



Journal of Islamic Propagation

Volume 7 ● No 15 ● Spring & Summer 2026

Educational Approaches to Excessive Adolescents' Use of Mobile Phones and Social Media

Fatemeh Arefi*

Hanieh Rashidi**

Abstract

In the contemporary era, cyberspace and smartphones have become an inseparable part of adolescents' lives. Despite its numerous opportunities, this environment—due to its all-encompassing attractiveness and attention-maximizing design—has become one of the major challenges for families and educational systems. Excessive use of this space is associated with consequences such as reduced physical activity, social isolation, changes in cognitive structure and priorities, and exposure to moral corruption. Prohibitive approaches such as cutting off internet access, confiscating phones, or punishment are not only ineffective but also lead to adolescent resistance, behavioral duality, and emotional distancing from parents. This study employs a descriptive-analytical method based on the analysis of scholars' and educational experts' perspectives. From the viewpoint of Islamic educational foundations, and considering its definitions, goals, and principles regarding human beings, individuals cannot be restrained, forced into actions, or temporarily directed through indoctrination. Instead, attention must be given to human potentials and the creation of conditions for their development. Potentials such as thinking, reflection, and reasoning in adolescents, along with strengthening self-confidence, are identified as key elements in addressing social harms. The aim of this article is to present an Islamic education-based approach to dealing with adolescents' excessive use of cyberspace. Grounded in Islamic educational principles—particularly the concepts of reflection (*tadabbur*) and reasoning (*ta'addul*)—the proposed model seeks to strengthen adolescents' intellectual identity, responsibility, and self-confidence.

Keywords

Islamic Education, Adolescents, Cyberspace, Educational Issues, Educational Methods.

* Level Three Seminary Student in Islamic Philosophy and Theology, E-mail: arfybshry@gmail.com.

** Level Two Seminary Student, Islamic Seminary, E-mail: rashidi937@chmil.ir.

مواجهه تربیتی با گرایش افراطی نوجوانان به تلفن همراه و فضای مجازی

فاطمه عارفی*

هانیه رشیدی**

چکیده

در عصر حاضر، فضای مجازی و تلفن‌های هوشمند به بخش جدایی‌ناپذیر زندگی نوجوانان تبدیل شده‌اند. این فضا علی‌رغم فرصت‌های بی‌شمار، به دلیل جذابیت‌های همه‌جانبه و طراحی مبتنی بر جلب حداکثری توجه، به یکی از مهم‌ترین چالش‌های خانواده‌ها و نظام‌های تربیتی تبدیل شده است. گرایش افراطی به این فضا، با آسیب‌هایی چون کاهش فعالیت فیزیکی، انزوای اجتماعی، تغییر در ساختار فکر و اولویت‌ها، و قرارگیری در معرض فساد اخلاقی همراه است. رویکردهای سلبی مانند قطع اینترنت، مصادره گوشی یا تنبیه، نه تنها کارآمد نیست، بلکه به مقاومت نوجوان، دوگانگی رفتاری و فاصله‌گرفتن او از والدین منجر می‌شود. این پژوهش با روش توصیفی تحلیلی مبتنی بر تحلیل نگاه‌های اندیشمندان و کارشناسان تربیتی انجام شده است. با نگاه به انسان در مبانی تربیت اسلامی و در نظر داشتن تعریف و هدف و اصول تربیتی که اسلام برای انسان متصور است نمی‌توان انسان را به بند کشید و یا او را مجبور بر انجام کاری کرد و یا با تلقین‌هایی تا زمانی کوتاه او را به سمت دلخواه کشاند. بلکه باید به استعدادها و توجه کرد و زمینه‌هایی را فراهم کرد تا استعدادها و او رشد کند. استعدادهایی همچون تفکر، تدبیر و تعقل در نوجوان و همچنین تقویت روحیه خودباوری شاه‌کلید اساسی در مواجهه تربیتی با آسیب‌های اجتماعی است. این مقاله با هدف ارائه شیوه مواجهه تربیتی مبتنی بر منابع اسلامی برای مقابله با استفاده افراطی نوجوانان از فضای مجازی، به بررسی راهکارهای عملی و فکری پرداخته است. این الگو با تکیه بر اصول تربیتی اسلامی، به‌ویژه مفاهیم تدبیر و تعقل، به دنبال تقویت هویت فکری، مسئولیت‌پذیری و خودباوری نوجوان است.

کلیدواژه‌گان: تربیت اسلامی، نوجوانان، فضای مجازی، مسائل تربیت، روش تربیت.

