباطات اجتماعی نباشد.

#### ۴. توجه خانواده ها به خلوت حقیقی و خودآگاهی

انسان، موجودی است با دو بُعد وجودی که یکی از این دو بُعد در خدمت دیگری است. خداوند بدنی از جنس خاک برای روح انسان ساخته است. روح او به کمک ابزار جسم رشد می کند و به کمال می رسد. جسم و روح تا لحظه مرگ با هم هستند و آن گاه به تعبیر حافظ:

این جان عاریت که به حافظ سپرد دوست      روزی رخس ببینم و تسلیم وی کنم

(حافظ، ۱۳۹۱، دیوان، غزل ۳۵۱)

خودآگاهی از ویژگی های روح آدمی است؛ بدین معنا که انسان می داند غیر از این جسم طبیعی، حقیقت دیگری نیز دارد که انسانیتش را تشکیل می دهد. اشتیاق ها، هیاهوها،



لذت‌های طبیعی بی‌شمار، اشتغالات زیاد و... نمی‌گذارند بُعد حقیقی و اصیل انسان، یعنی همان نفخه‌الهی و جنبه روحانی، فعال شود.

خداوند ماه رمضان را قرار داد تا نفس اماره انسان خاکی مهار شود و بُعد اصیل انسان بر نفس تسلط یابد. عده‌ای از این فرصت به خوبی بهره می‌برند؛ اما عده‌ای دیگر، فقط گرسنگی و تشنگی می‌کشند تا از خود رفع تکلیف کنند.

فضای پرجاذبه اینترنت، به سادگی به کسی اجازه نمی‌دهد با خود خلوت کند. بنابراین، باید با برنامه‌های صحیح زندگی بر آن غلبه کرد. خلوت واقعی این است که انسان به خویشتن خویش فکر کند. خلوت این نیست که در ظاهر کسی همراه آدمی نباشد. وقتی فرد در اتاقی خلوت وارد اینترنت می‌شود، تمام جهان یا به عبارتی، دهکده جهانی همراه و همدم او هستند؛ پس، به این نوع تنهایی، خلوت نمی‌گویند. وقتی می‌خواهیم صدای مبهمی که از دور و به‌طور نامفهوم به گوش می‌رسد شناسایی کنیم، باید صداهایی را که در اطرافمان است، خاموش کنیم. شرط خوب شنیدن ندای درون هم این است که چشم و گوش خود را بر دیگر صداها ببندیم و بر رفتارهای خود نظارت کنیم.

در اندرون من خسته دل ندانم کیست که من خموشم و او در فغان و در غوغاست

(حافظ، ۱۳۹۳: دیوان، غزل ۲۲)

آری، ندای فطرت را هنگامی می‌توان شنید که صداهای برونی و ذهنیت مهار شوند و این ممکن نیست مگر با مهار فعالیت در فضای مجازی اینترنت و مانند آن. خداوند انسان را لذت‌گرا آفریده است. بعضی از لذت‌ها نه به جسم آسیب می‌زنند و نه به روح و نه به افرادی که با انسان زندگی می‌کنند؛ اما بعضی به روح، معنویت، عزت و کرامت انسان آسیب می‌زنند، انسانیت و وجدان را نابود می‌کنند و فرمان خداوند را زیر پا می‌گذارند؛ شهوت‌گرایی، شهرت‌طلبی و زیاده‌اندوزی از این دست لذت‌ها هستند. لذت‌های مادی، گذرا هستند و چند لحظه یا چند روز دوام دارند. پس، چرا به آینده و قیامتی که تمام ادیان آسمانی بر آن تأکید کرده‌اند، نمی‌اندیشیم؟ بی‌شک در آن روز،





ارزش‌های معنوی حرف اول را خواهند زد (ر. ک: طباطبایی، ۱۳۷۰: ۲۸ تا ۳۰). انسان برای رسیدن به اهداف خود می‌کوشد و از افراد و امکانات مختلف بهره می‌گیرد؛ اما کسی موفق‌تر است که از امکانات پیرامون خود بهتر استفاده کند. شرط اساسی در استفاده بهتر از امکانات، آگاهی و شناخت هر چه بیشتر درباره آن‌هاست. همچنین، جامعه فقط با رفتارهای اجتماعی و اخلاقی درست و مبتنی بر اراده و آگاهی به رشد و بالندگی می‌رسد و بدیهی است که توجه خانواده‌ها به خلوت حقیقی و رفتارهای مبتنی بر خودآگاهی اجتماعی موجب دستیابی به کمال مطلوب می‌گردد. بدین ترتیب، افراد جامعه هنگام استفاده از اینترنت و دیگر فضاهای مجازی، به ارزش‌های الهی و انسانی توجه می‌کنند؛ زیرا انسان خودآگاه:

- نیازهای خود را شناخته و می‌داند باید از راه‌های درست آن‌ها را تأمین کند.

