



## تأثیر فضای مجازی بر سلامت روانی دانش‌آموزان و دانشجویان

سید آرمین موسوی

دانشجوی کارشناسی حقوق، واحد مراغه، دانشگاه آزاد اسلامی، مراغه، ایران (نویسنده مسئول)

[@armin.mosavi1379@gmail.com](mailto:armin.mosavi1379@gmail.com)

### چکیده

اهمیت آشنایی با فضای مجازی و سلامت روانی دانش‌آموزان و دانشجویان از آنجا بیش از پیش احساس می‌شود که وقتی با کلمه فضای مجازی مواجه می‌شویم، اولین تصویری که در ذهن شکل می‌گیرد گوشی‌های همراه است بدون توجه به نوع کاربرد و آثار حقوقی که می‌تواند به جای بگذارد، در این مقاله به قسمتی از آثار حقوقی و روانی فضای مجازی بر دانش‌آموزان و دانشجویان خواهیم پرداخت، هر چند پیش‌تر با تعاریف ناقص و یا اینگونه می‌توان گفت، غلط، از فضای مجازی در ذهن جای گرفته است که می‌تواند زمینه‌ساز بروز مشکلات حقوقی و روانی کوچک، با آینده‌ای خطرناک باشد، اما می‌توان از پنجره‌های بازتر این موضوع را بررسی کرد که هر پیام دریافتی و ارسالی دارای آثار حقوقی و روانی می‌باشد که می‌تواند التزام عملی و اخلاقی به دنبال داشته باشد، کسی که به عنوان فعال فضای مجازی در رسانه‌ها فعالیت می‌کند به نوعی در مقابل افراد دیگر مسئول می‌باشد، این مسولیت به شکل‌های مختلفی قابل بحث می‌باشد که در این مقاله ابتدا به تعریف فضای مجازی خواهیم پرداخت و در این راستا خلاء آموزشی استفاده از فضای مجازی را در دوران دانش‌آموزی و دانشجویی به چالش خواهیم کشید که این امر یعنی عدم آگاهی، آسیب‌های جسمانی و آسیب‌های روانی جبران‌ناپذیری را به دنبال دارد و در کنار این مبحث با توجه به قرار گرفتن در محدوده دانش‌آموزی و دانشجویی (همزمان معلم و دانشجو بودن بنده) به قسمتی از پیشنهادات دانش‌آموزان در کلاس تفکر و سواد رسانه نیز خواهیم پرداخت، در کنار این امر مهم، از نکات مثبت و منفی فضای مجازی و اعتیاد رسانه و سلامت روانی در مقابل هم بررسی لازم را به عمل خواهیم آورد، امید بر اینست که توانسته باشیم قدمی در تلغیظ اهمیت آموزش فضای مجازی از دوران کودکی یعنی قبل از دوران مدرسه برداشته باشیم.

**کلیدواژه‌ها:** فضای مجازی، آسیب روانی، اهمیت آموزش، رسانه، التزام عملی و اخلاقی



دانشگاه آزاد اسلامی واحد مراغه با همکاری گروه های پژوهشی حقوق شهروندی و حقوق بین الملل سلامت مرکز تحقیقات حقوق

کنفرانس ملی ارتقای سلامت مجازی و چالش‌های حقوقی پزشکی و فناوری

NATIONAL CONFERENCE ON HEALTH PROMOTION & IT'S LEGAL & MEDICAL CHALLENGES



## مقدمه

اینترنت مانند تمام وسایل ارتباط جمعی جنبه‌های مثبت و منفی دارد و استفاده‌ی نادرست از آن می‌تواند نیروی مفید و کارآمد کشور به ویژه کودکان و نوجوانان را تهدید کند. تنهایی، افسردگی، اضطراب، عزت نفس پایین برخی از مشکلات احتمالی است که کودکان در استفاده بیش از حد از اینترنت بصورت آنلاین با آن مواجه هستند که بحث روانشناختی را به ارمغان دارد، امروزه از فضای مجازی همواره می‌توان به عنوان محملی برای افزایش آگاهی و گسترش فرهنگ ارتباط و مطالبه‌گری و رفع نیازهای روزانه یاد کرد، اما رسانه‌های ارتباطی جدیدی که امروزه شکل گرفته‌اند از این امر مستثنا نیستند که تحولات فناورانه و اجتماعی، ظهور و بروز شهروندان خردسال و مسن را در استفاده از این بستر تسهیل نموده است که هرچند موضوع مقاله دانش آموزان و دانشجویان می‌باشند.

