



وزارت آموزش و پرورش  
اداره کل آموزش و پرورش خراسان شمالی  
معاونت پژوهش، برنامه‌ریزی و منابع انسانی

# شناسایی آسیب‌های فضایی مجازی و راهکارهای کاهش آن

در دانش آموزان دوره ابتدایی خراسان شمالی

(دوران قرنطینه کرونا)

مجری: دانشگاه بجنورد

ناظر: دکتر قنبرعلی خوش‌آیینه

پژوهشگر: دکتر حسین اسکندری

همکار: دکتر طیبه رحیمی پردنجانی

بهار ۱۳۹۹



## پاسکندی

منسب هر تود مرقره تولام کرد  
احسا، ترلشار تولام کرد

گر بر سر منسب زها، شود هر مویسر  
یک شکر تونز هنرک تولام کرد  
ابوسید ابوالنخیر

بعد از اعتراف به ناتوانی از ادای حق سپاس به درگاه خدای یگانا، بر خود واجب می دانم که مراتب سپاس و امتنان خود را نسبت

به بندگان خوب او که ما را در انجام این پژوهش یاری رسانند، ابراز کنم. پیش از همه پاسکندار، بکار اصلی این پژوهش سرکار

خانم «**دکتر طهیه رحیم پورنجینیر**» عضو محترم هیات علمی دانشگاه بجنورد هستم. تحلیل های آماری این پژوهش به مدد دانش و تجربه

فراوان ایشان به سرانجام رسید.

همچنین مدیون مدیران محترم مدارس همیتم که بی مزد و منت ما را در جمع آوری داده ها کمک کردند. فرصت را مغتنم

دانسته و از بکارهای خوب و مؤثر بکاران اداره کل آموزش و پرورش، جناب آقایان

**دکتر قمبر علی خوش آینه،**

**دکتر زینب هانی،**

**حسین و جدی، و**

**جواد زدی**

تشکر می کنم.

پژوهش حاضر به دنبال مطالعه آسیب‌های فضای مجازی در بین دانش‌آموزان دوره دوم ابتدایی در خراسان شمالی است. مقارن شدن اجرای این تحقیق با دوران قرنطینه مربوط به ویروس کرونا، محدودیت‌هایی را اعمال کرد و از جهت دیگر فرصت‌های جدیدتری را برای مطالعه فراهم کرد. در این پژوهش از یک پرسشنامه محقق ساخته و سیاهه رفتاری کودک آخنباخ (CBCL) -نسخه والدین استفاده شد. پرسشنامه‌ها توسط ۵۰۰ نفر از والدین تکمیل شد که از آن میزان ۴۷۰ مورد، مورد تحلیل قرار گرفت. در پرسشنامه محقق ساخته از والدین خواسته شد که میزان استفاده کودکان از فضای مجازی، نوع استفاده و همچنین میزان مواجهه کودکان با خطرات اینترنتی را گزارش دهند. در پرسشنامه آخنباخ سوالاتی درباره اضطراب/ افسردگی، گوشه‌گیری/ افسردگی، مشکلات جسمانی، مشکلات اجتماعی، مشکلات تفکر، مشکلات توجه، رفتار قانون شکنی و رفتار پرخاشگری کودکان مطرح شده است. یافته‌های پژوهش نشان داد که استفاده از فضای مجازی (موبایل هوشمند، تبلت، گیم، شبکه‌های اجتماعی، ...) با همه مشکلات فوق، رابطه مثبت مستقیم دارد. یعنی افزایش میزان استفاده از فضای مجازی با میزان بالای این مشکلات رابطه مستقیم دارد. این یافته با انبوهی از یافته‌های داخلی و بین‌المللی کاملاً همسو است و در واقع تأیید نتایج قبلی است. در مقابل، یافته‌ها حاکی از آن است که کودکان خراسان شمالی، تقریباً با خطرات آنلاین، از جمله دریافت تصاویر و پیام‌های زننده، آزاردهنده و تهدیدکننده، زورگویی اینترنتی و مانند آن، به ندرت مواجه شده‌اند. میانگین‌های به دست آمده در مورد اخیر بسیار پایین‌تر از میانگین‌های بین‌المللی است. برای تبیین این تفاوت فاحش، تبیین‌هایی صورت گرفته است. در نهایت برای کاهش خطرات و آسیب‌های فضای مجازی، مجموعه‌ای از پیشنهادات کاربردی به والدین و مربیان ارائه شده است. به‌طور ویژه برنامه‌ریزی برای ارتقاء هوش دیجیتال دانش‌آموزان مورد تأکید قرار گرفته است.

# فهرست مطالب

## ۱ فصل اول: کلیات پژوهش

۲	مقدمه
۴	بیان مسأله
۱۰	اهمیت و ضرورت مسئله
۱۱	هدف‌های پژوهش
۱۱	سئوال‌های پژوهش
۱۲	متغیرها

## ۱۶ فصل دوم: پیشینه پژوهش

۱۷	مقدمه
۱۸	الف) انسان، فناوری و رسانه
۱۸	نیمرخ آماری در مورد فضای مجازی
۲۴	استفاده از صفحه نمایشگر در هفته در انگلستان
۲۴	رسانه‌ها و ارزش‌ها
۲۶	ب) آسیب و سلامت در فضای مجازی: یافته‌های پژوهشی چه می‌گویند؟
۲۷	فضای مجازی و حمایت اجتماعی
۲۹	فضای مجازی و سواد رسانه‌ای
۳۰	فضای مجازی و هویت
۳۳	فضای مجازی و مسائل روان‌شناختی
۳۴	فضای مجازی و دانش‌آموزان: یافته‌های پژوهش‌های داخلی
۳۹	طبقه‌بندی خطرهای آنلاین
۴۱	مسائل جنسی
۴۲	سلامت روان

۴۳	پاداش مغز
۴۳	حواس پرتی دیجیتال
۴۴	سلامت مغز
۴۵	اعتماد به نفس
۴۵	تصویر بدن
۴۶	ترس از جاماندن (از دست دادن)
۴۶	خواب
۴۷	خشونت
۴۸	پیشرفت تحصیلی
۴۹	کیفیت زندگی
۵۰	جمع بندی

۵۳

## فصل سوم: روش پژوهش

۵۴	مقدمه
۵۴	طرح پژوهش
۵۴	جامعه آماری
۵۵	نمونه و روش نمونه گیری
۵۶	پرسشنامه محقق ساخته میزان استفاده از فضای مجازی
۵۹	سیاهه رفتاری کودک آخنباخ- نسخه والدین (CBCL)
۶۱	روش اجرای پژوهش
۶۱	روش تجزیه و تحلیل داده‌ها

۶۳

## فصل چهارم: یافته‌های پژوهش

۶۴	مقدمه
۶۴	یافته‌های جمعیت شناختی
۷۲	یافته‌های توصیفی
۷۴	یافته‌های مربوط به فرضیه‌های پژوهش

۷۶	بررسی مفروضه بهنجار بودن
۷۸	الگویابی معادلات ساختاری
۸۰	یافته‌های جانبی

۸۳	مقدمه
۸۳	مرور یافته‌ها
۸۴	سازگاری یافته‌ها با مطالعات جهانی (یافته‌های اصلی)
۸۶	ناسازگاری یافته‌ها با مطالعات جهانی (یافته‌های فرعی)
۸۶	الف) تفاوت در میزان استفاده از فناوری‌های دیجیتال
۸۸	ب) تفاوت در میزان خطرات فضای مجازی
۹۰	پیشنهادات
۹۲	پیشنهادات برای والدین
۹۳	الف) راهنمای والدین
۹۷	ب) ایمنی کودکان در اینترنت
۱۰۴	پیشنهادات به مربیان
۱۰۴	الف) راهنمای مربیان (ایمنی و امنیت)
۱۰۵	ب) آموزش و ارتقاء هوش دیجیتال
۱۰۸	سطح ۱: شهروندی دیجیتال
۱۰۸	سطح ۲: خلاقیت دیجیتال
۱۰۹	سطح ۳: رقابت‌پذیری دیجیتال
۱۱۰	محدودیت‌های پژوهش
۱۱۱	منابع فارسی و انگلیسی
۱۲۵	پیوست‌ها

# فصل اول: کلیات پژوهش





## مقدمه

به تعبیر پرنسکی (۲۰۰۱) بزرگسالان مهاجران دیجیتال هستند و کودکان بومیان دیجیتال. کودکان از سال‌های نخست زندگی، فضای مجازی را تجربه می‌کنند، و به موازات رشد سنی و شناختی، مدت زمان زندگی آنها در دنیای مجازی افزایش می‌یابد. همانطور که زندگی در دنیای واقعی با آسیب‌ها و مخاطراتی روبروست، گذران عمر در دنیای مجازی نیز بدون آسیب نخواهد بود. والدین و نظام آموزشی برای دور ماندن کودکان و شاگردان از آسیب‌های دنیای واقعی تمهیداتی می‌اندیشمند و مهارت‌هایی را در آنها رشد می‌دهند؛ به همین منوال ما نیازمند تمهیدات و مهارت‌آموزی‌هایی هستیم که آسیب‌های فضای مجازی را به حداقل برسانیم و از مزایای آن بهره‌مند شویم؛ و این میسر نمی‌شود مگر آنکه پیش از هر اقدامی آسیب‌های احتمالی فضای مجازی را احصاء کرده و مورد شناسایی قرار دهیم. پژوهش حاضر از معدود پژوهش‌هایی خواهد بود که آسیب‌های فضای مجازی را در دوره ابتدایی مورد مطالعه قرار می‌دهد.

جامعه ایران، مانند بسیاری از جوامع ارزشی، در دوران گذار از سنت به مدرنیته، در رویارویی با فرایند جهانی شدن، و با ورود به عصر اطلاعات و ارتباطات، با چالش‌ها و آسیب‌های اجتماعی نوپدیدى مواجه است. بخشی از این چالش‌ها و آسیب‌ها به‌طور مستقیم و غیرمستقیم به ظهور و توسعه رسانه‌های نوین باز می‌گردد. اگر آنچه مک لوهان در کتاب شناخت رسانه‌ها<sup>۱</sup> (۱۹۶۴) بیان کرده است، حاوی حقایقی باشد، لازم است که به‌طور جدی درباره نقش محوری رسانه‌ها در تغییرات و تحولات اجتماعی، فرهنگی و ارزشی تأمل بیشتری داشته باشیم. به اعتقاد او جوامع بشری تحت تأثیر ماهیت رسانه‌هایی هستند که در آن جوامع غالب است. بنا به نظریه ارتباطات، رسانه‌ها (اعم از چاپی، دیجیتالی، اینترنتی، ماهواره‌ای) عمیقاً نظام ارزشی جامعه را تحت تأثیر قرار می‌دهند. یافته‌های

پژوهشی بسیاری موید این است که بین کمیت و کیفیت استفاده از یک رسانه و تغییرات ارزشی مخاطبین ارتباط معناداری برقرار است (رفیع پور، ۱۳۷۵؛ اسکندری و کاظمی، ۱۳۹۳).

در رابطه با تأثیرات فناوری به‌طور عام و رسانه به‌طور ویژه، دو دیدگاه کلان وجود دارد: نخست آنکه فناوری به لحاظ فرهنگی-ارزشی خنثی است و به مثابه یک ابزار توسط انسان مورد استفاده قرار می‌گیرد؛ دوم اینکه فناوری خنثی نیست و در دل خود فلسفه‌ها و ایدئولوژی‌هایی را نهفته دارد (زیمنس و تیتنبرگر<sup>۱</sup>، ۲۰۰۹ ص ۴۳). در دیدگاه نخست اقتدار آدمی بر فناوری مورد تأکید قرار گرفته است و فناوری را ابزاری بیش نمی‌داند که صرفاً با هدف‌های خاصی مورد استفاده قرار می‌گیرند اما در دیدگاه دوم نقش فناوری قوی‌تر است. در این دیدگاه فناوری‌ها (که رسانه‌ها نیز در زمره آنها به‌شمار می‌روند) از دو طریق شکل (فرم) و محتوا بر مخاطب اثر می‌گذارند. تأثیر از طریق محتوا تا حد زیادی روشن و قابل درک است، اما تأثیر از طریق شکل (یا فرم) بدین معناست که فناوری‌ها از هر نوعی که باشند، خنثی نبوده و صرف نظر از محتوایی که منتقل می‌کنند و مستقل از آن، اثراتی را به‌جا می‌گذارند. خنثی نبودن رسانه و تأثیر قالب رسانه بر هویت کاربران آن، یکی از دستاوردهای مهم مارشال مک‌لوهان است. به نظر مک‌لوهان رسانه پیام است (۱۹۶۷) و مهم‌ترین اثر رسانه این است که بر عادات درک و تفکر ما اثر می‌گذارد؛ از اینرو آثار پراهمیت رسانه‌ها، از شکل آنها ناشی می‌شود، نه از محتوای آنها (سورین و تانکارد، ترجمه دهقان، ۱۳۸۸).

از بین انواع مختلف فناوری‌ها و رسانه‌ها، در دو دهه اخیر، ماهواره و فضای مجازی، بیش از دیگران در معرض اتهام برای تغییرات، تحولات و انحرافات اجتماعی بوده‌اند. به دلیل ضعف سواد رسانه‌ای در کشور، جامعه و خانواده ایرانی، به شکل مضاعفی در معرض آسیب‌های نوپدید حاصل از این رسانه‌ها قرار گرفته است (تقی‌زاده، ۱۳۹۱). به‌طور کلی چارچوب نظری پژوهش حاضر بر این فرض استوار است که اینترنت، فضای مجازی، شبکه‌ها یا رسانه‌های اجتماعی، بازی‌های رایانه‌ای و یا هر نامی از این دست، از جمله فناوری‌های نوینی هستند که به صورت شکلی و محتوایی بر فرد، خانواده و جامعه تأثیر می‌گذارند. به‌طور خاص، پژوهش حاضر تأثیر فضای مجازی را بر دانش‌آموزان دوره دوم ابتدایی در مرکز توجه قرار داده است.

---

*1 Tittenberger*

## بیان مسأله

موضوع «انسان و فناوری» و تعامل آدمی و ابزاری که خود ساخته است، از صدها و بلکه هزاران سال پیش در رشته‌های مختلفی چون فلسفه و الهیات مطرح بوده است. از قدیمی‌ترین آنها می‌توان به دیدگاه ارسطو در باب ابزار و فناوری اشاره کرد. او فعالیت آدمی را به سه صورت نظری، عملی و ابداعی و شعرگونه تقسیم می‌کند. از نظر او تخرن<sup>۱</sup> یا فن<sup>۲</sup> ناظر به فعالیت ابداعی و شعرگونه آدمی است. تخرن به دو صورت نمایان می‌شود: به صورت تولید ابزار و به صورت هنرهای زیبا (مثل نقاشی) (کاپلستون، ترجمه مجتبیوی، ۱۳۶۸، به نقل از ضرغامی، ۱۳۸۸، ص ۱۷). داستان توجه به فناوری و نقش آن در زندگی آدمی تا به امروز ادامه یافته است. برای نمونه هایدگر<sup>۳</sup> (۱۹۵۴) در کتاب «پرسش در باب فناوری»<sup>۴</sup> در ادامه دیدگاه ارسطو، معتقد است که شیوه آشکارشدگی فناوری نوین تعرض به طبیعت است و اساسی‌ترین تفاوت فناوری نوین با نوع کهن آن نیز همین است. به اعتقاد هایدگر نسبت آدمی و فناوری به گونه‌ای تغییر کرده است که آدمی دیگر نمی‌تواند در برابر گسترش فناوری مقاومت کند. رسانه‌های جدید از جمله فضای سایبر یا فضای مجازی یکی از مصادیق فناوری است که همه ابعاد زندگی آدمی را تحت تأثیر قرار داده است. به جرأت می‌توان گفت که هیچ عصری تا این زمان و به این میزان، به رسانه‌ها وابسته نبوده است؛ به‌گونه‌ای که نسل جدید در یک جهان رسانه‌ای شده زندگی می‌کند؛ بویژه رسانه‌های تعاملی؛ رسانه‌هایی که سبک زندگی و تفکر او را تحت تأثیر قرار داده‌اند.

برای نمونه پرنسکی (۲۰۰۱) درباره تأثیر رسانه‌ها و فناوری‌های نوین بر شیوه‌های تفکر، مطالعاتی را به انجام رسانده است. او به دنبال مطالعه و مقایسه سبک‌های تفکر دو نسل گذشته و جدید، اولی را مهاجران دیجیتال<sup>۵</sup> و دومی را بومیان دیجیتال<sup>۶</sup> نام‌گذاری می‌کند (جدول ۱-۱). به زعم او پردازش موازی<sup>۷</sup> به جای پردازش خطی و متوالی، متصل بودن به جای منفصل بودن، و فعال بودن

---

1 *techne*

2 *technique*

3 *Heidegger, M.*

4 *The question concerning technology*

5. *digital Immigrants*

6. *digital Natives*

7. *parallel processing* - به آن نوع توانایی اشاره دارد که از عهده انجام تکالیف یا اعمال چندگانه به طور همزمان برمی‌آید. این اصطلاح هم در زمینه شناخت انسان، بویژه در رابطه با توانایی مغز برای پردازش هم زمان محرک‌های ورودی

منبع: به کار می‌رود و هم برای محاسبه موازی که توسط ماشین‌ها صورت می‌گیرد

[http://en.wikipedia.org/wiki/Parallel\\_processing](http://en.wikipedia.org/wiki/Parallel_processing) (May 20, 2010)

به جای غیرفعال بودن از ویژگیهای بومیان دیجیتال یا نسل جدید جوامع است (به نقل از پترینا<sup>۱</sup> و دیگران، ۲۰۰۸). وین (۱۹۹۷) نیز در همین رابطه معتقد است که «کودکانی که با رایانه بزرگ می‌شوند، متفاوت از ما فکر می‌کنند. آنها ذهن‌های فرامتنی را رشد می‌دهند ... ساختارهای ذهنی آنها موازی است نه متوالی<sup>۲</sup>» (وین<sup>۳</sup>، ۱۹۹۷، به نقل از هیرومی<sup>۴</sup>، ۲۰۰۹).

جدول ۱-۱: ویژگی‌های افراد بومی دیجیتال و مهاجر دیجیتال (اقتباس از پرنسکی، ۲۰۰۱)

بومی دیجیتال (کودکان)	مهاجر دیجیتال (بزرگسالان)
دستیابی تصادفی	دستیابی گام به گام
پردازش موازی	پردازش خطی
اولویت با گرافیک	اولویت با متن
متصل	منفصل
فعال	منفعل
غیرواقعی	واقعی

خواسته یا ناخواسته، آگاهانه یا ناآگاهانه نسل جدید زندگی را با فناوری‌های جدید از جمله ماهواره، بازی‌های کامپیوتری، شبکه‌های اجتماعی و مانند آن آغاز کرده و بخش عمده‌ای از تجربیات زندگی او در فضای مجازی رخ خواهد داد. در قبال فضای مجازی کودکان نسل جدید را نه گریزی است و نه گزیری. همانطور که زندگی در دنیای واقعی با مخاطرات و آسیب‌هایی همراه است، زندگی در دنیای مجازی نیز، خالی از آسیب نیست. بسیاری از مهارت‌هایی که در خانواده و نظام آموزشی به فرزندان و دانش‌آموزان آموزش داده می‌شود مبتنی بر همین آسیب‌هاست. دنیای واقعی نیز مملو از آسیب‌های جسمی، روانی، اجتماعی، فرهنگی و مانند آن است. به همین منوال، دنیای مجازی نیز با تمام محاسن و امتیازات، ممکن است آسیب‌ها و مخاطراتی را با خود به همراه داشته باشد. در خصوص شناسایی آسیب‌های فضای مجازی تحقیقات معتناهایی در سطح بین‌المللی و همچنین ملی به انجام رسیده است. جدول ۱-۲ نمونه‌ای از پژوهش‌هایی است که در ده سال اخیر (۱۳۸۶ تا ۱۳۹۸) در زمینه آسیب‌شناسی فضای مجازی (اینترنت، شبکه‌های اجتماعی، بازی و ...) به انجام رسیده است.

1. Petrina  
2. sequential  
3. Winn  
4. Hirumi

## جدول ۱-۲: برخی از پژوهش‌های مربوط به آسیب‌شناسی فضای مجازی

پژوهشگران	موضوع آسیب‌شناسی
گل محمدی (۱۳۸۶).	فرهنگ - گفتگوی بین فرهنگی
نجاتی حسینی (۱۳۹۱)، عاملی و حاجی جعفری (۱۳۹۱)، شرف‌الدین، علم‌الهدی و نوروزی (۱۳۹۳).	دین (خدا و امر قدسی، ارتباط عقیفانه)
معمار، عدلی پور، خاکساری (۱۳۹۱)، عدلی پور، قاسمی و کیانپور (۱۳۹۲)، عدلی پور، قاسمی و میرمحمدتبار (۱۳۹۳)، نجف‌زاده، انتظاری، و فتاحی (۱۳۹۴)، حاجیانی و محمدزاده (۱۳۹۴)، تیلر (۲۰۱۲).	هویت (هویت ملی، فرهنگی)
گودرزی (۱۳۸۹)، زندوانیان، حیدری، باقری و عطارزاده (۱۳۹۲)، تاجیک و کاظمی (۱۳۹۲)، اسکندری و کاظمی (۱۳۹۳)، قنبری برزبان (۱۳۹۶)	ارزش‌ها (دینی، فرهنگی، اقتصادی، اجتماعی، سیاسی)
محسنی و همکاران (۱۳۸۵)، ربیعی و محمدزاده یزد (۱۳۹۲)، رسول‌زاده اقدم و همکاران (۱۳۹۳)، عبداللهیان و شیخ انصاری (۱۳۹۳).	انزوای اجتماعی
دهقان پور، مسیحی، ترانس (۱۳۹۷) زندوانیان، حیدری، باقری، عطارزاده (۱۳۹۲)	بلوغ عاطفی، کنترل عواطف، سازگاری اجتماعی
بایم و همکاران <sup>۱</sup> (۲۰۰۷)، ویتی <sup>۲</sup> ، کیوگلی <sup>۳</sup> (۲۰۰۸)، شارلوسکا <sup>۴</sup> (۲۰۱۲)، روجویی <sup>۵</sup> (۲۰۱۲)، فاروجی <sup>۶</sup> ، بلو <sup>۷</sup> ، (۲۰۱۳)، کلایتون <sup>۸</sup> ، ناگارونی <sup>۹</sup> ، و اسمیت <sup>۱۰</sup> (۲۰۱۳)، لنهارت <sup>۱۱</sup> ، دوگان <sup>۱۲</sup> و اسمیت <sup>۱۳</sup> (۲۰۱۴)، کلایتون <sup>۱۴</sup> (۲۰۱۴)، والنزوللا، هالپرن، و کتز <sup>۱۵</sup> (۲۰۱۴)، دیو، و تولان <sup>۱۶</sup> (۲۰۱۵)، صالح، مختار <sup>۱۷</sup> (۲۰۱۵)، صداقت و عبداللهی <sup>۱۸</sup> (۲۰۱۵)، گنجی (۱۳۹۲)، و سفیری، ذاکری هامانه (۱۳۹۳).	خانواده - کیفیت روابط - طلاق

1 Baym, N. K., Zhang, Y. B., Kunkel, A., Ledbetter, A., &amp; Lin, M. C.

2 Whitty, M.T.

3 Quigley, L.

4 Sharalevska, I.

5 Rujoiu, M.

6 Farrugia, Rianne C.

7 Bellou

8 Clayton, MA.

9 Nagurney A.

10 Smith J.

11 Lanhart A.

12 Duggan, M.

13 Smith, A.

14 Clayton, MA.

15 Valenzuela, S., Halpern, D., &amp; Katz, J.E

16 Dew, J., &amp; Tulane, S.

17 Saleh, M. and Mukhtar, J. I.

18 Sedaghat, N. &amp; Abdullahi, I.

قریب به اتفاق پژوهش‌های فوق مربوط به جوانان و بزرگسالان است. جالب آنکه در زمینه آسیب‌های فضای مجازی درباره کودکان یا دانش‌آموزان دوره ابتدایی تحقیقات انگشت‌شماری به چشم می‌خورد. پژوهشی که زندوانیان، حیدری، باقری و عطارزاده (۱۳۹۲) انجام داده‌اند از این دست پژوهش‌هاست که جامعه دانش‌آموزی در دوره متوسطه را هدف قرار داده است. در این پژوهش، تعریف عملیاتی از فضای مجازی عبارت است از اینترنت، بازی‌های رایانه‌ای، تلویزیون، ماهواره و تلفن همراه. بر اساس یافته‌های این پژوهش در بین پنج وسیله موثر در فضای مجازی، تلفن همراه با بیشترین و بازی‌های رایانه‌ای کمترین آسیب را داشته‌اند. اینترنت موجب کاهش ارتباط فرد با خانواده و افزایش احساس تنهایی و افسردگی می‌شود. از دیگر یافته‌های این پژوهش اینکه دانش‌آموزان ترجیح می‌دهند زمان زیادی از شبانه روز را صرف استفاده از کامپیوتر کنند که این باعث رشد نکردن مهارت‌های اجتماعی، رفتار اعتیادگونه و شکست در مدرسه می‌شود. همچنین فضای مجازی بر سازگاری دانش‌آموزان، وضعیت اعتقادی-عبادی آنها و تزلزل ارزش‌ها و در نهایت وضعیت روانی دانش‌آموزان نیز تأثیر نامطلوب برجای می‌گذارد.

از معدود پژوهش‌های داخلی که به‌طور خاص دانش‌آموزان دوره ابتدایی را هدف قرار داده است، می‌توان به پژوهش پدیدارشناسانه کیخا، مرتضوی، کیان (۱۳۹۶) اشاره کرد. در این پژوهش با ۱۳۰ دانش‌آموز دختر مقطع ابتدایی، اول تا ششم مصاحبه عمیق صورت گرفته است تا نحوه مواجهه و ادراک آنها از شبکه‌های اجتماعی مورد مطالعه قرار گیرد. نتایج پژوهش فوق در قالب دو شکل ۲و۱ ارائه شده است.



شکل ۱-۱: بعد روانی عاطفی شبکه‌ها اجتماعی برای کودکان (کیخا، مرتضوی، کیان، ۱۳۹۶، ص ۱۰)



شکل ۱-۲: بعد فرهنگی-اجتماعی شبکه‌ها اجتماعی برای کودکان (کیخا، مرتضوی، کیان، ۱۳۹۶، ص ۱۰)

یکی از موارد پرتکرار در پژوهش‌های بین‌المللی، مساله اعتیاد به اینترنت (فضای مجازی، شبکه‌های اجتماعی) و بازی‌های ویدئوی یا کامپیوتری است. از آنجا به اعتیاد بیشتر پرداخته شده است که آن را نشانه یا عامل بسیاری از اختلالات یا ناهنجاری‌های روان‌شناختی، اجتماعی و مانند آن

می‌دانند. برای نمونه مطالعات متعدد به ارتباط بین اعتیاد به اینترنت و متغیرهای روانی-اجتماعی یا شخصیتی افراد از قبیل هیجان‌خواهی، تجربه لذت، تنهایی، افسردگی و اختلالات شخصیتی پرداخته‌اند (مانند کاپلان<sup>۱</sup>، چو<sup>۲</sup>، کاندرون<sup>۳</sup>، بلند<sup>۴</sup>، هانگ<sup>۵</sup>، ون زالک<sup>۶</sup>، ۲۰۱۶، یافی<sup>۷</sup> و سروسی<sup>۸</sup>، ۲۰۱۹). به همین ترتیب، مطالعات متعددی نیز به اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی و متغیرهای روان شناختی توجه نشان داده‌اند (کاس<sup>۹</sup> و گریفیتس<sup>۱۰</sup>، ۲۰۱۱، بلک‌ول<sup>۱۱</sup>، لیمن<sup>۱۲</sup>، ترامپسوج<sup>۱۳</sup>، اوسبورن<sup>۱۴</sup> و لیس<sup>۱۵</sup>، ۲۰۱۷، کالانیک<sup>۱۶</sup>، ایوینگ<sup>۱۷</sup>، ناردوسی<sup>۱۸</sup>، هورگان<sup>۱۹</sup>، خالدخان<sup>۲۰</sup>، ۲۰۱۷، رولرو<sup>۲۱</sup>، دنیل<sup>۲۲</sup>، تارتاگلیا<sup>۲۳</sup>، ۲۰۱۹، هو<sup>۲۴</sup>، ایکسیانگ<sup>۲۵</sup>، جیانگ<sup>۲۶</sup>، سانگ<sup>۲۷</sup> و ونگ<sup>۲۸</sup> دیگران، ۲۰۱۹، لی<sup>۲۹</sup>، ۲۰۱۹).

از دیگر آسیب‌های شناسایی شده در خصوص کودکان، می‌توان به زورگویی اینترنتی<sup>۳۰</sup> (دیمونگز، بونل، مارتینز، استفگن<sup>۳۱</sup>، ۲۰۱۸)، هرزه نگاری (کاوانل، ترین، لوین، استالف<sup>۳۲</sup>، ۲۰۱۴)، خشونت اینترنتی (مک هاکووا، پیچ<sup>۳۳</sup>، ۲۰۱۸)، کلاهبرداری و فریبکاری، نژادآزاری و تنفر (رالین، سانبرگ<sup>۳۴</sup>، ۲۰۱۶) اشاره کرد.

---

<sup>1</sup> Caplan SE

<sup>2</sup> Chou

<sup>3</sup> Condron

<sup>4</sup> Belland

<sup>5</sup> Huang X-q

<sup>6</sup> Van Zalk

<sup>7</sup> Yaffe

<sup>8</sup> Seroussi

<sup>9</sup> Kuss, D. J.

<sup>10</sup> Griffiths, M. D.

<sup>11</sup> Blackwell, D.

<sup>12</sup> Leaman, C.

<sup>13</sup> Tramposch, R.

<sup>14</sup> Osborne, C.

<sup>15</sup> Liss, M.

<sup>16</sup> Calancie, O.

<sup>17</sup> Ewing, L.

<sup>18</sup> Narducci, L. D.

<sup>19</sup> Horgan, S.

<sup>20</sup> Khalid-Khan, S.

<sup>21</sup> Rollero, C.

<sup>22</sup> Daniele, A.

<sup>23</sup> Tartaglia, S.

<sup>24</sup> Hou, Y

<sup>25</sup> Xiong, D.

<sup>26</sup> Jiang, T.

<sup>27</sup> Song, L.

<sup>28</sup> Wang, Q.

<sup>29</sup> Lee, S.

<sup>30</sup> cyberbullying

<sup>31</sup> Domínguez-Hernández, F., Bonell, L., & Martínez-González, A.

<sup>32</sup> Kvale, I. L., Træen, B., Lewin, B., & Štulhofer, A.

<sup>33</sup> Machackova, H., Pfetsch, J., & Steffgen, G.

<sup>34</sup> Rohlfsing, S., & Sonnenberg, S.



با عنایت به این مختصر با اطمینان می‌توان گفت که بحث آسیب‌های فضای مجازی همچنان در دنیا مطرح بوده و به‌طور جد از سوی پژوهشگران پی‌گیری می‌شود. از سوی دیگر شرایط فرهنگی ایران و دوران گذاری که در آن قرار گرفته‌ایم، ضرورت این آسیب‌شناسی را دوچندان می‌کند. پژوهش حاضر ضمن تلاش برای شناسایی آسیب‌های فضای مجازی از ابعاد مختلف، درصدد ارائه پیشنهادات راهبردی برای کاهش این آسیب‌ها در دوره ابتدایی است. با عنایت به پژوهش‌های بسیار اندکی که در این زمینه صورت گرفته است، امید است که یافته‌های پژوهش حاوی وجوه نوآورانه باشد و نتایج آن نه تنها برای استان بلکه سطح کشور نیز مفید واقع شود.

### اهمیت و ضرورت مسئله

در باب اهمیت و حساسیت فضای مجازی به اندازه کافی گفته و شنیده ایم. ضرورت این امر صرفاً نه از سوی دانشگاهیان و فرهنگیان، بلکه مکرر از سوی رهبران و سیاست‌مداران نیز گوشزد شده است. برای پرهیز از اطاله کلام و برای رعایت ایجاز، برای این قسمت صرفاً به ارائه جدول ۱-۳ اکتفا می‌شود. همانطور که در این جدول مشاهده می‌شود، آینده‌پژوهان کشور، مهم‌ترین آسیب فضای مجازی را مربوط به خانواده و از جانب ابزارهای تلفن هوشمند (انواع اپلیکیشن‌ها، بازی‌ها، شبکه‌های اجتماعی و ...) می‌دانند. بنابراین، سزاست که پژوهشگران همچنان به مطالعه وجوه مختلف این نوع آسیب‌ها بپردازند؛ علی‌الخصوص که درباره آن دسته از آسیب‌های فضای مجازی که خاص کودکان و دانش‌آموزان دوره ابتدایی باشد، کار چندانی در داخل کشور به انجام نرسیده است.

جدول ۱-۳: مسائل مرتبط با حوزه فضای مجازی برگرفته از نتایج آینده پژوهشی ایران (مولایی، طالبیان، عابدی، ۱۳۹۶، ص ۸۶)

رتبه کل	مسئله (متغیر)	موضوع	درصد اهمیت	درصد عدم قطعیت
۹۲	آسیب پذیری امور مربوط به خانواده ها از ابزارهای تلفن هوشمند	اجتماعی	۶۹/۲۸	۳۷/۸۲
۱۱۲	استفاده از شبکه های اجتماعی آنلاین در بستر اینترنت همراه	فرهنگی	۶۷/۴	۳۰/۸۶
۱۶۳	سواد دیجیتالی برای مواجهه با امکانات جدید تلفن های همراه	فرهنگی	۵۸/۸۸	۳۶/۰۸
۱۷۷	جنگ سایبری ایران و غرب	بین الملل	۵۴/۴۴	۴۷/۸۲
۱۸۱	فیلترینگ اینترنت	فرهنگی	۵۲/۹۶	۳۶/۰۸
۱۸۷	معضلات افشای حریم خصوصی در فضای مجازی	اجتماعی	۵۰/۷۱	۳۶/۹۵
۱۹۴	کلاه برداری، مزاحمت و سایر جرائم اینترنتی	اجتماعی	۴۱/۷۸	۳۶/۸۱

### هدف های پژوهش

- بررسی میزان دسترسی و استفاده از فضای مجازی از سوی دانش آموزان
- شناسایی تأثیرات نامطلوب فضای مجازی بر دانش آموزان
- شناسایی راه کارهای کاهش آسیب های فضای مجازی در رابطه با دانش آموزان

### سئوال های پژوهش

- ۱- میزان دسترسی دانش آموزان به فضای مجازی چگونه است؟
- ۲- میزان استفاده دانش آموزان در طول شبانه روز چگونه است؟
- ۳- اولویت بندی آسیب های فضای مجازی در رابطه با دانش آموزان کدام است؟

- ۴- آیا بین میزان دسترسی و میزان استفاده دانش‌آموزان از فضای مجازی از یک سو و آسیب‌های شناسایی شده از سوی دیگر، رابطه معناداری برقرار است؟
- ۵- راه‌کارهای کاهش آسیب‌های فضای مجازی در رابطه با دانش‌آموزان کدامند؟

## متغیرها

**فضای مجازی:** دانشنامه آزاد ویکی‌پدیا، فضای مجازی را معادل فضای سایبر گرفته و به اختصار اینگونه تعریف می‌کند: فضای سایبر (که در ایران از آن تعبیر به فضای مجازی می‌شود) واژه‌ای است که در دهه ۱۹۸۰ وارد ادبیات علمی تخیلی شد و شاغلان در زمینه کامپیوتر و علاقه‌مندان به سرعت آن را به کار بردند و در دهه ۱۹۹۰ رایج شد. در این دوره، استفاده از اینترنت، شبکه و مخابرات دیجیتال سریعاً در حال رشد بود و لفظ فضای مجازی می‌توانست بسیاری از ایده‌ها و پدیده‌های نوظهور را نمایندگی کند<sup>۱</sup>.

در تمام تعاریف فضای مجازی، این فضا محیط الکترونیکی یا محیط شبکه‌ای از کامپیوترها دانسته می‌شود که با استفاده از جلوه‌های سمعی و بصری سعی دارد تا اشیاء و واقعیت‌های سه بعدی جهان واقعی را مشابه سازی کند اما ادعا می‌شود که فاقد مادیت فیزیکی هستند. گفته می‌شود که از خصوصیات بارز این فضا بی مکانی و بی زمانی است. در این تعریف، شبکه جهانی اینترنت، انواع بازی‌های ویدئویی چه آنلاین و چه آفلاین، انواع شبیه‌سازها و مانند آن که از طریق موبایل، رایانه، عینک‌های سه بعدی و مانند آن قابل دسترسی هستند، جزء فضای مجازی به شمار می‌روند.