- در جامعه معیارهای ارزشمند را شناخته است و به دنبال ارزش‌های کاذب نمی‌رود.

- با شناخت هویت اجتماعی و خانوادگی خویش، در پی هدف برتر و غایی است. او با عزت و کرامت انسانی و براساس مذهب و حس خداجویی خود از بسیاری لغزش‌ها و سستی‌ها مصون خواهد بود و با حرکت بر پایه علم و بصیرت در مسیر سعادت گام برمی‌دارد (ر. ک: طباطبایی، ۱۴۱۷ق، ج ۴: ۹۶).

- در محیط اجتماعی و خانوادگی، رفتار ناآگاهانه را بر نمی‌تابد و می‌داند غفلت، قدم برداشتن در مسیر گمراهی است (شیخ صدوق، ۱۴۱۷ق: ۵۰۷؛ شیخ حرعاملی، ۱۴۰۳ق، ج ۱۸: ۱۲).

- با به‌کارگیری توان فکری و درونی خود از فضای مجازی اینترنت، به‌درستی بهره می‌گیرد. خودآگاهی اجتماعی، تصویرروشنی است که انسان درباره ویژگی‌ها، ارزش‌ها، نگرش‌ها، علایق و نیازهای خویش در خانواده و جامعه به‌دست می‌آورد. بنابراین، خودآگاهی از یک سو، ضعف‌های شخصیتی را برطرف می‌سازد و فرد را برای حضور سازنده در اجتماع و برقراری تعاملات صحیح اجتماعی آماده می‌کند



وازشوی دیگر، موجب ایمنی خانواده‌ها در برابر آسیب‌های اجتماعی اینترنت می‌گردد (ر. ک: علوی، ۱۳۸۹: ۴۶).

#### ۵. زنده نگه داشتن یاد خدا و ترویج آن در نهاد خانواده

ذکر حقیقی فقط یادکردن زبانی نیست، بلکه یادکردن خدا و اولیانش در قلب و هنگام عمل است. ذکر حقیقی، انسان را برای ارتباط با خدا برخط (آنلاین) می‌کند و او را با شبکه بی‌انتهای هستی مرتبط می‌سازد. وقتی انسان در رفتار و گفتار و در قلب و ذهنش پیوسته متوجه خدا شود، قلبش مالمال از توجه است. یادگرفتن، یک بار و تکرار برای تثبیت آموزه‌ها و سرلوحه قرارداد آن‌ها در تمام رفتارها، هزار بار نیاز است. خداوند به ذکر کثیر دستور داده و فرموده است: ﴿... وَادْكُرُوا اللَّهَ كَثِيرًا لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ﴾؛ «خدا را فراوان یاد کنید تا شاید رستگار شوید» (جمعه، ۱۰). خوب است مانند تابلوهای راهنمایی و رانندگی، در کنار وسیله ارتباط با فضای مجازی، پیام‌هایی بگذاریم تا از مسیر درست منحرف نشویم و خویشتن خویش را فراموش نکنیم و ناخواسته در دام غفلت و دوری از یاد خدا نیفتیم؛ چراکه ﴿وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا...﴾؛ «هرکس از یاد من (خدا) روی گردان شود، زندگی تنگی خواهد داشت» (طه، ۱۲۴).

بنابراین، برای ورود به فضای اینترنت و بهره‌گیری از فایده‌های آن، ابزاری لازم است که ایمنی بخش‌ترین آن‌ها یاد خداست (ر. ک: نصری، ۱۳۷۹: ۳۳۸ تا ۳۴۱؛ سلطانی زنانی، ۱۳۸۹: ۱۴۰ تا ۱۴۱؛ نیکبخت، ۱۳۷۸: ۵۵ تا ۵۹).