اینک در حال حاضر که قرن ۲۱ را عصر فضای مجازی می‌نامند که دستخوش تغییرات سیاسی نیز شده است، نوجوانان و جوانان امروزه به عنوان فرزندان دیجیتال، بخش زیادی از اوقات زندگی خود را در دنیای مجازی که توسط رسانه، به ویژه کامپیوتر، اینترنت و موبایل احاطه شده سپری می‌کنند (پرنسکی، ۲۰۰۳: ۲۱) و برطبق گزارش‌های حاصله حدود ۶۰ درصد از کاربران اینترنت در سطح جهانی را جوانان تشکیل می‌دهند، این در حالیست که صرفاً ۳۴ درصد از کل جمعیت جهانی را تشکیل می‌دهند (تیلور، ۲۰۰۲: ۷) که می‌توان به این نکته اشاره کرد که فضای مجازی و اینترنت صرفاً فضایی برای انتقال اطلاعات نیست، بلکه فضایی اجتماعی است که امکان تعاملات انسان‌ها را از جهات مختلف ممکن کرده و وسعت بخشیده است، لذا نقش این فضای نو ظهور و همنشینی‌های مجازی افراد می‌تواند نقش مهمی در کنش‌های آنها در فضای واقعی و مجازی داشته باشد که سلامت روانی از این قبیل می‌باشد و می‌توان گفت هر که غافل از خطرات و آسیب‌های این فضا است، باید بداند که این فضا حقیقی است، نه مجازی، هر جا فکرو اندیشه منتقل شود فضای حقیقیست (آیت الله جوادی آملی، ۱۳۹۷/۰۲/۰۶)، زمانی که کودک و نوجوانی به اینترنت معتاد شود، انگیزه‌اش برای تعامل با دیگران کم می‌شود که خود اثرات منفی بر ارتباط شخصی و تعاملات اجتماعی او دارد. "اعتیاد اینترنتی" و "اختلال روحی"، افسردگی متمرکز، اضطراب اجتماعی، ضعف مهارت مقابله، عزت نفس پایین، کم‌خودکارآمدی از آسیب‌های روانی استفاده طولانی مدت از اینترنت است. اعتقاد عمومی بر این است که کودکان دهه شصت و قبل از آن، بیشتر از حالا بچگی می‌کردند. چنانچه کودکان و نوجوانان به مرحله‌ای رسیده‌اند که اینترنت را به خواب و غذا ترجیح می‌دهند و کار و مسؤلیت‌های روزمره خود را به خاطر آن عقب می‌اندازند، متأسفانه باید بدانید که مشکل جدی است و لازم است با پزشک مشورت شده و تخصصی‌تر این موضوع را مورد بررسی قرار داد. از آن جایی که هر چیزی از جمله اینترنت می‌تواند به طور بالقوه اعتیاد آور باشد، توصیه کارشناسان این است که بهتر است میانه روی را رعایت کنید. یکی از ساده‌ترین راه‌های جلوگیری از بروز این مشکل محدود کردن مدت زمان استفاده از اینترنت است هرچند که باید این را بدانیم که امروزه وسایل ارتباطی بر زندگی انسان‌ها سایه افکنده است، همانطور که پیشتر اشاره کردیم این وسایل مانند چاقوی دو لبه‌ای است که می‌تواند نقاط مثبت و منفی داشته باشد. یکی از آسیب‌های فضای مجازی در این خصوص آسیب پذیر بودن سلامت روانی کودکان و نوجوانان است. با توجه به اینکه شبکه‌های اجتماعی کودکان و نوجوانان پرتحرک را از جمع‌های دوستانه خود جدا کرده است، کم‌کم سر و کله افسردگی اضطراب و عزت نفس نیز در آنها نیز پیدا می‌شود. کودکان و نوجوانان به دلیل موقعیت سنی خود تمایل بیشتری به تکنولوژی‌های مدرن و فضای مجازی دارند و میزان تأثیر پذیری آنها نیز از پدیده‌های اطراف خود در این سنین بیشتر است، بنابراین سلامت روانی کودکان و نوجوانان با توجه به رشد و توسعه فضای مجازی موضوعی است که در تحقیق حاضر به آن پرداخته‌ایم و سعی کرده‌ایم که توصیه‌هایی نیز برای والدین داشته باشیم اما قبل از آن می‌توان از آثار حقوقی که در مورد فضای مجازی حرفی برای گفتن دارد نیز سخن گفت که دانسته و یا ندانسته از



عمل به اینگونه قوانین اجتناب کردیم و یا بی توجه به این موضوع از کنار آن رد شدیم بنابراین گریزی به تاریخچه تشکیل جرائم رایانه‌ای نیز بزنیم که دانستن اهمیت تشکیل این نوع جرائم و مجازات در قانون نیز خالی از لطف نیست و در این قسمت به نسل از پیدایش جرائم رایانه‌ای اشاره خواهیم کرد.

## روش تحقیق

این تحقیق به روش توصیفی تحلیلی و با استفاده از منابع کتابخانه‌ای انجام یافته است.