نوربرت وینر- بنیانگذار علم سایبرنتیک - در کتاب "سایبرنتیک و جامعه" می‌گوید که سایبرنتیک از واژه یونانی کورنتس (KUBERNETS) به معنای سکاندار که منشا آن واژه انگلیسی گاورنر (GOVERNER) است، اقتباس شده است. وی معتقد است که پیش از آن نیز این واژه در سده ۱۹ توسط آمپر در اشاره به مفهومی که در علوم سیاسی مورد استفاده قرار گرفته است. در تعریف سایبرنتیک، وینر ارتباط‌گیری و کنترل را به‌طور توأمان دخیل دانسته چرا که معتقد است زمانیکه فرد با شخص دیگری در حال برقراری ارتباط است و پیامی را برای او می‌فرستد و طرف مقابل پیام وابسته‌ای را به فرد باز می‌گرداند که حاوی اطلاعاتی است که در آغاز در دسترس او بوده، این فرآیند ملزم میزان خاص از کنترل طرفین بر ارتباط و آگاهی از پیام است.

<sup>1</sup> [https://fa.wikipedia.org/wiki/فضا\\_مجازی](https://fa.wikipedia.org/wiki/فضا_مجازی)

در فرهنگ علوم اجتماعی گولدو کولب نیز سایبرنیتک بدین گونه تعریف شده است: سایبرنیتیک به مجموعه‌ای از نظریه‌ها و پژوهش‌ها اشاره می‌کند که توجه خود را به انسان‌ها، ارگانسیم‌های دیگر و ماشین‌ها معطوف کرده‌اند. کانون توجه نظریه‌ها و پژوهش‌های یاد شده عبارت است از: الف- خود نگه دار و خود کنترلی بودن دستگاه‌های مکانیکی و ارگانیک از راه دستگاه‌های از راه فرآیند باز خورد، ب- پیام‌رسانی و تبادل اطلاعات در دستگاه‌های مکانیکی و اندامی. در مجموع می‌توان گفت که سایبرنیتیک امروزه موضوعی میان رشته‌ای است و از آن در علوم بسیار متعددی مثل ریاضیات، الکترونیک، زیست‌شناسی، جامعه‌شناسی، روان‌شناسی، ارتباطات و غیره در جهت شناخت و مطالعه رفتارها، بازخوردها و پاسخ در هر سیستمی استفاده می‌شود. تا کنون نیز ترکیب‌هایی بی شمار و مشتقات متعددی از این کلمه ساخته شده که همگی پیوند سایبر را با خود به همراه دارند. یکی از این ترکیبات فضای مجازی یا همان فضای سایبرنیتیک است.

در هر حال فضای مجازی در هر تعبیری و با هر تعریفی، قلمرویی وسیع، بدیع و بکر است که برای ساکنان خود امکانات، آزادی‌ها، فرصت‌ها، دلهره‌ها، آسیب‌ها و محدودیت‌های نوینی را به همراه دارد. اهمیت این قلمرو تا حدی است که امروزه برخی اندیشمندان صحبت از دو جهانی شدن دنیا معاصر می‌کنند. همانطور که عاملی (۱۳۸۳) در مقاله‌ای تحت عنوان "جهانی شدن‌ها، مفاهیم و نظریه‌ها" می‌گوید: پارادایم دو جهانی شدن‌ها نگاهی است که در درجه اول بر تمایز بین جهان مدرنیته و جهان جهانی شده تاکید می‌کند و در درجه بعد به تبیین و متمایز کردن دو جهان موازی و در عین حال به هم آمیخته واقعی و مجازی می‌پردازد.

با این نگاه مهم‌ترین تغییر جهان معاصر که بنیان تغییرات آینده جهان را می‌سازد، رقابتی شدن جهان واقعی و جهان مجازی است. ظهور جهان جدید یعنی جهان مجازی، بسیاری از روندها و نگرش‌ها و ظرفیت‌های آینده جهان را تحت تاثیر خود قرار می‌دهد. این جهان در واقع به موازات و گاه حتی بر جهان واقعی مسلط شده و عینیت واقعی پیدا می‌کند. این دو جهان دارای دادوستدهای بی‌شماری با یکدیگر هستند. جهان واقعی با خصایصی مانند جغرافیا داشتن، دارای نظام سیاسی خاص بودن، محبوس بودن، طبیعی بودن و غیره از جهان مجازی متمایز می‌شود و جهان مجازی نیز در مقابل با خصیصه‌هایی مثل بی مکانی، فرازمان بودن، تکثر داشتن، قابل دسترس بودن همزمان و غیره از جهان واقعی به‌طور نسبی جدا می‌شود. از نظر عاملی مهم‌ترین تغییری که فضای دو جهانی یا به عبارتی دیگر ظهور فضای مجازی و در پرتوی آن شکل‌گیری جهان مجازی به وجود آورده، تغییر در روابط انسانی است؛ جایگزینی روابط چهره به چهره سنتی با روابط مجازی با واسطه رایانه، شاید مهم‌ترین بخش این تغییر است.

فضای مجازی در روند گسترش خود به زمانی می‌رسد که تمام جنبه‌های زندگی را در بر می‌گیرد و بدین ترتیب به دلیل ارتباط نزدیک با جنبه‌های واقعی زندگی عینیت واقعی بودگی برای همه به راحتی درک می‌شود. این ارتباط به شکلی گسترش خواهد یافت که فضای حقیقی به خواست انسان در ابتدا و جبراً در ادامه بدون فضای مجازی امکان ادامه نخواهد داشت و نه تنها فضای مجازی جزیی از زندگی بلکه هسته زندگی خواهد شد. با این وصف، فضای مجازی یا فضای دوم یک واقعیت فرعی نیست، بلکه یک دنیای واقعی با ویژگی‌های متفاوت اما کاملاً وابسته به فضای اول است (عاملی و حاجی جعفری، ۱۳۹۱).

**شبکه اجتماعی:** در حالی که هنوز هیچ کس تصور نمی‌کرد که روزی جنبه اجتماعی اینترنت به صورت کاربرد اصلی آن در آید، شبکه‌های اجتماعی اینترنتی پای به عرصه‌ی وجود گذاشتند. این موضوع در بین کاربران اینترنتی چنان مورد استقبال قرار گرفت که به جرأت می‌توان گفت یکی از تأثیرگذارترین سرویس‌های ارائه شده در اینترنت و وب که در سال‌های اخیر تحول شگرفی در نظام اجتماعی کشورهای مختلف بوجود آورد، شبکه‌های اجتماعی بود (رسولی و بندگی منفرد، ۱۳۹۳).

شبکه‌های اجتماعی مکان‌هایی هستند که در آن‌ها افراد فرصت پیدا می‌کنند تا خود را معرفی کنند و ویژگی‌های شخصیتی خود را بروز دهند و با سایرین ارتباط برقرار کنند. شبکه‌های اجتماعی می‌توانند از طریق سایت‌ها یا برخی اپلیکیشن‌های پیام رسان ایجاد شود. این سایت‌ها بطور بالقوه‌ای چه در سطح روابط بین فردی و چه در سطح روابط اجتماعی توانایی ایجاد تغییرات اساسی در زمینه اجتماعی هر فرد را دارا می‌باشند. در اغلب موارد مهم‌ترین تأثیر اینگونه سایت‌ها را حفظ و ارتقای روابط گذشته می‌دانند، این در حالی است که نباید از نقش این سایت‌ها در شکل‌گیری روابط جدید بین فردی غافل شد هر چند که فعالیت در این گونه شبکه‌ها سبب تسهیل ارتباط با دوستان می‌شود ولی به همان میزان استفاده می‌تواند اثرات منفی بگذارد. از جمله از تأثیرات مهم منفی این گونه سایت به‌ویژه در دانش‌آموزان می‌توان به تأثیر بلوغ عاطفی اشاره نمود (جوادی‌نیا و همکاران، ۱۳۹۲، ص ۴۰).

**شبکه‌های اجتماعی:** یک وبسایت یا نرم‌افزار کاربردی (یا همان اپلیکیشن) است که امکان تبادل اطلاعات بین کاربران را از طریق ارسال اطلاعات، نظر دادن، پیام‌ها، تصاویر و غیره فراهم می‌کند.

**رسانه‌های اجتماعی:** اصطلاح دیگری است که از سال ۲۰۱۰ به این سو برای شبکه‌های اجتماعی مورد استفاده قرار می‌گیرد. رسانه‌های اجتماعی علاوه بر ارتباطات، بر بعد پخش اخبار و افکار در سطح وسیع نیز تأکید می‌کنند.

**آسیب‌های نوپدید:** اصطلاحی نه چندان روشن که به برخی آسیب‌های اجتماعی سال‌های اخیر از جمله آسیب‌های ناشی از فضای مجازی، اینترنت، ماهواره، شبکه‌های اجتماعی و مانند آن اشاره دارد. **اینترنت:** یک شبکه رایانه‌ای جهانی، که امکانات وسیعی را برای تبادل اطلاعات و ارتباطات فراهم کرده و متشکل از شبکه‌های به هم متصلی است که از پروتکل‌های استاندارد شده ارتباطی استفاده می‌کنند.

**بازی دیجیتال (گیم):** هر نوع بازی که با استفاده از وسایل الکترونیکی، چه برخط و چه به تنهایی انجام شود.

**بازی الکترونیکی:** نوعی بازی است که از وسایل الکترونیکی برای خلق یک سامانه تعاملی با بازی کن استفاده می‌شود. بازی دیجیتال و بازی الکترونیکی در یک معنا استفاده می‌شوند.

**بازی ویدئویی:** نوعی بازی که با دستکاری و تعامل تصاویر تولید شده با برنامه‌های کامپیوتری یا یک نمایشگر یا صفحه نمایشی دیگر انجام می‌شود. در تعریف دیگر: بازی ویدئویی نوعی سرگرمی تعاملی است که توسط یک دستگاه الکترونیکی مجهز به پردازشگر یا میکرو کنترلر انجام می‌شود. تعداد مخاطبان بازی‌های ویدئویی در سال‌های گذشته افزایش چشمگیر داشته و این بازی‌ها به یکی از پرهوادارترین سرگرمی‌های موجود تبدیل شده‌اند. معمولاً انواع کنسول‌ها و دسته‌های بازی در بازی‌های ویدئویی مورد استفاده قرار می‌گیرند.

**خطرات سایبری:** منظور از خطرات سایبری انواع آزارها و آسیب‌های جسمی، روانی، مالی و ... است که ممکن است در فضای مجازی متوجه کاربران باشد مثل: دریافت و ارسال پیام‌ها و درخواست‌های جنسی، دریافت تصاویر و فیلم‌های مستهجن، زورگویی یا قلدری اینترنتی، شرط‌بندی‌های آنلاین، دریافت پیام‌های آزاردهنده و نفرت‌انگیز، دریافت پیام‌های تهدیدآمیز، اخاذی اینترنتی، بهره‌کشی و استثمار اینترنتی، کلاهبرداری‌های الکترونیکی، دریافت پیام‌های اعتقادی و نژادی نامطلوب، دریافت بدافزارها و ویروس‌ها، ...

# فصل دوم: پیشینه پژوهش



## مقدمه

این فصل به دو بخش کلی تقسیم شده است. در بخش نخست که عموماً به مبانی و چارچوب نظری اختصاص داده می‌شود، به بحث‌های کلی در باب تأثیر فناوری و رسانه بر انسان پرداخته شده است. در بخش دوم از این فصل، به مجموعه‌ای از مهم‌ترین پژوهش‌های سال‌های اخیر در خصوص آسیب‌های حاصل از سوء مصرف رسانه‌های دیجیتال، فضای سایبر یا همان فضای مجازی اشاره شده است. پژوهش‌های محدودی که به زبان فارسی وجود دارد در قالب یک جدول واحد ارائه شده است. با عنایت به حجم بسیار زیاد پژوهش‌های خارجی که در این خصوص به انجام رسیده است، خلاصه و جمع‌بندی آنها در قالب یک جدول ناممکن است. با وجود این، سعی شد که فرآیندها و پژوهش‌های مروری معتبر مربوط به یکی دو سال اخیر گردآوری شده و نتایج آنها ذکر شود. از این منظر می‌توان اطمینان داد که فصل حاضر به‌طور مستقیم و غیرمستقیم (از طریق مطالعات بین‌المللی مروری)، یافته‌های دهها پژوهش معتبر را در خود گنجانده است.

نکته دیگر اینکه به دلایل مختلف از جمله افزایش ضریب نفوذ اینترنت، احتمال اثرگذاری رسانه‌های غیررسمی بر زندگی شهروندان بویژه در حوزه سبک زندگی بسیار بالا خواهد بود (۷۸٪). حتی اگر محدودیت اینترنت از طریق فیلترینگ افزایش یابد، بازهم مجموع نظر کارشناسان این حوزه این است که احتمالاً تأثیرگذاری رسانه‌های غیررسمی و فضای مجازی افزایش یافته و به مقدار حدود ۹۰ درصد خواهد رسید. بنابراین، کانون تمرکز هر نوع سیاست‌گذاری رسانه‌ای در ایران نه بر مطبوعات و رادیو و تلویزیون دولتی که باید مبتنی بر رسانه‌های غیررسمی از جمله اپلیکیشن‌های ارتباطی (مانند تلگرام، واتس‌آپ) و غیره باشد (مولایی، طالبیان، عابدی، ۱۳۹۶).

این در حالی است علی‌رغم صدهای بلندی که در خصوص فضای مجازی شنیده می‌شود، در عمل شاهد تحقیقات وسیع و عمیقی در ایران نیستیم. از طرف دیگر نکته خوش‌بینانه این است که به خاطر شباهت‌های فراوان در نوع استفاده از فناوری و همچنین خصائص خود فناوری، یافته‌های بسیاری از پژوهش‌های بین‌المللی و داخلی را می‌توان به دیگر کشورها و شهرها تعمیم داد. در بیشتر



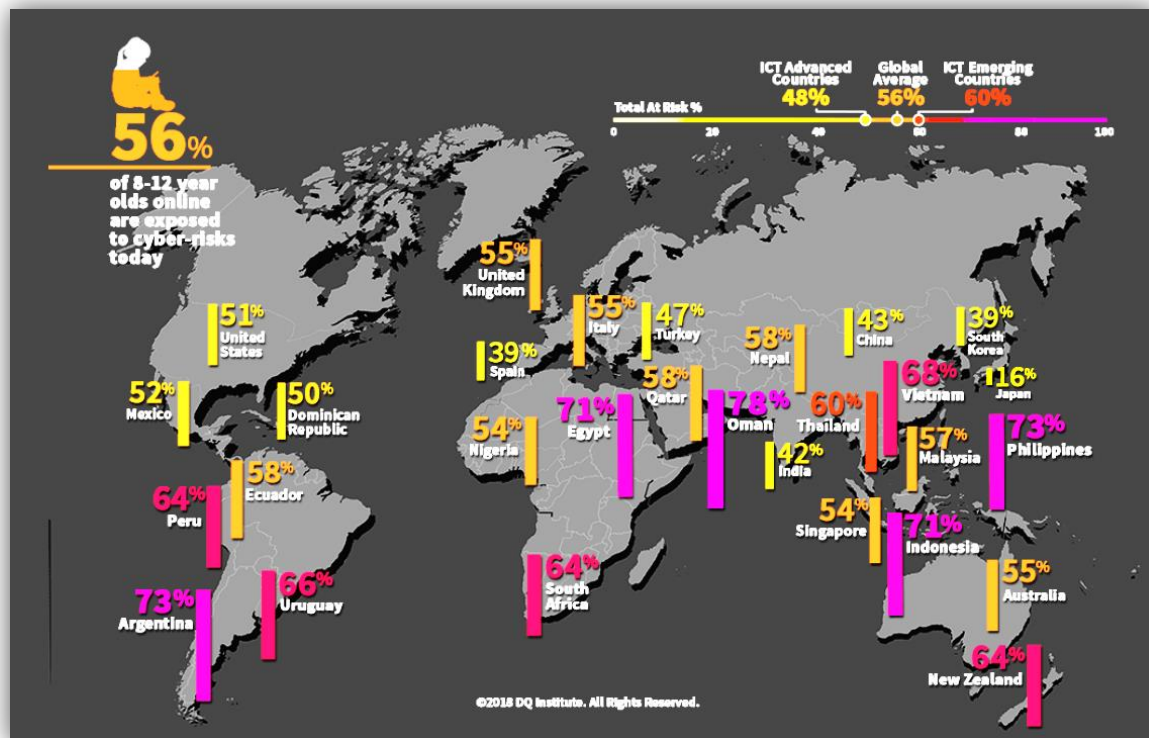
موارد نتایج میان شهرهای بزرگ، مراکز استان‌ها و کل کشور شباهت فراوانی با هم دارند و از این رو تعمیم یافته‌های شهرهای بزرگ به کل کشور امکان‌پذیر است (شش جوانی، ۱۳۹۶، ۱۶).

## الف) انسان، فناوری و رسانه

### نیمرخ آماری در مورد فضای مجازی

یکی از معتبرترین منابع موجود در زمینه فضای سایبر و خطرات آن، موسسه بین‌المللی DQ است.<sup>۱</sup> این موسسه غیرانتفاعی به دنبال وضع استانداردهایی است که بتواند راهنمای کار مربیان و برنامه‌ریزان تعلیم و تربیت و سیاست‌مداران در سرتاسر جهان باشد. این موسسه بعد از مفاهیم IQ (هوشبهر) و EQ (هوش هیجانی)، مفهوم جدید DQ (هوش دیجیتال) را توسعه داده و روی آن به مطالعه و تحقیق می‌پردازد. یکی از رسالت‌های اصلی این موسسه اطمینان از زندگی سالم و بهزیستی آدمی در تمام سنین در رابطه با فناوری است. پیش‌فرض این موسسه این است که فناوری‌ها با تمام آورده‌های مثبت خود، می‌توانند خطراتی را برای ذهن و جسم و در سطح فرد و اجتماع به همراه داشته باشند. یکی از فعالیت‌های این موسسه ارائه آمارهای معتبر در زمینه میزان استفاده از فناوری‌های دیجیتال یا میزان استفاده از صفحات نمایشگر است. در ادامه چند نمونه از نمودارهای ارائه شده از سوی این موسسه که مرور آنها به فهم بهتر طرح تحقیق پیش‌رو کمک می‌کند آورده شده است.

<sup>1</sup> <https://www.dqinstitute.org/>

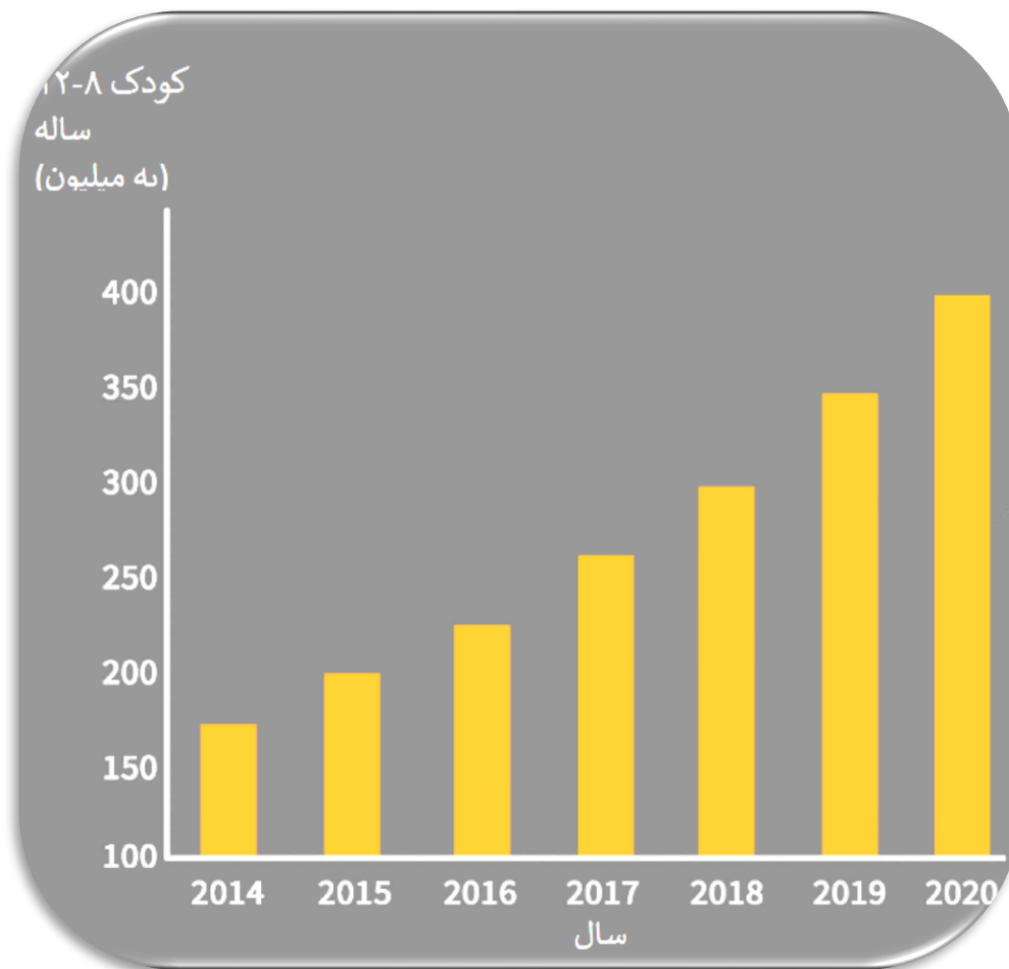


شکل ۱-۲: ۵۶٪ از کودکان ۸-۱۲ ساله در زمان آنلاین بودن در معرض خطرات سایبر قرار دارند.

منبع: <sup>۱</sup> DQ (2018)

بر اساس شکل ۱-۲ به طور میانگین ۵۶٪ از کودکان ۸-۱۲ ساله جهان در زمانی که در فضای مجازی آنلاین هستند، در معرض خطرات سایبری قرار دارند. در این پیمایش، کشور ایران وجود ندارد اما، با توجه به آمار کشورهای مشابه و نزدیک مثل ترکیه (۴۷٪)، قطر (۵۸٪)، عمان (۷۸٪) و مصر (۷۱٪) شاید بتوان این رقم را در مورد ایران نیز صادق دانست.

<sup>۱</sup> [https://www.dqinstitute.org/2018DQ\\_Impact\\_Report/](https://www.dqinstitute.org/2018DQ_Impact_Report/)



شکل ۲-۲: آمار تقریبی کودکان ۸-۱۲ سال که در معرض خطرات سایبری قرار دارند. منبع: <sup>۱</sup> DQ (2018)

شکل ۲-۲ نشان می‌دهد که تعداد کودکان در معرض خطر فضای سایبر از سال ۲۰۱۴ تا ۲۰۲۰ به‌طور مداوم در حال افزایش بوده است. بر این اساس، تعداد کودکان ۸-۱۲ ساله در معرض خطر که در سال ۲۰۱۴ حدود ۱۷۰ میلیون نفر بوده است، در سال ۲۰۲۰ به بیش از ۴۰۰ میلیون رسیده است. یکی از دلایل افزایش این تعداد، افزایش تلفن همراه و تبلت‌های متصل به اینترنت است که در دسترس کودکان قرار می‌گیرد.

<sup>۱</sup> [https://www.dqinstitute.org/2018DQ\\_Impact\\_Report/](https://www.dqinstitute.org/2018DQ_Impact_Report/)



شکل ۲-۳: ارتباط بین استفاده از صفحه نمایشگر و خطرات سایبری. منبع: <sup>۱</sup>DQ (2018) در شکل ۲-۳، ارتباط بین میزان استفاده از صفحه نمایشگر و میزان خطرات سایبری نشان داده شده است. به موازات افزایش ساعات استفاده از صفحات نمایشگر (موبایل، تبلت، لپتاپ، رایانه، تلویزیون)، میزان خطر نیز افزایش می‌یابد.

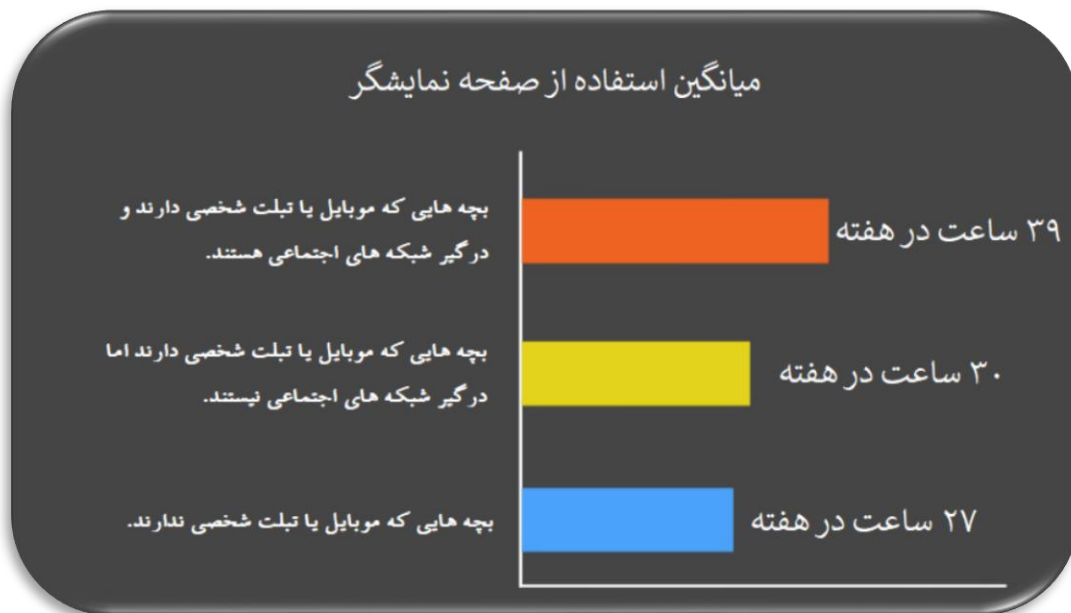
از آنجا که آمار ارائه شده در شکل‌های ۱ تا ۳، جنبه جهانی دارند، می‌توان به جهان‌گیری خطرات فضای سایبر اطمینان حاصل کرد. بر اساس همین آمار، بیش از نیمی از کودکان ۸-۱۲ ساله جهان در معرض خطرات سایبری هستند، خطرانی از جمله زورگویی سایبری، اعتیاد به بازی‌های ویدئویی، قرار ملاقات‌های آفلاین و رفتارهای جنسی آنلاین. شکل‌های ۲-۴ و ۲-۵ نیز نشان می‌دهد که اگر کودکان از موبایل و تبلت شخصی برخوردار باشند و همچنین در شبکه‌های اجتماعی عضو باشند، به همان نسبت میزان استفاده آنها از این وسایل افزایش یافته و در نتیجه بیشتر در معرض خطرات سایبری قرار می‌گیرند. برخی دیگر از میانگین‌های جهانی عبارتند از:

<sup>۱</sup> [https://www.dqinstitute.org/2018DQ\\_Impact\\_Report/](https://www.dqinstitute.org/2018DQ_Impact_Report/)

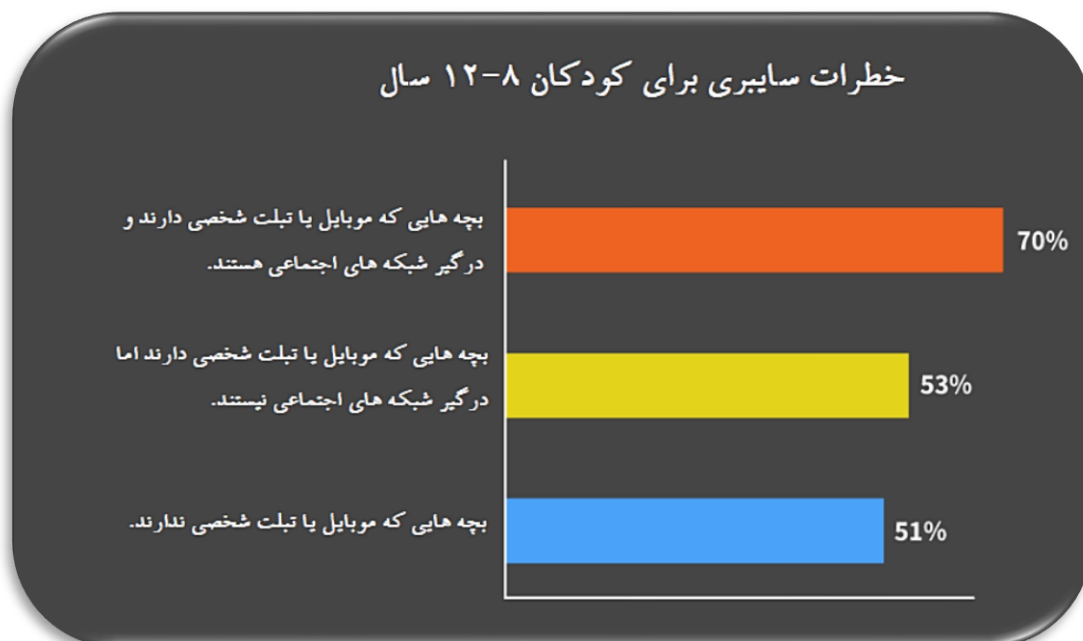
- ❖ میانگین جهانی نشان می‌دهد که کودکان در هفته ۳۲ ساعت به صفحات نمایشگر تنها برای سرگرمی نگاه می‌کنند.
- ❖ ۵۰٪ از کودکان ۸-۱۲ ساله از طریق تلفن همراه خود به اینترنت دسترسی دارند.
- ❖ ۸۵٪ از کودکان ۸-۱۲ ساله از رسانه‌های اجتماعی استفاده می‌کنند.
- ❖ ۴۷٪ کودکان ۸ تا ۱۲ سال به نوعی زورگویی سایبری را تجربه کرده‌اند.
- ❖ ۱۰٪ از کودکان ۸ تا ۱۲ سال با یک فرد غریبه در فضای سایبر حرف زده‌اند و او را ملاقات کرده‌اند.
- ❖ ۱۱٪ از کودکان ۸ تا ۱۲ سال بر اساس معیارها به بازی‌های ویدئویی معتاد هستند.
- ❖ ۱۷٪ از کودکان ۸ تا ۱۲ سال درگیر رفتارهای جنسی آنلاین شده‌اند.
- ❖ کودکانی که صاحب تلفن‌های همراه هستند، دو برابر بیشتر از کسانی که فاقد تلفن همراه هستند، فعالانه در رسانه‌های اجتماعی مختلف حضور دارند.
- ❖ کودکانی که صاحب تلفن همراه بوده و در رسانه‌های اجتماعی (شبکه‌های اجتماعی) نیز فعالانه مشارکت دارند، در هفته ۱۲ ساعت بیشتر به نمایشگر نگاه می‌کنند؛ یعنی ۴۴ ساعت. این دسته ۷۰٪ بیشتر از بقیه با خطرات فضای سایبر مواجه هستند.
- ❖ در سال ۲۰۱۸، مرکز ملی US برای کودکان گمشده و استثمار شده، ۱۸,۴ میلیون گزارش درباره کودک آزاری جنسی آنلاین دریافت کرد (Loritz, 2019).
- ❖ یک مطالعه اخیر نشان داد که ۱۷٪ والدین بیان کرده‌اند که کودک آنها قربانی زورگویی سایبری بود است. در برخی کشورها این عدد به ۳۷٪ هم می‌رسد (Comparitech, 2019).
- ❖ از هر پنج کودک بین ۹ تا ۱۷ سال یک نفر به‌طور ناخواسته مطالب جنسی آنلاین را می‌بیند و ۲۵٪ آنها تجربه ترس یا استرس زیاد را گزارش داده‌اند (Madigan & et al., 2018).
- ❖ در یک مطالعه در سال ۲۰۱۹ نشان داده شد که ۹۹٪ اصطلاحات و موقعیت‌های آنلاین به زبانی نوشته شده است که نسبت به فهم بچه‌ها خیلی پیچیده است (Benoliel, & Becher, 2019).
- ❖ به گزارش INHOPE's internet Hotlines تعداد تصاویر و ویدئوهای غیرقانونی از سال ۲۰۱۶ تا ۲۰۱۸، ۸۳٪ افزایش یافته است<sup>۱</sup>.

<sup>1</sup> <https://www.inhope.org/EN/the-facts>

اگرچه قرار گرفتن در معرض این خطرات الزاماً نشان‌دهنده وارد شدن آسیب جسمی یا روحی دائمی به کودکان نیست. با این حال، قرار گرفتن دائمی در معرض این خطرات در سنین پایین، خطری برای رشد کلی کودکان، بهزیستی آنها، روابط آنها و فرصت‌های آینده آنها خواهد بود.



شکل ۲-۴: ارتباط بین مالکیت موبایل/تبلت و عضویت در شبکه‌های اجتماعی و میزان استفاده از صفحه نمایشگر. منبع: (2018) DQ



شکل ۲-۵: ارتباط بین مالکیت موبایل/تبلت و عضویت در شبکه‌های اجتماعی و خطرات سایبری. منبع: (2018) DQ

### استفاده از صفحه نمایشگر در هفته در انگلستان

جدای از آمارهای جهانی، برخی کشورها به طور جداگانه به رصد وضعیت استفاده از فضای مجازی، فضای سایبر یا صفحه نمایشگر می‌کنند. نمونه‌ای از این دست را می‌توانید در ادامه ببینید. اعدادی که در ادامه آمده است، مربوط به کشور انگلستان است. این آمار همه دامنه‌های سنی را در بر می‌گیرد اما، بنا به هدف طرح پیش‌رو که مربوط به دانش‌آموزان چهارم تا پنجم دوره ابتدایی است، تنها ارقام مربوط به کودکان ۸-۱۱ سال انتخاب شده‌اند.

- ❖ ۳۹٪ از بچه‌های ۸-۱۱ ساله برای خود تلفن هوشمند و ۵۲٪ هم تبلت دارند.
- ❖ ۹۵٪ از بچه‌های ۸-۱۱ ساله، ۱۴ ساعت در هفته تلویزیون را از طریق دستگاه تلویزیون تماشا می‌کنند.
- ❖ ۵۵٪ از بچه‌های ۸-۱۱ ساله، تلویزیون را از طریق دیگر دستگاه‌ها از جمله تبلت تماشا می‌کنند.
- ❖ ۸۱٪ از بچه‌های ۸-۱۱ ساله، حدود ۱۰ ساعت در هفته گیم بازی می‌کنند.
- ❖ ۹۴٪ از بچه‌های ۸-۱۱ ساله، حدود ۱۳٫۵ ساعت در هفته آنلاین هستند.
- ❖ ۸۱٪ از بچه‌های ۸-۱۱ ساله، از یوتیوب استفاده می‌کنند.
- ❖ ۲۳٪ از بچه‌های ۸-۱۱ ساله برای خود در شبکه‌های اجتماعی پروفایل دارند.
- ❖ ۸۱٪ از بچه‌های ۸-۱۱ ساله، ۳۷٫۵ ساعت در هفته تلویزیون تماشا می‌کنند، گیم بازی می‌کنند و آنلاین هستند. این مقدار بیش از ۵ ساعت در روز می‌باشد (Ofcom, 2017).

### رسانه‌ها و ارزش‌ها

رسانه‌ها در وهله نخست، نوعی فناوری خاص به شمار می‌روند که از سوی بشر اختراع و مورد استفاده قرار گرفته‌اند. برخی فناوری‌ها را به طور کل، و رسانه‌ها را به طور خاص، ابزار خنثایی تلقی می‌کنند که خوب و بد آنها صرفاً به کاربرد آنها از سوی آدمی باز می‌گردد نه به ذات آنها. در مقابل، نظریه پردازان دیگری قرار دارند که معتقدند که فناوری‌ها و رسانه‌ها قائم به ذات خود دارای ارزش‌ها و سوگیری‌هایی هستند که آنها را به کاربر تحمیل می‌کنند. در دیدگاه دوم فناوری‌ها آغشته به فرهنگ و اندیشه خاصی هستند، و خواه ناخواه ارزشهای متفاوتی را با خود حمل می‌کنند.