#### ۶. توجه به سلامت جسمی، روحی و اخلاقی در خانواده

حضور در فضای اینترنت، چشم و مغز را درگیر می‌کند. افراد مانوس با رایانه، اغلب، تحرک بدنی کمی دارند. ورزش اگر براساس برنامه‌ای مشخص باشد، موجب می‌شود



روان انسان نشاط یابد. درضمن، انرژی‌های نهفته‌ای که در فضای مجازی آزاد نمی‌شوند، با ورزش آزاد می‌شوند. برای حفظ سلامت جسم و روح باید لحظه‌هایی کار را متوقف کرد، چشم‌ها را بست، برخاست و کمی راه رفت. هنگام حضور در فضای اینترنت برای حفظ سلامت روحی و اخلاقی خود باید آیه‌های هشداردهنده‌ای از قرآن کریم را روبه‌روی خود گذاشت؛ مانند ﴿أَلَمْ يَعْلَم بِأَنَّ اللَّهَ يَرَى﴾؛ «آیا انسان نمی‌داند که خدا او را می‌بیند؟» (علق، ۱۴).

اینترنت چون دریاست و بدون ﴿قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ﴾ (ناس، ۱)، به آن وارد نشویم که غرق می‌شویم. باید در آغاز، خطر را جدی گرفت و با تقویت اراده خود وارد میدان شد و از شر شیطان‌های انسی و جنی و سوسه‌گر به خدا پناه برد، از او هدایت طلبید و در بهره‌برداری از اینترنت انضباط و برنامه صحیحی داشت (ر.ک: سلطانی رنانی، ۱۳۸۹: ۲۴ و ۱۱۳ تا ۱۱۴).

#### ۷. اولویت‌دادن به زندگی حقیقی و سبک زندگی اسلامی

واقعا چه باید گفت؟ فضای اینترنت عطشناک است یا انسان یا هردوی آن‌ها؟ از نگاه شاعرانه، کشش دو سویه است. درحقیقت، هم فضای اینترنت در پی جذب کاربران است و هم کاربران، مشتاق حضور در فضای اینترنت هستند. حضور در جمع‌های خانوادگی و دوستانه و جلسه‌های موعظه و شادی، بدون داشتن تلفن همراه باب جدیدی از لذت‌های مجاز و سالم را به روی همگان می‌گشاید. باید با ممارست جدی، لحظه‌هایی از تلفن همراه و رایانه دور شد. با این کار کم‌کم اعتیاد به این ابزارها کاهش می‌یابد و می‌توان فرصت یافت تا در فضاهای حقیقی حاضر شد و صفای حضور در جمع‌های سنتی و حقیقی را تجربه کرد.

فضای مجازی اینترنت، مانند کودک فعال و پرشیطنت و روداری است که مانع حضور پدر در جلسه‌های مهم کاری می‌شود. هرچند پدر فرزندش را دوست دارد، گاه مصلحت ایجاب می‌کند برای انجام کارهای مهم، خواسته کودکش را نادیده بگیرد.



نکته دیگر در این باره، توجه به سبک زندگی اسلامی و برنامه‌ریزی صحیح برای حاکمیت این سبک زندگی در محیط خانوادگی و به‌ویژه در بهره‌مندی از اینترنت است؛ زیرا با تثبیت این مؤلفه، مجموعه رفتارها و عملکردهای فرد در مسیر تأمین صحیح نیازها و احتیاجات روزمره به کار گرفته می‌شود و هویت فردی و اجتماعی همه افراد خانواده حفظ می‌گردد. شیوه زندگی هر فرد معمولاً از الگوهای رفتاری دیگر اعضای خانواده و جامعه تأثیر می‌پذیرد. از این رو، سبک‌های رفتاری دیگر افراد و گروه‌ها را خارج از موازین و معیارهای خویش می‌داند و به همین دلیل، توجه به سبک زندگی از یک سو، عامل تبلور فضیلت‌های اخلاقی و از سوی دیگر، شاخص و نشانه‌ای از هویت فردی و اجتماعی انسان‌هاست. اهمیت دادن به سبک زندگی عامل ارتقای انضباط اجتماعی، انگیزه و غرور ملی و خانوادگی، حفظ ارزش‌های دینی، ترویج شادابی و نشاط عمومی، رواج و تقویت فرهنگ نشاط و امید، تقویت اعتماد به نفس، گسترش محبت واقعی به یکدیگر، مودت و همبستگی می‌گردد و از انزوا و پناه‌بردن به فضای کاذب و مجازی اینترنت جلوگیری می‌کند و زمینه‌های تقویت و افزایش سرمایه اجتماعی را در نهاد خانواده فراهم می‌سازد (ر. ک: گیلدنز، ۱۳۸۵: ۶۷؛ قدسی، ۱۳۸۹: ۱۴۲؛ رهبراسلامی، ۱۳۹۵: ۶۴ تا ۶۵).