## یافته‌ها

### ۱. سر آغاز تاریخچه رایانه‌ای

بحث نخستین جرم رایانه‌ای در دهه ۱۹۶۰، اساساً به موارد نقض حریم خصوصی مربوط می‌شد. در این چارچوب، جنبه‌های حقوق عمومی و خصوصی در موضع اکثریت و حقوق کیفری نقش اقلیتی را ایفا می‌کرد، به دنبال رواج روز افزون رایانه‌ها در تمامی بخش‌های جامعه صنعتی و مشاغل، تمرکز در دهه ۱۹۷۰ به جرائم اقتصادی گرایش یافت، مانند کلاهبرداری رایانه‌ای، دستکاری رایانه‌ای، تخریب و جاسوسی و همچنین هکینگ به منزله مقدمه‌ی ارتکاب تمامی این جرائم. نسل نخست، به جرائم رایانه‌ای در معنای خاص آن اشاره دارد، که در دهه ۶۰ و دهه ۷۰ میلادی به مرحله ظهور رسیدند. در این مقطع زمانی تاکید بر رایانه به عنوان یک وسیله نوین برای ارتکاب جرائم سنتی همانند کلاهبرداری و جعل نگریسته می‌شد.

#### ۱-۱. پیدایش نسل دوم جرائم رایانه‌ای

در نسل دوم تمرکز بر محتوا بیشتر شد. به دیگر سخن در نسل دوم تاکید بر داده‌های رایانه‌ای بود. در این مرحله تنها به رایانه به مثابه وسیله و یا واسط ارتکاب جرائم سنتی نگریسته نمی‌شد. بلکه هر نوع جرمی که علیه داده چه در خود رایانه و چه در حامل‌های داده و یا سایر واسط‌های انتقال صورت می‌گرفت را جرم رایانه‌ای تلقی می‌نمودند این نسل از جرائم رایانه‌ای در دهه ۸۰ میلادی آغاز شده و تا اوایل دهه ۹۰ میلادی نیز ادامه یافت. اما در نهایت تجمع رایانه و مخابرات الکترونیکی محض، فضای خاصی را تحت عنوان فضای رایانه‌ای بوجود آورد که مسائل جزایی آن به گونه‌ای متفاوت و متکامل نسبت به جرائم رایانه‌ای در دهه‌های ۶۰ و ۸۰ میلادی است.

#### ۱-۲. پیدایش نسل سوم جرائم رایانه‌ای در فضای سایبر

مسلماً آنچه که جرائم رایانه‌ای دهه‌های گذشته را دگرگون نمود، پیدایش فضای سایبر بوده است. فضای سایبر تاریخچه جرائم رایانه‌ای را تحت تأثیر کامل خود قرار داده است. این فضا مولد جرائم نوینی شد که امروزه به جرائم سایبر معروف هستند. که تا به امروز، آن‌ها را به عنوان آخرین نسل از جرائم رایانه‌ای می‌شناسند، نسل سوم از جرائم رایانه‌ای را باید سرآغاز مرحله نوینی در جرائم رایانه‌ای به حساب آورد که از اوایل دهه ۹۰ میلادی با ورود و بسط فضای مجازی و بالاخص اینترنت پا به عرصه وجود نهاد، به دنبال رشد سریع تعداد کاربران متصل به شبکه‌های رایانه‌ای و به ویژه توسعه شبکه جهانی وب، در دهه ۱۹۹۰ اینترنت برای آنهایی جذابیت یافت که محتوای غیر قانونی یا زیان بار، مانند هرزه نگاری کودکان، اظهارات نفرت انگیز، تبلیغات قمار بازی و تروریستی را ارائه می‌کردند. در این میان هر چیزی در دنیای واقعی به دنبال الکترونیکی کردن خود بود. حتی مبادلات تجاری نیز از این قافله عقب نماندند و شبکه‌های رایانه‌ای و الکترونیکی توانستند تجار را قانع کنند تا به فضای سایبر اعتماد کرده و معاملات خود را در این فضا منعقد سازند و بدین وسیله دست و پای خود را از قید و بندهای فضای حقیقی برهانند. این رویکرد منجر به شکل گیری تجارت الکترونیک گردید



### ۳-۱. تاریخچه واکنش‌های قانون گذاری برای جرائم سایبری در ایران

اولین تلاش در خصوص قانون گذاری برای برخورد با جرائم رایانه‌ای در ایران به سال ۱۳۷۳ باز می‌گردد. از آنجا که در هیأت وزیران مطرح شده بود که در خصوص جرائم رایانه‌ای بررسی لازم انجام شود و در صورت لزوم یک سری مواد پیشنهادی جهت ضمیمه نمودن به لایحه جدید قانون تعزیرات ارائه گردد، دبیرخانه شورای عالی انفورماتیک و بانک مرکزی جمهوری اسلامی هر کدام، مواد پیشنهادی خود را جداگانه ارائه دادند و در نهایت یک ماده واحد به لایحه قانون تعزیرات افزوده شد؛ اما کمیسیون حقوقی و قضایی مجلس با این استدلال که جرایمی که از طریق رایانه ارتکاب می‌یابد تفاوتی با جرائم سنتی ندارند فقط ابزار ارتکاب جرم متفاوت شده است و لذا قانون گذاری جدید نیاز ندارد، آن را نپذیرفت، با الحاق تبصره ۳ ماده ۱ قانون مطبوعات در تاریخ ۳۰/۱/۱۳۷۹ با این مضمون که کلیه نشریات الکترونیکی مشمول مواد این قانون است، اولین واکنش قانونی نسبت به جرائم رایانه‌ای بروز پیدا کرد، تصویب قانون حمایت از حقوق پدید آورندگان نرم افزارهای رایانه‌ای در تاریخ ۴/۱۰/۱۳۷۹ را می‌توان به عنوان اولین واکنش قانونی در قالب یک قانون مستقل در قبال جرائم رایانه‌ای در ایران نام برد، همچنین در تاریخ ۹/۱۰/۱۳۸۲ قانون مجازات جرائم نیروهای مسلح، سوء استفاده‌های مالی نظامی آن را با استفاده از رایانه (کلاهبرداری و اختلاس) جرم انگاری نمود. و در نهایت قانون جرائم رایانه‌ای، مشتمل بر ۵۶ ماده و ۲۵ تبصره در جلسه علنی روز سه شنبه مورخ ۵/۳/۱۳۸۸ در مجلس شورای اسلامی تصویب و در تاریخ ۲۰/۳/۱۳۸۸ به تأیید شورای نگهبان رسید، در حال حاضر دادسرای رسیدگی به جرائم رایانه‌ای، مسئول رسیدگی به جرائم سایبری در ایران می‌باشد که با توجه به قوانین وضع شده به بررسی این جرائم و رسیدگی به شکایات افراد می‌پردازد.