* طلبه سطح سه حوزه علمیه رشته فلسفه و کلام اسلامی. arfybshry@gmail.com

** سطح دو حوزه علمیه. rashidi937@chmil.ir

مقدمه

در عصر دیجیتال و گسترش فضای مجازی، نوجوانان به عنوان نسلی که با فناوری از زمان تولد همراه بوده‌اند و به نام نسل اینترنت نامیده شده‌اند در معرض تأثیرات چندوجهی و گسترده‌ای قرار دارند. (نصیری، ۱۳۹۶، ص ۳۵) برخی بر این باورند که این تأثیرات، از سویی فرصت‌های بی‌نظیری برای یادگیری، خلق محتوا و تعامل اجتماعی فراهم می‌کند و از سوی دیگر، باعث افزایش خطراتی مانند وابستگی به گوشی، کاهش تمرکز، و تضعیف خودباوری و عدم نگاه عمیق تفکری می‌شود. (عسگری تبار، ۱۴۰۱، ص ۷) با توجه به تأثیرات سوء استفاده افراطی از فناوری و چالش‌هایی که بر سر راه نسل‌های امروزی قرار گرفته و همچنین نگرانی‌های خانواده‌ها، بسیاری از پژوهشگران این عرصه را بر آن داشته است که به بررسی و ارائه راهکارها بپردازند. مرور آثار و تألیفات انجام شده در عرصه نوجوان و تلفن همراه و فضای مجازی همچون کتاب‌هایی رایانه‌ای و نوازش تازیان‌ه‌ای، با تلفن همراهت قهر کن و نقش تربیتی والدین و رسانه‌های گروهی در الگوبدیری نوجوانان و جوانان نشان می‌دهد که تمرکز بر روی راهکارهای شناختی و عقلی که سبب رشد فکری و شناختی نوجوان می‌شود کم بوده و بیشتر به راهکارهای سلبی یا میدانی - موقتی و خارج از تصمیمات خود نوجوان مثل محدود کردن ساعت استفاده از تلفن همراه توسط والدین، اعتبار جریمه و تنبیه در صورت استفاده ی نادرست از تلفن همراه و دور نگه داشتن نوجوان از تلفن همراه پرداخته شده است. پژوهش حاضر با توجه به نیاز راهکارهای تربیتی در میان آثار و تألیفات موجود، نوشته شده و این امر با اتکا بر علوم تولید شده از وحی انجام شده است.

بر اساس تعریف و هدف تربیت^۱ انسان زمانی در مسیر تربیت است که با بسترسازی ای که توسط مربی و اطرافیان انجام می‌شود استعدادهايش شکوفا شده و با استعدادهاي رشد يافته‌اش دست به انتخاب بزند. (حائری شیرازی، ۱۳۹۷، ص ۲۶۶-۲۶۷). براین اساس به مواجهه ای تربیتی می‌توان گفت که منجر به اراده خود فرد بر انجام یک عمل به صورت آگاهانه و مستقل شود.

۱. تربیت یعنی زمینه‌سازی برای شکوفایی استعدادهای نوجوان تا با استفاده از این استعدادها او به انتخاب برسد. استعدادهای انسان شامل فکر، عقل، وجدان، تدبیر، انتخاب اراده است. این استعدادها با دو عامل احتیاج و هدف بارور می‌شوند (صفایی حائری، ۱۳۸۶، ص ۲۲).

(همان، ص ۲۶۷). در مسئله استفاده افراطی از فضای مجازی و تلفن همراه، مواجهه تربیتی را می‌توان این‌گونه تعریف کرد: تقویت قوه و استعداد تفکر و تدبر و تعقل و ایجاد بستری برای ایجاد شناخت بر محرک‌های رفتاری که سبب تأثیرپذیری از آسیب‌های فضای مجازی می‌شود که این تقویت قوه‌ها و این شناخت‌ها منجر به واپس‌پس و مدیریت آگاهانه رسانه و کاهش میزان تأثیر رسانه بر خود می‌شود. (صفایی حائری، ۱۳۸۶، ص ۳۵-۳۷)

جامعه هدفی که پژوهش حاضر در مورد آن نوشته شده است نوجوان است. نوجوانی با توجه به عصر حاضر به بازه زمانی بین کودکی و بزرگسالی گفته می‌شود. (محمدیان، ۱۳۸۷، ص ۲۵) سن نوجوانی در پژوهش‌های مختلف، متفاوت گفته شده است، مثل ۱۲ الی ۱۸ سالگی و یا ۱۰ الی ۱۵ سالگی و یا ۱۲ الی ۱۹ سالگی. (بخشنده بالی، ۱۳۸۵، ص ۲۲) اما تعریف نوجوان در رویکرد تربیتی کاربردی چنین تعریف می‌شود: نوجوان موجودی است که در حال گذر از مرحله وابستگی به مرحله استقلال که نیازمند راهنمایی غیرمستقیم، احترام به شخصیت و فرصت دهی برای تصمیم‌گیری و تجربه است. (محمدیان، ۱۳۸۷، ص ۳۰) در پژوهش حاضر توصیف و راهکارها با توجه به نوجوان دوره اول و دوم متوسطه، انجام شده است.

پژوهش حاضر با رویکرد توصیفی - تحلیلی مبانی و راهکارهای اندیشمندان و کارشناسان تربیتی انجام شده است. پرواضح است که در این مقاله مبانی تربیتی، آن دسته از پژوهش‌های است که بر خواسته از متون قرآنی و روایی است.

در پژوهش حاضر احتیاج نوجوان، مدیریت استفاده صحیح از گوشی همراه و فضای مجازی فرض شده است. همچنین هدف مربی رساندن نوجوان به انتخاب آگاهانه به وسیله استعدادهای رشد یافته خود او است. در مواجهه تربیتی با آسیب‌ها باید این نکته رعایت شود که هدف ما تحمیل یا تزریق مبانی و بایدهای درست نیست، بلکه باید زمینه‌ها را فراهم کرد تا با شکوفایی استعداد، انسان به تفکر، قیام و رشد برسد (هادی‌زاده، ۱۴۰۳، ص ۲۳۸-۲۳۷)؛ بنابراین روش‌هایی که سبب شود نوجوان با تکیه بر تفکر خود به قیام و عمل آگاهانه اقدام نکند، روش تربیتی نیست.

برخی از پژوهشگران و فعالین عرصه نوجوان به ارائه راهکارهای سلبی می‌پردازند در صورتی که رویکردهای سلبی و محدودیت محور در برابر جاذبه‌های فراگیر فضای مجازی ناکارآمد است. (هادی‌زاده، ۱۴۰۲، ص ۱۳) چه بخواهیم چه نخواهیم تلفن همراه و نرم‌افزارها و

قابلیت‌های آن بخشی از زندگی مدرن و نوجوان شده است. در ادامه به علل گرایش نوجوان به فضای مجازی و رسانه پرداخته می‌شود.