بحث بی‌طرفی فناوری به این بحث ختم می‌شود که آیا خنثی بودن و سوگیر بودن فناوری به شیوه‌های استفاده از آن توسط آدمی یا کاربر باز می‌گردد یا به خود فناوری. یعنی انسان به فناوری

جهت می‌دهد یا خود فناوری نیز می‌تواند جهت‌دار باشد. همانطور که اشاره شد پژوهش‌گران و نظریه‌پردازان در این زمینه دو دیدگاه عمده را در دو قطب متضاد ارائه کرده‌اند:

- فناوری خنثی است و به مثابه ابزار توسط انسان مورد استفاده قرار می‌گیرد؛

- فناوری خنثی نیست و در دل خود فلسفه‌ها و ایدئولوژی‌هایی را نهفته دارد (زیمنس و تیتنبرگر<sup>۱</sup>، ۲۰۰۹).

این بحث به‌طور اختصاصی در حوزه رسانه‌ها (به عنوان یک فناوری) نیز صادق است. نظریه‌پردازانی در حوزه رسانه و ارتباطات چون مک لوهان<sup>۲</sup> (۱۹۶۷) بر این اعتقادند که رسانه‌ها می‌توانند عمیقاً جامعه و روان بشر را دگرگون سازند. مک لوهان (همان) در این زمینه کلمه قصاری دارد و آن این است که "رسانه پیام است" و با این گفته با هرگونه فرض‌های بی‌طرفی و خنثی‌انگارانه از فناوری و رسانه مخالفت می‌ورزد. بر اساس پیش‌فرض خنثی نبودن فناوری‌ها، چندلر<sup>۳</sup> (۱۹۹۶) بحث می‌کند که فناوری‌ها به واسطه انتخاب‌پذیریشان به تجارب ما شکل می‌دهند. به عبارت دیگر سخن چندلر این است که وقتی ما با رسانه‌ها تعامل می‌کنیم، بر روی یکدیگر کنش و واکنش دوسویه داریم، استفاده می‌کنیم و استفاده می‌شویم (به نقل از کانوکا<sup>۴</sup>، ۲۰۰۸). در این دیدگاه «در هر ابزاری یک گرایش ایدئولوژیکی نهفته است، یک تمایل پیشینی برای ساخت جهان که نوعی از آن را بر نوعی دیگر رجحان می‌دهد، و ارزش‌هایی را بر ارزش‌های دیگر؛ و آشکارا به تقویت یک برداشت، مهارت، یا گرایش نسبت به دیگر انواع آن اقدام می‌کند» (پستمن<sup>۵</sup>، ۱۹۹۳؛ ص. ۱۳).



شکل ۲-۶: اگر قطار را یک رسانه تصور کنیم، چیدمان صندلی‌ها بر تعامل مسافران تأثیرگذار است

<sup>1</sup> Tittenberger

<sup>2</sup> McLuhan

<sup>3</sup> Chandler

<sup>4</sup> Kanuka, Heather

<sup>5</sup> Postman



شکل ۲-۶، مثال ساده‌ای است از اینکه چگونه فناوری‌ها یا به‌طور اخص رسانه‌ها با رفتار ما شکل می‌دهند. مسافری که در کوپه قطار می‌نشیند (تصویر سمت راست)، احتمالاً به سمت گفتگو و تعامل با دیگر مسافران سوق داده می‌شود، حتی اگر که اساساً درون‌گرا باشد و اگر در صندلی‌های اتوبوسی سمت راست بنشیند، زمینه برای گفتگو و تعامل کمتر خواهد بود. بنابراین شکل ظاهری فناوری‌ها، قالب رسانه‌ها و فیزیک محیط - جدای از محتوای آن - بر کاربر تأثیر می‌گذارد.

تحقیقات فراوانی را می‌توان سراغ گرفت که تأثیر استفاده از فضای مجازی/اینترنت/موبایل و مانند آن را بر فرد مورد مطالعه و تأیید قرار داده‌اند. نمونه‌هایی از این دست را در جدول ۱-۲ ارائه کردیم. در اینجا به نمونه دیگر اشاره می‌کنیم که توسط اسکندری و کاظمی (۱۳۹۳) به انجام رسیده است، یافته‌ها حاکی از پیوند قوی بین تغییر نظام ارزشی جوانان از یک سو و میزان مصرف رسانه‌ها (اینترنت و ماهواره) از سوی دیگر دارد. هرچه میزان استفاده از تارنماهای اینترنتی، فیلترشکن و نرم‌افزارهای چت بیشتر باشد، میانگین نمره جهت‌گیری ارزشی به‌طور معناداری پایین می‌آید.

اشاره به یافته‌های فوق صرفاً برای تأکید بر نقش رسانه‌ها بود. بدیهی است که هدف نفی فناوری‌های نوین نیست؛ چراکه این کار نه ممکن است و نه مطلوب. هدف اصلی نشان دادن این ارتباط، بیان اهمیت آن و یادآوری ناکارآمدی رویکردها و روشهای سنتی ما در تربیت نسل‌های جدید است.

### ب) آسیب و سلامت در فضای مجازی: یافته‌های پژوهشی چه می‌گویند؟

در دهه گذشته تحقیقات معتناهایی در خصوص تأثیرات اینترنت و رابطه بین استفاده از آن بر ابعاد مختلف زندگی فردی و اجتماعی، ویژگی‌های شخصیتی، جسم و روان، مغز و مانند آن صورت گرفته است. با ظهور شبکه‌های اجتماعی از اوایل هزاره سوم و گسترش روزافزون آن از ۲۰۱۰ به بعد، و همچنین افزایش نرخ نفوذ تلفن‌های همراه هوشمند، تبلت و لپ‌تاپ، ابعاد تازه تری به این تحقیقات افزوده شد. دسته‌بندی و نتیجه‌گیری از این دست تحقیقات حقیقتاً کار دشواری است و فراتر از توان و زمان در نظر گرفته شده برای پژوهش پیش روست. باوجود این، پژوهشگران تلاش کردند که همه یافته‌های پژوهشی داخلی را که به‌طور مستقیم به عنوان این تحقیق مربوط بود گردآوری کرده و در قالب یک جدول ارائه کنند. بدیهی است که این کار در مورد پژوهش‌های خارجی ممکن نبود. با این حال، در فصل پیش‌رو برخی از یافته‌های حاصل از مطالعات معتبر خارجی در ذیل آسیب‌های مختلف گنجانده شد. به‌طور خاص نتایج چندین فرآیند پژوهش یا فراتحلیل معتبر بین‌المللی در این فصل آورده

شده است. حسن این دست مطالعات مروری این است که یافته‌های ده‌ها مطالعه در سنوات قبل را جمع‌بندی و ارائه کرده‌اند. از این جهت می‌توان اطمینان داشت که در فصل پیشرو پژوهشگران یافته‌های حاصل از ده‌ها مطالعه را به‌طور مستقیم و بیش از دویست پژوهش را به‌طور غیرمستقیم مورد اشاره قرار داده‌اند.

## فضای مجازی و حمایت اجتماعی

اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی به عنوان یکی از شکل‌های اعتیاد به اینترنت شناخته می‌شود که در آن فرد به‌طور وسواس گونه‌ای به استفاده افراطی از رسانه‌های اجتماعی تمایل دارد (گریفیتس<sup>۱</sup>، ۲۰۰۰). مطالعات متعددی ارتباط بین اعتیاد به اینترنت و متغیرهای روانی-اجتماعی/ شخصیتی از قبیل هیجان‌خواهی، تجربه لذت، تنهایی، افسردگی و اختلالات شخصیتی را مورد بررسی قرار داده‌اند (مانند کاپلان، ۲۰۰۲، چو، کاندرون، بلند، ۲۰۰۵، هانگ، ۲۰۱۰، ون زالک، ۲۰۱۶، یافی و سروس، ۲۰۱۹). به همین ترتیب، مطالعات متعددی درباره اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی و متغیرهای روان شناختی به انجام رسیده است (کاس و گریفیتس، ۲۰۱۱، بلکول، لیمن، ترامپسوچ، اوسبورن و لیس، ۲۰۱۷، کالانیک، ایوینگ، ناردوسی، هورگان، خالدخان، ۲۰۱۷، رولرو، دنیل، تارتاگلیا، ۲۰۱۹، هو، ایکسیانگ، جیانگ، سانگ و ونگ دیگران، ۲۰۱۹، لی<sup>۲</sup>، ۲۰۱۹).

در بین این مطالعات مفهوم حمایت اجتماعی نیز مورد تاکید قرار گرفته است (الکتوی<sup>۳</sup>، اونز<sup>۴</sup>، بیکر<sup>۵</sup>، ۲۰۱۵). حمایت اجتماعی به منابع اجتماعی یا کمک‌های اجتماعی اشاره دارد که افراد وقتی به کمک، مشورت، تأیید یا محافظت نیازمندند، آن را دریافت می‌کنند. اجتماع مورد بحث شامل خانواده، دوستان، اقوام، همکاران و اطرافیان مهم می‌شود. به عبارت دیگر حمایت اجتماعی، تجربه یک فرد است از اینکه او را دوست دارند، از او مراقبت می‌کنند، به او حرمت و ارزش می‌دهند و او را بخشی از یک شبکه اجتماعی با مساعدت‌ها و تعهدات به شمار می‌آورند.

مطالعات حاکی از آن است که حمایت اجتماعی بر اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی تأثیر دارد. برای نمونه نیمز<sup>۶</sup>، گریفیتس<sup>۷</sup> و بانیارد<sup>۸</sup> (۲۰۰۶) رابطه بین احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت را نشان

<sup>1</sup> Griffiths

<sup>2</sup> Lee, S.

<sup>3</sup> Algtewi, E. E.

<sup>4</sup> Owens, J.

<sup>5</sup> Baker, S. R.

<sup>6</sup> Niemz, K.

<sup>7</sup> Griffiths, M

<sup>8</sup> Banyard, P.

داده‌اند. هاردی<sup>۱</sup> و تی<sup>۲</sup> (۲۰۰۷) نیز نشان دادند که افرادی که حمایت اجتماعی زیادی را از طریق اینترنت دریافت می‌کنند، بیش از حد از اینترنت استفاده می‌کنند. نتایج پژوهش لوینگستون<sup>۳</sup> (۲۰۱۴) نیز بیان می‌کند که تغییر روابط همسالان و والدین با کودکان، جهت‌گیری آنها را نسبت به شبکه‌های اجتماعی تغییر می‌دهد. اوزتوسان<sup>۴</sup> (۲۰۱۸) به‌طور روشن ارتباط معناداری را بین حمایت اجتماعی و اعتیاد به اینترنت در بین بزرگسالان مشاهده کرد.

برخی از پژوهش‌ها نشان داده‌اند که فقدان حمایت اجتماعی می‌تواند به استفاده بیشتر از اینترنت و فضای مجازی منجر شود. برای نمونه آرگریس<sup>۵</sup> و همکاران (۲۰۱۵) طی پژوهشی در رابطه با اعتیاد به اینترنت و احساس تنهایی در میان دانش‌آموزان دبیرستانی در یونان، گزارش کردند که همبستگی مثبت بالایی میان اعتیاد به اینترنت و احساس تنهایی وجود دارد. به نظر می‌رسد بین استفاده مفرط از اینترنت و یا اعتیاد به اینترنت با هراس اجتماعی و کاهش روابط اجتماعی ارتباط وجود داشته باشد. جانگ<sup>۶</sup> و همکاران (۲۰۱۹) نیز نشان دادند که شبکه اجتماعی فردی، به خوبی کیفیت حمایت اجتماعی دریافتی ادراک شده<sup>۷</sup> در زندگی روزمره، مانع از بروز اختلال استفاده از اینترنت<sup>۸</sup> [یا اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی] در افراد می‌شود.

اینترنت به معنای عام و شبکه‌های اجتماعی به معنای خاص می‌تواند به نوعی به عنوان یک مکانیزم جبران عمل کند. اگر برخی نیازهای اجتماعی، از جمله حس تعلق و ارتباط‌های ارضاکنده، در جهان واقعی تحقق پیدا نکند، ارتباطات شکل گرفته در فضای سایبر می‌تواند جایگزین آنها شود. از اینروست که چی هونگ<sup>۹</sup> و همکاران (۲۰۰۹) نشان دادند که افراد وابسته به اینترنت سطوح پایین‌تری از برون‌گرایی را نشان می‌دهند و سطح روان‌پریشی در مقایسه با گروه کنترل در آنها بالاتر بود. از نظر افراد معتاد به اینترنت، والدین آنها به اندازه کافی با آنها رابطه گرمی نداشتند و بسیار طردکننده و تنبیه‌گر (خصوصاً مادر) توصیف شدند. در واقع نبود حمایت والدینی قوی یا حمایت همسالان می‌تواند منجر به احساس عدم شایستگی و ارزشمندی شود به‌طوری که افراد به اینترنت به عنوان راه فراری از واقعیت استفاده می‌کنند.

<sup>1</sup> Hardie, E.

<sup>2</sup> Tee, Ming.

<sup>3</sup> Livingstone

<sup>4</sup> ÖZTOSUN

<sup>5</sup> Argyris v.

<sup>6</sup> Jung, S.

<sup>7</sup> perceived quality of social support received

<sup>8</sup> Internet use disorder

<sup>9</sup> Chih-Hung

## فضای مجازی و سواد رسانه‌ای

مفهوم دیگری که میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی و اعتیاد به آنها را تحت تأثیر قرار می‌دهد، مفهوم سواد رسانه‌ای<sup>۱</sup> است. یونسکو (۲۰۱۳، ص ۲۹) سواد رسانه‌ای و اطلاعاتی را اینگونه تعریف می‌کند: «ترکیبی از دانش‌ها، نگرش‌ها، مهارت‌ها و تجربیات مورد نیاز برای دستیابی، تحلیل، ارزیابی، استفاده، تولید و برقراری ارتباط با اطلاعات و دانش به صورت خلاقانه، قانونی و اخلاقی با تأکید بر حقوق انسان‌ها است»<sup>۲</sup>. دانیلز<sup>۳</sup> و وانوینسبرگ<sup>۴</sup> (۲۰۱۷) به طور اختصاصی تر از مفهوم سواد رسانه‌ای اجتماعی با تعریف زیر استفاده می‌کنند: مجموعه‌ای از شایستگی‌های فنی و شناختی مورد نیاز کاربران برای استفاده از شبکه‌های اجتماعی به گونه‌ای که تعاملات و ارتباطات اجتماعی در بستر وب کارآمد و اثربخش باشد. در این تعریف، شایستگی‌های فنی ناظر به دانش و مهارت‌های خلق کردن، رهیابی، سازماندهی، تولید و به اشتراک گذاری محتوای رسانه‌های اجتماعی است<sup>۵</sup>.

با هر تعریف، افراد با سواد رسانه‌ای می‌توانند از انواع رسانه‌ها منابع و مجراهای اطلاعاتی، در زندگی خصوصی، شغلی و عمومی خود استفاده کنند. نتایج پژوهش‌های والتر<sup>۶</sup>، هانوینکر<sup>۷</sup> و مورگن استرن<sup>۸</sup> (۲۰۱۴)؛ تورل موتاپا و دوناتو<sup>۹</sup> (۲۰۱۵)؛ مان و لی<sup>۱۰</sup> (۲۰۱۵)؛ واندراکوا و گابرهلیک<sup>۱۱</sup> (۲۰۱۶) و کینگ و همکاران<sup>۱۲</sup> (۲۰۱۸) همگی به نقش سواد رسانه‌ای در پیشگیری از اعتیاد اینترنتی تأکید دارد.

<sup>1</sup> Media literacy

<sup>2</sup> MIL is defined as a set of competencies that empowers citizens to access, retrieve, understand, evaluate and use, to create as well as share information and media content in all formats, using various tools, in a critical, ethical and effective way, in order to participate and engage in personal, professional and societal activities.

<sup>3</sup> Daneels, R.

<sup>4</sup> Vanwynsberghe, H.

<sup>5</sup> “the technical and cognitive competencies users need to use social media in an effective and efficient way for social interaction and communication on the web”. In this definition, technical competencies refer to knowledge and skills to create, navigate, organize, produce, and share social media content.

<sup>6</sup> Walther, B.

<sup>7</sup> Hanewinkel, R.

<sup>8</sup> Morgenstern, M.

<sup>9</sup> Turel, O., Mouttapa, M., & Donato, E.

<sup>10</sup> Mun, S. Y., & Lee, B. S.

<sup>11</sup> Vondráčková, P., & Gabrhelik, R.

<sup>12</sup> King, D. L. et al.

## فضای مجازی و هویت

بنابر یک تقسیم‌بندی نسلی، نسل سوم بیشترین کاربران اینترنتی در ایران بوده و بیش از نسل‌های دیگر در معرض آثار ناشی از اینترنت، از جمله مسائل هویتی و بحران هویتی قرار می‌گیرند. فارغ از شکاف‌های به وجود آمده ناشی از فرایند رسانه‌های نوین، شکاف نسلی موجود ناشی از تحولات ساختاری و جمعیتی جامعه ایران باعث شده است انتقال ارزش‌ها و آموزه‌ها در قالب سنت از نسلی به نسل دیگر با اختلال رو به رو شود. این پدیده از یک سو، به روند انتقال فرهنگ آسیب می‌رساند و از سوی دیگر، حافظه تاریخی را مختل می‌سازد و بدین ترتیب، انتقال تجربیات سیاسی و فرهنگی دوره‌های پیشین به زمان حاضر با دشواری انجام می‌شود (ربیعی، ۱۳۸۸، ص. ۱۶۶-۱۶۵، به نقل از معمار، عدلی پور، خاکسار، ۱۳۹۱، ص ۱۶۹).

در رابطه با اینکه آیا استفاده از شبکه‌های اجتماعی به تشکیل و تقویت ابعاد مختلف هویت-دینی، ملی، فرهنگی... - می‌انجامد یا تضعیف آن پژوهش‌هایی صورت گرفته است که بعضاً یافته‌های متناقضی را به دست داده‌اند. برخی نقش شبکه‌های اجتماعی را مثبت و برخی منفی ارزیابی کرده‌اند. در یک پژوهش جدیدتر که در بین دانشجویان دانشگاه فردوسی به انجام رسید، محققان استفاده از شبکه اجتماعی فیس‌بوک را نسبت به هویت ملی مثبت ارزیابی کردند. آنها معتقدند که «بر خلاف پژوهش‌های پیشین نتایج این مقاله نشان داد نوعی رابطه دیالکتیک و هم‌افزایی میان هویت ملی و جهانی وجود دارد. ملی‌گرایی نه تنها کاهش نیافته، بلکه به تقویت خوداظهاری ملی نیز منجر شده و همزمان توجه به هویت‌های جهانی را بیشتر کرده است.» (نجف زاده، انتظاری، و فتحی، ۱۳۹۴، ص ۸۰).

همچنین حاجیانی و محمدزاده (۱۳۹۴) در تحقیقی تحت عنوان «بررسی تأثیر فضای مجازی (اینترنت) بر هویت ملی دانشجویان»، نشان دادند که بین مدت استفاده از اینترنت با بعد رفتاری و شناختی هویت ملی کاربران همبستگی مثبت وجود دارد. با وجود این، توضیح داده‌اند که اگر نوع استفاده از اینترنت اطلاعاتی باشد، با هویت ملی همبستگی مثبت و اگر برای استفاده‌های ارتباطی و سرگرمی باشد این همبستگی منفی خواهد بود.

در مقابل، یافته‌های پژوهشی متعددی وجود دارد که حاکی از ارتباط منفی بین استفاده از فضای مجازی و انواع هویت است. برای نمونه معمار، عدلی پور و خاکسار (۱۳۹۱، ص ۱۵۵) در تحقیقی تحت عنوان «شبکه‌های اجتماعی مجازی و بحران هویت: با تأکید بر بحران هویتی ایران» اظهار می‌کنند که افراد در مواجهه با این فضا و تکرر منابع در ساخت هویت، دچار تعلیق (به معنی معلق

بودن و سردرگمی) می‌شوند. از بین رفتن زمان و مکان و نقش بیشتر فضا در دنیای مجازی تجلی آشکاری دارد. افراد در مواجهه با این فضای دوم، بنیان‌های هویت خود را متزلزل می‌بینند و دچار تردید و اضطراب می‌شوند. اگرچه شبکه‌های اجتماعی مجازی در فرایند ارتباطات می‌توانند دارای تأثیرات مثبت و منفی باشند، پژوهش حاضر تنها بر جنبه‌های بحران زای این فرایند تأکید کرده است و یکی از آثار فضای مجازی شبکه‌های اجتماعی را در جوامع، به خصوص جوامع در حال گذار، ایجاد بحران هویت ملی و دینی می‌داند.

یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد که براساس یک تقسیم‌بندی نسلی، نسل سوم بیشترین کاربران فضای مجازی در ایران بوده و بیش از نسل‌های دیگر در معرض آثار ناشی از شبکه‌های اجتماعی مجازی‌اند. فضای مجازی نوعی از بحران هویت را در میان طیف گسترده‌ای از جوانان به وجود آورده و این بحران هویت در زمینه‌های فردی ناهمگونی‌های هویتی را سبب شده و به نحوی تعادل اجتماعی را متأثر کرده است. همچنین شبکه‌های اجتماعی مجازی، باعث تغییرات اساسی در نهادهای هویت‌ساز شده‌اند و عوامل معنا‌ساز هویتی را دستخوش تغییر نموده‌اند.

یافته‌های پژوهش تیلر<sup>۱</sup> (۲۰۱۲، ص ۵) نشان می‌دهد که شبکه‌های اجتماعی مجازی در ترکیب با نفوذ قدرتهای غربی، حرکتی را به سوی همگن سازی جهان آغاز کرده‌اند که این حرکت سبب ایجاد تضاد و ستیز در جهان و حرکت برخی ملت‌ها به سوی شکست و تضعیف هویت ملی و سنت هایشان شده است. همچنین وی معتقد است که به واسطه این شبکه‌های اجتماعی مجازی افراد قابل توجهی در سراسر دنیا در تعامل با یکدیگر قرار گرفته‌اند و با فرهنگ و عقاید بیگانه رو به رو شده‌اند و در خصوص از دست دادن هویت‌های ملی و دینی شان احساس خطر کرده‌اند.

همچنین در تحلیل نقش شبکه‌های اجتماعی مجازی همچون در تضعیف بعد دیگر هویت فرهنگی یعنی هویت ملی کاربران باید گفت که با گسترش روزافزون این رسانه‌ها، به‌ویژه در جوامع در حال گذار، روند نوسازی به تضعیف پیوندهای سنتی می‌انجامد. این شبکه‌های اجتماعی اینترنتی می‌توانند در نگرش‌ها و رفتار شهروندان تأثیر گذارده و باعث کاهش همدلی، احساس تعلق ملی و انسجام اجتماعی شوند. اینگلهارت با طرح مفهوم انقلاب خاموش، بر این نظر است که ورود سریع ارزشها و ایده‌های جدید از طریق تکنولوژی‌های نوین اطلاعاتی و ارتباطی می‌تواند گسست‌های جدی در مبانی هویتی جامعه ایجاد کند. هم چنان که کاستلز بیان کرده است ماهواره و اینترنت با دگرگون ساختن بنیادین ماهیت ارتباطات، نقش تعیین کننده‌ای در تغییر و شکل دهی فرهنگ‌ها و هویت ملی

---

1 Tyler, T.

شهروندان ایفا می‌کند (کاستلز، ۱۳۸۹، ۳۸۴-۳۸۳، به نقل از عدلی پور، قاسمی، میرمحمدتبار، ۱۳۹۳، ص ۲۴).

عدلی پور، قاسمی و کیانیپور (۱۳۹۲، ص ۱۶۲) در پژوهشی تحت عنوان «شبکه اجتماعی فیس‌بوک و هویت ملی جوانان»، اظهار کرده‌اند که «در تحلیل نقش شبکه‌های اجتماعی مجازی همچون فیس‌بوک در تضعیف هویت ملی کاربران باید گفت که این رسانه‌ها می‌توانند در نگرش‌ها و رفتار شهروندان تأثیر گذارده و باعث کاهش همدلی، احساس تعلق ملی و انسجام اجتماعی شوند. اینگلهارت با طرح مفهوم انقلاب خاموش، بر این نظر است که ورود سریع ارزشها و ایده‌های جدید از طریق تکنولوژی‌های نوین اطلاعاتی و ارتباطی می‌تواند گسست‌های جدی در مبانی هویتی جامعه ایجاد کند».

در این تحقیق نشان داده شد که بین مدت زمان عضویت، میزان استفاده و میزان مشارکت و فعالیت کاربران در فیس‌بوک رابطه معنادار مثبتی وجود دارد. یعنی هرچه مدت زمان عضویت، میزان استفاده و میزان مشارکت و فعالیت کاربران در فیس‌بوک افزایش پیدا کند هویت ملی کاربران ضعیف تر می‌شود. و هرچه کاربران محتوای فیس‌بوک را بیشتر واقعی تلقی کنند هویت ملی آنها تقویت می‌شود.

بر اساس نظریه کاستلز در مورد نتایج پژوهش می‌توان استنباط کرد که میزان استفاده، مدت زمان عضویت و واقعی تلقی کردن محتوای شبکه‌های اجتماعی اینترنتی عاملی تأثیرگذار در تضعیف هویت ملی کاربران است. در واقع هرچه میزان استفاده و مدت زمان عضویت در شبکه‌های اجتماعی اینترنتی از سوی کاربران افزایش پیدا می‌کند احتمال تأثیرپذیری کاربران بیشتر می‌شود. و بر عکس هرچه میزان استفاده و مدت زمان عضویت در شبکه‌های اجتماعی مجازی کاهش می‌یابد احتمال تأثیرپذیری شان کمتر می‌شود. هرچه کاربران منفعلانه و غیرمشارکت جویانه در شبکه‌های اجتماعی حضور یابند، کمتر در تولید معنا سهیم می‌شوند و احتمال تأثیرپذیری هویت ملی شان کاهش می‌یابد (همان).

عدلی پور، قاسمی و میرمحمدتبار (۱۳۹۳) در تحقیق مشابهی تحت عنوان «تأثیر شبکه اجتماعی فی سبوک بر هویت فرهنگی جوانان شهر اصفهان» نتایج قبلی را تقریباً تکرار کردند. نتایج پژوهش مورد نظر حاکی از آن است که بین مدت زمان عضویت، میزان استفاده و میزان مشارکت و فعالیت کاربران در فی سبوک و هویت فرهنگی کاربران رابطه معنادار معکوس و بین واقعی تلقی کردن محتوای مطالب فی سبوک و هویت فرهنگی کاربران رابطه معنادار مثبتی وجود دارد. یعنی هر چه مدت زمان عضویت، میزان استفاده و میزان فعالیت و مشارکت کاربران در فی سبوک از سوی کاربران افزایش پیدا می‌کند هویت فرهنگی کاربران

ضعیفتر می شود.

### فضای مجازی و مسائل روان‌شناختی

اگرچه تمام آسیب‌های ناشی از فضای مجازی یا شبکه‌های اجتماعی در هم تنیده و به یکدیگر مرتبط هستند، با وجود این، به‌طور مشخص تر می‌توان برخی آسیب‌ها را جداگانه مورد بررسی قرار داد. از جمله آنها انزوای اجتماعی است. ماهیت اینترنت به عنوان یک شبکه جهانی و شبکه‌های اجتماعی به‌طور خاص این است که افراد را به یکدیگر پیوند دهند. این پیونددهی اساساً نباید با انزوا رابطه داشته باشد. اما تحقیقات نشان می‌دهد که بر خلاف انتظار اولیه شبکه‌ها می‌توانند خود عاملی برای انزوای اجتماعی باشند.

در پژوهشی که رسول‌زاده اقدم و همکاران (۱۳۹۳) با عنوان تحلیل رابطه حضور در شبکه اجتماعی فیس‌بوک و انزوای اجتماعی در بین جوانان شهر تبریز به انجام رساندند، نشان دادند که برخی استفاده‌ها از این فضا می‌تواند به انزوای اجتماعی منجر شود. یافته‌های پژوهش حاکی از آن است که بین مدت زمان عضویت، میزان استفاده، میزان مشارکت و فعالیت، استفاده هدفمند از فیس‌بوک و انزوای اجتماعی رابطه معکوس و معناداری وجود دارد؛ اما بین استفاده غیرهدفمند (انجام بازی‌های آنلاین و دیدن صفحات غیراخلاقی در فیس‌بوک) از فیس‌بوک و انزوای اجتماعی، همبستگی مستقیم و معناداری وجود دارد. به عبارت دیگر، با افزایش مدت زمان عضویت، میزان استفاده، میزان مشارکت و فعالیت، انگیزه هدفمند کاربران در استفاده از فیس‌بوک، انزوای اجتماعی افراد کاهش پیدا می‌کند. و با افزایش استفاده غیرهدفمند از فیس‌بوک، میزان انزوای اجتماعی کاربران افزایش پیدا می‌کند. در واقع، با توجه به نتایج به دست آمده می‌توان گفت که شبکه اجتماعی فیس‌بوک بر انزوای اجتماعی کاربران تأثیر می‌گذارد. این یافته‌ها در راستای یافته‌های پژوهش محسنی و همکاران (۱۳۸۵)، ربیعی و محمدزاده یزد (۱۳۹۲)، عبداللهیان و شیخ انصاری (۱۳۹۳) سایر پژوهش‌هایی است که نشان دادند بین استفاده از اینترنت و انزوای اجتماعی رابطه معکوسی وجود دارد.

به نظر می‌رسد استفاده از شبکه اجتماعی فیس‌بوک بیش از آن که میزان ارتباطات اجتماعی را تغییر داده باشد، نوع و سبک آن را دگرگون کرده است. به این معنا که تعامل‌های مبتنی بر ویژگی‌های انتسابی مانند سن، جنسیت، نژاد و قومیت را به سمت تعامل‌های مبتنی بر ویژگی‌های اکتسابی نظیر سبک زندگی، هنجارهای مشترک و علائق داوطلبانه سوق داده است.

همچنین ربیعی و محمدزاده یزد (۱۳۹۲) نشان دادند که استفاده اجتماعی از اینترنت دارای تأثیر مستقیم بر انزوای اجتماعی دانشجویان دارد. طبق نظریه دریفوس افراد هرچه بیشتر از شبکه



استفاده کنندف گرایش بیشتری به خریدن در دنیای واقعی و تنهایی دارند، چراکه استفاده از شبکه‌های اجتماعی اینترنت درگیری فرد در دنیای فیزیکی و اجتماعی را کاهش می‌دهد. ساعات استفاده از اینترنت با ضریب مسیر ۰.۱۶- همستگی معکوسی با انزوای اجتماعی دارد. همانطور که نتایج پژوهش محسنی و همکاران (۱۳۸۵) نشان داده است، میان زمان استفاده از اینترنت در طول شبانه روز و انزوای اجتماعی رابطه معنادار و معکوس وجود دارد.

فاروجیا<sup>۱</sup> (۲۰۱۳) در پژوهشی با عنوان: فیس‌بوک و روابط: مطالعه‌ای درباره چگونگی تأثیرگذاری استفاده درازمدت از رسانه‌های اجتماعی بر روابط، به دنبال یافتن ارتباط بین مولفه‌های زیر بود: استفاده از فیس‌بوک، رضایت، نظارت و حسادت. نتایج این پژوهش نشان داد که بین استفاده از فیس‌بوک و حسادت ارتباط معنادار برقرار است. افرادی که در سطوح بالا از فیس‌بوک استفاده می‌کنند در سطح بالاتری علائم حسادت را از خود بروز می‌دهند. دلیل این امر این است که شبکه‌های اجتماعی ارتباطات بیشتر و فراتر از منطقه جغرافیایی را برای کاربران خود فراهم کرده‌اند. معمولاً حسادت در بین افرادی که همدیگر را می‌شناسند و به عبارتی در یک شبکه مشترک عضو هستند رخ می‌دهد. معمولاً افراد نسبت به کسانی که نمی‌شناسند- و به عبارتی در شبکه‌های اجتماعی آنها عضو نیستند- احساس حسادت نمی‌کنند. احساس حسادت در بین دوستان، فامیل، همکلاسی و... رخ می‌دهد. از طرف دیگر شبکه‌های اجتماعی محل مناسبی برای خود افشایی و جلب توجه دیگران است. افراد از طریق به اشتراک گذاری توانمندی‌های خود، وسایلی که خریده‌اند، سفرهایی که رفته‌اند و مانند آن و همچنین تعداد لایک‌هایی که دریافت می‌کنند، می‌توانند زمینه حسادت ورزی بیشتر را فراهم کنند.

### فضای مجازی و دانش‌آموزان: یافته‌های پژوهش‌های داخلی

به زبان فارسی اگرچه تعداد مطالعات انجام شده در خصوص تأثیر فضای مجازی بر کودکان و دانش‌آموزان اندک است اما برخی از آنها نتایج ارزنده‌ای به همراه داشته‌اند. گزارشی از پژوهش‌های دهه نود شمسی، در جدول ۲-۱، خلاصه شده است.

لازم به یادآوری است که پیمان‌نامه حقوق کودک مصوب سال ۱۹۸۹ میلادی که در مجمع عمومی سازمان ملل به تصویب رسید و تمامی کشورهای عضو به غیر از آمریکا به آن پیوسته‌اند، یکی از معتبرترین اسناد بین‌المللی است که در ماده یک خود اشعار می‌دارد: از نظر این کنوانسیون، منظور

1 Farrugia, Rianne C.

از کودک افراد انسانی زیر سن ۱۸ سال است؛ مگر اینکه طبق قانون قابل اجرا در مورد کودک، سن بلوغ کمتر تشخیص داده شود (رکنی، ۱۳۹۹، ص ۲). غرض اینکه تحقیقاتی که در اینجا با قید دانش‌آموزان مشخص شده است، در ادبیات پژوهشی دنیا، معمولاً با قید «کودکان»<sup>۱</sup>، «نوجوانان»<sup>۲</sup> و «افراد جوان»<sup>۳</sup> شناخته می‌شود.