### ۲. تعریف رایانه

کنوانسیون جرائم سایبر در بند «الف» ماده یک خود آورده است: سیستم رایانه‌ای به معنای هر ابزار یا مجموعه‌ای از ابزارهای متصل یا مرتبط است که یک یا چند تای آن‌ها، با پیروی از (یک سری) دستورالعمل، کار پردازش خودکار داده‌ها را انجام می‌دهد

### ۲-۱. تعریف جرائم رایانه

«هر جرمی که قانون گذار به صراحت رایانه را به منزله موضوع یا وسیله جرم و جزء رکن مادی آن اعلام کرده باشد»

### ۲-۱-۱. این تعریف دو دسته جرائم ذیل را در بر می‌گیرد

جرائم رایانه‌ای محض: جرایمی که ارتکاب آن‌ها قبل از پیدایش رایانه و اجزای فناوری اطلاعات امکان پذیر نبوده‌اند؛ مانند دسترسی غیرمجاز

جرائم رایانه‌ای سنتی: که ارتکاب آن‌ها وسیله رایانه دارای عواقبی بسیار شدیدتر نسبت به ارتکاب سنتی آن است؛ مانند جعل

حال با توجه به این موارد که در زمینه جرائم رایانه‌ای و تاریخچه گفته شد می‌توان به مبحثی که از ضعف آگاهی نوجوانان و جوانان سرچشمه می‌گیرد اشاره کرد و در ابتدا می‌خواهیم از تأثیر فضای مجازی بر سلامت روان گفتگو کنیم و سپس از قوانین مربوطه نیز اشاره کنیم.

### ۲-۲. تأثیر فضای مجازی بر سلامت روان

طبق تحقیقات محققان، نوجوانانی که ساعات زیادی از وقت خود را در فیسبوک، اینستاگرام و توییتر و تلگرام سپری می‌کنند بیشتر از دیگران در معرض ابتلا به افسردگی، اضطراب و انزواطلبی هستند. برای این منظور در نخستین قدم باید زمان‌هایی که برای استفاده از فضای مجازی در اختیار کودکان و نوجوانان قرار داده می‌شود پایش شود. آمارها نشان می‌دهد درصد بالایی از نوجوان‌ها به طرز ناباورانه‌ای در شبکه‌های اجتماعی حضور دارند و در نهایت نیز هیچگونه فعالیت مفید و سازنده‌ای از سمت



آن‌ها در این فضاها دیده نمی‌شود. متأسفانه در کشور میانگین حضور افراد جامعه در فضای مجازی چیزی در حدود ۵ الی ۶ ساعت است که این رقمی فاجعه‌بار است.

مجله موفقیت ایلیاد در این راستا افزوده است که افزایش استفاده از اینترنت و فضای مجازی هرچند که سبب افزایش ارتباطات اجتماعی و روابط بین فردی شده است، اما وابستگی به این فضاها اثرات منفی بسیاری بر سلامت روان ما برجای می‌گذارد. مخصوصاً این روزها گوشی‌های هوشمند و تبلت وسیله‌ای است که در دست هر قشر و سنی در جامعه دیده می‌شود. این وسیله‌ی ارتباطی علیرغم فوایدی نظیر سهولت ارتباطات، مضراتی نیز بر سلامت روان نوجوانان و جوانان نیز دارد. حتی گاه موجب اعتیاد و کند شدن فرآیند یادگیری در آن‌ها می‌شود. این گروه از نوجوانان رفتارهای ضدا اجتماعی بیشتری از خود بروز می‌دهند و نسبت به باقی هم سن و سالان‌شان خشن‌تر و پرخاشگرتر هستند.