عوامل گرایش نوجوانان به رسانه

عوامل گرایش نوجوانان به رسانه به دودسته درونی (ویژگی‌های فردی نوجوان) و بیرونی (عوامل محیطی و خارجی) تقسیم می‌شوند:

الف) عوامل درونی (ویژگی‌های فردی نوجوان)

نوجوانان به دلیل داشتن «روح جوانی و احساس هیجان»، پیام‌های رسان‌های را سریع‌تر جذب می‌کنند. خمیرمایه ذهنی نوجوانان ثبات خاصی ندارد و از تجربه‌های گوناگون بهره‌مند نیستند، بنابراین در برابر پیام‌های رسان‌های آسیب‌پذیرترند. نوجوانان در مرحله شکل‌گیری شخصیت هستند و دارای «حسن تقلید از جوانان» هستند. (آذر بخش، ۱۳۹۲، ص ۱۸۱ و ۱۸۲) عزت‌نفس کمتر، باعث همانندسازی بیشتر است. افرادی که عزت‌نفس کمتری دارند خیلی بیشتر به فشار گروه، تن در می‌دهند، تا آن‌هایی که عزت‌نفس بیشتری دارند. نوجوانان با عزت‌نفس پایین، بیشتر تحت تأثیر الگوهای رسان‌های قرار می‌گیرند. (وطنی، ۱۳۸۸، ص ۸۸) افرادی که دارای قدرت تجزیه و تحلیل و منطق و سازوکارهای دفاعی خاص باشند، وسایل ارتباط جمعی، کمتر می‌توانند به آن نفوذ نمایند؛ زیرا ارزش‌ها و باورهای صحیح درونی تثبیت شده و شخصیت آن‌ها بر اساس این باورها شکل گرفته است. اما در نوجوانانی که این باورها درونی نشده، رسانه‌ها موفقیت بیشتری دارند. (همان، ص ۹۲)، نوجوانی یک دوره‌ی زمانی است که طی آن کودکان برای رسیدن به یک هویت ثابت مبارزه می‌کنند. مسئله هویت، مسئله چالش‌برانگیز دوران نوجوانی است. شکل‌گیری یک هویت پایدار و یکپارچه مستلزم جستجوگری است و برای نوجوانان امروز جستجوگری هم در دنیای آنلاین و هم در دنیای آفلاین روی می‌دهد. محیط‌های آنلاین فرصت‌های فراوانی برای طرح پرسش و جستجو به وجود آورده است. (نوری راد، ۱۴۰۰، ص ۵ و ۶)

ب) عوامل محیطی و خارجی

جذابیت و گستردگی رسانه‌ها: رسانه‌ها فناوری عظیمی هستند که دنیای ما را به تسخیر خود درآورده‌اند و پس از خانه و مدرسه، از دیگر عوامل تأثیرگذار بر روح کودک و نوجوان هستند.

جذابیت‌هایی چون:

۱. بهره‌مندی از فایده ناشناس بودن: نوجوان با حضور در این فضا دیگر مجبور به پنهان کردن افکار و خود واقعی‌اش نیست. مسئولیت تبعات مطالبی را که می‌گوید یا عکسی و نظری را که منتشر می‌کند را نمی‌پذیرد و کسی هم به او خرده نمی‌گیرد.

۲. دسترسی به دانش و اطلاعات گوناگون رسانه‌ها طیف وسیعی از محتوا را ارائه می‌دهند: از سرگرمی تا آموزش، از اخبار تا بازی. نوجوان می‌تواند در هر لحظه، محتوای موردعلاقه خود را انتخاب کند. (فرهادیان، ۱۳۸۸، ص ۱۲۵).

۳. جبران بی‌توجهی والدین: می‌توان گفت یکی از علت‌های پناه‌بردن نوجوان به فضای مجازی واکنش به کمبودها در سایر زمینه‌های زندگی اجتماعی است. همچنین می‌توان به مزیت‌های دیگری مثل سرگرم‌شدن، کسب تجربه‌های جدید و گرایش به سرعت و... اشاره کرد.

۴. محتوای پرهیجان: فیلم‌ها، بازی‌ها و برنامه‌های رویداد و هیجانی، نیاز نوجوان به هیجان‌طلبی را پاسخ می‌دهند. صحنه‌های تعقیب‌وگریز، مبارزه و ماجراجویی برای نوجوانان جذاب است. رسانه‌ها با ایجاد تعلیق و کشش، نوجوان را به تماشای ادامه محتوا ترغیب می‌کنند. (وطنی، ۱۳۸۸، ص ۴۸) تصاویر جذاب و رنگ‌های باکیفیت، موسیقی و کیفیت صدا، تحریک چند حسی و ارتباط با همسالان را موارد دیگر از جذابیت رسانه است. (همان، ص ۷۸ الی ۱۲۵)

عامل خانواده: در خانواده‌هایی که پایه تربیت صحیح اولیه سست بوده کودک با خلأ فکری و بی‌هویتی روبروست. همچنین در خانواده‌هایی که والدین کمتر به تماشای تلویزیون می‌پردازند، کودکان رشد بهتری دارند. خلأ عاطفی یکی دیگر از ریشه‌هایی است که منشأ آن خانواده بوده و خود عامل گرایش نوجوان به رسانه است. (همان، ص ۱۰۵ و ۱۰۷) مطمئناً در برابر این جذابیت‌ها، راهکارهای سلبی و مهار شدید در نهایت منجر به پنهان‌کاری نوجوان و یا لجبازی با خانواده و یا در مواردی تهدیدشدن خانواده از طرف نوجوانان می‌شود. (چاووشی، ۱۳۹۲، ص ۳۱) و این یعنی از بین رفتن فضای صمیمیت و اعتماد بین نوجوان و خانواده که این خود تبعاتی همچون عدم رجوع نوجوان به والدین در صورت ایجاد مشکل در فضای مجازی یا حقیقی، عدم نهادینه‌شدن ارزش‌ها و بایده‌ونبایدهای درست در نوجوان به علت اینکه مقبولیت خانواده در نظر نوجوان از بین رفته است و این بایدها و نبایدها ارزشی ندارند. (نصیری، ۱۳۹۶، ص ۱۳۳)