جدول: ۱-۲: مرور پژوهش‌های داخلی دهه نود در خصوص فضای مجازی و دانش‌آموزان

پژوهشگران	عنوان پژوهش	روش	یافته‌ها	توصیه‌ها
کیخا، مرتضوی، کیان (۱۳۹۶)	ادراکات و تجارب زیسته دانش‌آموزان ابتدایی در زمینه شبکه‌های اجتماعی و فضای مجازی و فرهنگ استفاده از آن	پدیدارشناختی دختران پایه اول تا ششم	آشنایی از طریق اعضای خانواده با شبکه‌های اجتماعی در سنین پایین. والدین برای سرگردم کردن بچه‌ها، آنها را وارد فضای مجازی می‌کنند. مواجه آنها با فیلم‌ها، عکس‌ها و مطالب نامناسب در سنین بالتر که خود کاربر شبکه می‌شوند. دانش‌آموزان اول، دوم و سوم معمولاً دیدگاه مثبتی نسبت به شبکه اجتماعی دارند، اما در سنین بالاتر دیدگاه منفی تری پیدا می‌کنند.	آموزش رسانه‌ای به همه بخصوص کودکان و نوجوانان و والدین
قنبری برزیان (۱۳۹۶)	تأثیر فراغت مجازی و بازی‌های رایانه‌ای بر هویت دینی نوجوانان	پیمایشی - ۳۸۰۰ نفر از دختران و پسران دبیرستانی ۱۵ تا ۱۷ ساله تهران، اصفهان، تبریز، اهواز، مشهد، شیراز، کرج و رشت	نوجوانان تهرانی با ۱۲۸ دقیقه در روز بیشترین استفاده، ارتباط بین محتوای مصرف فضای مجازی با هویت دینی، ارتباط بین میزان ساعات مصرف با هویت دینی، دختران بیشتر از پسران استفاده می‌کنند.	طراحی و ساخت بازی‌های برآمده از ساختار فرهنگی و اجتماعی جامعه - ایرانی - اسلامی - توزیع سیم کارت پاک - استفاده مشترک

<sup>1</sup> children

<sup>2</sup> teenagers

<sup>3</sup> Young people

والدین و فرزندان از دستگاه‌ها و رسانه‌های مشترک - فراهم کردن شرایط مطلوب برای حضور نوجوانان در حوزه عمومی و جامعه				
	<p>فضای مجازی در دوران معاصر هنجارهای فرهنگی را درباره تعریف از جنسیت و بدن تغییر داده است، هم‌رنگ شدن با هنجارهای ساخته شده در فضای مجازی در زمینه تصویر بدنی، تحول طبیعی تصویر بدنی را مختل می‌کند.</p> <p>۱- اثرپذیری از افراد ۲- کم رنگ شدن عقاید مذهبی ۳- ناآگاهی ۴- اثر روش‌های افراطی در زیبایی (عمل جراحی) ۵- اثر تبلیغات ۶- اثر تفاوت فرهنگی ۷- فراگیر شدن فضای مجازی</p>	<p>پژوهش کیفی، مصاحبه با ۱۶ دانش آموز ۸ تا ۱۳ ساله</p>	<p>شناسایی فرایندهای مرتبط با تحول تصویر بدنی در نوجوانان دختر کاربر فضای مجازی در ایران: یک مطالعه کیفی</p>	<p>مرادحاصلی، منطقی (۱۳۹۶)</p>
	<p>رابطه منفی معنادار بین استفاده از شبکه‌های مجازی و سازگاری اجتماعی و کنترل عواطف. لذا پیش بینی کننده یکدیگر نیستند.</p>	<p>کمی، هبستگی، ۳۵۰ دانش آموز دوره متوسطه اول و دوم شهر کرج</p>	<p>پیش بینی میزان استفاده از شبکه‌های مجازی بر اساس سازگاری اجتماعی و کنترل</p>	<p>دهقانپور، مسیحی، ترانس (۱۳۹۷).</p>

			عواطف در نوجوانان	
	به مفهوم سواد رسانه‌ای به صورت صریح در هیچ کدام از درسنامه‌ها اشاره نشده است و سازماندهی محتوای کتاب‌ها بر این اساس صورت نگرفته است. به مسائل حقوقی و اخلاقی و اقتصادی استفاده از اطلاعات توجهی نشده است.	روش کمی، تحلیل محتوا	میزان توجه به سواد اطلاعاتی در درسنامه‌های بخوانیم و بنویسیم دوره ابتدایی	لطفی ماهر، ناهید، در تاج، فریبرز (۱۳۹۰)
	کاربر نباید به خاطر انتخاب گزینه اخلاقی تشویق و گزینه غیراخلاقی تنبیه شود، انتخاب اخلاقی نباید تاثیری در جذابیت بازی داشته باشد فقط حس خوب را به همراه داشته باشد.	توصیفی تحلیلی	فضای مجازی بازی‌های رایانه‌ای و امکان انتخاب گزینه‌های اخلاقی	رازی زاده، موسوی گیلانی، مینایی (۱۳۹۴)
افزایش سواد رسانه‌ای و سواد سلامت جنسی	تأثیرات: تشویق روابط جنسی قبل از ازدواج، تضعیف روابط والد فرزندی، تسهیل گفتمان جنسی، کاهش میل به ازدواج و کیفیت ازدواج	کیفی اکتشافی با رویکرد تفسیری بنیادی، نوجوانان ۱۵-۱۸ سال تهران	مواجهه با محتوای خارج عرف جنسی _پورنوگرافی) در اینترنت و فضای مجازی و تأثیر آن بر رفتار جنسی و روابط بین فردی نوجوانان در تهران	خلج آبادی فراهانی (۱۳۹۸)
	فناوری در ایجاد و تحول در معنی و مفهوم دانش نقش بنیادی ایفا می‌کند. فناوری مجازی در آینده غیرقابل کنترل است. در این بستر باید به نومفهوم پردازی دینی پرداخت، این بستر را فرصت		فضای مجازی و نو مفهوم پردازی در مولفه‌های تربیت دینی: چالش و ضرورتی مغفول در نظریه پردازی‌های تربیتی	سجادی (۱۳۹۵)

	مثبتی بدانیم.			
زندوانیان، حیدری، باقری، عطارزاده (۱۳۹۲)	آسیبهای فضای مجازی بین دانش آموزان دختر	توصیفی پیمایشی	استفاده از فضای مجازی در ابعاد خانوادگی، تحصیلی، سازگاری، اعتقادی-عبادی و روانی دانش آموزان تأثیر منفی دارد. تلفن همراه بیشترین و بازی‌های رایانه‌ای کمترین آسیب را دارد.	تقویت ارتباطات منطقی و عاطفی در خانواده و جایگزین کردن تفریحات سالم، درگیر کردن افراد در فعالیت‌ها و برنامه‌های مثبت، بیشترین تأثیر و فیلترینگ کم اهمیت‌ترین راه کار کاهش آسیب است.
حبیبی، بهنامی فرد (۱۳۹۵)	جایگاه فضای مجازی اینترنت و فضای باز شهری در الگوی فراغتی نوجوانان امروزی (مطالعه موردی: نوجوانان محله رجایی شهر کرج)	توصیفی-پیمایشی، نوجوانان	۸۸٪ در اینترنت و ۴۷٪ در فضاهای شهری حضور دارند. در مجموع ۵۹٪ در ساعات عصر که بهترین بخش از اوقات فراغتشان برای حضور در فضاهای شهری تلقی می‌شود، مشغول اینترنت هستند، هرچه حضور در فضای مجازی بیشتر باشد، گرایش به حضور در فضاهای شهری کمتر است.	
قاسمی، عدلی پور، کیانپور (۱۳۹۲)	تعامل در فضای مجازی شبکه‌های اجتماعی اینترنتی و تأثیر آن بر هویت دینی جوانان؛ مطالعه موردی فیس‌بوک و جوانان شهر اصفهان	پیمایشی، کاربران جوان فیس‌بوک اصفهان	هرچه مدت زمان عضویت، میزان استفاده و میزان مشارکت و فعالیت کاربران در استفاده از فیس‌بوک، افزایش یابد از برجستگی هویت دینی نزد آنها کاسته می‌شود.	

## طبقه‌بندی خطرهای آنلاین

خطرهای آنلاین عموماً به سه دسته تقسیم می‌شوند. این سه دسته خطر عبارتند از: (الف) **خطر محتوایی**: در فضای مجازی، کودکان در معرض توزیع محتوای گسترده‌ای قرار دارند. این امر آنها را در معرض مضامین نامناسب مانند افراط‌گرایی، گفتارهای نفرت‌انگیز، خشونت و حتی پورنوگرافی قرار می‌دهد.

(ب) **خطر رفتاری**: کودکان در فضای مجازی در یک وضعیت تعاملی شرکت می‌کنند. این نوع از خطر می‌تواند شامل قلدری، پرخاشگری و بداخلاقی باشد. همچنین تقلید رفتارهای خطرناک و یا ترویج رفتاری‌های مضر، مانند خودکشی و خودزنی و همچنین استفاده از مواد مخدر، از جمله خطرهای رفتاری هستند. همچنین رفتار شخصی کودک به دلیل شیوه غلط تربیتی او و اشتراک‌گذاری آن با دیگران نیز می‌تواند آسیب‌زا باشد.

(ج) **خطر تماسی**: در خطر تماسی، کودک قربانی وضعیت تعاملی می‌شود. از جمله آنکه با قرار ملاقات با غریبه‌ها، مورد آزار و اذیت قرار می‌گیرد. با هک شدن حساب کاربری آنها، تصاویر خصوصی شان منتشر می‌شود و با مشخص شدن دقیق آدرس آنها به وسیله سرقت اطلاعات، تهدیدات و سوء استفاده‌هایی مستقیماً متوجه آنها می‌شود. (رکنی، ۱۳۹۹، ۴).

تقسیم‌بندی فوق به فهم ما از خطرات آنلاین یا فضای مجازی کمک می‌کند اما در برخی پژوهش‌ها، این تقسیم‌بندی به شکل دقیق‌تری ارائه شده است. از آنجا که سن کودکان یکی از عوامل تأثیرگذار بر تجربیات آنلاین آنها است، دکتر انگل‌هارد رودکین<sup>۱</sup> در گزارشی که برای مرکز مراقبت از امنیت کودکان در انگلستان تهیه کرده است، گروه‌های سنی کودکان زیر هیجده سال را به چهار دسته تقسیم کرده و برای هر گروه خطرات خاص خود را مشخص کرده است.

### الف) گروه سنی ۳ تا ۵ سال

این گروه سنی، عموماً فریب ظواهر فضای مجازی را می‌خورند. با پیروی از قوانین اجتماعی، شروع به ایجاد دوستی می‌کنند، فشار گروه همسالان بر روی آنها کم است. در این گروه سنی، از هر ده کودک انگلیسی، حدود سه تا چهار نفر از اینترنت استفاده می‌کنند. آنها معمولاً از طریق رایانه لوحی در یوتیوب ویدئوهای مختلف را تماشا می‌کنند. به دلیل درک بسیار محدود، تهدیدات استفاده از اینترنت

<sup>1</sup> Angharad Rudkin

را به شکل مبهمی احساس می‌کنند. یک نگرانی رایج در خصوص این گروه سنی، اشتراک گذاری تصاویر خصوصی والدینشان است.

### ب) گروه سنی ۶ تا ۹ سال

با توجه به درک اهمیت پذیرش گروه همسالان، این گروه سنی عموماً به سمت نقش‌آفرینی حرکت می‌کنند. از آنجایی که کودک در این سن در حال یادگیری نحوه مدیریت تفکر و احساسات خویش است؛ چنانچه به دلیل ضعف‌های آموزشی و تربیتی قادر به انجام این مدیریت نباشد، امکان بروز رفتارهای پرخاشگرانه، زورگویی و حیت منزوی شدن در آنها وجود دارد. دوسوم کودکان ۵ تا ۷ ساله در انگلستان، آنلاین هستند و این نرخ در ۸ تا ۱۰ سالگی به ۹ نفر افزایش می‌یابد که به‌طور میانگین ۹ تا ۱۳ ساعت در هفته از فضای مجازی استفاده می‌کنند. بازی‌ها و تماشای فیلم، فعالیت‌های مورد علاقه این گروه سنی است. این گروه سنی در مقایسه با گروه سنی بزرگتر از خود با خطرات کمتری مواجه هستند، اما در مواجهه با محتوای خشونت‌آمیز و مستهجن دچار ناراحتی و تشویش می‌شوند.

### ج) گروه سنی ۱۰ تا ۱۳ سال

آنها به سمت تفکر به شیوه بزرگ سالان پیش می‌روند اما هنوز همانند آنها نمی‌توانند تصمیم‌گیری کنند. با توجه به اینکه از انتظارات و فشارهای اجتماعی آگاهی پیدا می‌کنند. در خود تغییرات ایجاد می‌کنند تا مورد قبول همسالان خود باشند و دوستان برای آنها اهمیت بیشتری پیدا می‌کنند. در این گروه سنی دختران، به دلیل مقایسه بیشتر خود با همسالان، دچار کاهش عزت نفس می‌شوند. این گروه سنی، ده دلیل آنکه انتظار پاداش فوری برای عملکردهای خود دارد، دست به انجام رفتارهای پرخطر می‌زند. به‌طور متوسط، بیست ساعت در هفته از اینترنت استفاده می‌کنند و علاوه بر تماشای ویدئوهای آنلاین، میل بیشتری نسبت به گفتگوی اینترنتی با دوستان و اعضای خانواده خود دارند. این گروه به منظور ایجاد تغییر اساسی در استفاده از فضای مجازی، دست به جستجوهای بیشتری زده و امکان انجام رفتارهای پرخطر در آنها افزایش می‌یابد. اغلب به دلیل نیازهای عاطفی، اقدام به اشتراک گذاری تجربیات خود می‌کنند.

### د) گروه سنی ۱۴ تا ۱۸ سال

به دلیل طی دوران بلوغ جسمی و فکری، این گروه سنی دست خوش تغییرات روحی و روانی عمیقی می‌شوند که در تعامل آنها موثر است. همچنان درک این موضوع که دیگران می‌توانند دیدگاه‌های

متفاوتی داشته باشند، برای آنها مبهم است و در نتیجه، در حل مشکلات بین فردی دچار سختی می‌شوند. به دلیل وابستگی شدیدی که به گروه همسالان پیدا می‌کنند و برای ارضای حس استقلال خود، سعی در عضویت در گروه‌های مختلف می‌کنند. تمایل شدید به منحصر به فرد بودن، اهمیت لایک و بازدید پست‌ها و تعداد دنبال کنندگان را در آنها بسیار افزایش می‌دهد. عضویت در گروه همسالان، آنها را گرفتار معادله خطر بیشتر پاداش می‌کند. ۹۸ درصد این گروه سنی، از اینترنت استفاده می‌کنند و گوشی‌های هوشمند برای آنها در اولویت است. شبکه‌های اجتماعی اصلی‌ترین علاقمندی آنهاست. با توجه به افزایش سن، خطرات بسیار جدی آنها را تهدید می‌کند. نوع اینترنتی که آنها درگیر آن می‌شوند، جنس متفاوتی با گروه‌های قبلی دارد و در آن خصومت، نفرت، خطرات جنسی و سایر مشکلات، رایج است. همچنین اختلالات سلامت روان، سوء مصرف مواد مخدر و روابط مشکل‌ساز آنها را دچار بحران‌های جدی می‌کند (World Health Organisation, 2019).

## مسائل جنسی

از مسائل چالش‌برانگیز و مشکل‌ساز در استفاده از شبکه‌های اجتماعی یا فضای مجازی، موضوعات جنسی است که ممکن است به حالت‌های اجباری تبدیل شود و اغلب با مخفی‌کاری همراه باشد. در تحقیقی که در انگلستان انجام شده است، یافته‌های زیر گزارش شده است. مشابه چنین تحقیقی در داخل کشور یافت نشد.

**تصاویر مستهجن:** حدود ۲۴٪ کودکان ۹ تا ۱۶ ساله، در طول یک سال تصاویر مستهجن را مشاهده می‌کنند. ۸٪ از کودکان ۱۱ تا ۱۶ ساله تصاویر جنسی را به صورت برهنگی کامل دیده‌اند و ۶٪ نیز تصاویر رابطه جنسی را مشاهده کرده‌اند. ۲٪ تصاویر رابطه جنسی خشونت‌آمیز را مشاهده کرده‌اند. در نهایت ۳۰٪ والدین از این اقدام کودکان خود مطلع هستند و ۲۹٪ بی اطلاع هستند.

**پیام‌های جنسی:** ۱۲٪ از کاربران ۱۱ تا ۱۶ ساله، پیام‌های جنسی دریافت کرده‌اند. از ۲٪ آنها خواسته شده در خصوص اعمال جنسی به صورت آنلاین گفتگو کنند و ۵٪ آنها نیز خود مبادرت به ارسال پیام‌های جنسی کرده‌اند.

**قلدری آنلاین:** ۲۱٪ از کودکان انگلیسی مورد آزار و اذیت قلدری‌های آنلاین قرار گرفته‌اند. متداول‌ترین شیوه، ارسال پیام‌های مضر و زننده برای کودکان است. نزدیک به ۲٪ کودکان، به‌طور آنلاین تهدید شده‌اند و ۱۱٪ از آنها نیز خود مبادرت به قلدری آنلاین کرده‌اند.



**ملاقات مخاطبین آنلاین در فضای حقیقی:** ۲۹٪ کودکان انگلیسی با کسی که ملاقات حضوری نداشته اند، به صورت آنلاین در تماس بوده‌اند و ۴٪ از آنها با شخصی که به صورت آنلاین در تماس بوده‌اند، ملاقات حضوری داشته‌اند. احتمال ملاقات حضوری در نوجوانان ۱۳ تا ۱۶ ساله بسیار بیشتر است.

**سایر موارد:** ۱۹٪ از کودکان ۱۱ تا ۱۶ ساله، یک یا چند نوع از محتواهایی که به صورت بالقوه مضر هستند و توسط کاربران بزرگ سال تولید شده‌اند را مشاهده کرده‌اند. متداول‌ترین محتواها پیام‌های نفرت‌آمیز و سایت‌هایی هستند که به بی‌اشتهایی یا پرخوری عصبی و اشتراک گذاری تجربیات مصرف مواد مخدر، تشویق می‌کنند. (Ofcom, 2017).

## سلامت روان

در یکی از مطالعات فراتحلیلی اخیر، ارتباط بین شیوع استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه (PSU)<sup>۱</sup> و ارتباط آن با سلامت روان مورد بررسی قرار گرفت. با استفاده از یک استراتژی جستجو، عناوین پزشکی در ۸ بانک اطلاعاتی از ۲۰۱۱ تا ۲۰۱۷ مورد بررسی قرار گرفتند. از ۹۲۴ مطالعه شناسایی شده، ۴۱ مورد در این بررسی گنجانده شدند. در این مطالعات برخی مولفه‌های سلامت روان یعنی افسردگی؛ اضطراب؛ فشار؛ کیفیت پایین خواب؛ و کاهش پیشرفت تحصیلی مورد بررسی قرار گرفته و مورد تحلیل قرار گرفتند. در مجموع این مطالعات ۴۱۸۷۱ کودک و نوجوان مشارکت داشتند که ۵۵٪ آنها زن بودند. شیوع استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه (PSU) ۲۳٫۳٪ است. استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه (PSU) با افزایش احتمال افسردگی اضطراب، استرس ادراک شده و کیفیت خواب ضعیف تر همراه است. استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه (PSU) تقریباً از هر چهار کودک و نوجوان در یک کودک مشاهده می‌شود و با افزایش احتمال ضعف در سلامت روان همراه است (Sohn, Rees, Wildridge, & Kalk & Carter, 2019).

در مطالعه دیگری از نوع فراتحلیلی، نتایج ۱۴ مطالعه به صورت سیستماتیک مورد تحلیل قرار گرفت. در این فراتحلیل نیز مشخص شد که استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه، خطرات ناشی از کیفیت پایین خواب، افسردگی و اضطراب را به‌طور قابل توجهی افزایش می‌دهد. یافته‌های این تحقیق ضرورت مدیریت استفاده از تلفن‌های هوشمند را برجسته می‌کند (Yang, Fu, Liao, & Li, 2019).

<sup>1</sup> problematic smartphone use

در یک پژوهش بین‌المللی با عنوان «مقایسه بین‌المللی نارسایی بازی اینترنتی و مشکلات روان شناختی درمقابل سلامت: فراتحلیل ۲۰ کشور»، ۸۴ پژوهش با حجم نمونه ۵۸۸۳۴ نفر از بین ۲۰ کشور مورد مطالعه قرار گرفت. یافته‌ها نشان داد که در همه کشورها ارتباط مثبت قوی بین نارسایی بازی اینترنتی و مشکلات روان شناختی برقرار است (Cheng, Cheung, & Wang, 2018).

### پاداش مغز

تامیر<sup>۱</sup> و میشل<sup>۲</sup> (۲۰۱۳) دریافتند که سیستم‌های پاداش در مغز نوجوانان به احتمال زیاد هنگامی که به پرسش‌هایی درباره خودشان پاسخ می‌دهند فعال خواهد شد. رسانه‌های اجتماعی مانند فیس‌بوک، اینستاگرام و اسنپ‌چت، داستان‌های شخصی را فرا می‌خوانند و از کاربران می‌خواهند که تصاویر شخصی، ویدئوها یا روایت‌های زندگی شخصی خود را منتشر کنند؛ لذا به‌طور مستقیم به واکنش لذتبخش مغز منتهی می‌شود (Kennedy, 2019). همین سیستم پاداش مغزی وقتی که یک تصویر تعداد زیادی لایک دریافت می‌کند نیز فعال می‌شود (Sherman, Pyton, Hernandez, Greenfield, & Dapretoo, 2016). این جنبه از اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی و دریافت پاداش است که با افزایش مراجعه مکرر نوجوانان به این شبکه‌ها در طول روز در ارتباط است (Anderson & Jiang, 2018).

### حواس پرتی دیجیتال

وقتی نوجوانان زمان زیادی را در شبکه‌های اجتماعی صرف می‌کنند، این امر باعث می‌شود که آنها وقت کمتری را برای دیگر فعالیت‌های مفید از جمله مطالعه کتاب، مجله‌ها و روزنامه، تماشای تلویزیون، مشارکت در فعالیت‌های غیرنشدته و گفتگوی چهره به چهره داشته باشند (Twenge et al., 2017). کسانی که در طول غذا خوردن با یک دوست یا اعضای خانواده، سرشان به تبلت گرم است، سطح پایین‌تری از لذت و ارتباط را نشان می‌دهند و در مقایسه با آنها که این وسایل را کنار می‌گذارند، سطح بالاتری از دلزدگی و حواس پرتی را بروز می‌دهند (Luna, 2018). تحقیقات دیگری هم وجود دارد که حاکی از آن است که استفاده از این دست فناوری‌ها باعث حواس پرتی در طول درس یا آزمون می‌شود (Berdik, 2018).

<sup>1</sup> Tamir

<sup>2</sup> Mitchell

## سلامت مغز

استریکلند<sup>۱</sup> (۲۰۱۴) متوجه شد که چت‌روم‌ها و سرگرمی در شبکه‌های اجتماعی خطر افسردگی را کاهش می‌دهد، در حالی که به اشتراک‌گذاری عکس، رفتار خودشیفتگی و در نتیجه بیماری مغزی را افزایش می‌دهد.

زمان صرف شده در شبکه‌های اجتماعی به‌طور معناداری با تعداد علائم افسردگی و سطح اضطرابی که کاربر شبکه اجتماعی ادراک می‌کند، رابطه مثبتی دارد (Lin et al., 2016; Twenge et al., 2017; Woods, 2016). این امر بدین معناست که صرف زمان بیشتر در شبکه‌های اجتماعی با علائم افسردگی و سطوح بالای اضطراب همراه است. به‌طور مشخص، وودز<sup>۲</sup> (۲۰۱۶)، نشان داد که دسترسی به رسانه‌های اجتماعی در بین نوجوانان، نقش میانجی را در علائم اضطراب ایفا می‌کند. همچنین تونگ و دیگران<sup>۳</sup> (۲۰۱۷) نشان دادند که اگر میزان استفاده آنلاین از دو ساعت در روز فراتر رود، به‌طور معناداری احتمال خطر خودکشی نیز افزایش پیدا می‌کند. در یک مطالعه اخیر، عده از افراد گروه آزمایشی، به‌طور داوطلبانه به مدت یک ماه استفاده از فیس‌بوک را کنار گذاشتند. نتایج حاکی از این بود که سطح بهزیستی (خوب بودن)، سطح شادی و رضایت زندگی این افراد به مقدار کم اما معنادار افزایش پیدا کرد؛ علاوه بر آنکه همین افراد گزارش دادند که سطح افسردگی و اضطراب آنها در مقایسه با گروه کنترل کاهش پیدا کرده بود (Allcott, Braghieri, Eichmeyer, and Gentzkow, 2019).

نوع استفاده از شبکه‌های اجتماع نیز در میزان آسیب به مغز اهمیت دارد. گشت زنی و تورق منفعلانه در شبکه‌های اجتماعی به‌طور مشخص برای مغز آسیب‌زا است. از این جهت است که مرور پژوهش‌ها نشان می‌دهد که استفاده از اینستاگرام می‌تواند مقایسه‌های منفی از زندگی را افزایش دهد؛ چراکه اینستاگرام، پلت‌فرمی است که نیازمند اشتراک دوسویه نیست (یعنی کاربر می‌تواند پروفایل دیگری را دنبال کند بدون آنکه خود از سوی فرد مورد نظر دنبال شود). نوجوانان که در سن خاصی قرار دارند و در حال تعریف هویت خود هستند، بیش از دیگر سنین در معرض مقایسه‌های حاصل از اینستاگرام قرار دارند (Weinstein, 2017). دنبال کردن افراد غریبه از سوی نوجوانان در اینستاگرام به‌طور مثبتی با تعداد علائم افسردگی گزارش شده از سوی کاربرد در ارتباط است (Lup, & Trub & Rosenthal, 2015).

<sup>1</sup> Strickland

<sup>2</sup> Woods

<sup>3</sup> Twenge et al.

## اعتماد به نفس

دوران نوجوانی دورانی است که فرد، به هویت فردی خود شکل می‌دهد. بخشی از این هویت از رهگذر مقایسه خود با دیگران شکل می‌گیرد. رسانه‌های اجتماعی مانند فیس‌بوک و اینستاگرام چنین بستری را فراهم می‌کنند. این مقایسه به دو شکل از روبه بالا و روبه پایین انجام می‌شود. در مقایسه روبه بالا نوجوانان خود را پایین تر از دیگران می‌بینند و در روبه پایین، کاربر، خود را بهتر و پیشروی دیگران می‌بیند. در مقایسه رو به پایین، اعتماد به نفس شاگردان افزایش یافته و سطح اضطراب آنها کاهش می‌یابد اما در مقایسه روبه بالا شماره علائم افسردگی بالا رفته و سطح اعتماد به نفس پایین می‌آید (Burrow & Rainone, 2017).

اگر گشت و گذار و تورق صفحات اینستاگرام و فیس‌بوک، منفعلانه باشد، صرف نظر از میزان استفاده از این رسانه‌ها، روی تصویر-بدن اثر منفی به جا می‌گذارد. رسانه‌های اجتماعی هم می‌توانند تأثیر مثبت و هم منفی بر اعتماد به نفس افراد به جا بگذارند. عرضه خود در رسانه‌های اجتماعی به پذیرش از سوی همسالان و میزان تعلق به آنها بستگی دارد. این امر را می‌توان از روی یادداشت‌ها یا لایک‌هایی که در ذیل هر پست می‌گذارند، تشخیص داد (Wright, White & Obst, 2018).

## تصویر بدن

تحقیقات متعدد نشان می‌دهد که استفاده زیاد از رسانه‌های تصویر محور مانند فیس‌بوک و اینستاگرام، نگرانی‌های مربوط به تصویر بدن را هم در مردان و هم زنان افزایش می‌دهد. برخی از این تحقیقات زمان صرف شده در این گونه رسانه‌ها را مهم می‌دانند و برخی هم نوع استفاده و تعامل با این رسانه‌ها را. مارانگو<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۱۸) متوجه شدند که میزان زمان صرف شده در رسانه‌های اجتماعی با نگرانی‌ها و علائم درونی شده مربوط به تصویر بدن رابطه دارد. در مقابل کوهن<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۱۷) شیوه استفاده از رسانه‌ها را عامل بروز تأثیرات منفی بر تصویر بدن قلمداد می‌کنند نه مدت زمان استفاده را. دنبال کردن سلبرتی‌ها، ورزشکاران، مدل‌ها و مانند آن، اندام لاغر را در مخاطب درونی می‌کند در حالی که افرادی که صفحاتی مانند سفر و گردشگری را دنبال می‌کنند کمتر در معرض این عارضه هستند.

<sup>1</sup> Marengo

<sup>2</sup> Cohen

### ترس از جاماندن (از دست دادن)

بسیاری از رسانه‌ها و شبکه‌های اجتماعی باعث ارتقاء سطح روابط و تقویت دوستی‌ها می‌شوند، با وجود این ممکن است در برخی حالت‌ها باعث افزایش ترس از جاماندن<sup>۱</sup> شوند. این ترس اینطور تعریف می‌شود: نوعی دلهره نسبت به اینکه دیگران ممکن است خوش بگذرانند یا تجربه جالبی را از سر بگذرانند در حالی که شما دعوت نشده‌اید، نمی‌توانید حضور داشته باشید یا بی‌خبر بمانید، به‌گونه‌ای که احساس می‌کنید همیشه باید متصل مانده تا در جریان آنچه دیگران انجام می‌دهند باشید (Kennedy, 2019). استریکلند<sup>۲</sup> (۲۰۱۴) دریافت که ترس از جاماندن، می‌تواند احساس محرومیت و مقایسه روبه بالا را تقویت کند و به سطوح پایین شادی منجر شود و نشانه‌هایی از ناعادلانه بودن زندگی را در ادراک فرد آشکار کند و همچنین به افزایش احساس قربانی بودن بویژه در اینستاگرام و فیس‌بوک بیانجامد. نوجوانان بیشتر از دیگر سنین احساس می‌کنند که از گروه‌ها و جمع‌های دوستانه که به آن تعلق دارند، کنار گذاشته می‌شوند لذا به زبان می‌آورند که اگر به پیام دوستان پاسخ ندهند یا این پاسخ به اندازه کافی سریع نباشد، توسط یک دوست «بهتر» جایگزین خواهند شد (Shafer, 2017). این امر باعث می‌شود که برخی نوجوانان هر ۱۵ دقیقه یکبار رسانه‌های اجتماعی خود را چک کنند و اگر نتوانند حساب کاربری خود را چک کنند، دچار اضطراب خواهند شد (Strickland, 2014).

### خواب

تقریباً ۸۶٪ نوجوانان با وسایل دیجیتال خود وارد رختخواب می‌شوند. یک چهارم این بچه‌ها، گزارش می‌کنند که با صدای دریافت پیام، خواب آنها دچار اختلال می‌شود (Woods, 2016). نوجوانانی که با تبلت یا موبایل به رختخواب می‌روند هم کمیت و هم کیفیت خواب پایینی خواهند داشت (Chassiakos et al., 2016). اختلال خواب ناشی از رسانه‌های اجتماعی در طول شب بیشتر از روز است؛ چراکه نور آبی ساطع شده از صفحه نمایشگر باعث تحریک و فعال ماندن مغز می‌شود و سطح ملاتونین را تحت فشار قرار می‌دهد و لذا کیفیت خواب کاهش پیدا می‌کند (Strickland, 2014).

<sup>1</sup> Fear of miss out

<sup>2</sup> Strickland

تونگ و همکاران (۲۰۱۹) اشاره می‌کنند که نوجوانان به نسبت سال ۲۰۰۸، افسردگی زیاد را ۵۲٪ بیشتر تجربه می‌کنند که با افزایش مالکیت آنها بر تلفن‌های هوشمند، ارتباطات دیجیتال و کاهش مدت خواب در ارتباط است.

در یک پژوهش مروری با عنوان «اعتیاد اینترنتی و مشکلات خواب: یک مرور سیستماتیک و فراتحلیل»، نتایج اولیه نشان می‌داد که شواهد متناقضی در مورد ارتباط اعتیاد به اینترنت و اختلالات خواب گزارش شده است، بدون آنکه شدت این ارتباط روشن شده باشد. نتایج حاصل از فراتحلیل نشان داد که یک ارتباط قابل توجه بین مشکلات خواب و کاهش معنی دار مدت زمان خواب در افراد معتاد به اینترنت وجود دارد. این رابطه در کشورها، فرهنگ‌ها و قومیت‌های مختلف صادق است (Alimoradi, Z. & et al. 2019).

در پژوهش دیگری تحت عنوان «ارتباط بین استفاده مشکل‌زا از تلفن هوشمند و خواب در بین نوجوانان: یک مرور سیستماتیک» پژوهشگران در این فراپژوهش دریافتند که کیفیت خواب و مدت زمان خواب در بین نوجوانان در سه دهه گذشته رو به کاهش بوده است. با وجود این، جمع‌بندی پژوهش‌های متعدد نشان از این دارد که همبستگی ضعیف تا متوسط بین کیفیت خواب و کمیت خواب از یک سو و استفاده نامناسب از گوشی هوشمند از سوی دیگر وجود دارد (Mac Cárthaigh, S., Griffin, C., Perry, J. 2020).

یک مطالعه مروری که ۳۰ مطالعه را مورد بررسی قرار داده بود نشان داد که اعتیاد اینترنتی در ایران در سطح متوسط است. همین تحقیق نشان داد که اعتیاد به اینترنت از سال ۲۰۰۶ تا ۲۰۱۵ در حال افزایش است (Modara, Rezaee-Nour, Sayehmiri, Maleki, Aghakhani, Sayehmiri, K., et al. 2017).

## خشونت

خشونت شریک صمیمی<sup>۱</sup> و قرارملاقات گذاشتن‌های خشونت‌آمیز، موضوعات مهم عمده‌ای در خصوص سلامت جسم و روان محسوب می‌شوند و پیامدهای منفی به همراه دارد و در برخی موارد می‌تواند به قتل منجر شود. تقریباً از هر دو زنی که قربانی این نوع خشونت می‌شود، خشونت از سوی شریک فعلی یا قبلی.

<sup>1</sup> Intimate partner violence

در این تحقیق ۳۳ پژوهش مورد بررسی قرار گرفته است. که در آن مشخص شد خشونت شریک صمیمی در فضای سایبر یک پدیده فراگیر است که در طول رابطه یا بعد از پایان آن در بین نوجوانان و بزرگسالان مشاهده می‌شود. این نوع خشونت می‌تواند به‌طور مستقیم صورت گیرد (مثلا ارسال پیامک نامطلوب به‌طور مکرر برای قربانی) یا به‌طور غیرمستقیم و به واسطه دوستان و اقوامی که قربانی را تحت فشار قرار می‌دهند تا کاری را انجام دهد (مثلا انتشار تصاویر خصوصی در اینترنت، و درخواست از دیگر دوستان پسر که دختر مورد نظر را از خود برانند) (Fernet, Lapierre, Hebert, Cousineau, 2019)

به گزارش سازمان بهداشت جهانی (WHO) تخمین زده می‌شود که سالانه ۲۰۰ میلیون کودک به لحاظ جنسی مورد آزار قرار می‌گیرند. و به‌طور فزاینده شمار زیادی از این آزارها در فضای مجازی و آنلاین رخ می‌دهد. در این مورد، اینترنت امکان آزار یا بهره‌کشی را فراهم می‌کند (یونسکو، ۲۰۱۹، ۱۰).

هدف اصلی کارگروه کمیته پهنای باند<sup>۱</sup> در مورد ایمنی آنلاین کودکان در یونسکو این است که هشیاری و آگاهی نسبت به خطرات و تهدیدات نسبت به کودکان را افزایش دهد. در این راستا، مجموعه‌ای از رهنمودها را برای کاهش این خطرات و تهدیدات ارائه کرده است. در عین حال از مزایای گسترش استفاده از اینترنت در بین کودکان بویژه در کشورهای در حال توسعه آگاه است (یونسکو، ۲۰۱۹، ۵۲). یکی از گزارش‌های یونسکو، تحت عنوان «ایمنی آنلاین کودک؛ کمیته‌سازی خطر خشونت، کودک‌آزاری و بهره‌کشی آنلاین» منتشر شده است که در آن انواع مشکلاتی که فضای مجازی یا اینترنت برای کودکان بوجود می‌آورد طبقه‌بندی شده است.

## پیشرفت تحصیلی

۸۵٪ معلمان نیز معتقدند که فناوری‌های دیجیتال امروز، نسلی را به وجود آورده است که به راحتی حواسش پرت می‌شود (Purcell, & et al. 2012). همچنین پژوهش‌ها نشان داده‌اند که کودکان و جوانانی که خیلی بازی می‌کنند یا از رسانه‌های سرگرم کننده در هنگام کار کردن استفاده می‌کنند در عملکرد تحصیلی خود نواقصی را تجربه کرده‌اند (Saunders, et al. 2017). در یک بررسی آنلاین در بین دانشجویان سال نخست دانشگاه مشخص شد که استفاده از رسانه‌های الکترونیکی ارتباط منفی با نمرات آنها دارد (Saunders, et al, 2017; Jacobsen, & Forste, 2011). در مطالعه دیگری

<sup>1</sup> Broadband commission Working Group

که در موسسه ملی سلامت به انجام رسید مشخص شد که کودکان و نوجوانانی که بیش از ۲ ساعت در روز بر روی صفحه نمایشگر وقت می‌گذارند، نمرات پایین تری را در آزمون زبان و تفکر کسب می‌کنند (Pompilio, 2019). دور کردن تلفن‌های هوشمند در طول امتحانان دانشجویان عملکرد آنها را بهبود می‌دهد؛ این اثر برای دانشجویان آسیب پذیر که زمینه‌های ضعیف تری دارند و آنها که موفقیت‌های تحصیلی پایینی دارند، بسیار بالاست (Carrier, Rosen, Cheever & Lim, 2015).

یک پژوهش مروری درباره تأثیرات وسایل همراه بر یادگیری در بین کودکان دو تا پنج سال که در آن ۱۹ مطالعه مورد بررسی قرار گرفته بودند نشان داد که تأثیرات شناختی وسایل همراه بر ریاضی، علوم و زبان تا حد زیادی مثبت است (Herodotou, 2018).

## کیفیت زندگی

مطالعات مختلف، استفاده نامناسب از اینترنت را با مشکلات روان‌شناختی مانند استرس روانی و علائم اختلالات روانی (Beranuy-Fargues, Chamarro, Graner & Carbonell, 2009)، مشکلات رفتاری، بیش‌فعالی، تأثیر بر فعالیت‌های روزمره، افسردگی و سلامت جسمی ضعیف مرتبط کرده است (El Asam, Samara & Terry, 2019). دیگر پژوهشگران نیز نشان داده‌اند که استفاده نامناسب از اینترنت با نمرات کم در کیفیت زندگی مبتنی بر سلامت، و همچنین کاهش حمایت اجتماعی ادراک شده و دوستان اینترنتی بیشتر در ارتباط است (Takahashi and et al. 2018 & Müller, 2014 & Glaesmer, Brähler, Woelfling & Beutel, 2014).