## نتیجه

مهم‌ترین دستاوردهای این مقاله به شرح زیر است:

۱. از جمله آسیب‌های فضای مجازی و به‌ویژه اینترنت می‌توان به آسیب‌های بافتی یا ذاتی اشاره کرد که فرهنگ خانواده‌ها را در معرض تغییرات عمیقی قرار داده است. استفاده بی‌رویه و نامناسب از اتاق‌های گفت‌وگو، هرزه‌نگاری، خریدهای اینترنتی و... موجب ترویج اعتیاد به اینترنت شده و از بُعد جامعه‌شناختی و اخلاقی، اعضای خانواده را از تعاملات سازنده و مفید بی‌بهره کرده و به انزوای اجتماعی دچار ساخته است.

۲. به آسیب‌های فضای مجازی، فارغ از محتوای آن، آسیب‌های بافتی گفته می‌شود که در میان نسل جوان ایرانی به‌طور چرخه‌معیوب در حال گسترش است و پیامدهای نامطلوب آن سبک زندگی خانواده‌ها را دگرگون کرده است.

۳. در جامعه ایران و خانواده‌های ایرانی، هنگامی که نسل جوان اوضاع را برای حمایت اجتماعی و دل‌بستگی مناسب نمی‌بیند، به اینترنت پناه می‌برد. بر این اساس، سرگرم شدن با این فناوری به‌طور پیوسته باعث می‌شود فرد از تمام فعالیت‌های روزمره زندگی دست بکشد، به ساختار زندگی خانوادگی خود آسیب برساند و ارزش‌ها و اعتقاداتش در مقایسه با والدینش متفاوت شود.

۴. استفاده هدفمند و منطبق بر اصول اخلاقی از اینترنت، نظارت اخلاقی بر فرزندان که از اینترنت استفاده می‌کنند، تبدیل تهدیدهای اخلاقی به فرصت‌ها و ارزش‌ها، توجه خانواده‌ها به خلوت حقیقی و خودآگاهی اعضا، زنده نگه داشتن یاد خدا و ترویج آن در نهاد خانواده، توجه به سلامت جسمی و روحی و اهمیت دادن به زندگی حقیقی و سبک زندگی اسلامی، از مهم‌ترین راهکارهای کارآمد اخلاقی برای مقابله با آسیب‌های بافتی اینترنت در نهاد خانواده است.



۵. براساس حکم شرع و عقل و تجربه، درهراتصال به اینترنت باید هدفی معقول وجود داشته باشد و کاربران هنگام ورود به این فضا همواره باید به سلامت جسمی، روحی و اخلاقی خود توجه داشته باشند.

۶. برای ورود به اینترنت و استفاده سودمند از آن، به ابزار ایمنی نیاز داریم. یاد خدا و توجه حقیقی به او، ایمنی بخش‌ترین ابزار است.