کرونا و قرنطینه بودن طولانی مدت نیز نوع ارتباط و گفت‌وگو نسل نو جوان و جوانی که در محدوده زمانی دانش آموزی و دانشجویی قرار گرفته بودند را تغییر داده است و می‌توان به جرعت اشاره کرد که تا سال‌ها با این مشکل دست‌وپنجه نرم خواهیم کرد که از نو، این بستر برای ارتباط بهتر فراهم شود چون دوران قرنطینه علاوه بر لزوم استفاده از رسانه‌ها و فضای مجازی بستری برای تفریح و ارتباط بین افراد را فراهم آورد که ارتباط حقیقی را کمرنگ‌تر از قبل پی برد، فرهاد رضایی روانشناس: برخلاف تصور عموم پژوهش‌ها نشان می‌دهد که کودکان دهه‌ی جدید در زمینه‌ی توانایی‌های فیزیکی و به لحاظ هوش غیر کلامی از کودکان دهه‌های قبل ضعیف‌تر هستند. متأسفانه شاهد این اتفاق هستیم که کودکان و نوجوانان به لحاظ رفتاری چارچوب‌پذیر نیستند و شاهد بروز رفتارهای ناهنجار بسیاری در نوجوانان هستیم که این اتفاق قطعاً نشانه‌ای از بروز اختلال روانی و افسردگی است، بار این خلاء ایجاد شده بر دوش معلمان و اساتیدی افتاده است که در افزایش سطح آگاهی ارتباطات، حرفی برای گفتن دارند فضای مجازی می‌تواند به صورت ناخودآگاه و بدون آن که حتی مطلع باشیم به سلامت روان ما آسیب برساند. در ادامه به چندین مورد از این عوارض می‌پردازیم و قبل از آن:

## ۲-۳. تعریف سلامت روان

از دید کارشناسان سلامت روان مفهومی است که چگونگی تفکر، احساس و عملکرد ما را در مواجهه با موقعیت‌های زندگی نشان می‌دهد. سلامت روانی همان رفتار موزون و هماهنگ با جامعه، شناخت و پذیرش واقعیت‌های اجتماعی و قدرت سازگاری با آنها و ارضای نیازهای خویشتن به طور متعادل است. همچنین بر اساس تعریف سازمان بهداشت جهانی (۱۹۹۰)، سلامت روان: شامل آسایش ذهنی، احساس خودتوان‌مندی، خودمختاری، کفایت، درک هم بستگی بین نسلی و شناخت توانایی خود در محقق ساختن ظرفیت‌های عقلی و هیجانی خویش است. کارشناسان معتقدند ارتباط‌های اجتماعی از طریق اینترنت ضعیف‌تر از ارتباط‌های واقعی است و در دراز مدت به انزوای اجتماعی، افسردگی و به مخاطره افتادن سلامت روان افراد می‌انجامد. مطالعات انجام شده نشان داده‌اند این افراد، در روابط اجتماعی مهارت‌های لازم را ندارند و از آسیب‌پذیری بالا و سلامت و بهداشت روانی پایین، رنج می‌برند.

## ۳. آسیب‌های احتمالی بر سلامت روان دانش‌آموزان به دلیل استفاده بیش از حد اینترنت

تنهایی، افسردگی، اضطراب، عزت نفس پایین برخی از مشکلات احتمالی است که کودکان در استفاده بیش از حد از اینترنت بصورت آنلاین با آن مواجه هستند. کارشناسان معتقدند زمان بیش از حد بر روی وب می‌تواند به کودکان آسیب برساند. پیشنهاد کارشناسان این است که والدین باید در مورد سلامت روان کودکان خود بخصوص اگر بیش از ۴ ساعت در روز در مقابل صفحه نمایش (کامپیوتر، تماشای تلویزیون و بازی‌های ویدئویی) قرار گیرند، نگران باشند. کارشناسان می‌گویند کودکانی که زمان بیشتری را در مقابل صفحه نمایش صرف کرده‌اند تمایل به تجربه سطوحی بالاتری از پریشانی روحی، اضطراب و افسردگی را



دارند و در استفاده بیش از ۴ ساعت این تمایل منفی شدیدتر دیده می‌شود. این کارشناسان می‌افزایند: افزایش زمان استفاده از صفحه نمایش و قرار گرفتن در معرض رسانه‌ها با کاهش احساس پذیرش اجتماعی و افزایش احساس تنهایی و مشکلات ارتباطی و... همراه است و فعالیت‌های اینترنتی خاص مانند سایت‌های شبکه‌های اجتماعی و بازی‌های چند نفره آنلاین با سطوح پایین‌تر از سلامت همراه بوده است

به عنوان نمونه بر اساس گزارش (PHE: ۱۹۹۴-۲۰۰۸) سلامت روان در بین کودکان و نوجوانان انگلیسی کاهش یافته است. حدود ۳۰٪ از نوجوانان در مدرسه (انگلیس) حداقل یکبار در هفته احساس غمگینی، عزت نفس پایین و افسردگی دارند و مقدار آن در میان دختران نسبت به پسران بالاتر است. شاخص اعتماد بنیاد مک کوری، به این آمار دست یافته است که بالغ بر ۷۵۰ هزار نوجوان در انگلیس معتقدند هدفی برای زندگی ندارند و جوانان بیکار انگلیس از سلامت روان ضعیفی برخوردارند