در یک پژوهش اخیر چهار نوع عادت استفاده از اینترنت یافت شد. پژوهش نشان داد که بین مصرف اینترنت و کیفیت زندگی مبتنی بر سلامت رابطه منفی وجود دارد. به‌طور ویژه نوجوانانی که مصرف بیشتری داشتند، از کیفیت زندگی مبتنی بر سلامت کمتری برخوردار بودند (Machimbarrena, & et al, 2019). این پژوهش که در اسپانیا انجام شده است نشان می‌دهد که ۵٪ از کاربران نوجوان اینترنت دچار مشکلات شدید هستند. همچنین این پژوهش نشان داد که نوع استفاده ۲۳٪ از نوجوانان اسپانیایی مشکل‌زاست. این عدد با میانگین کل اروپا یکسان است. لاکونی<sup>۱</sup> و دیگران (۲۰۱۸) نشان دادند که مشکلات استفاده از اینترنت در بین نوجوانان اروپایی بین ۱۴٫۳٪ تا ۵۴٫۹٪ است.

<sup>1</sup> Laconi S.



در مشکلات مربوط به مسائل جنسی و استفاده مشک‌زا از اینترنت، تحقیقات نشان می‌دهد که دختران آسیب‌پذیرتر هستند (Lopez-Fernandez, 2018, Laconi, et al. 2018). و در عوض پسرها به خاطر درگیری بیشتر با بازی‌های ویدئویی از این ناحیه بیشتر آسیب می‌بینند (Fuster, Carbonell, Pontes & Griffiths, 2016).

## جمع بندی

اگرچه جمع‌بندی و طبقه‌بندی نتایج پژوهشی مربوط به تأثیرات فضای مجازی/اینترنت/صفحات نمایشگر کار دشواری است و ابعاد مختلفی را شامل می‌شود، اما کلیات یافته‌های پژوهشی را می‌توان به شکل‌های مختلف تقسیم‌بندی کرد. برای نمونه موسسه DQ و در گزارش پارک<sup>۱</sup> (۲۰۱۹) پیامدهای نامطلوب استفاده مفرط از صفحات نمایشگر را در دو بخش «آنی» و «آتی» تقسیم‌بندی می‌کند: **پیامدهای آنی**: نمرات پایین، سلامتی کمتر، شادمانی کمتر، تنهایی بیشتر، افسردگی بیشتر، خشونت بیشتر، مشکلات خانوادگی بیشتر. **پیامدهای آتی**: بهزیستی پایین‌تر، آمادگی شغلی پایین‌تر، فرصت‌های اقتصادی کمتر.

یکی دیگر از تقسیم‌بندی‌ها را می‌توان تحت عناوین کلی زیر ارائه داد:

### ۱. تغییرات رفتاری: خواب کمتر، خواندن کمتر و روابط اجتماعی کمتر

بسیاری از مطالعات نشان داده‌اند که تماشای بیش از حد صفحه نمایشگر، اثرات جانبی زیادی به همراه دارد. کودکانی که به وسایل دیجیتال خود وابستگی بیشتری دارند، از کیفیت و کمیت خواب کمتری برخوردارند. نتایج مشابهی در بین نوجوانان به دست آمده است که حاکی از این است که استفاده شبانه از رسانه‌های اجتماعی منجر به کیفیت پایین‌تر خواب می‌شود (Woods, & Scott, 2016). به ویژه، هنگامی که کودکان در اتاق خواب به فناوری‌هایی مانند تلویزیون یا تلفن همراه دسترسی دارند، به دلیل تمایل بیش از حد آنها در استفاده از چنین فناوری‌هایی، فعالیت‌های مهمی مانند خواندن و خوابیدن کمرنگ می‌شوند (Gentile, Berch, Choo, Khoo, & Walsh, 2017).

تحقیقات نشان داده است که تماشای صفحه نمایشگر بیش از سه ساعت در روز مانع از پیشرفت مهارت‌های اجتماعی در کودکان می‌شود. وقتی نوجوانان چند روز از فناوری‌های دیجیتالی استفاده نمی‌کردند، در تشخیص احساسات غریبه‌ها عملکرد بسیار بهتری از خود نشان می‌دادند. با این

<sup>1</sup> Park

حال، ما شاهد روند فزاینده‌ای هستیم که در آن ارتباطات رایانه‌ای و اینترنتی، جایگزین تعاملات چهره به چهره می‌شود (Ali, 2016).

## ۲. تغییرات ذهنی: تنهایی، افسردگی بیشتر و پرخاشگری بیشتر.

هنگامی که کودکان خواب کمی دارند، سلامت جسمی و روحی آنها تحت تأثیر قرار می‌گیرد. خواب بد کودک با عزت نفس پایین و همچنین افزایش افسردگی و اضطراب همراه است (Woods, & Scott, 2016). محققان دریافته‌اند کودکانی که از رسانه‌های اجتماعی بیشتر استفاده می‌کنند، در برقراری روابط اجتماعی تجربه کمتری داشته لذا سرمایه‌های اجتماعی کمتری را نیز به دست می‌آورند (Burke, Marlow, & Lento, 2010). همچنین مشخص شده است که وقتی کودکان بیشتر از رسانه‌های اجتماعی استفاده می‌کنند، تنهایی بیشتری را تجربه می‌کنند. هنگامی که کودکان سعی می‌کنند از طریق رسانه‌های اجتماعی تصویر محور، به دنبال تأیید همسالان باشند، احتمالاً پیام‌های دوستی سطحی دریافت می‌کنند و این به ظرفیت آنها برای ایجاد پیوندهای محکم با دوستانشان آسیب می‌رساند (Bergman, Ferrington, Davenport, & Bergman, 2011). علاوه بر این، داشتن دوستان بیشتر در فیس‌بوک می‌تواند علائم بالینی مربوط به خودشیفتگی و اختلال شخصیت هیستریونیک را پیش بینی کند (Rosen, Whaling, Rab, Carrier & Cheever, 2013).

اگر کودکان در معرض زورگویی سایبری یا سایر خطرات سایبری قرار بگیرند، اوضاع فوق بدتر می‌شود. ارتباط معنی داری بین زورگویی سایبری، مورد آزار و اذیت قرار گرفتن سایبری از یک سو و افسردگی و خودکشی از سوی دیگر وجود دارد (Van Geel, Vedder & Tanilon, 2014). قربانیان زورگویی به ویژه مستعد افسردگی و در بسیاری موارد مستعد افکار خودکشی هستند. مطالعات نشان داده است که قربانیان زورگویی سایبری ۱۲۰٪ بیشتر درگیر ایده‌های خودکشی و ۱۶۰٪ بیشتر در معرض اقدام به خودکشی قرار دارند (Gómez-Guadix, Orue, Smith, & Calvete, 2013). علاوه بر این، افزایش پرخاشگری به‌طور کلی و تمایلات پرخاشگرانه در نتیجه غوطه وری در بازی‌های ویدئویی خشن و رسانه‌های خشن‌آمیز صرف نظر از سن، گزارش شده است (Bushman, 2013). (Gollwitzer & Cruz, 2015).

## ۳. نتایج: نمرات پایین، سلامت کمتر، شادی کمتر

این تغییرات باعث می‌شود که کودکان نمرات پایین تری کسب کرده، سلامت کمتری داشته باشند و شادی کمتری را تجربه کنند. بسیاری از مطالعات نشان می‌دهند که صرف وقت بیش از حد بر روی صفحه نمایشگر به خواندن کمتر و پیشرفت تحصیلی پایین تر منجر می‌شود (Rosen, Carrier, 2016) و (Miller, Rokkum, & Ruiz, 2016) و (Rosen, Whaling, Rab, Carrier & Cheever, 2013). علاوه

بر این، استفاده زیاد از شبکه‌های اجتماعی به‌طور کلی با تجارب تحصیلی ضعیف همراه است که با عادات نامناسب خواب و دیگر عوامل مرتبط، ارتباط دارد (Vernon, Barber, & Modecki, 2015). مطالعات نشان داده است که وقتی دانشجویان بیشتر با تلفن همراه خود در رسانه‌های اجتماعی مشغول فعالیت هستند، میانگین نمرات آنها پایین می‌آید (Al-Menayes, 2014).

همچنین مطالعاتی در خصوص اثرات نامطلوب تماشای زیاد صفحه نمایش بر سلامتی وجود دارد: استفاده زیاد از رسانه‌ها با سطح پایین سلامت روحی و جسمی و همچنین سطح پایین روابط بین فردی و همچنین احساس خوشبختی همراه است. این امر به ویژه در بین کودکان زیر ۱۳ سال که درگیر بازی‌های ویدیویی و رسانه‌های اجتماعی هستند رواج دارد (Rosen, et al. 2014). در حقیقت، تقریباً هر نوع استفاده از فناوری توسط نوجوانان، پیش‌بینی کننده مشکلات روانشناختی، نگرانی‌های رفتاری، مشکلات توجه و مشکلات جسمی آنهاست (Rosen, et al. 2014): این امر به‌طور کلی برای سلامت ذهنی نوجوانانی که بیش از ۲ ساعت در روز از شبکه‌های اجتماعی استفاده می‌کنند، مضر است. این دسته سلامت ذهنی بدتری را گزارش می‌دهند؛ از جمله سطوح بالاتری از پریشانی و افکار خودکشی را گزارش می‌کنند (Gómez-Guadix, Orue, Smith, & Calvete, 2013) و (Bushman, Gollwitzer, & Cruz, 2015).

# فصل سوم: روش پژوهش



### مقدمه

فصل حاضر به تشریح روش پژوهش می‌پردازد. ابتدا، طرح پژوهش مورد بررسی قرار می‌گیرد. سپس، ویژگی‌های جامعه آماری، نمونه، روش نمونه‌گیری و اجرای پژوهش توصیف می‌گردد. در ادامه به معرفی ابزارهای پژوهش و بررسی روایی و پایایی آنها پرداخته شده است. در نهایت، این پژوهش با توضیح اطلاعات کلی مربوط به تحلیل داده‌ها به پایان می‌رسد.

### طرح پژوهش

پژوهش حاضر پژوهشی توصیفی از نوع همبستگی است. در پژوهش‌های همبستگی رابطه میان متغیرها بر اساس هدف تحقیق تحلیل می‌گردد (سرمد، بازرگان و حجازی، ۱۳۸۹). همچنین این پژوهش با استفاده از نتایج تحقیقات بنیادی به منظور بهبود و به کمال رساندن رفتارها، روش‌ها و ابزارهای مورد استفاده در سازمان آموزش و پرورش انجام می‌شود، لذا این تحقیق جزء تحقیقات کاربردی است.

### جامعه آماری

جامعه آماری این پژوهش را کلیه دانش‌آموزان دختر و پسر شاغل به تحصیل در دوره دوم ابتدایی خراسان شمالی در سال ۹۸-۹۹ تشکیل می‌دهند. به استناد آمار اتخاذ شده از سالنامه آماری اداره کل آموزش و پرورش خراسان شمالی سال ۱۳۹۸-۱۳۹۹، این استان دارای ۱۰۲۱۲۳ دانش‌آموز در مقطع ابتدایی می‌باشد که تعداد ۵۲۹۷۲ نفر در دوره اول ابتدایی (پایه‌های اول، دوم، سوم) و تعداد ۴۹۱۵۱ نفر در دوره دوم ابتدایی (پایه‌های چهارم، پنجم و ششم) مشغول تحصیل هستند. جدول ۱-۳، توزیع فراوانی جامعه آماری به تفکیک پایه و جنسیت را نشان می‌دهد.

جدول ۳-۱. توزیع جامعه آماری به تفکیک پایه و جنسیت

کل	پسر	دختر	
۱۶۹۰۱	۸۷۵۷	۸۱۴۴	پایه چهارم
۱۶۴۵۴	۸۳۵۳	۸۱۰۲	پایه پنجم
۱۵۷۹۶	۸۱۰۳	۷۶۹۳	پایه ششم
۴۹۱۵۱	۲۵۲۱۳	۲۳۹۳۸	جمع کل

جدول ۳-۱ نشان می‌دهد از مجموع دانش‌آموزان دوره دوم ابتدایی استان خراسان شمالی، ۱۶۹۰۱ نفر در پایه چهارم، ۱۶۴۵۴ نفر در پایه پنجم و ۱۵۷۹۶ نفر در پایه ششم مشغول تحصیل هستند که از بین آنها ۲۳۹۳۸ نفر دختر و ۲۵۲۱۳ نفر پسر هستند.

### نمونه و روش نمونه‌گیری

با توجه به هدف و نحوه اجرای پژوهش، در مرحله اول از روش نمونه‌گیری هدفمند استفاده می‌شود به این صورت که تنها دانش‌آموزانی به عنوان نمونه در نظر گرفته می‌شوند که امکان استفاده از اپلیکیشن‌های آموزشی و دیگر ابزار فضای مجازی مثل موبایل، تبلت و کامپیوتر دارند. در مرحله بعد از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای برای انتخاب نمونه آماری استفاده می‌شود. به ترتیب که ابتدا از هر شهرستان به تصادف دو آموزشگاه ابتدایی (یک آموزشگاه دخترانه و یک آموزشگاه پسرانه) انتخاب می‌شود سپس از هر آموزشگاه سه کلاس در پایه‌های چهارم، پنجم و ششم انتخاب می‌شود.

لازم به ذکر حجم نمونه آماری با توجه به حجم جامعه آماری (۴۹۱۵۱ نفر)، و براساس جدول کرجسی و مورگان<sup>۱</sup> (۱۹۷۰)، ۳۸۰ نفر برآورد گردید. همچنین جهت اطمینان از کفایت حجم نمونه آماری انتخاب شده، از نرم افزار جی پاور نیز استفاده شد. نتایج نشان داد با میزان  $\alpha = 0.05$  و توان آزمون  $(1 - \beta) = 0.80$ ، ما نیاز به ۳۴۶ نفر نمونه داریم تا به اندازه اثر  $0.15$  دست پیدا کنیم. بنابراین می‌توان با اطمینان بیان کرد حجم نمونه ۳۸۰ نفر برای انجام این پژوهش کافی هست. جدول ۳-۲ توزیع فراوانی نمونه پژوهش را به نسبت تفکیک پایه و جنسیت نشان می‌دهد.

جدول ۳-۲. توزیع نمونه آماری به تفکیک پایه و جنسیت

کل	پسر	دختر	
۱۳۱	۶۸	۶۳	پایه چهارم
۱۲۶	۶۴	۶۲	پایه پنجم

<sup>1</sup> Krejcie & Morgan

پایه ششم	۶۰	۶۳	۱۲۳
جمع کل	۱۸۵	۱۹۵	۳۸۰

جدول ۲-۳ نشان می‌دهد از مجموع دانش‌آموزانی که نمونه پژوهش حاضر را تشکیل می‌دهند، ۱۳۱ نفر در پایه چهارم، ۱۲۶ نفر در پایه پنجم و ۱۲۳ نفر در پایه ششم مشغول تحصیل هستند که از بین آنها ۱۸۵ نفر دختر و ۱۹۵ نفر پسر هستند.

### پرسشنامه محقق ساخته میزان استفاده از فضای مجازی

این پرسشنامه که برای اولین بار استفاده در پژوهش حاضر توسط پژوهشگران ساخته شد از ۳۳ گویه تشکیل شده است. از آنجائیکه هدف شناسایی آسیب‌های فضای مجازی بود، پژوهشگران به دنبال ساخت پرسشنامه‌ای جهت سنجش این آسیب‌ها بودند. برای این منظور در اولین گام برای گردآوری تعداد زیادی گویه که سازه مورد نظر را اندازه‌گیری می‌کند، به متون مربوط به فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی مراجعه شد و گویه‌های مختلفی که به عنوان آسیب‌های فضای مجازی در مطالعات مختلف وجود داشتند، استخراج شدند. سپس از صاحب‌نظران مختلف خواسته شد با توجه به تجاربی که در این زمینه دارند، گویه‌های دیگری را معرفی کنند. همه این موارد با هم ترکیب و یک پرسشنامه با ۳۳ گویه‌ای ساخته شد. در مرحله آخر، پرسشنامه‌ها در بین گروه نمونه‌ای که از جامعه تحقیق انتخاب شده بود، توزیع شد. پرسشنامه ارائه شده شامل ۴ بخش بود که عبارتند از:

۱. بخش اول شامل ۱۱ سوال است که در آن به مشخصات عمومی شرکت‌کنندگان (شامل جنسیت، پایه تحصیلی، نوع مدرسه، شهر محل سکونت، تحصیلات پاسخ دهنده، شغل پدر و مادر و تعداد فرزند) اشاره شده است.
۲. بخش دوم شامل ۱۳ سوال است که اطلاعات عمومی در مورد استفاده از فضای مجازی مثل سن استفاده از تبلت یا موبایل، نوع فعالیت‌های دانش آموز در فضای مجازی، نوع بازی‌های کامپیوتری، نوع شبکه‌های مجازی مورد استفاده و ... از والدین پرسیده می‌شود. شیوه نمره گذاری این پرسشنامه برای هر سوال متفاوت است. دو نمونه از سؤالات این پرسشنامه عبارتند از: " فرزند شما در اغلب موارد چگونه بازی‌های کامپیوتری را تهیه می‌کند؟"، " فرزند شما اغلب اوقات در اینترنت چه می‌کند؟"
۳. بخش سوم و اصلی این پرسشنامه شامل ۵ سؤال مربوط به سنجش میزان ساعات استفاده از فضای مجازی می‌باشد. در این سؤالات به گزینه «هشت ساعت و بیشتر» نمره ۸ و «تقریباً

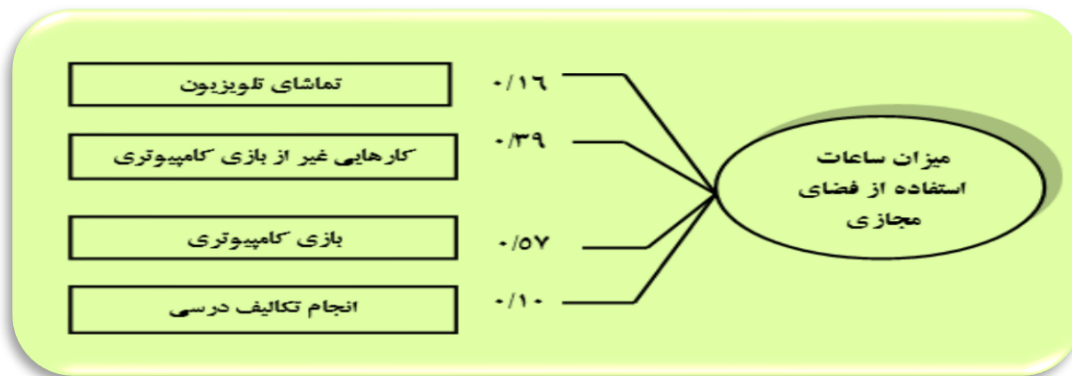
صفر» نمره ۰ داده می‌شود. دو نمونه از سؤالات این پرسشنامه عبارتند از: "فرزند شما در دوران قرنطینه کرونا به‌طور تقریبی چند ساعت در روز با موبایل/تبلت/کامپیوتر مشغول بازی کامپیوتری (گیم) است؟"، "فرزند شما در دوران قرنطینه کرونا به‌طور تقریبی چند ساعت در روز به خاطر درس و تکالیف درسی با موبایل/تبلت/کامپیوتر سروکار دارد؟ (مثلاً کار با اپلیکیشن شاد، دریافت و ارسال تکالیف درسی و ...)".

۴. بخش چهارم از برخی از خطرات فضای مجازی سوال کرده است. این بخش ۴ سوال دارد. محتوای سوالات عبارتند از زورگویی آنلاین، تبادل تصاویر جنسی و دریافت پیام‌های تهدیدآمیز و نفرت‌انگیز، دریافت یا دیدن صحنه‌ها و پیام‌های خشن، دیدن تصاویر برهنه و رابطه جنسی.

جهت محاسبه روایی این پرسشنامه از روایی صوری، محتوایی و سازه استفاده شد. برای بررسی روایی صوری و محتوای کیفی، از نظرات متخصصین و صاحب‌نظران در حوزه‌ی پژوهش استفاده شد و از آن‌ها تقاضا شد رعایت دستور زبان، جمله‌بندی، قرارگیری عبارات در جای مناسب، استفاده از واژه‌های مناسب، سطح دشواری (دشواری درک عبارات و کلمات)، میزان تناسب (تناسب و ارتباط مطلوب عبارات با ابعاد پرسشنامه) و ابهام (احتمال وجود برداشت‌های اشتباه از عبارات و یا وجود نارسایی در معانی کلمات) را برای هر گویه بررسی نمایند و در صورت عدم رعایت این اصول، پیشنهادهای خود را برای بهبود گویه‌ها ذکر کنند.

همچنین جهت بررسی روایی خرده مقیاس میزان ساعات استفاده از فضای مجازی از روایی سازه استفاده شد. به منظور بررسی روایی سازه، روش تحلیل عامل تأییدی با استفاده از نرم افزار AMOS-23، به کار برده شد. خرده مقیاس میزان ساعات استفاده از فضای مجازی از یک سازه مکنون با چهار گویه تشکیل شده است. نمودار ۱-۳ ساختار عاملی متغیر مکنون خرده مقیاس میزان ساعات استفاده از فضای مجازی، نشانگرها و ضرایب/بارعاملی استاندارد آن را در پژوهش حاضر نشان می‌دهد.





نمودار ۳-۱. ساختار عاملی متغیر مکنون میزان ساعات استفاده از فضای مجازی، نشانگرها و ضرایب/ بارعاملی استاندارد

نمودار ۳-۱ نشان می دهد که کلیه ماده‌ها از بار عاملی مطلوبی برخوردار هستند ( $P < 0.0001$ ). همچنین شاخص‌های الگوی تحلیل عاملی تأییدی خرده مقیاس میزان ساعات استفاده از فضای مجازی در پژوهش حاضر نشان می دهند که مقادیر شاخص‌ها به ملاک‌های برازندگی نزدیک است و الگوی تحلیل عاملی تأییدی دارای برازش قابل قبولی است. جدول ۳-۳ شاخص‌های برازندگی الگوی تحلیل عاملی خرده مقیاس میزان ساعات استفاده از فضای مجازی را در پژوهش حاضر نشان می دهد.

جدول ۳-۳. شاخص‌های برازندگی الگوی تحلیل عاملی خرده مقیاس میزان ساعات استفاده از فضای مجازی در پژوهش حاضر

RMSEA	NFI	CFI	TLI	IFI	AGFI	GFI	$\chi^2/df$	$\chi^2$
۰/۰۰۱	۰/۹۸	۱	۱	۱	۰/۹۹	۱	۰/۱۵۶	۰/۳۱۲

همانطور که از مقادیر جدول ۳-۳ استنباط می گردد شاخص‌های برازندگی الگوی تحلیل عاملی تأییدی خرده مقیاس میزان ساعات استفاده از فضای مجازی، در پژوهش حاضر در حد مطلوبی می باشند. همچنین مقدار ۱ در شاخص CFI نشان دهنده تک بُعدی بودن سازه میزان ساعات استفاده از فضای مجازی می باشد.

در پژوهش حاضر جهت بررسی پایایی خرده مقیاس میزان ساعات استفاده از فضای مجازی از روش‌های آلفای کرونباخ و تنصیف اسپیرمن- براون استفاده شد. روش همسانی درونی در مطالعات مقطعی یکی از روش‌های پرکاربرد می باشد (کرونباخ<sup>۱</sup>، ۱۹۵۱). مقدار ضریب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس میزان ساعات استفاده از فضای مجازی، ۰/۳۵ و مقدار ضریب تنصیف اسپیرمن- براون، ۰/۳۷ به دست آمد.

<sup>۱</sup>. Cronbach

### سیاهه رفتاری کودک آخنباخ- نسخه والدین (CBCL)

سیاهه رفتاری کودک آخنباخ<sup>۱</sup> از مجموعه فرم‌های موازی آخنباخ ASEBA بوده و مشکلات کودکان و نوجوانان را در ۸ عامل اضطراب/ افسردگی، انزوا/ افسردگی، شکایت‌های جسمانی، مشکلات اجتماعی، مشکلات تفکر، مشکلات توجه، نادیده گرفتن قواعد و رفتار پرخاشگرانه ارزیابی می‌کند. این سیاهه مشکلات عاطفی- رفتاری و همچنین توانمندی‌ها و شایستگی‌های تحصیلی و اجتماعی کودکان ۶-۱۸ سال را از دیدگاه والدین مورد سنجش قرار می‌دهد و نوعاً در ۲۰ الی ۲۵ دقیقه تکمیل می‌شود. این ابزار را هم می‌توان به صورت خودگزارشی و هم به صورت مصاحبه اجرا کرد. همچنین CBCL را می‌توان به منظور اندازه‌گیری تغییرات رفتاری کودک در زمان یا به دنبال درمان مورد استفاده قرار داد (مینایی، ۱۳۸۴).

پاسخ به سوالات سیاهه رفتاری کودک آخنباخ به صورت لیکرت ۳ گزینه‌ای از ۰ تا ۲ می‌باشد. بدین ترتیب که نمره "۰" به مواردی تعلق می‌گیرد که هرگز در رفتار کودک وجود ندارد؛ نمره "۱" به حالات و رفتارهایی داده می‌شود که گاهی اوقات در کودک مشاهده می‌شود و نمره "۲" نیز به مواردی داده می‌شود که بیشتر مواقع یا همیشه در رفتار کودک وجود دارد.

این فرم، ۸ مشکل یا سندرم عاطفی- رفتاری را اندازه می‌گیرد که عبارت است از:

- اضطراب/ افسردگی (AD) (شامل مواد ۱۲، ۱۴، ۲۹، ۳۰، ۳۱، ۳۲، ۳۳، ۳۵، ۴۵، ۵۰، ۵۲، ۷۱، ۹۱ و ۱۱۲)؛
- گوشه‌گیری/ افسردگی (WD) (شامل مواد ۵، ۴۲، ۶۵، ۶۹، ۷۵، ۱۰۲، ۱۰۳ و ۱۱۱)؛
- شکایات جسمانی (SC) (شامل مواد ۴۷، ۴۹، ۵۱، ۵۴ و ۵۶)؛
- مشکلات اجتماعی (SP) (شامل مواد ۱۱، ۱۲، ۲۵، ۲۷، ۳۴، ۳۶، ۳۸، ۴۸، ۶۲، ۶۴ و ۷۹)؛
- مشکلات تفکر (TP) (شامل مواد ۹، ۱۸، ۴۰، ۴۶، ۵۸، ۵۹، ۶۰، ۶۶، ۷۰، ۷۶، ۸۰، ۸۳، ۸۴، ۸۵، ۹۲ و ۱۰۰)؛
- مشکلات توجه (مربوط به اختلال نارسایی توجه/بیش‌فعالی (AP) (شامل مواد ۱، ۴، ۸، ۱۰، ۱۳، ۱۷، ۴۱، ۶۱، ۷۸ و ۸۰)؛
- رفتار قانون شکنی (RB) (شامل مواد ۲، ۲۶، ۲۸، ۳۹، ۴۳، ۶۳، ۶۷، ۷۲، ۷۳، ۸۱، ۸۲، ۹۰، ۹۶، ۹۹، ۱۰۱، ۱۰۵ و ۱۰۶)؛
- رفتار پرخاشگری (AG) (شامل مواد ۳، ۱۶، ۱۹، ۲۰، ۲۱، ۲۲، ۲۳، ۲۷، ۳۷، ۵۷، ۶۸، ۸۶، ۸۷، ۸۸، ۸۹، ۹۴، ۹۵، ۹۷ و ۱۰۴).

<sup>۱</sup> Child Behavior Checklist

ضرایب کلی اعتبار فرم‌های CBCL با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۹۷ و با استفاده از اعتبار بازآزمایی ۰/۹۴ گزارش شده است. روایی محتوایی (انتخاب منطق سؤالات و استفاده از تحلیل کلاس یک سؤالات)، روایی ملاکی (با استفاده از مصاحبه روان پزشکی با کودک و نیز همبستگی با مقیاس CSI-4) و روایی سازه (روابط درونی مقیاس‌ها و تمایزگذاری گروهی) این فرم‌ها مطلوب گزارش شده است (آخنباخ و رسکورلا، ۲۰۰۱).

در پژوهش مینایی (۱۳۸۵) دامنه ضرایب همسانی درونی مقیاس‌ها با استفاده از فرمول آلفای کرونباخ از ۰/۶۳ تا ۰/۹۵ گزارش شده است. ثبات زمانی مقیاس‌ها با استفاده از روش آزمون-بازآزمون با یک فاصله زمانی ۸-۵ هفته بررسی شده که دامنه ضرایب ثبات زمانی از ۰/۳۲ تا ۰/۶۷ به دست آمده است. همچنین توافق بین پاسخ‌دهندگان نیز مورد بررسی قرار گرفته است که دامنه این ضرایب از ۰/۹۰ تا ۰/۶۷ نوسان داشته است. به‌طور کلی در تحقیق مینایی (۱۳۸۵) این نتیجه حاصل شده است که این پرسشنامه از اعتبار و روایی مطلوب و بالایی برخوردار است و با اطمینان می‌توان از آن برای سنجش اختلالات عاطفی-رفتاری کودکان و نوجوانان ۶-۱۸ ساله استفاده کرد. یزدخواستی و عریضی (۱۳۹۰) ضریب اعتبار آلفای کرونباخ را برای این پرسشنامه در سه فرم والدین، معلم و کودک به ترتیب ۰/۹۰، ۰/۹۳ و ۰/۸۲ به دست آوردند و در مورد اعتبار سازه همبستگی خرده‌مقیاس‌های بخش مشکلات رفتاری-هیجانی با نمره کلی این بخش در سه نسخه والدین، معلم و کودک به ترتیب ۰/۶۲-۰/۸۸، ۰/۴۴-۰/۹۱ و ۰/۵۱-۰/۸۵ و همبستگی خرده‌مقیاس‌های بخش مهارت‌ها با نمره کلی این بخش در سه نسخه والدین، معلم و کودک به ترتیب ۰/۲۴-۰/۸۲، ۰/۷۷-۰/۹۳ و ۰/۶۴-۰/۸۷ گزارش کرده‌اند.

در پژوهش حاضر جهت بررسی پایایی سیاهه رفتاری کودک آخنباخ و خرده‌مقیاس‌های آن از روش‌های آلفای کرونباخ و تنصیف اسپیرمن-براون استفاده شد. نتایج حاصل از بررسی پایایی این پرسشنامه در جدول ۳-۴ آمده است.

جدول ۳-۴. ضرایب پایایی مقیاس سیاهه رفتاری کودک آخنباخ و خرده‌مقیاس‌های آن در پژوهش حاضر

ضرایب پایایی خرده‌مقیاس‌ها	تعداد گویه‌ها	آلفای کرونباخ	تنصیف اسپیرمن-براون
اضطراب/افسردگی	۱۴	۰/۷۴۵	۰/۷۰۹
گوشه‌گیری/افسردگی	۸	۰/۵۱۸	۰/۵۰۷
شکایات جسمانی	۱۲	۰/۵۵۰	۰/۵۵۱
مشکلات اجتماعی	۱۱	۰/۶۵۰	۰/۶۳۴
مشکلات تفکر	۱۶	۰/۷۲۷	۰/۷۰۴
مشکلات توجه	۱۰	۰/۷۵۷	۰/۷۷۰

۰/۶۳۴	۰/۶۶۷	۱۷	رفتار قانون شکنی
۰/۸۲۲	۰/۸۷۵	۱۹	رفتار پرخاشگری
۰/۸۸۹	۰/۹۴۵	۱۱۲	کل مقیاس

با استناد به مقادیر جدول ۳-۴ مقیاس سیاهه رفتاری کودک آخنباخ و خرده مقیاس‌های آن در پژوهش حاضر از پایایی مناسبی برخوردارند.

## روش اجرای پژوهش

برای انجام این پژوهش ابتدا پژوهشگر مجوزهای لازم برای انجام پژوهش و همچنین آمار تعداد افراد جامعه را از اداره کل آموزش و پرورش استان خراسان شمالی اخذ نمود. در گام بعدی براساس جامعه آماری و با در نظر گرفتن ریزش احتمالی، حجم نمونه آماری تعیین شد. با توجه به اینکه هدف پژوهش شناسایی آسیب‌های فضای مجازی بود، در ابتدا با استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند تنها دانش‌آموزانی به عنوان نمونه در نظر گرفته شدند که امکان استفاده از اپلیکیشن‌های آموزشی و دیگر ابزار فضای مجازی مثل موبایل، تبلت و کامپیوتر داشتند؛ سپس در مرحله بعد از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای برای انتخاب نمونه آماری استفاده شد. برای این منظور و با توجه به شرایط به وجود آمده پژوهشگر لیست تلفن مدیران مدرسه‌ای که به عنوان نمونه انتخاب شده بودند اتخاذ نمود سپس در یک تماس تلفنی و دادن توضیحات لازم درباره‌ی موضوع پژوهش، گویه‌های پرسشنامه و مقصود از ارزیابی نظرات آنها، لینک پرسشنامه در اختیار آنها قرار می‌گرفت تا به وسیله مدیر یا معلمان در پایه‌های چهارم، پنجم و ششم ابتدایی برای یکی از والدین دانش‌آموزان کلاس‌های مذکور ارسال گردد. این پرسشنامه باید توسط پدر یا مادر دانش‌آموز به صورت الکترونیکی تکمیل می‌گشت. تکمیل این پرسشنامه حداکثر ۲۰ دقیق زمان می‌خواست. در صورت ضرورت به والدین اطمینان داده می‌شد که پرسشنامه بدون نام است و مشخصات تکمیل کننده ثبت نمی‌شود و همه اطلاعات و پاسخ‌های آنها محرمانه خواهد ماند.

## روش تجزیه و تحلیل داده‌ها

در پژوهش حاضر جهت تحلیل داده‌ها از روش‌های آمار توصیفی نظیر: فراوانی، درصد فراوانی، میانگین، انحراف معیار و همچنین آزمون کلموگرف-اسمیرنوف برای بررسی نرمال بودن توزیع متغیرهای پژوهش استفاده گردید. همچنین در بخش آمار استنباطی از ضریب همبستگی پیرسون و

تحلیل رگرسیون چند متغیری استفاده شده است. برای انجام عملیات آماری مذکور از نرم افزار SPSS نسخه ۲۳ و در مرحله اعتباریابی پرسشنامه‌ها از نرم افزار AMOS نسخه ۲۳ استفاده گردید.

# فصل چهارم: یافته‌های پژوهش

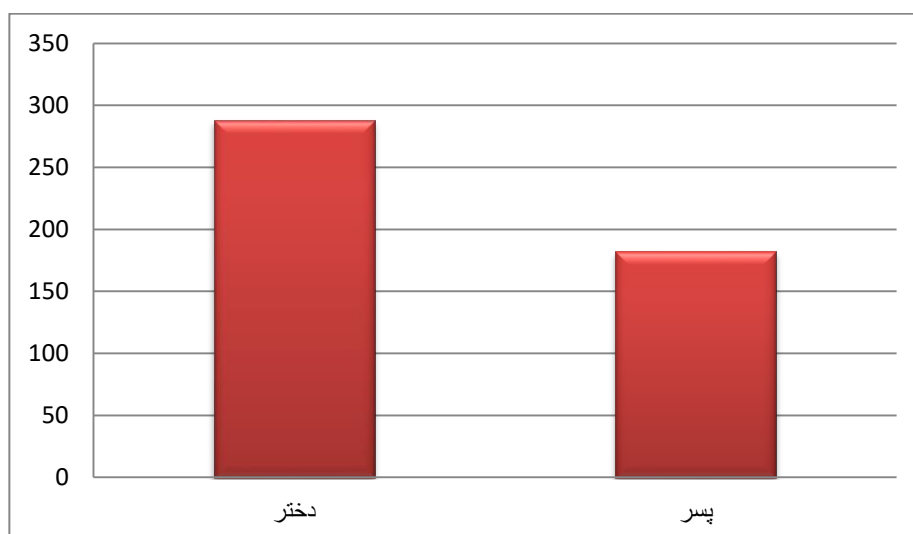


## مقدمه

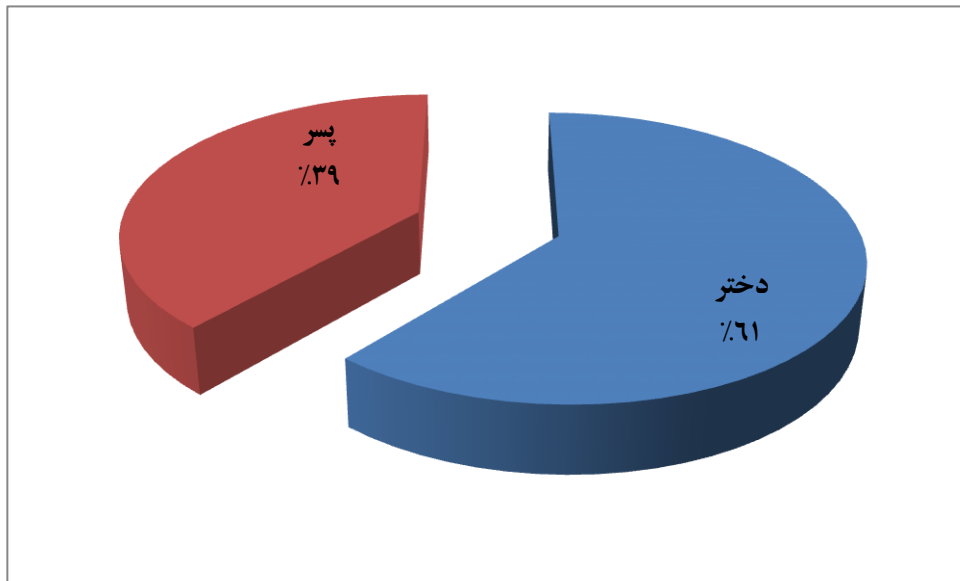
فصل حاضر به بررسی یافته‌های حاصل از این پژوهش می‌پردازد. ابتدا یافته‌های توصیفی مربوط به برخی از ویژگی‌های جمعیت شناختی نمونه بازنگری می‌شوند. سپس یافته‌های توصیفی مربوط به متغیرهای پژوهش که شامل میانگین و انحراف معیار می‌باشد، ارائه می‌شود. در ادامه، راجع به مفروضه ضریب همبستگی و همچنین یافته‌های مربوط به فرضیه‌های پژوهش بحث خواهد شد.