چیزی که والدین و خانواده‌ها را نگران کرده است وجود آسیب‌های فضای مجازی و استفاده افراطی از تلفن همراه است. همان‌طور که این فضا مزیت‌هایی دارد، آسیب‌هایی را نیز به دنبال دارد. آسیب‌هایی چون بروز مشکلات جسمانی که بر اثر تحرک کم و نشستن‌های زیاد و نگاه زیاد به صفحه گوشی به وجود می‌آید. ازدست‌رفتن تمرکز و دقت، میل به گوشه‌نشینی و انزوا، عدم مهارت ارتباط اجتماعی، پرخاشگری، وابستگی و اعتیاد به این فضا، استفاده نادرست از برنامه‌ها، آسیب‌های فکری و اعتقادی و...

راهکارهای مواجهه با گرایش افراطی نوجوانان به رسانه

در ادامه مواجهه تربیتی با این آسیب‌ها و گرایش افراطی نوجوان در دو بخش شناختی عملیاتی ارائه می‌شود.

بخش اول: راهکارهای شناختی

۱. تقویت تدبیر و تعقل^۱ در رسانه

تدبیر و تعقل در فضای رسانه این‌گونه معنا می‌شود: وقتی انسان باهدف مهار تأثیرپذیری از رسانه و محرک‌ها حالات خودش را مورد سنجش و ارزیابی قرار می‌دهد، این‌گونه دارد تدبیر در رسانه را انجام می‌دهد. برای ایجاد نگاه تدبیری و تعقلی در نوجوان و عمق‌بخشی به نگاه او باید پرسش‌هایی را برای او ایجاد کرد. این پرسش‌ها ویژگی‌هایی دارند:

۱. نگاه عینکی: ناظر به گذشته و آینده داشته باشد. زمانی که به بررسی اهداف و علل یک واقعه یا مسئله پرداخته می‌شود در واقع نگاه عینکی به گذشته را به همراه دارد چرا که اهداف و علل در بازه زمانی قبل از واقعه و یا مسئله اتفاق می‌افتد. نگاه عینکی به آینده زمانی اتفاق می‌افتد که آثار آن مسئله و موضوع یا اتفاق سؤال پرسیده شود. رسانه‌های الکترونیکی و فضای مجازی مبتنی بر

۱. زمانی که ذهن با سوالاتی مواجه می‌شود که جواب این سوالات در معلومات ذهنی نیست. ذهن باید دقت بیشتری در اطراف و یا عقبه یک مساله کند تا مواد خام فکری را جمع‌آوری کند. به بررسی عمیق‌تر و نگاه عمیق‌تر تدبیر می‌گویند. (صفایی حایری، ۱۳۸۶، ص ۱۰۵) معنای تعقل: زمانی که ذهن مواد خام را جهت بررسی عمیق‌تر جمع‌آوری می‌کند به جواب‌هایی می‌رسد. آنگاه برای بررسی جواب‌ها نیاز به سنجش و ارزیابی پیدا می‌شود. به این سنجش و ارزیابی که بر اساس ملاک انجام می‌شود، تعقل می‌گویند (صفایی حایری، ۱۳۸۶، ص ۱۲۱).

اصول و روش‌های خاص و با اهداف خاصی ساخته و پرداخته شده‌اند. دست‌یابی به شناخت و آگاهی نسبت به اهداف و اصول و فن‌های پرداخته شده در این وسایل و فضاها سبب می‌شود که مخاطب خود به دنبال روش استفاده صحیح برود. (قائمیه، ۱۳۹۱، ص ۴۷) به عنوان مثال یکی از فضاهای مورد استفاده افراطی برخی از نوجوان‌ها پیام‌رسان‌های اجتماعی است می‌توان ناظر به این ویژگی این‌گونه سؤالات عینکی را پرسید:

الف) اهداف سازنده اینستاگرام از ایجاد الگوریتم‌های پیچیده برای بازدید بیشتر پست‌ها چیست؟

سازندگان پلتفرم‌های مجازی خود اذعان دارند که تنها هدف آن‌ها در اختیار قراردادن یک فضا برای استفاده مخاطب نیست؛ بلکه ایجاد بستری برای استفاده اطلاعاتی برای سازمان‌های اطلاعاتی و همچنین تغییرات فرهنگی و فکری در جوامع مورد هدف است. کشورهای استعمارگر به این نکته پی برده‌اند که با استعمار و جنگ نمی‌توانند به تفکرات و ذهن تک‌تک اعضای آن جامعه دست پیدا کنند؛ اما با ابزارهای فناوری و رایگان بودن آن‌ها می‌توانند به درصد زیادی از افراد آن جامعه دسترسی پیدا کنند. همچنین تضعیف قوه عقل و سیر تفکر و کاهش سطح صبر و تاب‌آوری از دیگر اهداف سازندگان این پلتفرم‌هاست. زمانی که مخاطب به اجبار باید همان‌طور رفتار کند که الگوریتم پلتفرم‌ها می‌خواهد، مخاطب را به سمت رد شدن از خطر مرزها و یا رفتارهایی که در فضای حقیقی از آن‌ها پرهیز می‌کند، می‌برد.

