

مجازی

گزارش برپایه نشست علمی - تخصصی «سبک زندگی سالم و دنیای مجازی»

فضای مجازی و جهانی که به خانه ما تبدیل شده است

هوشنگ غلامی



وی، در پایان سخنان کوتاه خود، اظهار امیدواری کرد که این نشست، دستاوردهای خوبی برای پژوهشگران و کارشناسان داشته باشد.

چه کنیم؟

خانم دکتر قدسی احقر، مدیر گروه پژوهشی آموزش خانواده پژوهشگاه مطالعات نیز در سخنان خود، با سپاس از حضور کارشناسان در این نشست علمی - تخصصی، تصریح کرد: زندگی سالم، منبع ارزشمندی برای کاهش بیماری‌ها و مؤلفه‌ای تأثیرگذار است و از این رو نقش مهمی در مقابله با پلیدی‌ها و بهبود کیفیت زندگی دارد. وی، در ادامه، با اشاره به اینکه مهم‌ترین اصل زندگی سالم برپایه این اندیشه قرار گرفته که هر فرد در زندگی خود یک الگوی رفتاری مشخص داشته باشد، متذکر شد: سبک زندگی، یک روش زندگی با الگوهای رفتاری مشخص است.

دکتر احقر، کار اساسی پژوهشگران و کارشناسان فعال در عرصه فضای مجازی را پاسخ به این سؤال دانست که چه کنیم تا مردم با انتخاب سبک زندگی مناسب، به سلامتی دست یابند، آن را حفظ کنند؛ از نظر روان‌شناختی به بهزیستی دست یابند و کیفیت زندگی خود را بهبود بخشند.

دکتر محمود معافی، کارشناس گروه برنامه‌ریزی دفتر تألیف سازمان پژوهش، سخنران بعدی نشست بود که با عنوان «سبک زندگی و تفکر» با حضاران سخن گفت.

وی، نخست، خاطرنشان کرد: «آدلر»، روان‌شناس اتریشی، نخستین کسی است که اصطلاح سبک زندگی را مطرح کرده است. بعد از آن پزشکان، روان‌شناسان، عالمان دینی و حتی اقتصاددانان هم هر کدام تعریف خاصی از واژه سبک زندگی ارائه کرده‌اند. وی افزود: طبق تعریف آدلر، سبک زندگی، روش زندگی یا رفتار هر فرد است که متأثر از عوامل مختلفی مانند باورهای خانوادگی، شرایط

دنیای بزرگ ما را امروز فضای مجازی به یک خانه تبدیل کرده و علیرغم امکانات، مزایا و دستاوردهای بی‌شماری که دارد مسائل و مشکلات بسیاری نیز با خود به همراه آورده است. فضای مجازی که هزاران رسانه در دل خود و بیش از دو میلیارد مخاطب در جهان دارد، فرصت‌ها و تهدیدهایی مهم و جدی پیش روی همه قرار داده است که چگونگی برخورد با آن‌ها صاحب‌نظران، پژوهشگران و کارشناسان دلسوز را به اندیشه واداشته است.

در دهم اسفندماه ۹۵، به همت گروه پژوهشی آموزش خانواده و جامعه‌شناسی پژوهشگاه خانواده و مدرسه، در پژوهشگاه مطالعات آموزش و پرورش، نشستی با عنوان «سبک زندگی سالم و دنیای مجازی» با حضور جمعی از اعضای هیئت علمی، کارشناسان و مدیران سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی و پژوهشگاه مطالعات آموزش و پرورش، برگزار شد که گزارش برپایی آن را می‌خوانیم.

عصر فرسودگی اطلاعات

دکتر عصاره رئیس پژوهشگاه مطالعات آموزش و پرورش نخستین سخنران نشست بود، با خوش‌آمدگویی به حضاران، دنیای مجازی را سوژه‌ای پر از راز و رمز و پرسش و ابهام برای مردم به‌ویژه برای فرزندان‌شان عنوان کرد و گفت: عصر ما را عصر انفجار اطلاعات می‌نامند که البته، من آن را عصر فرسودگی اطلاعات می‌دانم.

وی خاطرنشان کرد که اگر بخواهیم با روش‌های سنتی عمل کنیم مشخصاً با فرزندان خود هم برای تربیت به توافق نمی‌رسیم. دکتر عصاره با تأکید بر اینکه خانواده، مدرسه اول است و ۵۵ درصد شخصیت هر کس تا ۵ سالگی او شکل می‌گیرد، متذکر شد که پایه شخصیت اصلی انسان در این مدرسه شکل می‌گیرد.