## یافته‌های جمعیت شناختی

گروه مورد مطالعه در پژوهش حاضر ۵۰۰ نفر از دانش‌آموزان دوره دوم ابتدایی استان خراسان شمالی بودند که پرسشنامه‌های پژوهش حاضر را تکمیل نمودند؛ که در مرحله پایانی پس از حذف داده‌های پرت، تعداد ۴۷۰ پرسشنامه مورد تجزیه و تحلیل نهایی قرار گرفت. نمودارهای ۱-۴ و ۲-۴ وضعیت اعضای نمونه را از نظر جنسیت به صورت فراوانی نشان می‌دهد.

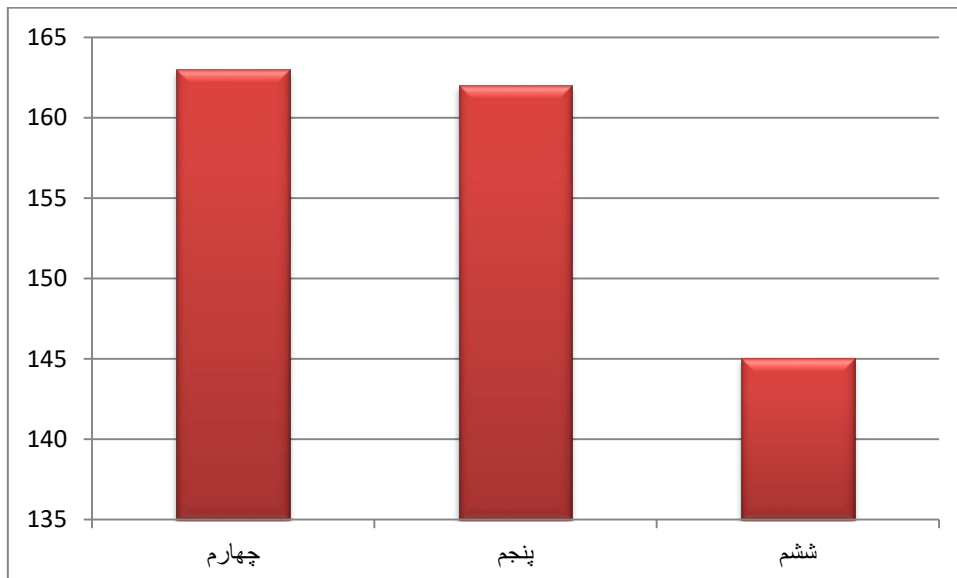


نمودار ۱-۴. فراوانی اعضای نمونه براساس جنسیت



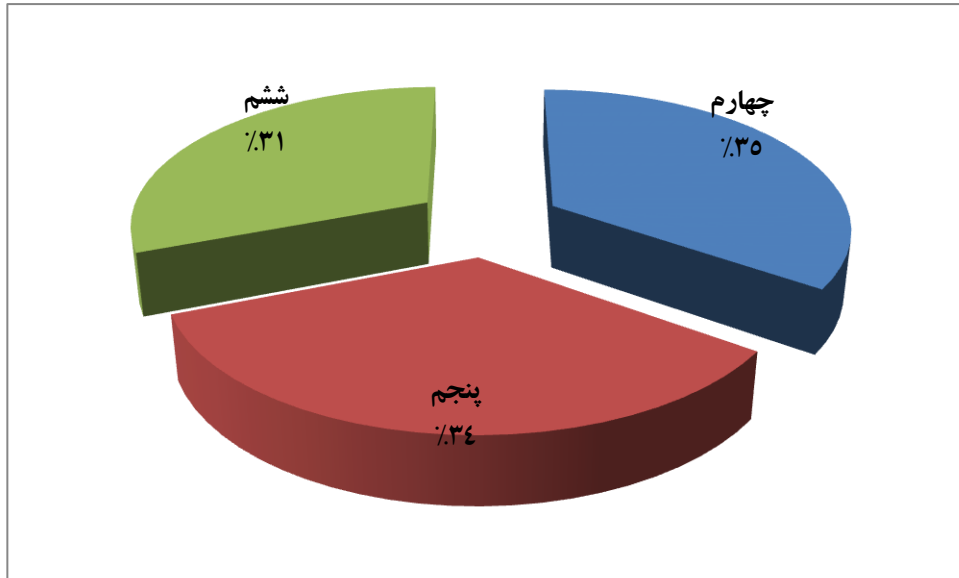
نمودار ۴-۲. درصد فراوانی اعضای نمونه براساس جنسیت

نمودارهای ۴-۱ و ۴-۲ بیانگر این هستند که تعداد ۲۸۸ نفر (۶۱/۳٪) از شرکت کنندگان را دختران و تعداد ۱۸۲ نفر (۳۸/۷٪) از شرکت کنندگان را پسران تشکیل می‌دهند. نمودارهای ۴-۳ و ۴-۴ وضعیت اعضای نمونه را از نظر پایه تحصیلی، به صورت فراوانی و درصد نشان می‌دهد.



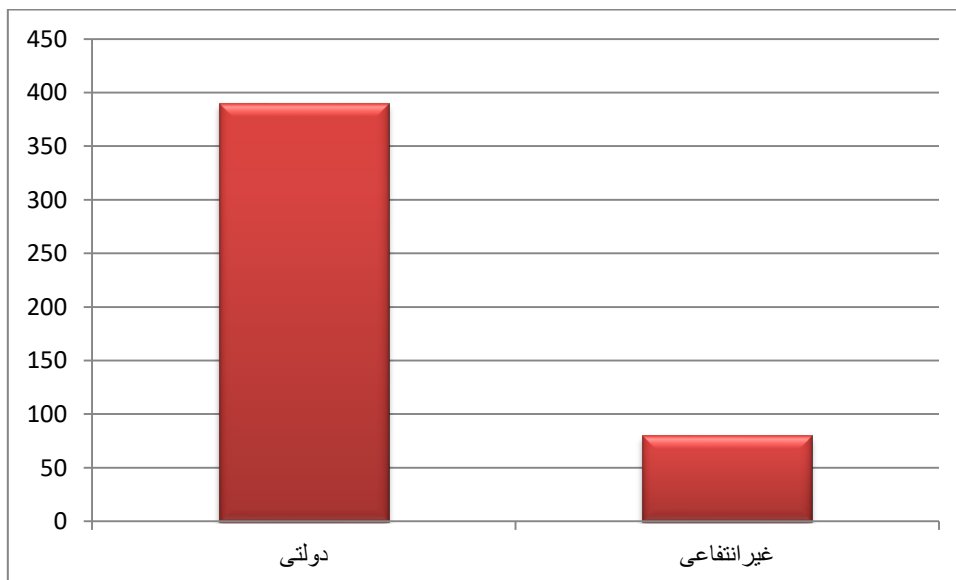
نمودار ۴-۳. فراوانی اعضای نمونه براساس پایه تحصیلی



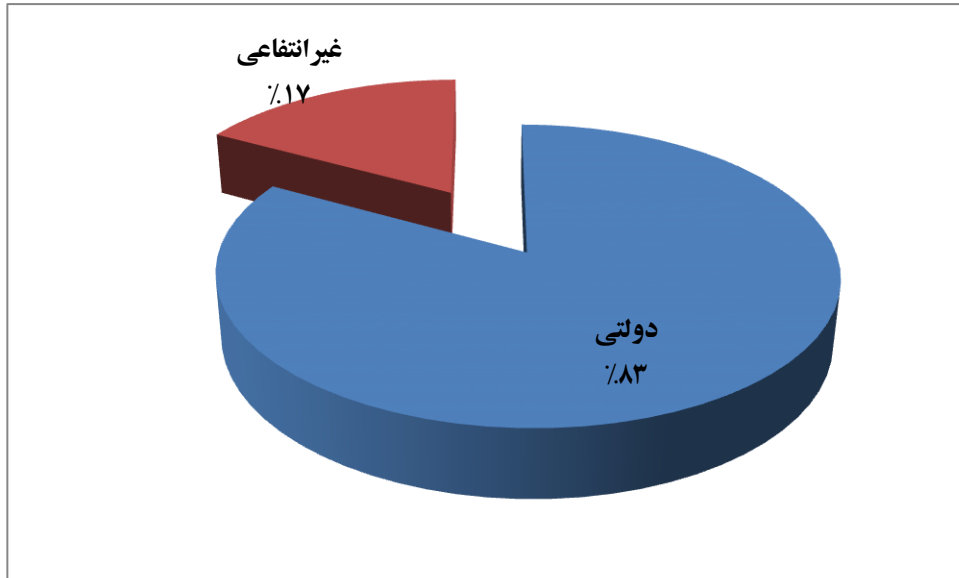


نمودار ۴-۴. درصد فراوانی اعضای نمونه براساس پایه تحصیلی

نمودارهای ۳-۴ و ۴-۴ نشان می‌دهند که تعداد ۱۶۳ نفر (۳۴/۷٪) از شرکت‌کنندگان را در پایه چهارم، ۱۶۲ نفر (۳۴/۵٪) در پایه پنجم و ۱۴۵ نفر (۳۰/۹٪) در پایه ششم مشغول به تحصیل بودند. نمودارهای ۴-۵ و ۴-۶ وضعیت اعضای نمونه را از نظر نوع مدرسه، به صورت فراوانی و درصد نشان می‌دهد.

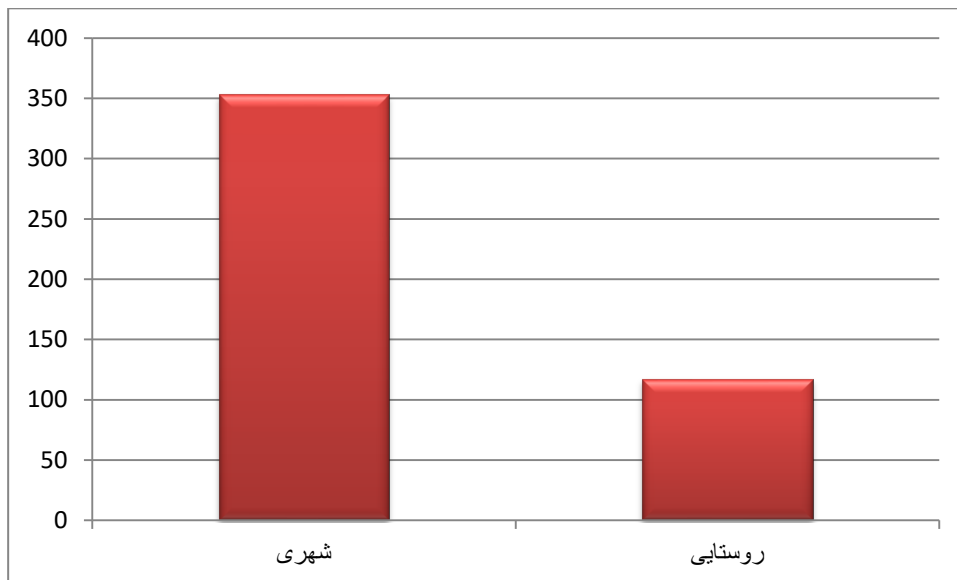


نمودار ۴-۵. فراوانی اعضای نمونه براساس نوع مدرسه

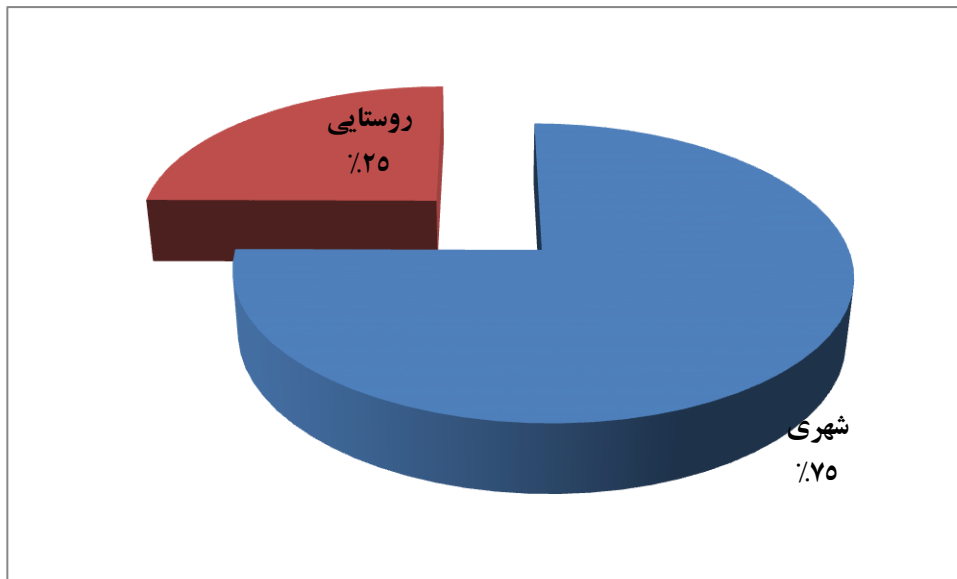


نمودار ۴-۶. درصد فراوانی اعضای نمونه براساس نوع مدرسه

نمودارهای ۴-۵ و ۴-۶ نشان می‌دهند که تعداد ۳۹۰ نفر (۸۳٪) از شرکت کنندگان در مدارس دولتی و تعداد ۸۰ نفر (۱۷٪) در مدارس غیر انتفاعی مشغول تحصیل بودند. نمودارهای ۴-۷ و ۴-۸ وضعیت اعضای نمونه را از نظر نوع منطقه به صورت فراوانی و درصد نشان می‌دهد.

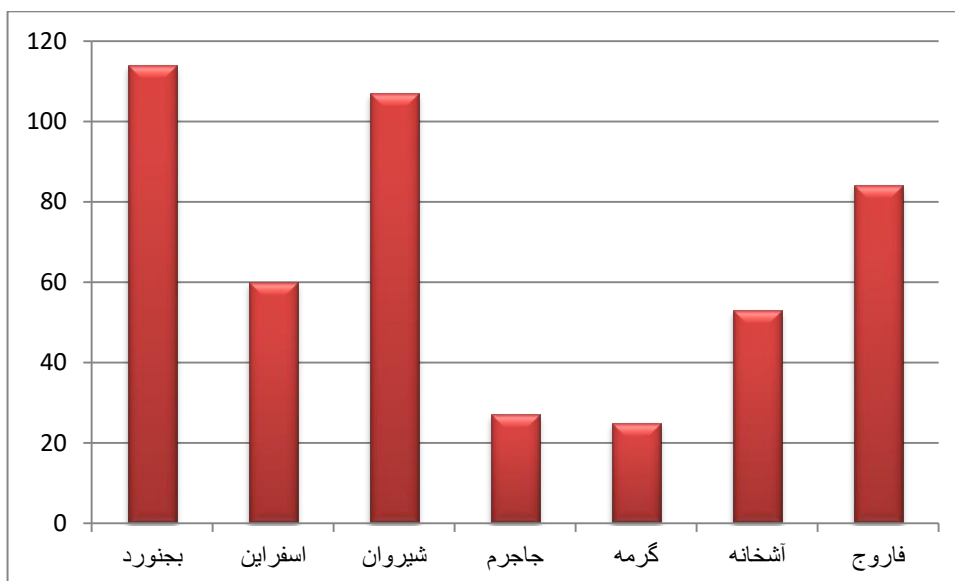


نمودار ۴-۷. فراوانی اعضای نمونه براساس نوع منطقه

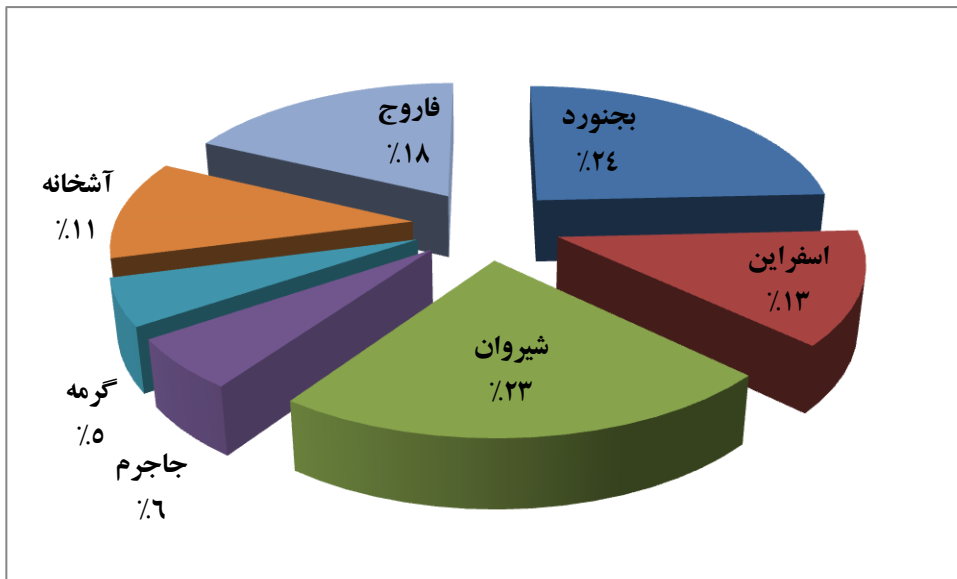


نمودار ۴-۸. درصد فراوانی اعضای نمونه براساس نوع منطقه

نمودار ۴-۷ و ۴-۸ بیانگر این هستند که تعداد ۱۱۷ نفر (۲۴/۹٪) از شرکت کنندگان در مناطق روستایی و تعداد ۳۵۳ نفر (۷۵/۱٪) در مناطق شهری مشغول تحصیل بودند. نمودار ۴-۹ و ۴-۱۰ وضعیت اعضای نمونه را از نظر شهر محل سکونت به صورت فراوانی و درصد نشان می‌دهد.



نمودار ۴-۹. فراوانی اعضای نمونه براساس شهر محل سکونت

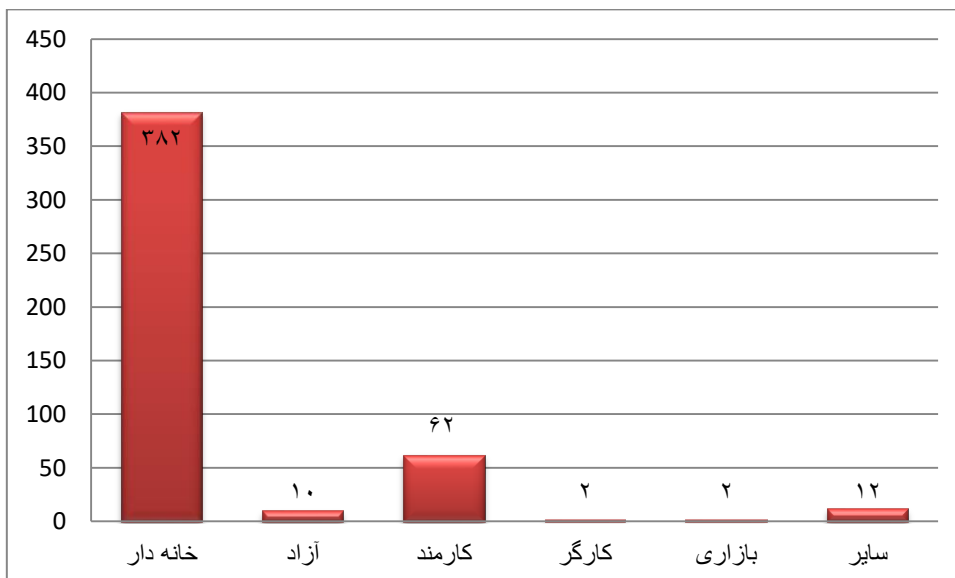


نمودار ۴-۱۰. درصد فراوانی اعضای نمونه براساس شهر محل سکونت

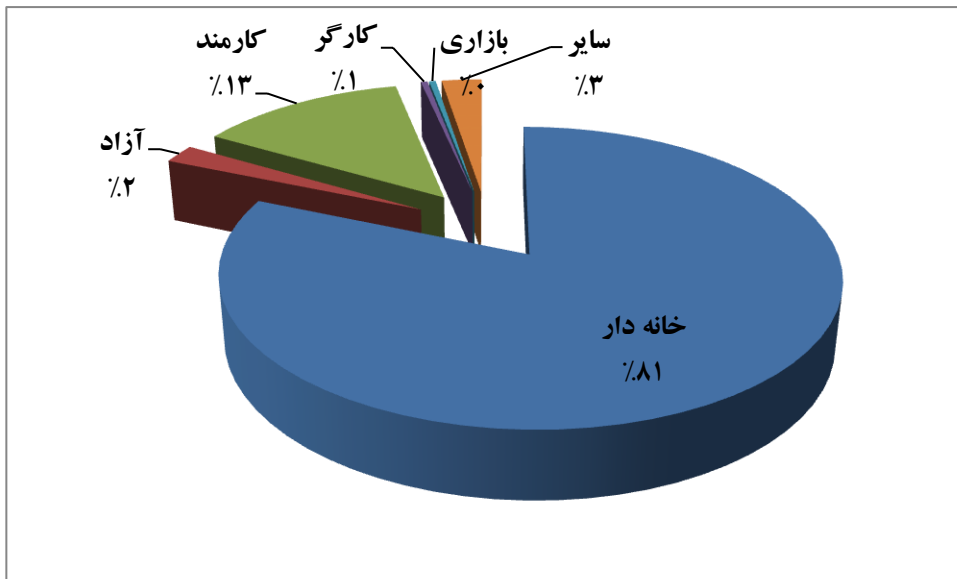
نمودار ۴-۹ و ۴-۱۰ بیانگر این هستند که تعداد ۱۱۴ نفر (۳/۲۴٪) از شرکت کنندگان در شهر بجنورد، ۶۰ نفر (۸/۱۲٪) در شهر آسفراین، ۱۰۷ نفر (۸/۲۲٪) در شهر شیروان، ۲۷ نفر (۷/۵٪) در شهر جاجرم، ۲۵ نفر (۳/۵٪) در شهر گرمه، ۵۳ نفر (۳/۱۱٪) در شهر آشخانه و ۸۴ نفر (۹/۱۷٪) در شهر فاروج سکونت داشتند.

نمودار ۴-۱۱ و ۴-۱۲ وضعیت اعضای نمونه را از نظر شغل مادر به صورت فراوانی و درصد نشان

می‌دهد.



نمودار ۴-۱۱. فراوانی اعضای نمونه براساس شغل مادر

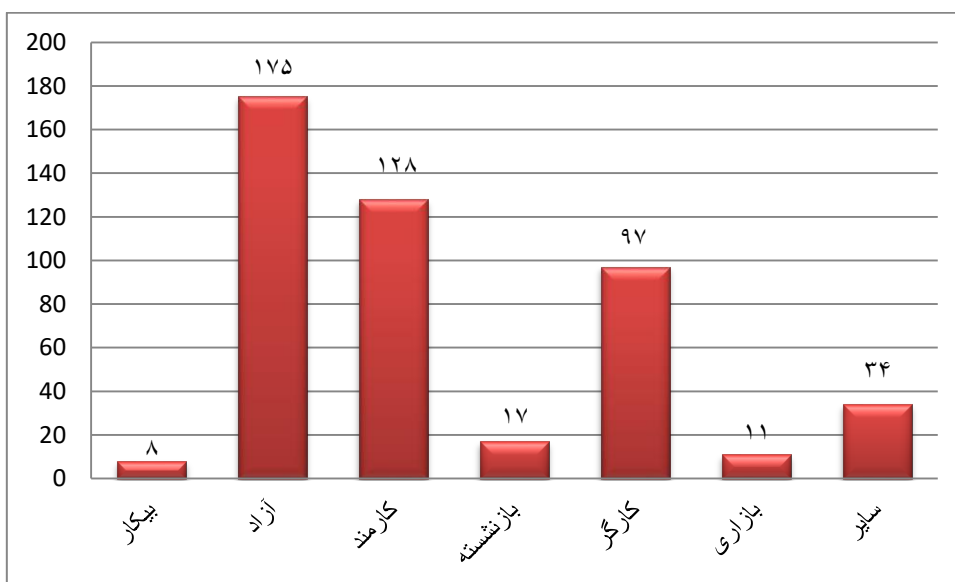


نمودار ۴-۱۲. درصد فراوانی اعضای نمونه براساس شغل مادر

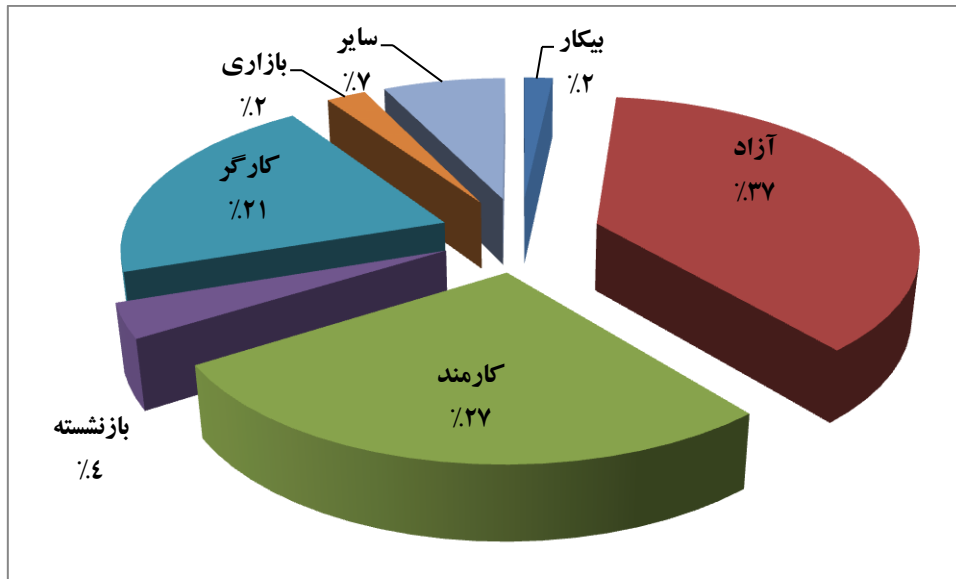
نمودار ۴-۱۱ و ۴-۱۲ بیانگر این هستند که شغل مادر تعداد ۳۸۲ نفر (۸۱/۱٪) از شرکت کنندگان خانه دار، ۱۰ نفر (۲/۱٪) آزاد، ۶۲ نفر (۱۳/۲٪) کارمند، ۲ نفر (۰/۴٪) کارگر، ۲ نفر (۰/۴٪) بازاری و ۱۲ نفر (۲/۶٪) سایر موارد بود.

نمودار ۴-۱۳ و ۴-۱۴ وضعیت اعضای نمونه را از نظر شغل پدر به صورت فراوانی و درصد نشان

می‌دهد.



نمودار ۴-۱۳. فراوانی شغل پدر دانش‌آموزان



نمودار ۴-۱۴. درصد شغل پدران دانش‌آموزان

نمودار ۴-۱۳ و ۴-۱۴ بیانگر این هستند که شغل پدر تعداد ۸ نفر (۲٪) از شرکت کنندگان بیکار، ۱۷۵ نفر (۳۷٪) آزاد، ۱۲۸ نفر (۲۷٪) کارمند، ۹۷ نفر (۲۱٪) کارگر، ۱۱ نفر (۲٪) بازاری، ۱۷ نفر (۴٪) بازنشسته و ۳۴ نفر (۷٪) سایر موارد بود. در ضمن از مجموع ۴۷۰ نفر پاسخ دهنده، ۳۷۷ نفر (۸۰/۲٪) مادر و ۹۳ نفر (۱۹/۸٪) پدر دانش آموز بودند که پرسشنامه‌های پژوهش حاضر را تکمیل نمودند.

### یافته‌های توصیفی

از مجموع ۴۷۰ دانش آموز مورد بررسی، ۱۰۱ نفر (۲۱/۵٪) دارای موبایل هوشمند یا تبلت شخصی بودند و ۱۹۵ نفر (۴۱/۵٪) دارای کامپیوتر (یا لپتاپ) بودند. همچنین موبایل هوشمند یا تبلت ۲۱۲ نفر (۴۵/۱) دارای سیم کارت فعال بود، ۱۱۶ نفر (۲۴/۰۷٪) می‌توانستند از طریق موبایل/تبلت/کامپیوتر به اینترنت متصل شوند و ۳۴ نفر (۷/۲٪) برای بازی در منزل دستگاه پلی استیشن یا ایکس باکس داشتند.

همچنین یافته‌ها نشان داد ۸۹ نفر (۱۸/۹٪) قبل از مدرسه، ۱۲۵ نفر (۲۶/۶٪) در دوره اول ابتدایی و ۲۵۶ نفر (۵۴/۵٪) در دوره دوم ابتدایی از موبایل یا تبلت استفاده می‌کردند. جدول ۴-۱ نوع فعالیت‌های دانش‌آموزان را با استفاده از موبایل و یا تبلت نشان می‌دهد.

جدول ۴-۱. نوع فعالیت‌های دانش‌آموزان با استفاده از موبایل و یا تبلت

نوع فعالیت	فراوانی	درصد فراوانی
نمی‌دانم	۲۲۹	۴۸/۷
بازی کردن	۷۹	۱۶/۸
گوش دادن به آهنگ	۴۸	۱۰/۲
دیدن فیلم	۲۹	۶/۲
چرخیدن در اینترنت	۲۹	۶/۲
دیدن برنامه آموزشی غیردرسی	۲۷	۵/۷
زنگ زدن به دوستانش یا فامیل	۲۹	۶/۲
جمع کل	۴۷۰	۱۰۰

جدول ۴-۱ نشان می‌دهد اکثر والدین (۴۸/۷٪) از نوع فعالیت کودکان خود با استفاده از موبایل و یا تبلت اظهار بی‌اطلاعی کردند و کمترین فعالیت دانش‌آموزان دیدن برنامه آموزشی غیر درسی (۵/۷٪) با استفاده از موبایل و تبلت بود. جدول ۴-۲ نوع فعالیت دانش‌آموزان در اینترنت و فضای مجازی را نشان می‌دهد.

جدول ۴-۲. نوع فعالیت‌های دانش‌آموزان در اینترنت و فضای مجازی

نوع فعالیت	فراوانی	درصد فراوانی
نداشتن دسترسی به اینترنت	۱۷۹	۳۸/۱
نمی‌دانم	۱۱	۲/۳
دانلود بازی	۹۲	۱۹/۶
دانلود فیلم یا عکس	۳۶	۷/۷
جستجوی مطالب درسی	۸۴	۱۷/۹
صحبت در فضای مجازی با دوستان و یا فامیل	۳۸	۸/۱
آپلود کردن عکس در شبکه‌های مجازی مثل اینستاگرام	۰	۰
دیدن فیلم	۲۳	۴/۹
بازی آنلاین با دوستان	۷	۱/۵
جمع کل	۴۷۰	۱۰۰

جدول ۴-۲ نشان می‌دهد اکثر دانش‌آموزان (۳۸/۱٪) به اینترنت و فضای مجازی دسترسی نداشتند. همچنین هیچ کدام از آنها فعالیتی مثل گذاشتن عکس در فضای مجازی مثل اینستاگرام را گزارش ندادند. جدول ۴-۳ نوع بازی‌های کامپیوتری دانش‌آموزان در اینترنت و فضای مجازی نشان می‌دهد.

جدول ۴-۳. نوع بازی‌های کامپیوتری دانش‌آموزان در اینترنت و فضای مجازی

نوع بازی کامپیوتری	فراوانی	درصد فراوانی
نمی‌دانم	۶۳	۱۳/۴
هیجانی (بزن بزن و تیراندازی)	۵۵	۱۱/۷
ماشین بازی	۶۲	۱۳/۲
ورزشی (مثل فوتبال)	۵۰	۱۰/۶
معمایی	۷۶	۱۶/۲
استراتژی	۸	۱/۷
امتیازی	۶۰	۱۲/۸
جورچین	۲۵	۵/۳
ماجراجویی	۱۹	۴
شبیه سازی	۱۷	۳/۶
سرگرمی (مثل تخته نرد)	۳۵	۷/۴
جمع کل	۴۷۰	۱۰۰

جدول ۴-۳ نشان می‌دهد، بیشترین نوع بازی‌های کامپیوتری که دانش‌آموزان انجام می‌دهند، بازی‌های معمایی (۱۶/۲٪) است و کمترین نوع بازی‌های کامپیوتری، بازی‌های استراتژی (۱/۷٪) می‌باشد.

همچنین از مجموع دانش‌آموزان شرکت کننده، ۱۵۵ نفر (۳۳٪) بازی ایرانی و ۹۶ نفر (۲۰/۴٪) بازی خارجی را ترجیح می‌دهند و سایر افراد (۴۶/۶٪) اظهار بی‌اطلاعی نمودند. از میان دانش‌آموزان نیز ۱۷۱ نفر (۳۶/۴٪) بازی‌های کامپیوتری تک نفره و ۶۳ نفر (۱۳/۴٪) بازی‌های گروهی را ترجیح می‌دهند و سایر افراد (۵۰/۲٪) اظهار بی‌اطلاعی نمودند. جدول ۴-۴ نحوه تهیه بازی‌های کامپیوتری دانش‌آموزان در اینترنت و فضای مجازی نشان می‌دهد.

جدول ۴-۴. نحوه تهیه بازی‌های کامپیوتری دانش‌آموزان

نوع فعالیت	فراوانی	درصد فراوانی
نمی‌دانم	۲۰۵	۴۳/۶
تهیه توسط پدر و مادر	۱۷۶	۳۷/۴
دانلود توسط خود دانش‌آموز و یا تهیه از سایر دوستان	۱۵	۳/۲
خریدن بازی کامپیوتری (از بیرون یا اینترنت)	۶۲	۱۳/۲
تهیه بازی بعد از دیدن تبلیغ آن توسط خودش	۱۲	۲/۶
جمع کل	۴۷۰	۱۰۰



جدول ۴-۴ نشان می‌دهد اکثر والدین (۴۳/۶٪) از نحوه تهیه بازی‌های کامپیوتری توسط فرزندان خود اطلاع نداشتند. همچنین ۲/۶٪ از والدین اظهار کردند که فرزند آنها بعد از دیدن تبلیغ بازی کامپیوتری خودش دنبال بازی می‌رود. جدول ۴-۵ ارتباط دانش‌آموزان با مسائل جنسی را در اینترنت و فضای مجازی در دوران قرنطینه نشان می‌دهد.

جدول ۴-۵. خطرات فضای مجازی در دوران قرنطینه

در دوران شیوع کرونا فرزندانم در فضای مجازی.....		نمی‌دانم		بله		خیر	
درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی
۲۸	۶	۲۶	۵/۵	۴۱۶	۸۸/۵	۵	
۱۹	۴	۶	۱/۳	۴۴۵	۹۴/۷		
۱۳	۲/۸	۰	۰	۴۵۷	۹۷/۲		
۱۶	۳/۴	۳	۰/۶	۴۵۱	۶		
۱۴	۳	۰	۰	۴۵۶	۹۷		
۲۶	۵/۵	۲۱	۴/۵	۴۲۳	۹۰		

جدول ۴-۵ نشان می‌دهد، اکثر دانش‌آموزان با خطرات فضای مجازی، به ویژه دریافت و ارسال پیام‌های جنسی و همچنین تهید شدن از سوی دیگران، برخورد نداشته‌اند.