گرچه این فضا امکانات بیشتری برای زندگی امروزی انسانها فراهم آورده، از سوی دیگر مسائل غیرمترقب‌های را نیز موجب شده است که هر پدیده بشرساختی به مثابه نتایج ناخواسته خود آنها را به همراه دارد. شناخت و بررسی این مخاطرات تنها راهی است که می‌توان با تکیه بر آن، به تصمیمگیری و تعیین سیاستها و خطمشیهایی برای پیشگیری و مقابله با آنها پرداخت (عاملی، ۴، ۱۳۹۰). جوانان امروزه چیزهایی را می‌پسندند که با سلیقه و ذائقه نسلهای پیشین تفاوت ماهوی و فاحشی دارند. امروزه جامعه بشری، با گستردگی شبکه روابط انسانی و اجتماعی از طریق پیشرفت فناوری ارتباطات، شاهد وسعت دامنه برقراری ارتباطات بهوسیله شبکه اینترنت بهعنوان یکی از مهمترین رسانه جهانی است. به تعبیر (ریترز: ۲، ۲۰۰۴) فناوری‌های پیشرفته، مسائل اجتماعی خاصی برای ملت‌های کمتر توسعه‌یافته ایجاد می‌کنند، از جمله این فناوری‌های پیشرفته می‌توان به رایانه، اینترنت و تلفن‌های همراه اشاره کرد که مسائل و آسیب‌هایی در اثر سوءمصرف و سوءاستفاده از کاربردهای آنها برای، نوجوانان، جوانان خانوادها و جوامع به وجود می‌آورد. هرچند که رفتارها در فضای مجازی و واقعی ممکن است تفاوت‌هایی داشته باشند و از منظر صاحب‌نظران نتایج ضدونقیضی در میزان مصرف رسانه‌های و تأثیرات آن بر زندگی افراد داشته است، کماکان هر دودسته بر اثرات آن بر سلامت عمومی اشتراک نظر دارند. اقشار تحصیلکرده و دانشجویان که بهعنوان بیشترین میزان مصرف‌کننده و بهعنوان کسانی که (نسبت به کودکان و نوجوانان) در دوران دانشجویی از استقلال بیشتری برخوردارند، طبعاً از فرصت میزان روابط دوستانه بیشتری و از گروه‌های هم‌نشینی بالاتری در فضای مجازی برخوردارند. بنابر مطالعات دوران شکلگیری استقلال فرد با ضعیف شدن نظارت والدین و گسترش روابط با گروه‌های مختلف همسالان، فشارهای اجتماعی زیادی ایجاد می‌گردد (خلیلی، ۱۵۵: ۱۳۹۲). چنانچه گروه همسالان و دوستان مانند پدر و مادر، می‌تواند بهعنوان یک منبع حمایت و همچنین بهعنوان یک منبع خطر عمل کند (مایکل و بن زور، ۱۷: ۲۰۰۷). توجه به این شرایط و فضای شکلگیری رسانه‌های که افراد بخشی از زندگی روزمره خود را در فضای رسانه‌های، گروه‌ها، کانال‌ها، وب‌سایتها و هم‌نشینی‌های برآمده از رسانه سپری می‌کنند این فضا هم ممکن است بهعنوان یک فضای امن و مثبت یا منبع خطری برای افراد مصرف‌کننده تلقی گردد.

مبانی نظری رفتار پرخطر بخشی از رفتارهای انحرافی است؛ به همین دلیل برای تبیین آن می‌توان از نظریه‌های مرتبط با رفتارهای انحرافی خصوصاً نظریات یادگیری اجتماعی رفتارهای انحرافی و به طور خاص «نظریه هم‌نشینی افتراقی» با بازنگری آن بر مبنای تعاملات و هم‌نشینی‌های فضای مجازی نیز استفاده کرد. همچنین به دلیل آنکه رفتارهای پرخطر در این مطالعه در دو جهان واقعی و مجازی در نظر گرفته شده است، بنابراین در این پژوهش رابطه رفتارها در دو جهان بنابر پارادایم «دو جهانی شدن» آسیب‌ها در نظر گرفته شده است. پارادایم دوفضایی شدن‌ها و آسیب‌های اجتماعی: «پارادایم دو جهانی شدن» و دو فضایی شدن‌ها» برای اولین بار توسط سعیدرضا عاملی طرح شد و تلاش شد که با ارائه تصویری پارادایمی، تغییر در واقعیت‌های جهان امروز که منجر به ظهور «واقعیت مجازی» در کنار «واقعیت فیزیکی» و یا به عبارتی «دو واقعیتی شدن جهان» شده است،



