

راهنمای سفر در دنیای مجازی



حسین امینی پویا ●●●



جست و جوی هدفمند

وجود سایت‌های مختلف، سایت‌های اخلاقی و غیراخلاقی و مواجهه با اطلاعات درست و نادرست، از اینترنت امکانی ساخته است برای هر نوع بهره برداری. در فضای مجازی فاصله بین خیر و شر، درست و غلط، ثواب و گناه فقط به اندازه یک کلیک کردن است. اینترنت جذاب است، اما فریب هم می‌دهد. پس مواظب باشیم و آگاهانه و هدفمند با آن روبه‌رو شویم.

شناخت سایت‌های معتبر

اینترنت دریایی عظیم از اطلاعات است که بخش بزرگی از آنها دارای منابع علمی هستند. اما برخی از اطلاعات موجود در وبلاگ‌ها و سایت‌ها تجربه یا نظر شخصی یک فرد یا حتی متنی تبلیغاتی است؛ یعنی صرف وجود یک مطلب در اینترنت به معنی درستی آن نیست. هر مطلب جذاب و هیجان‌انگیزی نیز حتما درست نیست. پس سعی کنیم سایت‌های معتبر را بشناسیم و از مطالب مستند آنها استفاده کنیم.

احتیاط در برقراری ارتباط

بچه که بودیم بارها از پدر یا مادرمان شنیده بودیم که می‌گفتند با غریبه‌ها حرف نزنید حالا که بزرگ‌تر شده‌ایم باز هم باید احتیاط کنیم. درست است که اینترنت فضای بی‌نظیری برای آشنایی و ارتباط فراهم کرده است. اما نبود ارتباط حضوری در فضای مجازی باعث می‌شود برخی افراد در مورد هویت و موقعیت‌شان اطلاعات نادرست به طرف مقابل خود بدهند؛ بنابراین در ارتباط با دیگران در چت و شبکه‌های اجتماعی دوست‌یابی، همیشه این اصل را به یاد داشته باشیم که ممکن است طرف مقابل همانی نباشد که ادعا می‌کند. افراد در فضای مجازی گاه جنسیت خود را نیز مخفی می‌کنند. جالب است بدانید ابزارهایی در برخی نرم‌افزارهای چت، وجود دارد که

صدار را تغییر می‌دهد؛ یعنی می‌تواند صدای مردانه را به صدای زنانه و برعکس تغییر دهد.



امروزه ابزاری چون رایانه، تلفن همراه و پدیده‌هایی مانند اینترنت از اجزای زندگی روزمره ما شده‌اند. خیلی از ما شیوه استفاده درست از آنها را هنوز نیاموخته‌ایم. زمان زیادی صرف گشت و گذار در فضای اینترنت می‌کنیم بی‌آنکه هدفی داشته باشیم. از این رو با حجم زیادی از اطلاعات روبه‌رو می‌شویم، اطلاعاتی که نه تنها نیازی به آنها نداریم که گاه مناسب سن و شخصیت ما هم نیستند. بعضی از ما نیز به غلط تصور می‌کنیم اینترنت خلاصه می‌شود به عکس و فیلم و تا فرصتی به دست می‌آوریم می‌افتیم به جان سایت‌های مختلف. برخی از ما نیز از کشف و دسترسی به اطلاعات عجیب و غریب لذت می‌بریم. روزانه ده‌ها سایت را شخم می‌زنیم و عمر و زندگی‌مان را بیهوده هدر می‌دهیم؛ چون بیشتر آنها سودی برآیمان ندارد.

پس چگونه باید از این امکان بزرگ آموختن بهره ببریم؟



محافظت از اطلاعات شخصی خود

ممکن است بعضی‌ها با سؤالاتی اطلاعات شخصی ما را به دست آورند و از آنها برای آزار ما استفاده کنند. باید مراقب باشیم و هرگز اطلاعات زیر را فاش نکنیم: رمز اعتباری و بانکی پدر و مادر اطلاعات مربوط به مسائل خانوادگی؛ مثل اشیای قیمتی خانه و زمان حضور و غیاب پدر و مادر در منزل برخی با شگردهایی می‌خواهند اطلاعات خاص و رمز عبورمان را وارد کنیم یا شماره حساب بانکی بدهیم تا جایزه‌ای بگیریم. هرگز به این نوع پیام‌ها اعتماد نکنیم و چه بهتر اینکه هرگز پست الکترونیکی غیر عادی و مشکوک را باز نکنیم.

شکل‌های استفاده درست از اینترنت

اینترنت ظرفیت‌هایی فوق‌العاده برای استفاده مفید دارد. به خصوص در پژوهش‌های مطالعاتی مختلف می‌توان از این ظرفیت استفاده کرد. اگر هم به دنبال سرگرمی در اینترنت هستیم سعی کنیم این سرگرمی با نوعی آموزش همراه باشد. می‌توان از سایت‌هایی استفاده کرد که برای آموزش نقاشی، خطاطی، آموزش هنر عکاسی و ... طراحی شده‌اند.

کتابخانه‌های متنوع در اینترنت وجود دارد که به راحتی می‌شود از هزاران نسخه کتاب موجود در آنها سود برد. بخش‌هایی

نیز برای دانلود رایگان کتاب طراحی شده‌است. با دانلود کتاب‌های خوب، می‌شود سر فرصت آنها را مطالعه کرد.

از سایت‌های معتبر روان‌شناسی موجود در اینترنت نیز می‌توان برای آشنایی با سلامت روان و رفع مشکلات روحی احتمالی خود و دیگران بهره برد.

برخی مراکز دینی و آموزشی سایت‌هایی طراحی کرده‌اند که می‌توان از آنها برای فهم مسائل اعتقادی و دینی استفاده کرد.

سایت‌های متنوعی درباره شناخت گل و گیاه در فضای اینترنت وجود دارد. ساعت‌ها می‌شود

با آنها سرگرم شد و در عین حال از اطلاعات مفید آنها برای پرورش گل و گیاه و تلطیف فضای زندگی سود برد. و بالاخره می‌توان از سایت‌هایی که به عنوان کمک‌درسی در اینترنت راه‌اندازی شده‌اند برای پیشرفت تحصیلی خود کمک گرفت.

حفظ سلامت اخلاقی خود و دیگران

یادمان باشد خدا همه جا ناظر اعمال و رفتار ماست. قانون مهم دنیای مجازی را همیشه به یاد داشته باشیم: کاری که در دنیای واقعی انجام نمی‌دهیم در دنیای مجازی نیز ممنوع است.

وقت‌گذرانی بیهوده ممنوع

بهتر است برای کارهای اینترنتی یک تقویم و فهرست زمان بندی شده داشته باشیم. گاه هنگام استفاده از اینترنت متوجه گذشت زمان نمی‌شویم و زمانی به خود می‌آییم که بخش زیادی از وقتمان را از دست داده‌ایم.

منابع:

۱. چگونه سلامتی خود را در محیط رسانه‌های دیجیتال حفظ کنیم، مرکز توسعه فناوری اطلاعات رسانه‌های دیجیتال وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، ویرایش دوم، ۱۳۹۰
۲. اعتیاد به نت، مترجم اکرم کریمی، انتشارات صابرین ۱۳۹۳، ج اول
۳. منابع مختلف اینترنتی

اردیبهشت ۱۳۹۴

۱۵ جوان

شده