### یافته‌های مربوط به فرضیه‌های پژوهش

یافته‌های توصیفی پژوهش حاضر شامل شاخص‌های آماری مانند میانگین، انحراف معیار، حداکثر و حداقل نمرات شرکت‌کنندگان در متغیرهای پژوهش می‌باشند، که در جدول ۴-۶ ارائه شده‌اند.

جدول ۴-۶. میانگین، انحراف معیار، حداقل و حداکثر نمره شرکت‌کنندگان در متغیرهای پژوهش

میانگین	انحراف معیار	حداقل نمره	حداکثر نمره
۷/۷۶	۲/۹۵	۰	۱۸
۶/۰۵	۴/۲۲	۰	۲۲
۲/۸۳	۲/۰۷	۰	۱۰
۱/۱۱	۱/۳۶	۰	۶
۳/۲۹	۲/۷۱	۰	۱۴
۲/۸۳	۲/۷۸	۰	۱۵
۴/۱۴	۳/۴۰	۰	۱۶

رفتار قانون شکنی	۲/۴۵	۲/۲۵	۰	۱۲
رفتار پرخاشگری	۵/۹۳	۵/۲۱	۰	۲۶
سیاه رفتاری کودک	۲۸/۶۶	۱۸/۶۳	۰	۱۰۳

همان‌طور که در جدول ۴-۶ مشاهده می‌شود میانگین و انحراف معیار در متغیر میزان ساعات استفاده از فضای مجازی به ترتیب ۷/۷۶ و ۲/۹۵ می‌باشد. همچنین میانگین نمره‌های شرکت‌کنندگان در خرده‌مقیاس‌های سیاه رفتاری کودک بین ۱/۱۱ (در دسترسی شکایات جسمانی) تا ۶/۰۵ (در اضطراب/ افسردگی) است. همچنین انحراف معیار نمره‌های شرکت‌کنندگان در خرده‌مقیاس‌های سیاه رفتاری کودک بین ۱/۳۶ (در شکایات جسمانی) تا ۵/۲۱ (در رفتار پرخاشگری) است. جدول ۴-۷، میانگین، انحراف معیار، حداقل و حداکثر نمره شرکت‌کنندگان در میزان ساعات استفاده از فضای مجازی در دوران قرنطینه کرونا را نشان می‌دهد.

جدول ۴-۷. میانگین، انحراف معیار، حداقل و حداکثر نمره شرکت‌کنندگان در میزان ساعات استفاده

#### از فضای مجازی در دوران قرنطینه کرونا

فرزند شما در دوران قرنطینه کرونا....	میانگین	انحراف معیار	حداقل نمره	حداکثر نمره
۱- به‌طور تقریبی چند ساعت در روز تلویزیون تماشا می‌کند؟	۳/۶۱	۱/۸۲	۰	۸
۲- به‌طور تقریبی چند ساعت در روز با موبایل/تبلت/کامپیوتر مشغول کارهایی غیر از بازی کامپیوتری است (مثل تماس صوتی و تصویری با دوستان، جستجو در اینترنت، دیدن فیلم، ...)?	۱/۰۶	۱/۲۶	۰	۶
۳- به‌طور تقریبی چند ساعت در روز با موبایل/تبلت/کامپیوتر مشغول بازی کامپیوتری (گیم) است؟	۰/۹۲	۱/۰۹	۰	۵
۴- به‌طور تقریبی چند ساعت در روز به خاطر درس و تکالیف درسی با موبایل/تبلت/کامپیوتر سروکار دارد؟ (مثلا کار با اپلیکیشن شاد، دریافت و ارسال تکالیف درسی و ...).	۲/۱۶	۱/۱۷	۰	۶
جمع کل	۷/۷۶	۲/۹۵	۰	۱۸

نتایج جدول ۴-۷ نشان می‌دهد، دانش‌آموزان دوره اول ابتدایی به متوسط ۳/۶۱ ساعت (۱/۸۲) از وقت خود را در دوران قرنطینه کرونا صرف تماشای تلویزیون، ۱/۰۶ ساعت (۱/۲۶) صرف کارهایی غیر از بازی کامپیوتری (مثل تماس صوتی و تصویری با دوستان، جستجو در اینترنت، دیدن فیلم، ...) با موبایل/ تبلت/ کامپیوتر، ۰/۹۲ ساعت (۱/۰۹) صرف بازی کامپیوتری (گیم) و ۲/۱۶ ساعت (۱/۱۷) انجام تکالیف درسی با استفاده از موبایل/ تبلت/ کامپیوتر (مثلا کار با اپلیکیشن شاد، دریافت و ارسال

تکالیف درسی و ... می‌کنند. پیش از گزارش ماتریس همبستگی، مفروضه بهنجار بودن مورد بررسی قرار می‌گیرد.

### بررسی مفروضه بهنجار بودن

یکی از مفروضه‌های مهم ضریب همبستگی، بهنجار بودن توزیع پراکندگی نمرات شرکت‌کنندگان در متغیرهای پژوهش است. جهت بررسی بهنجار بودن چندین روش وجود دارد. در پژوهش حاضر جهت بررسی بهنجار بودن از ضریب کجی<sup>۱</sup> و ضریب کشیدگی<sup>۲</sup> پیشنهاد شده به وسیله فرگوسن و کوکس<sup>۳</sup> (۱۹۹۳) استفاده می‌شود. قدر مطلق ضریب کجی بزرگتر از ۳، تخطی از بهنجار بودن داده‌ها را نشان می‌دهد. قدر مطلق ضریب کشیدگی بزرگتر از ۱۰ در تحلیل داده‌ها،<sup>۴</sup> مسئله‌ساز است و قدر مطلق ضریب کشیدگی بزرگتر از ۲۰ مشکل جدی ایجاد می‌کند (تاباچینیک و فیدل<sup>۵</sup>، ۱۹۹۶، به نقل از پولسن<sup>۶</sup> و فرنچ<sup>۷</sup>، ۲۰۰۴). در پژوهش حاضر، برای بررسی بهنجار بودن متغیرها از ضریب کجی و کشیدگی متغیرها استفاده شد. جدول ۴-۸ نتایج آزمون بهنجار بودن متغیرها را نشان می‌دهد.

جدول ۴-۸. نتایج آزمون بهنجار بودن متغیرهای پژوهش

شاخص‌های توصیفی مقیاس‌ها	کجی	انحراف معیار کجی	کشیدگی	انحراف معیار کشیدگی
میزان ساعات استفاده از فضای مجازی	۰/۳۴۵	۰/۱۱۳	۰/۲۳۸	۰/۲۲۵
اضطراب/ افسردگی	۰/۷۲۷	۰/۱۱۳	۰/۲۸۱	۰/۲۲۵
گوشه گیری/ افسردگی	۰/۸۹۸	۰/۱۱۳	۰/۷۸۷	۰/۲۲۵
شکایات جسمانی	۱/۴۴۸	۰/۱۱۳	۱/۸۷۲	۰/۲۲۵
مشکلات اجتماعی	۱/۰۶۱	۰/۱۱۳	۱/۱۴۲	۰/۲۲۵
مشکلات تفکر	۱/۳۰۸	۰/۱۱۳	۱/۹۱۲	۰/۲۲۵
مشکلات توجه	۰/۸۳۹	۰/۱۱۳	۰/۲۲۶	۰/۲۲۵
رفتار قانون شکنی	۱/۲۴۲	۰/۱۱۳	۱/۷۷۰	۰/۲۲۵
رفتار پرخاشگری	۱/۳۶۰	۰/۱۱۳	۲/۱۱۶	۰/۲۲۵

<sup>۱</sup> skewness

<sup>۲</sup> kurtosis

<sup>۳</sup> Ferguson & Cox

<sup>۴</sup> Tabachnick & Fidell

<sup>۵</sup> tabachnick & fidell

<sup>۶</sup> Pulsen

<sup>۷</sup> French

مندرجات جدول ۴-۸ نشان می‌دهند که با توجه به معیار نرمال بودن، متغیرهای پژوهش همگی دارای قدر مطلق ضریب کجی کوچکتر از ۳ و قدر مطلق ضریب کشیدگی کوچکتر از ۱۰ هستند و لذا تخطی از بهنجار بودن داده‌ها قابل مشاهده نیست. لذا شرط لازم جهت استفاده از همبستگی پیرسون وجود دارد. جدول ۴-۹ ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش حاضر گزارش شده است.

جدول ۴-۹. ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش حاضر

										متغیرهای پیش بین
۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	
									-	۱-میزان ساعات استفاده
								-	۰/۱۶۹	۲-اضطراب/افسردگی
							-	۰/۵۲۸	۰/۰۹۶	۳-گوشه گیری/افسردگی
						-	۰/۴۶۲	۰/۵۳۶	۰/۱۹۹	۴-شکایات جسمانی
					-	۰/۴۴۵	۰/۳۶۱	۰/۶۶۳	۰/۱۷۲	۵-مشکلات اجتماعی
				-	۰/۵۶۲	۰/۴۶۲	۰/۴۳۷	۰/۵۶۱	۰/۱۰۳	۶-مشکلات تفکر
			-	۵۶۹	۰/۶۱۶	۰/۴۹۰	۰/۴۰۰	۰/۵۳۸	۰/۱۵۴	۷-مشکلات توجه
		-	۰/۵۲۳	۰/۴۴۰	۰/۵۷۳	۰/۳۷۵	۰/۲۸۳	۰/۳۹۴	۰/۱۷۲	۸-رفتار قانون شکنی
	-	۰/۶۲۴	۰/۶۷۱	۰/۵۸۸	۰/۶۹۰	۰/۴۰۸	۰/۳۵۱	۰/۵۴۴	۰/۲۲۲	۹-رفتار پرخاشگری
-	۰/۸۵۹	۰/۶۸۸	۰/۸۱۱	۰/۷۶۳	۰/۸۲۸	۰/۶۲۹	۰/۵۸۸	۰/۸۰۳	۰/۲۱۵	۱۰-سیاهه رفتاری کودک

جدول ۴-۹ نشان می‌دهد ضریب همبستگی بین میزان ساعات استفاده از فضای مجازی در دانش‌آموزان و نمره کل سیاهه رفتاری کودک ۰/۲۱۵ می‌باشد که در سطح  $P < 0/0001$  معنی دار است. همچنین ضریب همبستگی بین میزان ساعات استفاده از فضای مجازی و اضطراب/افسردگی ( $r = 0/169, P < 0/0001$ )، گوشه گیری/افسردگی ( $r = 0/096, P < 0/38$ )، شکایات جسمانی ( $r = 0/199, P < 0/0001$ )، مشکلات اجتماعی ( $r = 0/172, P < 0/0001$ )، مشکلات تفکر ( $r = 0/103, P < 0/0001$ )، مشکلات توجه ( $r = 0/154, P < 0/001$ )، رفتار قانون شکنی ( $r = 0/172, P < 0/0001$ ) و رفتار پرخاشگری ( $r = 0/222, P < 0/0001$ )، مثبت و معنی دار است. این بدین معنی است که هرچه میزان ساعات استفاده از فضای مجازی در دانش‌آموزان بیشتر باشد، میزان مشکلات رفتاری بیشتری توسط والدین گزارش شده است. همچنین ضریب همبستگی نشان داد بین میزان ساعات استفاده از فضای مجازی و رفتار پرخاشگری بیشترین ارتباط و بین میزان ساعات استفاده از فضای مجازی و گوشه گیری/افسردگی کمترین ارتباط وجود دارد.

## الگویابی معادلات ساختاری

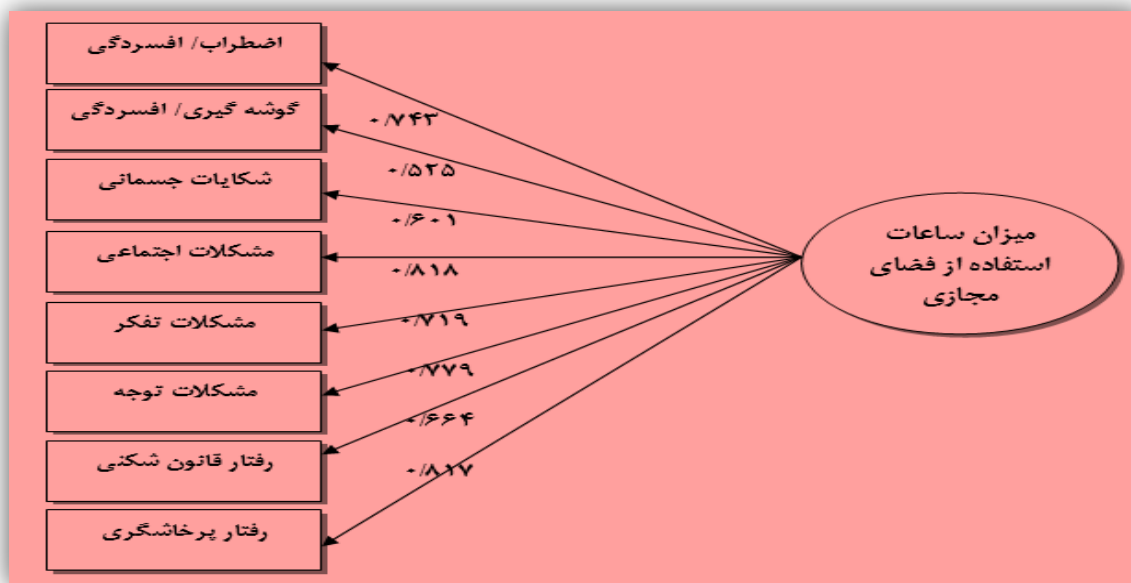
در این پژوهش به منظور بررسی میزان واریانس تبیین شده هر کدام از مشکلات رفتاری توسط متغیر مکنون میزان ساعات استفاده از فضای مجازی از الگویابی معادلات ساختاری استفاده می‌شود. در این پژوهش میزان ساعات استفاده از فضای مجازی به عنوان متغیر پیش بین و مشکلات رفتاری به عنوان متغیرهای پیامد وارد الگو شده‌اند. برازندگی الگوی پیشنهادی با استفاده از شاخص‌های برازندگی مورد بررسی قرار گرفت. شاخص‌های برازندگی مدل ساختاری بین میزان ساعات استفاده از فضای مجازی و مشکلات رفتاری در جدول ۴-۱۰ آورده شده است.

جدول ۴-۱۰. شاخص‌های برازندگی مدل ساختاری بین میزان ساعات استفاده از فضای مجازی و مشکلات رفتاری

RMSEA	NFI	CFI	TLI	IFI	AGFI	GFI	$\chi^2/df$	$\chi^2$
۰/۰۸۹	۰/۸۷۳	۰/۸۹۶	۰/۸۷۳	۰/۸۹۷	۰/۸۷۲	۰/۹۱۲	۴/۷۳	۲۵۵/۹۰

همانطور که در جدول ۴-۱۰ نشان می‌دهد، نسبت مجذور کای به درجه آزادی ( $\chi^2/df$ ) ۴/۷۳، شاخص نیکویی برازش (GFI) ۰/۹۱، شاخص نیکویی برازش تعدیل یافته (AGFI) ۰/۸۷، شاخص برازندگی افزایشی (IFI) ۰/۸۹، شاخص توکر-لویس (TLI) ۰/۸۷، شاخص برازندگی تطبیقی (CFI) ۰/۸۹، شاخص برازندگی هنجار شده (NFI) ۰/۸۷، که همگی نزدیک به ۱ هستند که نشان از برازندگی مطلوب الگوی نهایی می‌دهد. همچنین شاخص مجذور برآورد واریانس خطای تقریبی (RMSEA) ۰/۰۸۹ می‌باشد که حاکی از این می‌باشد که الگوی پیشنهادی از برازندگی مناسبی برخوردار است.

لازم به ذکر است که یک مقدار کوچک غیر معنی دار از مجذور کای، حاکی از برازش خوب الگو داده‌هاست. از آنجا که مجذور کای نسبت به اندازه نمونه بسیار حساس است، بسیاری از پژوهشگران مجذور کای را نسبت به درجه آزادی آن می‌سنجند (مجذور کای نسبی)، نسبت بین ۲ تا ۵ برازش خوب الگو را با داده‌ها نشان می‌دهد. برای GFI مقادیر بالاتر از ۰/۹۰ حاکی از برازش خوب الگو با داده‌هاست. مقادیر نزدیک به ۰/۹۵ برای AGFI نمایانگر برازش خوب با داده‌ها می‌باشد. در CFI، IFI، TLI، NFI مقدار ۰/۹۰ معمولاً به عنوان برازش نیکو تلقی می‌شود. در ارتباط با جذر میانگین مجذورات خطای تقریبی (RMSEA) مقدار ۰/۰۸ یا کمتر نشان دهنده برازش خوب الگو است. شکل ۴-۱ الگوی پیشنهادی پژوهش حاضر و ضرایب مسیر موجود میان متغیرها و جدول ۴-۱۱ ضرایب استاندارد و مجذور آن‌ها را نشان می‌دهد.



شکل ۴-۱. الگوی پیشنهادی پژوهش حاضر و ضرایب مسیر موجود میان متغیرها

جدول ۴-۱۱. ضرایب استاندارد، تبیین و سطح معنی داری

مسیر	$\beta$	ضریب تبیین	سطح معنی داری
میزان ساعات استفاده از فضای مجازی به اضطراب/افسردگی	۰/۷۴	۰/۵۵	۰/۰۰۰۱
میزان ساعات استفاده از فضای مجازی به گوشه گیری/افسردگی	۰/۵۲	۰/۲۸	۰/۰۰۰۱
میزان ساعات استفاده از فضای مجازی به شکایات جسمانی	۰/۶۰	۰/۳۶	۰/۰۰۰۱
میزان ساعات استفاده از فضای مجازی به مشکلات اجتماعی	۰/۸۲	۰/۶۷	۰/۰۰۰۱
میزان ساعات استفاده از فضای مجازی به مشکلات تفکر	۰/۷۲	۰/۵۲	۰/۰۰۰۱
میزان ساعات استفاده از فضای مجازی به مشکلات توجه	۰/۷۸	۰/۶۱	۰/۰۰۰۱
میزان ساعات استفاده از فضای مجازی به رفتار قانون شکنی	۰/۶۶	۰/۴۴	۰/۰۰۰۱
میزان ساعات استفاده از فضای مجازی به رفتار پرخاشگری	۰/۸۲	۰/۶۷	۰/۰۰۰۱

جدول ۴-۱۱ نشان می‌دهد، متغیر میزان ساعات استفاده از فضای مجازی ۶۷٪ از واریانس متغیرهای رفتار پرخاشگری و مشکلات اجتماعی را تبیین می‌کند. همچنین میزان ساعات استفاده از فضای مجازی به ترتیب ۶۱٪، ۵۵٪، ۵۲٪، ۴۴٪، ۳۶٪ و ۲۸٪ از واریانس مشکلات توجه، اضطراب/افسردگی، مشکلات تفکر، رفتار قانون شکنی، شکایات جسمانی و گوشه گیری/افسردگی را تبیین می‌کند.

## یافته‌های جانبی

با توجه به پیشینه پژوهشی این سوالات مطرح گردید که بین دانش‌آموزان دختر و پسر از لحاظ میزان ساعات استفاده از فضای مجازی و مشکلات رفتاری چه تفاوتی وجود دارد؟ برای بررسی این سوال از آزمون تجزیه و تحلیل واریانس چند متغیری<sup>۱</sup> استفاده گردید که نتایج آن در جداول ۴-۱۲ و ۴-۱۳ گزارش شده است.

جدول ۴-۱۲. تحلیل کوواریانس چند متغیری برای مقایسه میانگین نمرات متغیر وابسته و ابعاد آن

ارزش	F	Df فرضیه	Df خطا	سطح معنی داری	
۰/۰۵۷	۳/۱۱۰	۹	۴۶۰	۰/۰۰۱	اثر پیلایی
۰/۹۴۳	۳/۱۱۰	۹	۴۶۰	۰/۰۰۱	لامبدای ویلکز
۰/۰۶۱	۳/۱۱۰	۹	۴۶۰	۰/۰۰۱	اثر هتلینگ
۰/۰۶۱	۳/۱۱۰	۹	۴۶۰	۰/۰۰۱	بزرگترین ریشه روی

نتایج آزمون‌های معنی داری چندمتغیری در جدول ۴-۱۲ نشان می‌دهد سطوح معنی داری همه آزمون‌ها قابلیت استفاده از تحلیل واریانس چند متغیری را مجاز می‌شمارند. این امر بیانگر این است که بین دانش‌آموزان دختر و پسر از لحاظ یکی از متغیرهای وابسته تفاوت معنی دار وجود دارد. نتایج تحلیل کوواریانس یک‌طرفه<sup>۲</sup> در متن مانکوا، به‌منظور مقایسه میزان ساعات استفاده از فضای مجازی و مشکلات رفتاری در دانش‌آموزان دختر و پسر در جدول ۴-۱۳ ارائه شده است.

جدول ۴-۱۳. نتایج تحلیل کوواریانس مقایسه میانگین میزان ساعات استفاده از فضای مجازی و مشکلات

## رفتاری در دانش‌آموزان دختر و پسر

متغیر	گروه	میانگین	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	مقدار احتمال
میزان استفاده از فضای مجازی	دختر	۷/۷۷	۳/۷۶	۱	۳/۷۶	۰/۴۲	۰/۵۱۷
	پسر	۷/۹۶					
اضطراب/ افسردگی	دختر	۶/۲۷	۳۵/۹۲	۱	۳۵/۹۲	۲/۰۱	۰/۱۵۶
	پسر	۵/۷۰					
گوشه گیری/ افسردگی	دختر	۳/۰۰	۲۰/۲۹	۱	۲۰/۲۹	۴/۷۴	۰/۰۳۰
	پسر	۲/۵۷					
شکایات جسمانی	دختر	۱/۱۸۰	۳/۴۱	۱	۳/۴۱	۱/۸۲	۰/۱۷۷
	پسر	۱/۰۰					

<sup>۱</sup>. Multivariate analysis of variance

<sup>۲</sup>. Analysis of variance

مشکلات اجتماعی	دختر	۳/۲۸	۰/۰۹	۱	۰/۰۹	۰/۰۱	۰/۹۱۲
	پسر	۳/۳۱					
مشکلات تفکر	دختر	۲/۷۹	۱/۱۷	۱	۱/۱۷	۰/۱۵	۰/۶۹۸
	پسر	۲/۹۰					
مشکلات توجه	دختر	۴/۰۱	۱۱/۲۶	۱	۱۱/۲۶	۰/۹۷	۰/۳۲۵
	پسر	۴/۳۳					
رفتار قانون شکنی	دختر	۲/۲۲	۳۹/۶۷	۱	۳۹/۶۷	۷/۹۳	۰/۰۰۵
	پسر	۲/۸۱					
رفتار پرخاشگری	دختر	۵/۵۰	۱۳۶/۵۲	۱	۱۳۶/۵۲	۵/۰۷	۰/۰۲۵
	پسر	۶/۶۰					

همانطور که جدول ۴-۱۳ نشان می‌دهد بین دانش‌آموزان دختر و پسر فقط از لحاظ مشکلات رفتاری گوشه گیری/ افسردگی ( $F = ۴/۷۴$ ,  $P < ۰/۰۳۰$ )، رفتار قانون شکنی ( $F = ۷/۳۹$ ,  $P < ۰/۰۰۵$ ) و رفتار پرخاشگری ( $F = ۵/۰۷$ ,  $P < ۰/۰۲۵$ ) تفاوت معنی دار وجود دارد. میزان مشکلات رفتاری گوشه گیری/ افسردگی در بین دانش‌آموزان دختر از دانش‌آموزان پسر و میزان رفتار قانون شکنی و رفتار پرخاشگری در بین دانش‌آموزان پسر بیشتر از دانش‌آموزان دختر است.



# فصل پنجم: نتایج پژوهش



## مقدمه

فصل حاضر شامل چند بخش است. ابتدا اهم یافته‌های پژوهش مرور شده است. در ادامه سازگاری و ناسازگاری یافته‌های اصلی و فرعی پژوهش حاضر با نتایج مطالعات بین‌المللی مورد بررسی قرار گرفته است. در انتها بخش پیشنهادات آمده است که در بخش نخست والدین و در بخش دوم مریبان را خطاب قرار داده است. آنچه در ذیل پیشنهادات آمده است، در واقع راهنمایی‌ها و دستورالعمل‌های کلی است که رعایت آنها برای «ایمنی» و «امنیت» کودکان در فضای مجازی/اینترنت و همچنین کاهش آسیب‌های حاصل از استفاده نامتعادل یا افراطی از فضای مجازی با اینترنت لازم است. این فصل شاید از برخی جهات به شکل متفاوتی تنظیم شده است. دلیل این امر در جای خود توضیح داده شده است.

## مرور یافته‌ها

- ۲۱,۵٪ از دانش‌آموزان چهارم تا ششم ابتدایی (۱۰-۱۲ ساله) دارای موبایل یا تبلت شخصی، ۴۱,۵٪ دارای کامپیوتر (یا لپ‌تاپ)، ۴۵,۵٪ دارای سیم کارت فعال و ۲۴٪ از آنها نیز از طریق موبایل/تبلت/کامپیوتر به اینترنت متصل هستند.
- ۴۸,۷٪ از والدین نمی‌دانند فرزندانشان با موبایل یا تبلت چه می‌کنند. ۵۰٪ نمی‌دانند که فرزند آنها چه نوع بازی انجام می‌دهد (ایرانی یا خارجی، تک نفره یا گروهی) و ۴۳,۶٪ نمی‌دانند که فرزند آنها چگونه بازی هایش را تهیه می‌کند.
- در دوران کرونا ۵,۵٪ از دانش‌آموزان چهارم تا ششم ابتدایی (۱۰-۱۲ ساله) با تصاویر یا فیلم‌های زنان و مردان برهنه و ۴,۵٪ با تصاویر، فیلم‌ها یا پیام‌های خشونت‌آمیز برخورد کردند. هیچ کس از

- سوی دیگران مورد تهدید قرار نگرفت و پیام‌های جنسی نیز دریافت یا ارسال نکرد. درصد بسیار کوچکی نیز پیام‌های مضر و زننده دریافت یا ارسال کردند (۰,۶٪).
- دانش‌آموزان چهارم تا ششم ابتدایی، ۳,۶ ساعت در روز تلویزیون تماشا می‌کنند؛ ۱,۹۸ ساعت در روز سرگرم تبلت/موبایل/کامپیوتر هستند؛ ۲,۱۶ ساعت در روز برای موضوعات درسی با تبلت/موبایل سروکار دارند.
  - هرچه میزان ساعات استفاده از فضای مجازی افزایش یابد، اضطراب، افسردگی، گوشه‌گیری، شکایات جسمانی، مشکلات اجتماعی، مشکلات تفکر، مشکلات توجه، رفتار قانون شکنی، و رفتار پرخاشگری نیز به شکل معناداری افزایش می‌یابد.
  - بین میزان ساعات استفاده از فضای مجازی و رفتار پرخاشگری بیشترین ارتباط و بین میزان ساعات استفاده از فضای مجازی و گوشه‌گیری/افسردگی کمترین ارتباط وجود دارد.
  - متغیر میزان ساعات استفاده از فضای مجازی به ترتیب زیر مشکلات دانش‌آموزان را پیش بینی می‌کند: (۱) رفتار پرخاشگری و مشکلات اجتماعی، (۲) مشکلات توجه، (۳) اضطراب/افسردگی، (۴) مشکلات تفکر، (۵) رفتار قانون شکنی، (۶) شکایات جسمانی، و (۷) گوشه‌گیری/افسردگی.
  - در اکثر متغیرها بین پسر و دختر تفاوتی وجود ندارد؛ با وجود این، میزان مشکلات رفتاری گوشه‌گیری/افسردگی در بین دانش‌آموزان دختر از دانش‌آموزان پسر و میزان رفتار قانون شکنی و رفتار پرخاشگری در بین دانش‌آموزان پسر بیشتر از دانش‌آموزان دختر است.
  - در یافته‌های تحقیق بین مناطق شهری و روستایی، غیرانتفاعی و دولتی، و مناطق چندگانه استان تفاوت معناداری مشاهده نشد.

### سازگاری یافته‌ها با مطالعات جهانی (یافته‌های اصلی)

همانطور که در فصل چهارم و بندهای قبلی گذشت، یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که هرچه میزان استفاده از فضای مجازی یا صفحات نمایشگر بالاتر رود، میزان اضطراب، افسردگی، گوشه‌گیری، شکایات جسمانی، مشکلات اجتماعی، مشکلات تفکر، مشکلات توجه، رفتار قانون شکنی و رفتار پرخاشگری در بین دانش‌آموزان نیز به شکل معناداری افزایش می‌یابد. این یافته از هر جهت با انبوهی از یافته‌های پژوهشی در سطح بین‌المللی کاملاً همراستاست. در واقع یافته‌های تحقیق حاضر تأییدی است بر آنچه ادبیات تحقیق در سطح بین‌المللی به آن رسیده است. از این جهت می‌توان گفت

که کودکان ایرانی، در قبال فناوری، رفتاری مشابه دیگر کشورها داشته و به همان اندازه در معرض تأثیرات آن قرار دارند.

یافته‌های پژوهش حاضر با نتایج انبوهی از پژوهش‌های قبلی یکسان است از آن میان و برای نمونه می‌توان به موارد زیر اشاره کرد: کاس و گریفیتس، ۲۰۱۱، بکول، لیمن، ترامپسوج، اوسبورن و لیس، ۲۰۱۷، کالانیک، ایوینگ، ناردوسی، هورگان، خالدخان، ۲۰۱۷، رولرو، دنیل، تارتاگلیا، ۲۰۱۹، هو، ایکسیانگ، جیانگ، سانگ و ونگ دیگران، ۲۰۱۹، لی، ۲۰۱۹.

پژوهش‌های متعدد نشان داده‌اند که استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه (PSU) با افزایش احتمال افسردگی اضطراب، استرس ادراک شده و کیفیت خواب ضعیف تر همراه است. استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه (PSU) تقریباً از هر چهار کودک و نوجوان در یک کودک مشاهده می‌شود و با افزایش احتمال ضعف در سلامت روان همراه است (Sohn, Rees, Wildridge, Kalk & Carter, 2019). در یک مطالعه از نوع فراتحلیلی، نتایج ۱۴ مطالعه به صورت سیستماتیک مورد تحلیل قرار گرفت. در این فراتحلیل نیز مشخص شد که استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه، خطرات ناشی از کیفیت پایین خواب، افسردگی و اضطراب را به‌طور قابل توجهی افزایش می‌دهد (Yang, Fu, Liao, & Li, 2019).

زمان صرف شده در شبکه‌های اجتماعی به‌طور معناداری با تعداد علائم افسردگی و سطح اضطرابی که کاربر شبکه اجتماعی ادراک می‌کند، رابطه مثبتی دارد (Lin et al., 2016; Twenge et al., 2017; Woods, 2016). این امر بدین معناست که صرف زمان بیشتر در شبکه‌های اجتماعی با علائم افسردگی و سطوح بالای اضطراب همراه است. به‌طور مشخص، وودز<sup>۱</sup> (۲۰۱۶)، نشان داد که دسترسی به رسانه‌های اجتماعی در بین نوجوانان، نقش میانجی را در علائم اضطراب ایفا می‌کند.

تونگ و همکاران (۲۰۱۹) اشاره می‌کنند که نوجوانان به نسبت سال ۲۰۰۸، افسردگی زیاد را ۵۲٪ بیشتر تجربه می‌کنند که با افزایش مالکیت آنها بر تلفن‌های هوشمند، ارتباطات دیجیتالی و کاهش مدت خواب در ارتباط است. مشکلات رفتاری، بیش‌فعالی، تأثیر بر فعالیتهای روزمره، افسردگی و سلامت جسمی ضعیف (El Asam, Samara & Terry, 2019) از جمله پیامدهای استفاده از تلفن‌های هوشمند یا تبلت است.

در یک پژوهش بین‌المللی با عنوان «مقایسه بین‌المللی نارسایی بازی اینترنتی و مشکلات روان شناختی در مقابل سلامت: فراتحلیل ۲۰ کشور»، ۸۴ پژوهش با حجم نمونه ۵۸۸۳۴ نفر از بین

<sup>۱</sup> Woods

۲۰ کشور مورد مطالعه قرار گرفت. یافته‌ها نشان داد که در همه کشورها ارتباط مثبت قوی بین بازی اینترنتی و مشکلات روان شناختی برقرار است (Cheng, Cheung, & Wang, 2018). از بین پژوهش‌های داخلی نیز می‌توان به همراستا بودن یافته‌های پژوهش حاضر با یافته‌های کلی محسنی و همکاران (۱۳۸۵)، ربیعی و محمدزاده یزد (۱۳۹۲)، عبداللهیان و شیخ انصاری (۱۳۹۳)، زندوانیان، حیدری، باقری، عطارزاده (۱۳۹۲) و دهقانپور، مسیحی، ترانس (۱۳۹۷) اشاره کرد. البته جامعه پژوهشی، مطالعات مذکور الزاماً با جامعه پژوهشی پژوهش حاضر یکسان نیست.

### ناسازگاری یافته‌ها با مطالعات جهانی (یافته‌های فرعی)

همانطور که اشاره شد، یافته‌های اصلی تحقیق که مربوط به آسیب‌های فضای مجازی است، تماماً با یافته‌های پژوهش‌های معتبر خارجی هماهنگ و همراستا است. اما در برخی موارد از جمله میزان دسترسی و میزان استفاده از فضای مجازی یا صفحات نمایشگر و همچنین خطرات فضای مجازی مغایرت‌ها و تفاوت‌هایی مشاهده می‌شود که در ادامه و به‌طور جداگانه به بررسی آنها می‌پردازیم.

### الف) تفاوت در میزان استفاده از فناوری‌های دیجیتال

پیش از این و در ابتدای فصل دوم به برخی آمارهای جهانی در خصوص میزان دسترسی و میزان استفاده از صفحات نمایشگر اشاره کردیم. یکی از آنها به مالیکت بچه‌ها نسبت به تلفن هوشمند و یا تبلت بود. بر اساس آمار جهانی اعلام شده از سوی موسسه DQ (۲۰۱۸)، ۵۰٪ از کودکان ۸-۱۲ ساله از طریق تلفن همراه خود به اینترنت دسترسی دارند. این در حالی است که یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که ۲۱٫۵٪ از دانش‌آموزان پایه‌های چهار تا ششم (تقریباً ۱۰ تا ۱۲ سال) از تلفن هوشمند یا تبلت اختصاصی برخوردارند. این عدد از نصف میانگین جهانی کمتر است. این عدد برای دانش‌آموزان ۸-۱۱ ساله انگلستان به ترتیب تلفن هوشمند و تبلت، ۳۹٪ و ۵۲٪ درصد است.

آمار بعدی مربوط به تماشای تلویزیون است. بر اساس یافته‌های پژوهش حاضر، و بنا به گزارش والدین، دانش‌آموزان در طول شبانه روز، به‌طور میانگین

- ۳٫۶ ساعت به تماشای تلویزیون مشغول هستند (حدود ۲۵٫۵ ساعت در هفته).
- ۱٫۹۸ ساعت در روز سرگرم تبلت/موبایل/کامپیوتر هستند (حدود ۱۴ ساعت در هفته).
- ۲٫۱۶ ساعت در روز برای موضوعات درسی با تبلت/موبایل سروکار دارند (حدود ۱۵ ساعت در هفته).