تبیین شود (عاملی و حاجی جعفری، ۱۳۹۱:۹۶). با ظهور و گسترش صنعت همزمان ارتباطات و در امتداد آن اینترنت بعنوان شبکه ارتباطی و اطلاعاتی جهانی، فضای جدیدی را در عرصه زندگی به وجود آورد که می‌توان با عناوینی همچون فضای دوم و فضای مجازی از آن یاد کرد. بر مبنای این پارادایم فهم واقعیت‌های فردی و اجتماعی با پارادایم تک جهانی امکانپذیر نیست، فهم جهان واقعی منهای درک جهان مجازی و بالعکس مطالعه جهان مجازی بدون توجه به متغیرهای جهان واقعی مطالعه و نگاه را گرفتار یک نوع خطای فهم می‌کند. فضای مجازی دارای فرا متغیرهایی مانند سریع شدن فضا، «فراگیری»، قابلیت دسترسی دائم «فرامکانی» و «فرازمانی»، «جهانی بودن»، «تشدید شدن واقعیت در فضای بازنمایی شده» و «چندرسانه‌های بودن» فضا از جمله فرا متغیرهای این فضا هستند که زندگی در جهان دوم و همچنین زندگی دو فضایی امروزه را تحت تأثیر قرار می‌دهند (عاملی، ۱۳۸۶). انحرافات و آسیب‌های اجتماعی را با توجه به پارادایم دو فضایی شدن می‌توان در دو فضای «واقعی فیزیکی» و «واقعی مجازی» دنبال کرد که در مواقعی آسیب‌های این دو فضا در چسبیدگی مطلق به یکدیگر قرار دارند؛ بنابراین شناخت آسیب‌های فضای فیزیکی می‌تواند کمکی اولیه برای شناخت آسیب‌های اجتماعی دو فضایی باشد (عاملی، ۱۳۹۰).

### بحث و نتیجه‌گیری

در مجموع، اینگونه می‌توان گفت که فضای مجازی هر چند از نام آن پیداست، اما می‌توان فضایی حقیقی عنوان کرد که در آن تبادل افکار و عقیده و نظرات، امروزه بیشترین کاربرد را با عنوان رسانه دارد، و همچنین با توجه به گسترده بودن و جهانی بودن فضای مجازی بدون محدودیت مرزی می‌تواند پل ارتباطی بین افراد کشورهای دیگر باشد که این پل ارتباطی به قدری می‌تواند ضعیف باشد که در صورت عدم آگاهی از درست استفاده کردن آن شکست را تجربه کند.

در برخی قسمت‌های مقاله به نظرانی اشاره شده است که با فعالیت در این بستر به دست آمده است که داشتن آگاهی و تایم بندی استفاده از فضای مجازی، از خطرات و آسیب‌های وارده بر سلامت جسمی و روانی می‌کاهد. در جمله‌ای کوتاه، می‌توان فضای مجازی را بسان چاقوی دو لبه‌ای در نظر گرفت که بدون داشتن دسته در دست کودکی جولان می‌دهد اما داشتن دسته و آموزش استفاده از این چاقو مخاطرات وارده را بر خود و اطرافیان کمتر کرده و یا از بین می‌برد، اما می‌شود به این مورد نیز اشاره کرد که اگر شخصی آگاهی لازم را در مورد استفاده از فضای مجازی داشته باشد ولی به آن عمل نکند جهالتی بیش نمی‌توان نام گذاری کرد.

این بستر بسان گیاهی می‌ماند که هر روز در حال رشد و نمو می‌باشد و نیاز به شناخت دارد و این آگاهی و یا عدم آگاهی و یا آگاهی غلط می‌تواند این گیاه را به عنوان علف هرز برای ما معرفی کند و یا بوته درخت میوه، نیاز به کندن دارد یا مراقبت و می‌تواند اضافی باشد یا درختی تنومند و پر از محصولات شیرین، در زبانی ساده‌تر می‌توان گفت که فضای مجازی خواسته یا ناخواسته با عنوان رفع برخی از نیازها ما را به خود وابسته کرده است و ما مجبور به مراقبت از درختی هستیم برای رسیدن به محصول. پس نمی‌توان انکار کرد که استفاده از فضای مجازی، از بین خواهد رفت بنابراین به عنوان پیشنهاد، آموزش درست از دوران کودکی که سن ۵ سالگی می‌باشد که کودکان با گوشی همراه آشنا می‌شوند شروع شود ولی به شکل درست نه مثل کتاب تفکر و سواد رسانه‌ای که دانش آموز ۱۷ ساله با خواندن آن کتاب بخندد، روابط غلط دختر و پسر با عنوان رل زدن، امروزه یکی آسیب‌های فرهنگی می‌باشد که می‌تواند آموزش درست استفاده از فضای مجازی این نوع زخم فرهنگی را بهبود بخشد.

با کسب اجازه از محضر اساتید، می‌توان گفت که از لحاظ اهمیت با درس ریاضی برابری می‌کند و آموزش استفاده از فضای مجازی همانقدر مهم است که آموزش جدول ضرب، تقسیم، جمع و تفریق مهم است و از این رو پیشنهاد بر این است که بستر آموزشی جوان و مدرن و تحصیل کرده و به روز باشد تا بتواند تجربیات به دست آمده مدرنتری در اختیار دانش آموزان و دانشجویان بگذارد به زبان ساده‌تر، تخصصی‌تر این موضوع رادر مدارس و حتی خود رسانه‌های فضای مجازی تدریس کنند.