ب) آثار آسان در دسترس بودن فضای مجازی بر نوجوان چیست؟

در سواد رسانه ای این پرسش ایجاد می‌شود که علت اینکه وبگاه‌ها و سرورهای دارای مقالات علمی دارای هزینه هستند؛ ولی پلتفرم‌ها و وبگاه‌هایی که از آسیب‌ها غنی هستند باید برای مخاطب به صورت رایگان در دسترس باشند؟ آثار این سهل‌الوصول بودن و رایگان بودن این ابزارها چیست؟ لذت بردن و ترشح هورمون دوپامین و نگاه داشتن نوجوان و مخاطب این ابزارها!

۲. سوالات به گونه‌ای باشد که جواب آن‌ها، تک‌کلمه‌ای و کوتاه نباشد. بعضی از ادات پرسشی (آیا، چه مقدار، چه میزان و...) مخاطب را به سمت تک‌کلمه‌ای جواب‌دادن می‌برند؛ بنابراین به دلیل اینکه استفاده از این ادات، سبب گرفتن تفکر عمیق از نوجوان می‌شود، در پرسش‌های تدبری باید از آن پرهیز شود.

الف) مثال با ادات اشتباه؛

• چه میزان از نوجوانان تحت تأثیر جو ایجاد شده در اینستاگرام قرار می‌گیرند؟ جوابی که داده می‌شود توسط نوجوان این است: تعداد زیاد و یا مقدار زیادی از نوجوان. این پاسخ نوجوان را به فکر و انداشته چرا که با یک جواب کوتاه فکر کردن را تمام کرده است

(ب) مثال با ادات صحیح؛

• چه نوجوان هایی با چه ویژگی هایی بیشتر از اینستاگرام استفاده می‌کنند؟ این سؤال سبب می‌شود که نوجوان به ویژگی نوجوان هایی فکر کند که از اینستاگرام استفاده می‌کنند و این باعث می‌شود مدام به این‌گونه نوجوان ها در ذهنش دقت کند. واکاوی کند و در این بین چون خودش هم استفاده از این پلتفرم را دارد، مطمئناً ناخودآگاه خود را هم مورد بررسی قرار می‌دهد و هدف هم همین است. تدبیر در رسانه سبب می‌شود نوجوان حالات خود را هم مورد بررسی قرار دهد

ملاحظات: در مورد کلمه «چرا» نکته قابل توجه این است که در پرسش ها نباید از کلمه «چرا» استفاده کرد و علل آن در این سه مورد خلاصه می‌شود؛ ۱. کلمه‌ی چرا در بردارنده نوعی توییح است. یعنی چیزی درست است و مخاطب آن درست را نقض کرده بنابراین می‌پرسیم چرا؟ ۲. کلی است و پاسخ کلی دارد. ۳. سبب عدم همراهی نوجوان می‌شود. در سؤالات تدبیری باید به گونه‌ای پرسش انجام شود که مخاطب همراه شود و بخواهد بر اساس واقعی جواب سؤال را بدهد.

• جوابی که نوجوان به پرسش ها می‌دهد باید نیاز به تحلیل و یا جست‌وجو، دقت بیشتر پیرامون آن مسئله یا موضوع را داشته باشد؛ بنابراین باید از پرسیدن سؤالاتی که سبب جواب‌های آماده و ساده شود پرهیز کرد

- **مثال غلط:** به چه علت نوجوان به سمت بازی‌های رایانه ای می‌رود؟ جواب این سؤال ساده است؛ چون علاقه دارد. با این پاسخ دیگر نوجوان به سمت تفکر نمی‌رود.

- **مثال صحیح:** مخاطبین قرعه‌کشی‌های رسانه ای معمولاً چه کسانی هستند و چه ویژگی هایی دارند؟ صحبت پیرامون ویژگی آدم‌ها برای نوجوان سبب فکر و تفکر می‌شود.

ملاحظات: تکرار روش تدبیری و مواجهه کردن نوجوان با سؤالات تدبیری - تفکری و همچنین تعامل پرسش محوری، تعاملی که او را به سمت پرسیدن و تفکر کردن می‌برد، سبب ایجاد روحیه پرسشگری می‌شود و این مطلوب ماست.

۲. مشورت با نوجوان در مواجهه با فضای مجازی

برخی از والدین با روش‌های سلبی به مهار نوجوان در استفاده از فضای مجازی می‌پردازند. این روش تضعیف خودباوری و لجبازی نوجوان را به دنبال دارد. همچنین این روش سبب عدم استفاده او از راهکارهای فکری می‌شود. روش‌های سلبی زمانی کارساز است که نوجوان خودش آن‌ها را انتخاب کند و این انتخاب در بستر گفت‌وگو تحقق پیدا می‌کند؛ بنابراین مربی در یک گفت‌وگو باید نوجوان را با این سؤالات مواجه کند که:

• نیاز شما به گوشی و استفاده از فضای مجازی چیست؟ در گام نخست نوجوان باید ببیند چه می‌خواهد، دنبال چه چیزی است و آن چقدر نیاز واقعی و چقدر نیاز کاذب و چقدر از آن نیاز تولید شده از طرف خود رسانه است. (نصیری، ۱۳۹۶، ص ۱۱۲) نیاز واقعی نیازی است که اگر برطرف نشود آسیب می‌رساند. زمانی که فرزند شما به مکانی دور از شما می‌رود مطمئناً برای برقراری ارتباط با او نیاز به تلفن همراه است. اما چه نوع تلفن همراهی؟ با یک گوشی ساده نیاز او برطرف می‌شود؛ اما زمانی که مدل گوشی بالا را طلب می‌کند به علت اینکه فلان دوستش آن گوشی را دارد، این نیاز، نیاز کاذب برای او می‌شود.