کارشناسان و صاحب‌نظران درباره محتوای کتاب را اعلام کرد.

این دنیا مجاز است، حقیقت چیز دیگری است!

دکتر رضوی مدیر گروه جامعه‌شناسی و آموزش خانواده در پژوهشگاه مطالعات آموزش و پرورش نیز از دیگر سخنرانان نشست بود که در آغاز، با بیان اینکه تحقیق و پژوهش من درباره تهدیدها و فرصت‌های مطرح در دنیای مجازی است، به بیان دو مفهوم واقعیت و مجاز پرداخت.

دکتر رضوی خاطر نشان کرد: سقراط معتقد بود که جهان سایه‌ای از حقیقت است؛ یعنی ما هر چه می‌بینیم سایه‌ای بیش نیست. پس این دنیا، دنیای مجاز است و واقعیت چیز دیگری است. اما از دیدگاه افلاطون هم، آنچه که تغییر می‌کند واقعی نیست. این جهان واقعیت ندارد و واقعیت، آن چیزی است که خودش مجاز بوده و غیر قابل تغییر است. ارسطو هم گفته آنچه که هست و مشهود است، واقعیت دارد و اصیل است. وی با بیان اینکه اصالت از نظر افلاطون یک ایده و از دیدگاه ارسطو یک چیز محسوس است، تصریح کرد: افرادی که در حوزه «آی‌تی» کار می‌کنند، معتقدند دنیایی که ما در آن زندگی می‌کنیم واقعی است و می‌توانیم با استفاده از تکنولوژی آن را مجازی سازیم. دکتر رضوی با بیان اینکه در سال ۲۰۰۳، در سازمان ملل توافق شد که تا سال ۲۰۱۵، حداقل نیمی از مردم دنیا به اینترنت دسترسی داشته باشند، متذکر شد که عصر حاضر عصر اطلاعات، قدرت و فکر است و در شرایط حاضر، یادگیری این معنا را یافته که چگونه به اطلاعات دسترسی یابیم.

۵۰ میلیون کاربر در ۴ سال

وی، در ادامه، فعالیت‌های اجتماعی و آموزشی در اعصار و دوره‌های مختلف را برشمرد و گفت: ضریب نفوذ اینترنت به دلیل ویژگی‌های ممتاز آن، بیش از همه رسانه‌ها بوده است. برای مثال، در کشور ما، تلفن طی ۷۴ سال به ۵۰ میلیون کاربر دست یافت؛ رادیو در ۳۸ سال ۵۰ میلیون شنونده و مخاطب پیدا کرد، ولی اینترنت فقط در مدت ۴ سال به ۵۰ میلیون کاربر دست یافته است. وی با بیان اینکه همه، صرفاً مشکلات فضای مجازی را مطرح می‌کنند تصریح کرد: می‌توانیم از مشکلات به مسئله برسیم و این، وظیفه محققان است که از مشکلات، مسئله را استخراج کنند.

دکتر رضوی، سپس بخشی از تهدیدها و فرصت‌های دنیای مجازی را برشمرد و گفت: احساس امنیت، دین‌داری، احساس تنهایی، صمیمیت اجتماعی، هویت‌طلبی قومی، سازگاری اجتماعی، خانواده، کاهش سرمایه اجتماعی، شادکامی و آموزش و یادگیری؛ مؤلفه‌هایی هستند که در این حوزه به‌صورت جدی مطرح و قابل بررسی و مطالعه هستند. مثلاً درباره احساس امنیت کاربران ایرانی در شبکه‌های اجتماعی بررسی شده که میان جنسیت، سن و میزان استفاده در شبکه اجتماعی فیس‌بوک با احساس آرامش و امنیت افراد ارتباط وجود دارد. نمونه دیگر، مطالعه موردی در خصوص تأثیرات گوناگون فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی بر امنیت ملی، یا اعتیاد به اینترنت و تأثیر آن در کاهش صمیمیت اجتماعی و شادکامی در دانشجویان است.



فرهنگی، اقتصادی و خانوادگی، جنسیت، موقعیت فرد در خانواده و بالاخره آموخته‌ها و تجربیات محیطی است.

با توجه به تعاریف متعدد ارائه شده از سوی صاحب‌نظران رشته‌های مختلف، می‌توان تعریف دقیق از سبک زندگی سالم را عبارت از «مجموعه رفتارهای برگرفته از آموزه‌های دینی، فرهنگ، آداب، رسوم، ارزش‌ها و تجارب شخصی یافته‌های علمی دانست که پایبندی بدان منجر به تأمین سلامت جسمانی - معنوی، روحی - روانی و شکل‌گیری هویت ملی شود.»