## منابع

۱. قرآن کریم.
۲. امام علی علیه السلام؛ نهج البلاغه (۱۳۷۹)، ترجمه محمد دشتی، قم، انتشارات مشرقین.
۳. اخلاقی پور، منصور (۱۳۸۲)؛ «تحلیلی جامعه‌شناسی بر پیامدهای اجتماعی-فرهنگی اینترنت»؛ فصلنامه گلپنگ؛ اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی هرمزگان، سال ۳، ش ۵.
۴. ابن شعبه حرانی، حسن بن علی (۱۳۸۳)؛ تحف العقول عن آل الرسول؛ ترجمه پرویز اتابکی؛ قم: دارالحدیث.
۵. امیدوار، احمد علی و علی اکبر صارمی (۱۳۸۱)؛ اعتیاد به اینترنت؛ مشهد: تمرین.
۶. حافظ، شمس‌الدین محمد (۱۳۹۱)؛ دیوان اشعار؛ به تصحیح قاسم غنی و محمد قزوینی؛ تهران: کلههر.
۷. حر عاملی، محمد بن حسن (۱۴۰۳ ق)؛ وسائل الشیعه؛ ج ۵، بیروت: دار احیاء التراث العربی.
۸. رفیع پور، فرامرز (۱۳۷۸)؛ آنا تومی جامعه؛ تهران: شرکت سهامی انتشار.
۹. رهبر اسلامی، علی (۱۳۹۵)؛ بیم موج؛ ج ۱، اصفهان: قیسات.
۱۰. سعدی، مصلح بن عبدالله (۱۳۸۹)؛ گلستان؛ به کوشش محمد علی فروغی؛ اصفهان: نقش نگین.
۱۱. سلطانی زنانی، سید مهدی (۱۳۸۹)؛ راهکارهای قرآنی در غلبه برفشارهای روانی؛ ج ۱، اصفهان: مهر قائم (عج).
۱۲. شربتیان، محمد حسن و احمد بخارایی (۱۳۹۳)؛ «پیامدهای اجتماعی آسیب‌شناختی اینترنت»؛ فصلنامه مهندسی فرهنگی؛ نشریه علمی-تخصصی شورای عالی انقلاب فرهنگی، سال ۸، ش ۷۹.
۱۳. شعاع کاظمی، مهرانگیز و جاوید مهرآورد مؤمنی (۱۳۹۱)؛ آسیب‌های اجتماعی نوپدید با تأکید بر تئوری‌های زیربنایی و راهکارهای مقابله‌ای؛ تهران: آوای نور.
۱۴. صدوق، محمد بن علی بن بابویه (۱۴۱۷ ق)؛ معانی الاخبار؛ به تصحیح علی‌اکبر غفاری؛ بیروت: دار المعرفه للطباعة و النشر.

۱۵. طباطبایی، سید محمد حسین (۱۴۱۷ ق)؛ *المیزان فی تفسیر القرآن*؛ بیروت: مؤسسه اعلمی للمطبوعات.
۱۶. \_\_\_\_\_ (۱۳۷۰ ش)؛ *مجموعه رسائل*؛ چ ۳، تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی.
۱۷. علوی، سید سلمان و دیگران (۱۳۸۹)؛ «بررسی ارتباط علائم روان پزشکی با اعتیاد به اینترنت در دانشجویان دانشگاه‌های شهر اصفهان»؛ *مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی همدان*؛ دوره ۱۷، ش ۲.
۱۸. علوی، سید جعفر (۱۳۸۹)؛ *مهارت‌های زندگی با نگاه دینی*؛ مشهد: دانشگاه علوم اسلامی رضوی.
۱۹. فریزی، جنیفر (۱۳۸۱)؛ «اعتیاد مُدرن»؛ ترجمه احمد رحیمی مقدم؛ *نشریه ابرار*؛ دوم مهرماه، تاریخ مراجعه ۱۳۹۱/۵/۲۵.
۲۰. قدسی، امیر (۱۳۸۹)؛ «جایگاه سرمایه اجتماعی در بازتولید قدرت نرم جمهوری اسلامی ایران»؛ *فصلنامه راهبرد دفاعی*؛ سال ۸، ش ۳۰.
۲۱. گیدنز، آنتونی (۱۳۸۵)؛ *تجدد و تشخیص (جامعه و هویت شخصی در عصر جدید)*؛ ترجمه ناصر موفقیان؛ تهران: نی.
۲۲. معیدفر، سعید، کرم حبیب پور کتابی و احمد گنجی (۱۳۸۴)؛ «اعتیاد اینترنتی؛ علل و پیامدهای آن»؛ *فصلنامه رسانه*؛ سال ۱۶، ش ۳.
۲۳. نصری، عبدالله (۱۳۷۹)؛ *مبانی انسان‌شناسی در قرآن*؛ تهران: مؤسسه فرهنگی دانش و اندیشه معاصر.
۲۳. نوابخش، مهرداد، فاطمه هاشم نژاد و وحید زادشم پور (۱۳۸۹)؛ «بررسی آثار اینترنت و موبایل در تغییر هویت جوانان ۱۵ تا ۲۹ ساله استان مازندران»؛ *فصلنامه جامعه‌شناسی مطالعات جوانان*؛ دانشگاه آزاد اسلامی آمل، سال ۱، پیش‌شماره تابستان.
۲۴. نیکبخت، علیرضا (۱۳۷۸)؛ *استعانت از قرآن کریم در شفای جسمانی*؛ تهران: قبله.