• برای استفاده از گوشی چه میزان زمان نیاز دارید؟ افزون بر اینکه شناخت اصل نیاز اهمیت دارد، شناخت میزان نیاز هم از اهمیت زیادی برخوردار است. در حوزه سرگرمی و فعالیت اگر میزان نیاز خود به سرگرمی و فعالیت‌ها را درست تشخیص ندهیم، ممکن است از یک محصول بیش از حد معمول استفاده کنیم. با تعیین میزان نیاز، میزان استفاده هم مشخص می‌شود و می‌توان این‌گونه از استفاده زیاد جلوگیری کرد.

• قوانین استفاده از گوشی و فضای مجازی چه باشد؟ زمانی که از تبعات و آثار استفاده بی‌رویه از فضای مجازی برای نوجوان گفته می‌شود، در نوجوان این ضرورت ایجاد می‌شود که استفاده از رسانه را مدیریت کند. در این جا می‌شود نحوه مدیریت را از خود او پرسید و این سبب وضع قانون برای استفاده از این وسیله و فضا شود.

ملاحظات: ۱. لازم است که این گفت‌وگو در فضای صمیمانه‌ای اتفاق بیفتد، می‌توان این گفت‌وگو را در مکان‌های جذاب و دارای تمرکز انجام داد. ۲. این راهکار یکی از راهکارهای تقویت خودباوری و زیر مجموعه آن است؛ ولی به دلیل اهمیت این راهکار به صورت مجزا به آن پرداخته شد.

بخش دوم: راهکارهای عملیاتی

۱. فراهم کردن فضای کنشگری و فعالیت‌های موردعلاقه نوجوان

نوجوان به جهت وقت بلااستفاده زیاد، جبران خلأهای خودباوری و گاهی تخلیه هیجان و همچنین نبود بسترهای موردعلاقه خود به سمت استفاده افراطی از گوشی و فضای مجازی می‌رود؛ بنابراین اگر بخواهیم ریشه‌ها را و نیازهای پشت این استفاده افراطی را رفع کنیم، باید فعالیت‌هایی را ترسیم کنیم تا وقت او را به صورت مفید پر کند. به او خودباوری و شخصیت بدهد و سبب تخلیه هیجان‌های او شود. بستر کنشگری حقیقی یعنی، مربی یا هر فردی که با نوجوان‌ها ارتباط دارد فضا و بستری را فراهم کنند تا نوجوان وارد یک عملیات میدانی برای رفع یک نیاز از همسالان خود و یا جامعه پیرامونی خود شود.

به مثال‌های زیر باتوجه به فضای محرم توجه کنید:

الف) برپاکردن یک موبک محتوایی، پذیرایی، فرهنگی، تربیتی (نمونه پسرانه): برای پسرها کارهای قدرتمندانه مثل برپایی یک موبک در یک خیابان و یا کوچه بسیار جذاب است. حال اگر مربی یک موضوع را برای آن‌ها دغدغه ذهنی کند مثلاً بگوید رفت‌وآمد در هیئت و پذیرایی از تک‌تک مستمع سخت است. آثار آن را بیان کند: موجب حواس‌پرتی مستمع می‌شود. فضای هیئت کثیف می‌شود. جمعیت بالا سبب نامنظمی در پذیرایی می‌شود. در آخر پرسد از نوجوان که چه کنیم؟ و خود نوجوان می‌رسد به این که پذیرایی را قبل یا بعد از هیئت بدهیم. بعد ایده موبک جلوی هیئت را پیشنهاد می‌دهند و این موبک می‌تواند خود، کارهایی غیر از پذیرایی هم انجام دهد. غرفه‌های فرهنگی و نمایشگاهی را هم می‌شود کنار موبک ایجاد کرد.

ب) آماده سازی بسته‌های هنری، محتوایی (دستبند و گیره، مجلات همدلانه، هدایا) برای توزیع در مراسم اربعین. مربی می‌تواند از نوجوانانش پرسد که در شب‌های محرم و روضه برای ایجاد یک خاطره خوب از روضه برای همسالان خود چه کنیم؟ همین‌طور برای فضای اربعین این سؤال را از نوجوان پرسد که برای ایجاد یک خاطره خوب از ایرانی‌ها چه کارهایی می‌توان انجام داد. جواب این سؤال را نوجوان‌ها در هر طیف سنی بر اساس توانایی‌های خود به‌گونه‌ای متفاوت می‌دهند.

ج) برگزاری هیئت ویژه نوجوانان هم سن یا کوچک‌تر از خودشان.

د) برپایی بازارچه‌های مهارتی خود نوجوان. در کنار هیئت می‌شود باتوجه به توانایی خود

نوجوان غرفه‌های فروش محصولات دست‌ساز خود نوجوان را برپا کرد که می‌شود سود فروش را در همان هیئت با ایده‌ای خرج کرد.

ه) خادمی و انتظامات هیئت‌های مطرح

فعالیت‌های موردعلاقه نوجوان می‌تواند عاملی باشد تا نوجوان را از فضای مجازی دور کند و در فضای حقیقی مشغول سازد.

پیشنهاد فعالیت‌های موردعلاقه نوجوان: برای دختران، آموزش مهارت آشپزی، کیک‌پزی، بافتنی‌ها، دوختنی‌ها، زیورآلات و ورزش؛ و برای پسران، آموزش نجاری، انواع ورزش‌ها، نجاری، برق‌کاری، نقاشی ساختمان، تعمیرکاری.

ملاحظات: کسانی که در این کنشگری نوجوان را همراهی می‌کنند، لازم است برنامه این کنشگری و پیش‌بینی بدترین حالات و راهکارهای آن‌ها را قبل از اجرا مکتوب کنند تا مسیر برای کمک و همراهی کردن نوجوان برای آن‌ها مشخص باشد و در برخورد با چالش‌ها غافلگیر نشوند. مثلاً در برپایی یک موبک چه اتفاقاتی ممکن است بیفتد؟ ۱. همراهی نکردن نوجوان؛ ۲. مخالفت کردن بزرگان هیئت با ایده‌های نوجوانان؛ ۳. وجود اتفاقات ناگوار؛ ۴. عدم کفایت بودجه مالی در پذیرایی. راهکارهای این چند مورد را مربی باید یادداشت کند و در حین برنامه از نوجوان‌ها هم بخواهد به بدترین حالات فکر کنند و خود را برای آن آماده کنند.