ارتباط برقرار کردن در تالارهای گفتگو با دیگران درست مانند صحبت کردن با غریبه‌هاست و باید همان احتیاط‌هایی که در این زمینه به کار می‌رود رعایت شود. عده‌ای برای جلوگیری از آسیب‌های فضای مجازی منع استفاده از فضای مجازی را توصیه می‌کنند اما به اعتقاد بنده این اشتباه‌ترین روش ممکن است، زیرا می‌تواند به عاملی تحریک‌کننده در گرایش بیشتر فرزندان به استفاده از اینترنت تبدیل شود. همیشه ایجاد محدودیت سبب ایجاد حساسیت بیشتر می‌شود. بنابراین برای کاهش آثار مخرب فضای مجازی باید طریق استفاده درست از این ابزار را به آنان آموزش دهیم. بنابراین رفتار صحیح والدین و ارائه‌ی راهکارهایی که بهترین گزینه جهت اصلاح رفتار کودکان و نوجوانان است و جلوی لجبازی و حساسیت فرزندان را می‌گیرد موجب راهنمایی و همراهی آگاهانه آن‌ها می‌شود.

گام اساسی دیگری در نفوذ فناوری در کتاب‌های درسی و محیط‌های آموزشی بسیار موثر است، آموزش نرم افزارهای تولید محتوای دیجیتال هم برای دانش آموزان و هم برای معلمان می‌باشد که این مهم می‌تواند به وسیله تدوین محتوای کتب درسی برای دانش آموزان و برگزاری دوره‌های آموزش ضمن خدمت برا دبیران فراهم گردد همچنین لازم است که در تدوین کتاب‌های درسی که به عنوان مهمترین منبع و محتوا آموزش در اختیار دانش آموزان قرار دارند یا یک دیدگاه فناورانه بازنگری گردد تا بتوان از طریق کتاب‌های درسی دانش آموزان را با فناوری‌های نوین آموزشی درگیر نمود و کیفیت یادگیری آنها را بهبود بخشید

#### منابع

۱. برنامه جامع ارتقای سلامت روان کشور ۱۳۹۴-۱۳۹۰ مبتنی بر نقشه تحول نظام سلامت جمهوری اسلامی ایران
۲. پیش نویس قانون سلامت روان ایران
۳. پیمایش سلامت و روان ۱۳۸۹-۱۳۹۰
۴. جورج ریترز، نیویورک جامعه‌شناس آمریکایی و استاد ممتاز جامعه‌شناسی دانشگاه مریلند
۵. قانون جرائم رایانه‌ای مصوب سال ۱۳۸۸
۶. قانون مجازات اسلامی، مصوب سال ۱۳۸۸
۷. قم- ایرنا- آیت الله عبدالله جوادی آملی
۸. کتاب اقتصاد دیجیتال ۲۳۷۰: نویسنده سعیدرضا عاملی - مجتبی حاجی جعفری
۹. گزارش جامع طرح تحول سلامت ۱۳۹۲ الی ۱۳۹۶، موسسه ملی تحقیقات سلامت جمهوری اسلامی ایران، بهار ۱۳۹۶
۱۰. مطالعه بار بیماری‌ها و آسیب‌ها در ایران در سال ۱۳۸۲

11. digital (۲۰۰۷-۰۷) Robert Michael Winne

12. Prensky, M. (2001). Digital natives, digital immigrants part 1. On the Horizon, 9(5)





## The Effect of Virtual Space on the Mental Health of Students

**Seyyed Armin Moosavi**

B.A Student in Law, Maragheh Branch, Islamic Azad University, Maragheh, Iran (Corresponding Author)

[@armin.mosavi1379@gmail.com](mailto:@armin.mosavi1379@gmail.com)

### Abstract

The importance of getting to know the virtual space and the mental health of students is felt more and more because when we come across the word virtual space, the first image that comes to mind is mobile phones, regardless of the type of use and the legal effects it can leave behind. This article will deal with a part of the legal and psychological effects of cyberspace on students, although previously with incomplete definitions or it can be said, wrong, cyberspace has been placed in the mind, which can cause minor legal and psychological problems. with a dangerous future, but it can be examined from a more open window that every message received and sent has legal and spiritual effects that can lead to practical and moral obligations, someone who works as an activist in the media in a way He is responsible in front of other people, this responsibility can be discussed in different ways, in this article we will first define the virtual space and in this regard, we will challenge the educational vacuum of using the virtual space during the student life, which That is, lack of awareness leads to irreparable physical injuries and mental injuries, and besides this topic, due to the fact that I am a student and a teacher (I am a teacher and a student at the same time), some of the suggestions of students in the thinking and literacy class We will also discuss the media, along with this important matter, we will also examine the positive and negative points of cyberspace and media addiction and mental health. We hope that we have been able to take a step in emphasizing the importance of cyberspace education from childhood. To be taken before school.

**Keywords:** Virtual Space, Psychological Damage, Importance of Education, Media, Practical & Moral Commitment