دو میلیارد مخاطب!

دکتر معافی در ادامه سخنان خود، با تأکید بر اینکه دو میلیارد نفر در گستره فضای مجازی در جهان هستند، مؤلفه‌های مختلف سلامت جسمی و روحی را برشمرد و از نیازها و چالش‌های زندگی اجتماعی سخن گفت. از بخش پرسش و پاسخ‌ها، دکتر عصاره درباره کتاب درسی «تفکر و سبک زندگی» تألیف دکتر معافی و همکاران نکاتی را مطرح کرد و خواستار آن شد که بازخوردها و نظرات دانش‌آموزان و اولیای آنان درباره این عنوان درسی دریافت و بررسی شود. در اینجا دکتر معافی خاطر نشان کرد که براساس تحقیق انجام شده، میزان علائق دانش‌آموزان به درس‌هایشان در دوره اول متوسطه بالا بوده و جالب اینکه درس علوم و همچنین «تفکر و سبک زندگی» بالاترین حمایت‌ها را داشته است. معافی، با اشاره به محدودیت‌ها و کاستی‌های کتاب «تفکر و سبک زندگی»، تصریح کرد که کتاب «سواد رسانه‌ای» که برای دانش‌آموزان پایه دهم نوشته شده، مکمل بحث‌های آن کتاب است و محتوای کتاب دانش‌آموزان را به سمت تحقیق و پژوهش سوق می‌دهد.

دکتر جمالی‌فر، سخنران دیگر این نشست علمی - تخصصی بود که به بیان مفاهیم مطرح در کتاب درسی «تفکر و سبک زندگی» پرداخت. وی با تأکید بر اینکه ما خیلی از مهارت‌ها را می‌دانیم، ولی در رفتارهایمان بروز نمی‌کنند، افزود: زندگی، نوعی انتخاب است، ما در جامعه خود به شدت نیازمند آن آداب و مهارت‌های زندگی هستیم که شایستگی بین افراد را مطرح می‌کند. در حوزه تعلیم و تربیت و در حوزه‌های فردی نیز، توانمندی‌های زیادی داریم، ولی در فعالیت‌های گروهی ضعیف هستیم.

وی در پایان سخنان کوتاه خود، آمادگی استفاده از نظرات



محتاج سبک زندگی فاطمی هستیم

مهندس «باهو» از پژوهشگران و کارشناسان سازمان پژوهش از دیگر سخنرانان این نشست بود که مطالب خود را با عنوان «دنیای مجازی و اثر آن در سبک‌های زندگی» برای مخاطبان ارائه کرد. وی با بیان اینکه سبک زندگی نیاز به الگو و الگوسازی دارد، تأکید کرد که ما به سبک زندگی فاطمی و الگوگیری از حضرت فاطمه (س) فردی که امامان بزرگوار ماحصل فضای تربیتی زندگی او هستیم، بسیار محتاج و نیازمندیم.

وی با طرح این پرسش که «آیا دنیای فناوری و فضای مجازی دنیایی است که ما در آن زندگی می‌کنیم یا باید متفاوت‌تر با آن برخورد کرد؟» متذکر شد: نظریه‌ها، جز علوم و حیانی، مادام‌العمر نیستند؛ بلکه دامنه تغییر دارند و این علوم با ورود تکنولوژی‌ها بسیار متغیر و متحول شده‌اند و هویت‌شان عوض شده است.

جهانی که به خانه تبدیل شده است

وی با بیان اینکه باید در دنیای امروز و در برخورد و مواجهه با تکنولوژی پدیده‌های نوظهور را شناخت، تحولات امروز و آینده را درک کرد و بر آن مسلط شد، تصریح کرد: ما باید نگاه آینده‌پژوهانه و آینده‌نگارانه داشته باشیم و با شناسایی رویه‌های خود، تحولات مؤثر در زندگی‌مان را درک کنیم.

وی با اشاره به اینکه قرار است در سبک زندگی، انتخاب عالمانه داشته باشیم، یادآور شد: مخاطره اصلی این است که در این سونامی در حال جریان، نتوانیم تعادل خود را حفظ کنیم.

این پژوهشگر، تصریح کرد: چگونگی برخورد با فضای مجازی، در سطح فرد، خانواده و جامعه، به راهکارهای بسیار دقیق، سازنده و همه‌جانبه نیاز دارد. فرزندان ما متعلق به آینده هستند؛ نمی‌توانیم فقط با دانش و سنت‌های خود آن‌ها را تربیت کنیم.