۲. راهبری نوجوان در فضای مجازی

در عصر حاضر نمی‌توان استفاده از گوشی و حضور در فضای مجازی را سلب کرد اما می‌توان استفاده از آن را برای نوجوان، هدفمند کرد. راهبر کسی است که به مربی امر و نهی نمی‌کند. به او درست و اشتباه را دیکته نمی‌کند. تنها در کنار نوجوان است و بسترهایی را فراهم می‌کند تا استعدادهای نوجوان را رشد دهد. مثل پرسش‌ها و ایجاد چالش‌ها و دغدغه‌های جدید. مرتب‌ترین با نوجوان می‌توانند با تعریف عملیات در فضای مجازی و همراهی او در این عملیات و فعالیت‌ها حضور نوجوان در این بستر را مدیریت و راهبری کنند. یکی از ملزومات حضور هدفمند نوجوان در فضای مجازی کسب مهارت‌های مرتبط است. (کوپایه‌نیا، ۱۴۰۱، ص ۸۷)

مثال‌های زیر ناظر به فضای ماه محرم است: آموزش عکاسی برای نوجوانی که به عکاسی علاقه دارد. تعریف عملیات سوژه‌یابی و عکاسی در هیئت محله و شهر برای او باهدف ایجاد نمایشگاهی از روایت محرم. آموزش نویسندگی و روایت‌نویسی برای نوجوانی که میل به نوشتن

دارد که از بستر فضای مجازی برای نشر آن استفاده شود. آموزش تکه‌فیلم سازی، تدوین فیلم و پادکست برای تولید محتواهای ملی و مذهبی.

۳. پررنگ کردن نقش نوجوان در خانه

بعضی از رفتارها و افعال والدین در محیط خانواده سبب ایجاد روحیه رفاه‌طلبی و به دنبال آن عدم‌پذیرش مسئولیت در نوجوان می‌شود. نوجوانی که در خانه احساس مسئولیت نسبت به اعضای خانه را ندارد و نقشی برای خود متصور نیست، در کشاکش حوادث و اتفاقات خانه، نه‌تنها برای حل مسائل نمی‌کوشد که حتی خود را درگیر چالش‌ها نمی‌کند. حل این چالش‌ها را وظیفه پدر و مادر می‌داند. یا در ارتباط با خواهر و برادر خود احساس مسئولیت نمی‌کند چرا که تمام نیازهای خواهر و برادر این نوجوان توسط مادر یا پدر رفع می‌گردد. لازم است که مربی نقش دختری و پسر و نقش خواهری و برادری را با راهکارهایی در خانه پررنگ کنند. این امر با ارجاع بعضی از نیازهای اعضای خانه به نوجوان محقق می‌شود. مربی باید با تعریف فعالیت‌هایی جذاب نوجوان را به کنشگری داخل خانه سوق دهد. همین‌طور با برگزاری جلسه‌ای با والدین، با موضوع نقش نوجوان در خانه این مهم را برای آن‌ها تبیین کند. پشتیبانی درسی از خواهر یا برادر کوچک‌تر، سپردن مسئولیت فرزندان کوچک‌تر به فرزند بزرگ‌تر، حل چالش‌های اعضای خانواده با هم‌فکری نوجوان. همچنین واسپاری مسئولیت‌های خرد خانه مثل خریدها و تعمیرات به پسرها و تهیه یک عصرانه و صبحانه یا شام به دخترها از نمونه‌هایی است که می‌شود مثال زد.

۴. تقویت خودباوری

یکی از دلایل روی آوردن نوجوان به بازی‌ها و پلتفرم‌ها مجازی اثبات خویش است. وقتی کسی نوجوان را تحویل نگرفت. وقتی کسی برای او شخصیتی قائل نشد. وقتی سرزنش شنید و مدام تحقیر شد. وقتی در نگاه دیگران انسان قابل‌توجهی نبود به دنبال اثبات کردن خویش خواهد افتاد. یکی از نقدترین و سهل‌الوصول‌ترین جاهایی که نوجوان احساس می‌کند می‌تواند در آن جا خود را نشان دهد. (عباسی ولدی، ۱۳۹۶، ص ۲۱۲)

بسترهای اجتماعی و فضاهای مجازی مکانی است که باوجود الگوریتم‌هایی مثل جذب مخاطب می‌تواند آن عدم توجه و آن کمبود توجه در فضای حقیقی را جبران کند. خودباوری

یعنی اینکه نوجوان و مخاطب توانمندی‌های خود را بداند و ارزشمندی خود را بشناسد و زمانی که این اتفاق رقم بخورد خود را صرف هر کاری نمی‌کند برای هر چیزی زمان نمی‌گذارد. نوجوانی که در خود احساس شخصیت نکند برای وقت و عمر خود هم ارزشی قائل نیست. چرا که تحقیرها و سرزنش‌ها به او این القا کرده‌اند که توبه درد نمی‌خورد و بی‌فایده هستی. گفتنی است که این راهکار نه تنها برای آسیب فضای مجازی بلکه برای سایر آسیب‌های اجتماعی، یکی از مهم‌ترین راهکارهای پیشگیرانه و پسا اتفاق است. در این پژوهش مختصر به راهکارهای تقویت خودباوری پرداخته می‌شود.

راه‌های تقویت خودباوری

- احترام گذاشتن به فرزند و مربی با نوع صدازدن.
- نظرخواهی و مشورت با او.
- مطرح کردن درخواست‌ها به صورت محترمانه و سوالی.
- نکات و تذکرات به گونه‌ای باشد که بی‌احترامی تلقی نشود.
- استقبال و بدرقه او هنگام ورود و خروج از مکان و خانه.
- آموزش مهارت‌هایی که به او حس ارزشمندی و توانمندی بدهد.
- سپردن مسئولیت‌های متناسب با توان نوجوان و تشویق و همراهی او در انجام این مسئولیت. (هادی‌زاده، ۱۴۰۳، ص ۲۳).
- محبت و توجه عاطفی به نوجوان.
- بیان ویژگی‌های خوب او از زبان دیگران.
- القای ویژگی‌های مثبت به نوجوان. (شیرزاد، ۱۴۰۱، ص ۱۵۵)

۵. مشارکت فعال با فرزندان در فضای مجازی

همراهی والدین و مربیان با نوجوان در پیچ و خم‌های فضای مجازی در استفاده از این فضا سبب می‌شود که در بزنگاه‌های استفاده از این فضا بتوانند با آگاهی دادن به نوجوان جلوی خطای او را بگیرند. به‌عنوان مثال در جستجوی مطالب در اینترنت همراه با نوجوان شوند. بررسی انجام دهند و ملاک‌های درستی یک محتوا را با تبیین ملاک‌ها بررسی کنند.

۶. ثبت نام در کانون‌ها و مراکز فرهنگی - تربیتی

حضور مداوم نوجوان در فضای مجازی معلول حضور مداوم او در خانه و عدم رفت و آمد در فضای حقیقی است. وجود مؤسسات فرهنگی، کانون‌ها و تشکل‌های فرهنگی - تربیتی، می‌تواند ظرفیتی باشد که نوجوان وارد حلقه‌های اجتماعی بیشتری شود. دغدغه‌ها و مشغولیت‌های فکری و چالش‌های جدیدی برایش فراهم شود. این‌ها همه دوری نسبی از گوشی و فضای مجازی را به دنبال دارد.

پیشنهادات

جهت تفصیل راهکار تقویت خودباوری نوجوان توصیه می‌شود دو مقاله علمی - پژوهشی از متون دینی مطالعه شود. دو مقاله زیر با عنوان (خودباوری در روایات امیرالمؤمنین علیه السلام) نوشته فرشته علیزاده و ثریا قطبی و (تبیین اثربخشی انگیزشی خودباوری بر پیشرفت جامعه علمی کشور با تأکید بر بیانیه گام دوم انقلاب) نوشته محمدهادی منصوری و علیرضا شیرزاد، است.
<https://www.sid.ir/paper/1073207/fa#pointx>
<https://www.sid.ir/paper/1132248/fa#pointx>

کتابنامه

۱. عسگری تبار. زینب (۱۴۰۱). با تلفن همراهت قهر کن. تهران: انتشارات راوشید.
۲. فرهادیان، رضا (۱۳۸۸) آنچه درباره کودکان و نوجوانان باید بدانیم. قم: نشر دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه.
۳. صفایی حائری. علی (۱۳۸۶). مسئولیت و سازندگی. قم: انتشارات لیلۃ القدر.
۴. صفایی حائری. علی (۱۳۸۶). تربیت کودک. قم: انتشارات لیلۃ القدر.
۵. هادی‌زاده. محمدتقی (۱۴۰۳). فقه تربیت جلد سوم. قم: انتشارات اخلاق و تربیت.
۶. نصیری، بهاره، بختیاری، آمنه، طاهری، مرضیه (۱۳۹۶). دلم جای دیگر است. اصفهان: انتشارات مهرستان.
۷. چاووشی، روح‌الله (۱۳۹۲) با فرزندانمان در دنیای مجازی. دانشگاه قم.
۸. عباسی ولدی، محسن (۱۳۹۶) ارتش رایانه ای و نوازش تازیانه ای. قم: انتشارات آیین فطرت.
۹. کوپایه نیها، مریم (۱۴۰۱). فرزندم در سرزمین مجازی. قم: نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه‌ها، دفتر نشر معارف.

۱۰. شیرزاد، علیرضا (۱۴۰۱) تبیین اثربخشی انگیزشی خودباوری بر پیشرفت جامعه علمی کشور با تأکید بر بیانیه گام دوم انقلاب. نشریه علمی مطالعات انقلاب اسلامی، ۱۹(۷۱)، ۱۶۴-۱۴۹.
۱۱. حائری شیرازی، محمدصادق (۱۳۹۶) تربیت و مربی. قم: دفتر نشر معارف.
۱۲. مرکز تحقیقات رایانه ای قائمیه (۱۳۹۱) مدیریت رسانه و ارتباطات. نشر دیجیتال قائمیه: اصفهان.
۱۳. بخشنده بالی، عباس (۱۳۸۵) بررسی مراحل شکل‌گیری هویت دینی کودکان و نوجوانان. قم: مرکز پژوهش‌های اسلامی صداوسیما.
۱۴. محمدیان، مجید (۱۳۸۷) روش‌های تربیت نوجوان و جوانان در اسلام. قم: انتشارات خلق.
۱۵. آذربخش، سید محمدعلی (۱۳۹۲) درآمدی بر نقش رسانه در جریان‌سازی. قم: صداوسیما جمهوری اسلامی، مرکز پژوهش‌های اسلامی.
۱۶. وطنی، منصوره (۱۳۸۸) نقش تربیتی والدین و رسانه‌های گروهی در الگوپذیری نوجوانان و جوانان. قم: نشر باقیات.
۱۷. نوری راد، فاطمه (۱۴۰۰) مطالعه رابطه نگرش به رسانه‌های اجتماعی با سبک‌های هویتی نوجوانان. فصلنامه مطالعات رسانه‌های نوین.