مهندس باهو، با بیان این مسئله که در رابطه با تکنولوژی‌ها، هر یک از ما یک محیط مشخصی داریم، تصریح کرد: شاخص‌های اجتماعی، به نوعی، به هم ریخته است. باید علت‌های واقعی آن را بیابیم؛ نه اینکه به معلول‌ها رجوع کنیم. محیط مجازی، محیط هم‌افزاست و فضایی ایستا و راکد نیست. باید با آن پویا، دینامیک و عمیق برخورد کرد.

وی با اشاره به اینکه هم‌اکنون در خانواده‌ها افراد در کنار هم هستند، ولی روح و روان آن‌ها هر روز بیشتر از هم دور می‌شود؛ این تعبیر آیت‌الله جوادی آملی را یادآور شد که «فضای مجازی، فضای حقیقت است که باید بهترین و اصولی‌ترین برخورد را با آن داشت».

تغییرات «نمایی» شده است

«باهو»، خاطر نشان کرد: فضاهای پیش‌رو بسیار متحول شده است و زمان و مکان در زندگی آینده ما شش‌انوار خواهد بود. تغییرات اگر تاکنون خطی بوده، امروز به «نمایی» تبدیل شده است.

این کارشناس با اشاره به اینکه طی حدود ۶ ماه، تعداد گوشی‌های موبایل هوشمند در کشور به ۲۰ میلیون دستگاه رسیده است و اکنون حدود ۲۲ میلیون نفر نیز در تلگرام حضور دارند، یادآور شد، قرار است تا سال

۲۰۲۵، دسترسی به داشته‌های مغز انسان و کپی‌برداری از آن، تحقق یابد. مهندس باهو، با طرح این ادعا که هنر مدیریت فضای مجازی را پیدا نکرده‌ایم، عنوان کرد که باید باور کنونی به تحولات را از نگاه کلان و باور خطی به «باورنمایی» تغییر داد و افزود: در صورت باور به تغییرات

نمایی، حرکات و تصورات ما نیز، تغییر خواهد کرد. وی با تأکید بر این مطلب که ما باید، پیش از این، شهروندان خود را برای زندگی امروز تربیت می‌کردیم، ولی این کار را نکردیم و به این خاطر همه ششیرینی‌های فضای مجازی برای ما تلخی جلوه می‌کند، تصریح کرد که فضای تکنولوژی با خودش دیکته الگو هم می‌آورد. در اینترنت، همه چیز بدون پوشش است. تغییر رفتار، یعنی عادی شدن و فضای مجازی در حال انجام این کار است. باید در زمینه یادگیری‌های شخصی و توانمندی‌های فردی و اجتماعی خود بسیار کار کنیم. در این عرصه، باید چشم‌ها را شست و جور دیگر باید دید.

فضای مجازی؛ پارادایم جدید

مهندس باهو، در ادامه سخنانش، با ضروری دانستن تربیت تفکر انتقادی بچه‌ها و داشتن خودمدیریتی، خودباوری، خلاقیت و سواد تکنولوژیک گفت: فضای مجازی، پارادایم جدید است؛ لذا فرامی‌گیرهای جدید را باید بفهمیم؛ آماده برخورد با آن باشیم؛ مزیت‌های آن را بشناسیم و آسیب‌های آن را بفهمیم.

وی، حفظ حریم خصوصی، مدیریت هویت، تولید محتوا، سازماندهی محتوا، تکرار استفاده و ارائه طبقه‌بندی و انتخاب، معرفی شغلی، سواد انتقالی و سواد دیجیتالی، مهارت، شایستگی، را به عنوان نیازهای جدید نسل امروز در ارتباط با شبکه‌های اجتماعی اعلام کرد.

مهندس باهو، همچنین با تأکید بر اینکه آنچه سبک زندگی ما را می‌سازد، تأثیر و تأثیری است که از شرایط نوپدید حاصل می‌شود، «هوشمندی» را یک هدف خاص، قابل اندازه‌گیری، قابل دستیابی، با نتایج متمرکز و در بازه زمانی مشخص عنوان کرد و افزود: به قول نیوتن، دانش؛ شانه‌های غول است که باید روی آن ایستاد تا بتوان آینده را دید.

در ادامه این نشست علمی، دکتر رضوی در بخش دوم سخنان خود، به معرفی و بیان خلاصه‌ای از متن مقالات، پایان‌نامه‌ها و پژوهش‌های برتر در عرصه فضای مجازی پرداخت.