- ۰/۹۲ ساعت در روز با موبایل/تبلت/کامپیوتر مشغول بازی کامپیوتری (گیم) است (حدود ۶,۵ ساعت در هفته).
  - به‌طور کلی حدود ۵ ساعت در روز به خاطر سرگرمی یا درسی- به صفحه نمایشگر موبایل/تبلت/کامپیوتر نگاه می‌کنند (حدود ۳۵ ساعت در هفته).
- بر اساس این آمار میزان تماشای تلویزیون در بین دانش‌آموزان ۱۰-۱۲ ساله خراسان شمالی، ۲۵,۵ ساعت در هفته است، در حالی که در انگلستان و در بین دانش‌آموزان ۸-۱۱ ساله ۳۷,۵ است (Ofcom, 2017). با لحاظ کردن اینکه تحقیق حاضر در دوران قرنطینه کرونا به انجام رسید، به گونه‌ای که انتظار می‌رود، بچه‌ها به خاطر خانه نشینی بیشتر، بیشتر از تلویزیون استفاده کرده باشند، تفاوت این عدد معنادار است و میزان تماشای تلویزیون در بین بچه‌های خراسان شمالی بالا نیست.
- به همین ترتیب می‌توان میزان بازی کامپیوتری بچه‌های خراسان شمالی (کمتر از ۱ ساعت در روز و ۶,۵ ساعت در هفته) را پایین ارزیابی کرد. این عدد برای بچه‌های انگلستان در روزهای عادی- نه قرنطینه- ۱۰ ساعت در هفته است (Ofcom, 2017). بنا به گزارش موسسه بین‌المللی DQ کودکان در هفته ۳۲ ساعت به صفحات نمایشگر تنها برای سرگرمی نگاه می‌کنند (DQ, 2018). بر این اساس میزان ساعت گزارش شده در خراسان شمالی، تقریباً یک پنجم میانگین جهانی است.
- در مورد پایین بودن میزان بازی (گیم) ممکن است بتوان استدلال کرد که سطح درآمد پایین مردم خراسان شمالی بویژه مناطق روستایی باعث شده است که بچه‌ها از تجهیزات شخصی کمتری برخوردار باشند. همانطور که در بندهای قبلی گذشت ۲۱,۵٪ از دانش‌آموزان تبلت یا موبایل شخصی در اختیار دارند در حالی که میانگین جهانی عدد ۵۰٪ را نشان می‌دهد. اما این استدلال را در مورد پایین بودن میزان تماشای تلویزیون نمی‌توان به کار برد، چراکه با وجود پایین بودن درآمد، یک دستگاه تلویزیون تقریباً در هر خانواده‌ای وجود دارد.
- به هر ترتیب، اگر واقعاً میزان استفاده از فضای مجازی و همچنین تلویزیون در بین دانش‌آموزان خراسان شمالی کمتر از میانگین جهانی باشد، از جهات مختلف، می‌تواند خبر امیدوارکننده‌ای باشد. اما این امیدواری ما خیلی پایدار نخواهد بود، چراکه با وجود پایین بودن میزان ساعتی که بچه‌ها برای صفحات نمایشگر صرف می‌کنند، آسیب‌های حاصل از فضای مجازی در جامعه هدف مشاهده شد. این گفته به این معناست که اگرچه میزان استفاده از فضای مجازی (حداقل تماشای تلویزیون، گیم) در قیاس با برخی کشورها یا میانگین جهانی پایین است، اما این پایین بودن در حدی نیست که به هیچ وجه آسیب‌زا نباشد؛ چراکه اگر اینگونه بود، نتایج قسمت اول تحقیق معنادار نمی‌شد. به عبارت دیگر معناداری رابطه بین میزان ساعات استفاده از فضای مجازی و

آسیب‌های مختلف (اضطراب، افسردگی، گوشه‌گیری، شکایات جسمانی، مشکلات اجتماعی، مشکلات تفکر، مشکلات توجه، رفتار قانون شکنی، و رفتار پرخاشگری) حاوی این پیام است که استفاده از این فناوری به حد آسیب‌زا رسیده است.

## ب) تفاوت در میزان خطرات فضای مجازی

پژوهشگران علاوه بر سنجش آسیب‌های فضای مجازی، مختصر نگاهی هم به خطرات آن داشتند. در یک نگاه وسیع، آسیب و خطر هر دو از یک جنس بوده و می‌توان آنها را در یک چشم انداز واحد مورد مطالعه قرار داد. با وجود این، در ادبیات پژوهشی، متغیرهایی مانند افت تحصیلی، افزایش خشونت، انزوا، پایین آمدن اعتماد به نفس، افزایش خشونت و پرخاشگری از جمله آسیب‌های فضای مجازی (فضای سایبر، اعتیاد به اینترنت، استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه، استفاده افراطی از صفحه نمایشگر و مانند آن) به شمار می‌رود. از سوی دیگر، ارسال و بویژه دریافت‌های پیام‌های آزاردهنده، پیام‌های تهدید آمیز، پیام‌های مضر، برخورد با تصاویر یا فیلم‌های مستهجن، زورگویی و مانند آن، از جمله خطرات فضای مجازی محسوب می‌شود.

در فصل چهارم و در جدول جدول ۴-۵. خطرات فضای مجازی در دوران قرنطینه نشان داده شده است. بر اساس محتویات جدول مذکور، و بر اساس گزارش والدین (عموماً مادران-۸۰٪ پرسشنامه‌ها توسط مادران پر شد) ۵,۵٪ درصد از دانش‌آموزان با تصاویر یا فیلم‌های زنان و مردان برهنه برخورد کرده‌اند. ۱,۳٪ با تصاویر یا فیلم‌های رابطه جنسی روبرو شده‌اند. ۰,۶٪ پیام‌های مضر و زننده دریافت یا ارسال کرده‌اند و ۴,۵٪ شاهد تصاویر، فیلم‌ها یا پیام‌های خشونت‌آمیز بوده‌اند. جالب‌ترین بخش آمار این است که به گزارش والدین، هیچ دانش‌آموزی از سوی دیگران مورد تهدید قرار نگرفته است (۰٪) و هیچ دانش‌آموزی پیام‌های جنسی دریافت یا ارسال نکرده است (۰٪).

این یافته‌ها با آمارهای جهانی و داده‌های حاصل از بسیاری از مطالعات تفاوت بسیار دارد. پیش از این و در فصل دوم به برخی از گزارش‌های بین‌المللی اشاره شد. بر اساس گزارش اخیر موسسه DQ، ۵۶٪ کودکان جهان در معرض خطر سایبری قرار دارند. این عدد برای ترکیه ۴۷٪، برای قطر ۵۸٪، برای عمان ۷۸٪ و برای مصر ۷۱٪ است.

یک مطالعه اخیر نشان داد که ۱۷٪ والدین بیان کرده‌اند که کودک آنها قربانی زورگویی سایبری بود است. در برخی کشورها این عدد به ۳۷٪ هم می‌رسد (Comparitech, 2019). در گزارش دیگری آمده است که از هر پنج کودک بین ۹ تا ۱۷ سال یک نفر به‌طور ناخواسته مطالب جنسی

آنلاین را می‌بیند و ۲۵٪ آنها تجربه ترس یا استرس زیاد را گزارش داده‌اند (Madigan & et al., 2018). بر اساس گزارش موسسه DQ (۲۰۱۸)، ۴۷٪ کودکان ۸ تا ۱۲ سال به نوعی زورگویی سایبری را تجربه کرده‌اند. همه اینها در حالی که درصد تجمعی همه انواع خطرات سایبری در بین دانش‌آموزان یا کودکان ۱۰-۱۲ سال خراسان شمالی، حدود ۱۱,۵٪ گزارش شده است. سوالی که در این خصوص پیش روی ماست این است که چرا ارقام گزارش شده از سوی والدین در خصوص خطرات سایبری بسیار پایین‌تر از میانگین‌های جهانی است. پژوهشگران چند فرض را در این خصوص مطرح کرده‌اند:

- نخستین فرض می‌تواند این باشد که عدد واقعی بیش از آن چیزی است که توسط والدین گزارش شده است. نه اینکه والدین در این مورد قصدی داشته و حقایق را پنهان کرده باشند، آنها ممکن است اساساً بی اطلاع بوده باشند و «ندانستن» خود را بر «نبودن» تعبیر کرده باشند. پژوهشگران در این زمینه دلایلی دارند. مهمترین آن اینکه در همین تحقیق ۴۸,۷٪ والدین گزارش دادند که از نوع فعالیت‌های فرزندان خود با استفاده از موبایل و یا تبلت اطلاعی ندارند (جدول ۴-۱). ۴۶,۶٪ گزارش کردند که در مورد ایرانی یا خارجی بودن بازی‌ها بی اطلاع هستند. ۵۰,۲٪ در مورد فردی یا گروهی بودن بازی‌های مورد استفاده فرزندان و ۴۳,۶٪ در مورد نحوه تهیه آنها اظهار بی اطلاعی کردند (جدول ۴-۱ تا ۴-۴). این اعداد نشان می‌دهد که والدین مورد تحقیق - بویژه مادران - والدینی نیستند که کاملاً به فعالیت‌های فرزندان خود اشراف داشته باشند، حتی در دوران قرنطینه که وقت بیشتری را با فرزندان می‌گذرانند. همانطور که چهل تا پنجاه درصد آنها از مسائل مربوط به بازی گیم بچه‌ها بی اطلاع هستند، ممکن است در مورد خطرات فضای مجازی نیز بی اطلاع باشند اما از آنجا که حساسیت موضوع در مورد مسائل جنسی، زورگویی و مانند آن بیشتر از گیم است، آنها بی اطلاعی خود را کتمان کرده‌اند.

برخی مطالعات نیز حاکی از بی اطلاعی والدین از خطرات سایبری یا اینترنتی است. برای نمونه در یک مطالعه مشخص شد که ۴۰٪ والدینی که فرزندان آنها یکی از خطرات اینترنت را تجربه کرده‌اند، از این موضوع بی اطلاع هستند. ۴۰٪ از والدینی که فرزندان آنها تصاویر جنسی را مشاهده کرده‌اند اذعان می‌کنند که بچه‌های آنها چنین چیزی را ندیده‌اند، ۵۶٪ از والدینی که فرزند آنها پیام‌های تهدید کننده یا زننده دریافت کرده‌اند معتقدند که فرزندان آنها چنین چیزی دریافت نکرده‌اند (بی اطلاعی از زورگویی به فرزند). ۵۲٪ از والدینی که فرزندان آنها پیام‌های جنسی دریافت کرده‌اند می‌گویند چنین چیزی نیست؛ ۶۱٪



- والدین بچه‌هایی که فرزندان آنها از طریق آنلاین با کسی آشنا شده و او را ملاقات کرده اند، معتقدند که چنین چیزی نیست (Livingstone, Haddon, Görzig, and Ólafsson, 2011).
- فرض دوم این است که فرزندان به دلایل مختلف خطرات پیش آمده در فضای مجازی را به اطلاع والدین نرسانده باشند. ممکن است فقدان یا ضعف رابطه صمیمی، حمایتی و معتمدانه بین فرزندان و والدین و همچنین حساسیت بالای موضوعات جنسی در خانواده‌های سنتی مانع از آن بوده باشد که فرزندان این دست مسائل را با والدین در میان گذاشته باشند.
  - فرض سوم این است که این یافته در راستای یافته‌های قبلی همین پژوهش معنادار است. یعنی درست است که یافته‌های اخیر با میانگین‌های جهانی ناسازگار است اما با یافته‌های قبلی همین تحقیق سازگار است. چگونه؟ بدینگونه که در خراسان شمالی، میزان دسترسی و استفاده دانش‌آموزان از فضای مجازی از میانگین جهانی کمتر است و لذا، کمتر نیز در معرض این دست خطرات قرار می‌گیرند. شکل ۲-۳، ارتباط بین استفاده از صفحه نمایشگر و خطرات سایبری را نشان می‌داد. بر اساس گزارش DQ هرچه میزان استفاده بالاتر باشد، خطرات هم کمتر است.

## پیشنهادات

معمولاً فصل پنجم به نسبت دیگر فصول از حجم کمتری برخوردار است. در قسمت پیشنهادات نیز غالباً به ارائه مجموعه مختصری از توصیه‌های کلی و بعضاً کاربردی اکتفا می‌شود. اگر پژوهشگران در پیشنهادات خود پا را فراتر بگذارند، یعنی از محدوده یافته‌های پژوهشی خود عبور کنند، و رهنمودهایی را - ولو درست اما- خارج از چارچوب پژوهش ارائه کنند، احتمالاً به خاطر این کار از سوی داوران و ناظران مورد نقد قرار می‌گیرند. ما نیز این نقد را بجا می‌دانیم و معتقدیم که پژوهشگر باید چارچوب‌ها را رعایت کرده و محصولی را عرضه کند که دستاورد خود اوست.

با علم به موضوعی که در بند قبلی مطرح شد، پژوهشگران در ذیل پیشنهادات مطالبی را آورده‌اند که بعضاً به‌طور مستقیم به تحقیق پیش رو مربوط نیست. دلیل این اتفاق این است که یافته‌های اصلی این پژوهش با آنچه پیش از این توسط محققان و صاحب نظران دنیا به دست آمده است یکسان است. برای نمونه موسسه DQ بر اساس رصدها و مطالعات بین‌المللی خلاصه‌ای از آسیب‌های فضای مجازی (یا به تعبیر آنها استفاده افراطی از صفحه نمایشگر) را در شکل ۵-۱ خلاصه کرده است. مرور محتوای این تصویر و یافته‌های پژوهش حاضر، یکسان بودن این دو را هویدا می‌کند.

با عنایت به توضیحات بند فوق، چرا نتوان از پیشنهادات حاصل از دیگر پژوهش‌های هم‌راستا – ترجیحاً به صورت گزینشی – استفاده کرد؟ وقتی نتایج پژوهش آشکارا به ما می‌گوید که رفتار فرزندان ما در قبال فناوری و تأثیراتی که از آن می‌پذیرند از بسیاری جهات مشابه دیگر نقاط دنیاست، لذا چرا رهنمودهای آنها نتواند به حل مشکل ما کمک کند. البته که این گفته به معنای این نیست که الزاماً مشکل مشترک، راه حل مشترک دارد. همانطور که در فصل دو به تفصیل بحث شد، بدون شک، بسترهای فرهنگی، معرفتی و ارزشی هم در مقام تولید و هم در مقام کاربرد، بر فناوری‌ها تأثیر دارند. بر این اساس، ترجیح داده شد که از توصیه‌ها و راه کارهای بین‌المللی برای کاهش آسیب‌های فضای مجازی (اینترنت، موبایل، تبلت، صفحه نمایشگر و ...) استفاده شود.



شکل ۵-۱: پیامدهای آنی و آتی استفاده افراطی از صفحه نمایشگر. منبع: DQ (۲۰۱۸)

- قبل از پرداختن به جزئیات، پیشنهادات کلی حاصل از این پژوهش را در چند محور خلاصه می‌کنیم:
- والدین بویژه مادران بیشتری نقش را در کاهش خطرات و آسیب‌های فضای مجازی برای فرزندان دارند.
  - اگر والدین و بویژه مادران از دانش و مهارت لازم برخوردار نبوده و برای فرزندان خود نتوانند الگوی خوبی برای استفاده متعادل از فضای مجازی باشند، عملاً امید چندانی برای کاهش خطرات و آسیب‌های فضای مجازی وجود ندارد.
  - بیش از ۸۰٪ مادران دانش‌آموزان چهارم تا ششم استان، خانه‌دار هستند. این موضوع فرصت خوبی برای آموزش آنها و در نهایت کاهش و کنترل تأثیرات منفی فضای مجازی است.

- آموزش و پرورش در این خصوص می‌تواند با فراهم کردن زمینه‌های لازم، و از طریق آموزش والدین، دانش‌آموزان را در این خصوص آموزش دهد.
- اداره کل آموزش و پرورش می‌تواند از طریق اپلیکیشن «شاد» یا دیگر پیام‌رسان‌ها از جمله تلگرام و واتس‌آپ، به والدین آموزش دهد.
- تهیه فهرستی از نرم‌افزارها و اپلیکیشن‌هایی که می‌تواند در موبایل‌ها و تبلت‌های کودکان نصب و رفتارهای آنها را در فضای مجازی کنترل کند، کار دشواری نیست. بسیاری از سایت‌ها، پیام‌رسان‌ها و ... به‌طور پیش‌فرض تنظیماتی را برای امنیت و ایمنی بیشتر کودکان طراحی و تعبیه کرده‌اند.
- تا آنجا که مقدور است خانواده‌ها بهتر است از خرید موبایل یا تبلت شخصی برای فرزندان خودداری کنند. در صورت خرید نیز بهتر است که مالکیت آن در اختیار والدین باشد تا خود کودک.
- والدین باید تا آنجا که مقدور است از عضویت فرزندان خود در شبکه‌های اجتماعی با نام کاربری به نام فرزندان خودداری کنند.
- نکات کلیدی که در ادامه این فصل آمده است از منابع معتبر بین‌المللی استخراج شده است، لذا می‌تواند مبنای خوبی برای تهیه محتوای آموزشی در قالب بروشور، کتابچه، چندرسانه‌ای، کارگاه یا محتوای الکترونیکی باشد.

### پیشنهادات برای والدین

در فصل چهارم به تفصیل و در ابتدای همین فصل به اختصار گفته شد که ۴۸٫۷۱٪ از والدین نمی‌دانند فرزندان‌شان با موبایل یا تبلت چه می‌کنند. ۵۰٪ نمی‌دانند که فرزند آنها چه نوع بازی انجام می‌دهد (ایرانی یا خارجی، تک نفره یا گروهی) و ۴۳٫۶٪ نمی‌دانند که فرزند آنها چگونه بازی هایش را تهیه می‌کند. هدف اصلی این تحقیق بررسی و سنجش میزان آگاهی و مهارت والدین در زمینه فناوری، رسانه‌ها و فضای مجازی نبود. هدف اصلی این تحقیق چیز دیگری بود، با وجود این به فراخور نیاز چند سوال در این زمینه مطرح شد. اگر در دیگر ابعاد و زمینه‌ها سوالات مشابهی از والدین پرسیده می‌شد، ای بسا نتایج مشابهی به دست می‌آمد و این خیلی از دور از انتظار نیست. چراکه بحث سواد رسانه‌ای بحث جدیدی است که نسل‌های گذشته آشنایی چندانی با آن ندارند. کتاب «تفکر و سواد رسانه‌ای» برای اولین بار در سال ۱۳۹۵ تألیف و وارد برنامه درسی دوره اول متوسطه کشور شد. لذا

والدین کنونی با این مفاهیم آشنایی چندانی ندارند. همانطور که در صفحات قبل اشاره شد، برخی تحقیقات حاکی از آن است که این بی‌اطلاعی والدین محدود به ایران نیست.

تحقیق دیگری که مشابه مورد قبلی است اما اندکی قدیمی به نظر می‌رسد<sup>۱</sup>، در سطح اروپا انجام شده و نشان می‌دهد در اروپا اکثر والدین با کودکان خود درباره آنچه در اینترنت انجام می‌دهند صحبت می‌کنند (۷۰٪) و هنگامی که بچه‌ها آنلاین هستند کنار آنها می‌ایستند (۵۸٪). اما بنا به پرسشی که از بچه‌ها شده است، یک هشتم والدین (۱۳٪) به نظر می‌رسد که هیچ نقشی در این زمینه ندارند (Livingstone, Haddon, Görzig, and Ólafsson, 2011).

بر اساس تحقیق جدیدتر، یکی از معضلات این است که با فرض آگاهی والدین، خانواده‌ها نمی‌دانند و نمی‌توانند که چگونه فرزندان خود را از صفحات نمایشگر جدا کرده یا مدت زمان آن را مدیریت کنند. والدین گزارش می‌دهند که برای مدیریت زمانی که بچه‌ها به صفحه نمایشگر نگاه می‌کنند، دچار کشمکش هستند. برای مثال، آفکام (Ofcom) گزارش می‌دهد که ۱۲٪ از والدین سه ساله، ۱۹٪ والدین پنج ساله، ۳۳٪ والدین ۸-۱۱ ساله و ۴۱٪ والدین ۱۲-۱۵ ساله به سختی می‌توانند مدت زمان صرف شده کودکان خود را کنترل کنند (Ofcom, 2017).

همه این موارد نشان می‌دهد که والدین نقش اساسی دارند و سیاست‌گذاری‌ها باید در وهله نخست متوجه خانواده و والدین باشد.

## الف) راهنمای والدین

### به خاطر داشته باشید

❖ نتایج پژوهش‌های متعدد نشان می‌دهد که استفاده نامتعادل و افراطی از تلفن همراه هوشمند/تبلت/لپتاپ، تأثیرات نامطلوب فراوانی بر جسم و روان کودکان به جا می‌گذارد از جمله: بی‌خوابی و بدخوابی، پرخاشگری، افزایش وزن، اضطراب، افسردگی، افت تحصیلی، خودشیفتگی، انزوا و ....

❖ اینکه فرزند شما در منزل به اینترنت وصل است به معنای آن نیست که هیچ خطری او را تهدید نمی‌کند. فضای مجازی ممکن است برای کودک شما خطراتی را به همراه داشته باشد؛ خطراتی که ممکن است از دید شما مخفی بماند، مانند: زورگویی، رد و بدل تصاویر

<sup>۱</sup> از این جهت از کلمه قدیمی استفاده شد که ممکن است آگاهی بخشی‌ها و آموزش‌های چندسال گذشته، والدین اروپایی را در سطح بالاتری قرار داده باشد.

- جنسی، دیدن فیلم‌های مستهجن، دریافت پیام‌های تهدیدآمیز، گذاشتن قرار ملاقات با افراد غریبه، کودک آزاری و مانند آن.
- ❖ پول به سرعت و به راحتی در فضای آنلاین پرداخته شود، برای مثال در هنگام خرید گیم، شرط‌بندی آنلاین و یا پرداختن داروها و مواد مخدر غیرقانونی.
  - ❖ اگرچه شواهد بیشتر در حال جمع‌آوری هستند، اما شواهدی وجود دارند که نشان می‌دهند فناوری دیجیتال می‌تواند بر وزن، خلق و افکار خودکشی و خود-زنی و تصویر بدن تأثیر داشته باشند.
  - ❖ برخی کودکان و افراد جوان ممکن است در برابر تأثیر فناوری دیجیتال آسیب‌پذیرتر باشند. برای نمونه افراد با آسیب‌های مربوط به سلامت روان مانند استرس، اضطراب و موقعیت‌های رشدی مانند ADHD.
  - ❖ از سنین پایین بچه‌ها را تشویق کنید که درباره محتوایی که به صورت آنلاین می‌بینند بحث کنند.
  - ❖ کاملاً نقش فعالی داشته باشید، منعطف باشید و زمان درست را برای بحث درباره فناوری با کودکان خود انتخاب کنید. به خاطر داشته باشید که هرچه فرزندان کم‌سنتر باشند، ایجاد کردن عادت‌های خوب در رابطه با استفاده از فناوری، برای نمونه در رابطه با استفاده از صفحات نمایشگر در رخت خواب، راحت‌تر است.
  - ❖ در رابطه با عادات خوب، یک رویکرد مثبت را برای فرزندان ایجاد کنید برای نمونه بگویید که خواب خوب شبانه به پوست زیبای شما کمک می‌کند تا اینکه درباره پیامدهای منفی خواب کم بحث کنید.
  - ❖ ممکن است احساس کنید که فرزندان شما بیشتر از شما درباره فناوری می‌دانند اما به یاد داشته باشید که شما درباره نقش خود به عنوان پدر یا مادر، مطالب زیادی می‌دانید، و فضای مجازی فرصت دیگری است که از مهارت‌های والدگری خود استفاده کنید. برخی منابع اینترنتی می‌توانند در رابطه با والدگری و فناوری به شما کمک کنند.
  - ❖ درباره تصاویری که از فرزندان خود ارسال می‌کنید بیاندیشید و به یاد داشته باشید که آنها ممکن است آن تصاویر را در سال‌های آتی ببینند. درباره اینکه قبل از ارسال تصاویر از آنها اجازه بگیرید بیاندیشید.
  - ❖ درباره نگرانی‌ها خود ذهن بازی داشته باشید و به دنبال گرفتن مشاوره باشید. اگر فرزند شما در حد زیادی با فعالیت‌های آنلاین درگیر شده است و بیشتر منزوی می‌شود.

### استفاده از صفحه نمایشگر محدودیت دارد

❖ به نیازهای رشدی فرزند خود فکر کنید. آیا سن فرزند شما به حدی رسیده است که برای خودش تلفن همراه هوشمند یا تبلت داشته باشد. اگر فرزند شما از تلفن همراه هوشمند شما یا تبلت شما استفاده می‌کند، اطمینان حاصل کنید که او به محتوای مناسب دسترسی دارد.

❖ خواب یکی از عوامل مهم سلامتی است. صفحات نمایشگر باید از اتاق خواب بچه‌ها دور باشند و بچه‌ها یک ساعت قبل از خواب باید از هرگونه فناوری دور باشند تا بتوانند فعالیت‌های آرام‌بخش قبل از خواب را انجام دهند.

### بین فعالیت‌ها تعادل برقرار کنید

❖ سعی کنید که فعالیت‌های آفلاین (غیراینترنتی) را افزایش دهید برای مثال درباره بازی کردن گیم‌ها با یکدیگری صحبت کنید. به خاطر داشته باشید که فناوری می‌تواند وجوه مثبتی برای والدگری پدر و مادر داشته باشد. برای مثال می‌توانید یک برنامه آموزشی و تربیتی را تماشا کرده و درباره آنچه دیده‌اید با فرزند خود صحبت کنید.

❖ کودکان می‌توانند زمان بسیار زیادی را به صفحه نمایشگر نگاه کنند. با وجود این، ما می‌دانیم که فعالیت‌های فیزیکی برای کودکان و افراد جوان برای سلامت جسم و روان آنها، بسیار مهم است. سعی کنید فرزندان را قانع کنید که صفحه نمایشگر را کنار بگذارند و به‌طور منظم به انجام حرکات ورزشی بپردازند.

❖ از آنجا که ورزش روابط آفلاین بچه‌ها را با خانواده و دوستان افزایش می‌دهد، به رشد اجتماعی و عاطفی آنها کمک می‌کند. ارتباطات آنلاین می‌تواند مسیر مهمی برای ارتباط با دوستان و خانواده باشد اما ارتباطات چهره به چهره برای رشد اجتماعی و مهارت‌های زندگی حیاتی هستند.

❖ اطمینان حاصل کنید که فرزند شما در ساعاتی از روز بدون دستگاه‌ها (تلویزیون، موبایل، ...) به سر می‌برد؛ مثلاً زمان غذا خوردن.

### الگوی فرزندان باشید

❖ خود شما می‌توانید الگویی برای استفاده درست از صفحه نمایشگر باشید؛ شما باید در زمان‌های خاصی استفاده از تلفن هوشمند خود را کنار بگذارید؛ برای مثال در طول غذا خوردن یا در مکالمات چهره به چهره.

### نگهبان بچه‌ها باشید

- ❖ درباره سلامت آنلاین فرزند خود بیاندیشید، برای مثال: با مرور تنظیمات حریم خصوصی؛ به اشتراک گذاری موقعیت آنها؛ به اشتراک گذاری اطلاعات شخصی و تصاویر؛ و بحث درباره اینکه چگونه بچه‌ها می‌توانند پیام‌های ناخواسته را قفل کنند.
- ❖ راهنمای کلی درباره اینترنت و شیوه‌هایی تعامل ایمن در محیط آنلاین فراهم کنید؛ برای مثال درباره به اشتراک گذاری بیش از حد اطلاعات، هویت‌های آنلاین و ملاقات با افرادی که آنها را به صورت آنلاین نمی‌شناسید.
- ❖ حامی فرزندان جوان خود باشید تا درباره تأثیرات بالقوه یادداشت‌های مضر و دیگر اتفاقاتی که ممکن است استرس‌زا باشد، مانند دیدن محتوای پریشان‌کننده، مقایسه خود با دیگران، نگرانی درباره تصویر بدن و تأثیر ترس از جا ماندن یادگیرند ( Dubicka & Theodosiou, 2020, 13-15).

#### مرزبندی‌ها را آموزش دهید

- ❖ اگر مرزبندی‌ها و محدودیت‌ها در سنین پایین اعمال شود، احتمالاً بچه‌ها راحت‌تر می‌توانند عادت‌های خوب را در خود شکل دهند.
- ❖ کاری کنید که بچه‌ها در سنین پایین حداقل استفاده از صفحه نمایشگر را داشته باشند: سازمان بهداشت جهانی توصیه می‌کند که بچه‌های ۱ ساله نباید به صفحه نمایشگر دسترسی داشته باشند و بچه‌های ۲ تا ۴ ساله حداکثر یک ساعت در شبانه روز از صفحه نمایشگر استفاده کنند و اگر «کمتر بهتر».
- ❖ اطمینان حاصل کنید که بچه‌ها از اپلیکیشن‌ها، گی‌م‌ها و برنامه‌های تلویزیونی استفاده می‌کنند که مناسب سن آنهاست.
- ❖ به موازات بزرگتر شدن بچه‌ها، گفتگو درباره مرزبندی‌های آنها اهمیت بیشتری می‌یابد. تداوم رابطه مثبت والد-کودک خیلی مهم است؛ چراکه فضایی را برای بچه‌ها فراهم می‌کند که در آن راحت باشند و درباره هرگونه نگرانی خود در رابطه با استفاده از فناوری با شما صحبت کنند؛ مانند زورگویی اینترنتی، پیام‌های ناخواسته، تصاویر نامناسب، نگرانی درباره جا ماندن (یا از دست دادن). اگر کودک شما بتواند درباره نگرانی‌های خود بحث کند، آنگاه شما فرصت دارید به او کمک کرده و از او حمایت کنید تا در استفاده از صفحه نمایشگر مرزبندی‌ها را رعایت کند.
- ❖ با بچه‌هایتان کار کنید تا یاد بگیرند در چه اوقاتی و برای چه مدت می‌توانند از صفحات نمایشگر استفاده کنند. از طریق بکارگیری اپلیکیشن‌های خود-مدیریتی، بچه‌ها را تشویق

کنید که خود-مشاهده‌گر باشند؛ یعنی خودشان زمان و مدت زمان استفاده را در نظر داشته و رعایت کنند (Dubicka & Theodosiou, 2020).

## ب) ایمنی کودکان در اینترنت

حتی اگر پدر و مادر همیشه در خانه باشند، بازهم امکان اینکه هر ثانیه به کودک سر بزنند و مراقب رفتار او در اینترنت یا شبکه‌های اجتماعی باشند، وجود ندارد. یکی از راه‌های موثر و درازمدت این است که با آنها در زمینه ایمنی آنلاین صحبت شود تا به مرور زمان تفکر انتقادی و توانایی آنها درباره انتخاب‌هایی که دارند رشد پیدا کند. در ادامه ۱۰ نکته کلیدی برای والدین جهت حفاظت فرزندان در محیط‌های آنلاین آورده شده است. بخش‌هایی از مطالب زیر با آنچه تاکنون آمده است، همپوشانی خواهد داشت:

۱. **در رابطه با تکنولوژی یک فضای قابل اعتماد بین خود و فرزندان ایجاد کنید:** همیشه فضای گفتگو را باز بگذارید و حامی بچه‌ها باشید به گونه‌ای که آنها اطمینان حاصل کنند که اگر مشکلی در فضای مجازی برایشان پیش آمد یا حس کردند که چیزی اشتباه است آن را بلافاصله با شما در میان بگذارند.
۲. **باهم ببینید و باهم بازی کنید:** با فرزندان خود در فضای مجازی همراه باشید. این کار باعث خواهد شد که فهم بهتری از آنچه در این فضا در جریان است داشته باشید و بهتر بتوانید کمک کنید. با این کار متوجه خواهید شد که چرا از یک اپلیکیشن، یک بازی یا یک سایت لذت می‌برند؛ ضمن آنکه یک فرصت عالی برای شروع مکالمه با فرزندان خود درباره امنیت اینترنت پیدا خواهید کرد.
۳. **عادات خوب ایجاد کنید:** عادات خوب ایجاد کنید و به فرزندان کمک کنید تا هوش دیجیتال، مهارت‌های اجتماعی و عاطفی آنها رشد کند- مانند احترام، همدلی، تفکر انتقادی، رفتار مسئولانه و انعطاف‌پذیری- و تمرین کنند که شهروندان آنلاین خوبی باشند.
۴. **کودک خود را نیرومند بار آورید:** هر وقت که مقدور بود، به آنها کمک کنید که برای خود تصمیمات عاقلانه بگیرند تا آنکه دائم به آنها بگویید که چه کنند. سعی کنید راهبردهایی را به آنها آموزش دهید که بتوانند چگونه با تجارب منفی آنلاین برخورد کنند. این کار به اعتماد به نفس آنها کمک می‌کند.



۵. **دستگاه‌ها را در فضای عمومی منزل قرار دهید:** این کار به شما کمک می‌کند که آگاهی و مدیریت بیشتری بر تلفن همراه، تبلت، تلویزیون، کنسول‌های بازی و دیگر ابزارهای ارتباطی مورد استفاده فرزند خود داشته باشید.
۶. **محدودیت زمانی تعیین کنید:** این کار باعث می‌شود که صرف زمان بر روی صفحه نمایشگر با فعالیت‌های خارج از آن متعادل شود. می‌توانید یک برنامه خانوادگی برای استفاده از این نوع فناوری‌ها داشته باشید. این برنامه به شما کمک می‌کند تا به بچه‌ها نشان دهید که کی و کجا می‌توانند از این وسایل استفاده کنند. نمونه‌هایی از این برنامه‌ها را می‌توانید از طریق جستجو در اینترنت پیدا کنید.
۷. **اپلیکیشن‌ها، بازی‌ها، رسانه‌های اجتماعی و سایت‌های مورد استفاده فرزند را بشناسید:** اطمینان حاصل کنید که موارد گفته شده مناسب سن فرزند شما هستند. بررسی کنید که چگونه می‌توانید ارسال و دریافت پیام یا گفتگوی آنلاین یا دیگر عملکردها، مثل گزینه‌هایی که موقعیت کاربر را در اپلیکیشن‌ها یا بازی‌ها مشخص می‌کند را محدود کنید. شما از این طریق باید بتوانید فرزند خود را از دریافت تماس‌های ناخواسته یا افشای اطلاعات مربوط به موقعیت، مصون بدارید. برای نمونه شما باید بدانید که چگونه یک نفر را در اینستاگرام بلاک کنید، مزاحمت‌های یک نفر را گزارش دهید یا آنفالو کنید.
۸. **تنظیمات حریم خصوصی را چک کنید:** در بازی‌ها و اپلیکیشن‌های مورد استفاده فرزند خود، تنظیمات حریم خصوصی را چک کنید و مطمئن شوید که این تنظیمات در سخت‌گیرانه‌ترین حالت آن قرار دارد. طوری نباشد که هرکسی که می‌خواهد، بتواند با فرزند شما در تماس باشد. علاوه بر اعمال تنظیمات، از فرزند خود بخواهید که قبل از پذیرش یک فرد به عنوان یک دوست با شما هماهنگ کند.
۹. **از فناوری‌های موجود استفاده کنید:** با استفاده از برخی فناوری‌ها می‌توانید گزینه‌های مربوط به کنترل والدین را در دستگاه‌های مختلف تنظیم کنید. بدین ترتیب می‌توانید محتوای مضر را فیلتر کنید، استفاده فرزند خود را تحت نظر داشته باشید و امکان استفاده یا زمان استفاده او را از وسایل یا برخی عملکردهای دستگاه‌ها محدود کنید (مثلاً امکان استفاده از دوربین موبایل یا تبلت یا اپلیکیشن خرید آنلاین را محدود کنید).
- مراقب علائم استرس و ناراحتی کودک باشید:** بعد از دریافت برخی علائم که حاکی از رنج و اضطراب کودک است، باید بدانید که برای دریافت مشاوره‌ها و کمک‌های بیشتر به کجا

مراجعه کنید (Dubicka & Theodosiou, 2020) (مثلا مشاوران آموزش و پرورش یا در صورت نیاز تماس با پلیس فتا).

جدول ۵-۱: نکات کلیدی مربوط به ایمنی و امنیت کودکان در اینترنت (مفید برای والدین، پرستاران و مربیان) (International Telecommunication Union, Second Edition, 2016)

والدین، پرستاران و مربیان		
نکات کلیدی	توضیحات	
<b>ایمنی و امنیت رایانه شخصی و تلفن همراه شما</b>		
۱	رایانه را در اتاق عمومی قرار دهید. رایانه یا لپ تاپ را در حال یا اتاق عمومی قرار دهید و مخصوصاً وقتی بچه‌ها از اینترنت استفاده می‌کنند در محل حاضر باشید؛ این نکته خیلی مهم است. اگر نمی‌توانید کنار بچه‌ها یا در محل حاضر باشید حتماً راهی پیدا کنید که بر فعالیت بچه‌ها در اینترنت نظارت داشته باشید مثلاً از طریق ابزارها و نرم افزارها. در خانواده‌های بزرگتر با چند کامپیوتر، ممکن است در عمل محدودیت‌هایی وجود داشته باشد و شما نتوانید همه وقت بر فعالیت‌های آنلاین بچه‌ها نظارت داشته باشید، بویژه اگر بزرگتر شوند تا حدی به حریم خصوصی نیازمند خواهند بود. به موازات افزایش خرید لپتاپ برای کودکان و در دسترس قرار گرفتن وایرلس در منازل، استفاده از این قانون دشوارتر خواهد بود.	
۲	فایروال و آنتی ویروس نصب کنید. اطمینان حاصل کنید که در کامپیوتر شما نرم‌افزار فایروال و آنتی ویروس نصب بوده و روزآمدسازی می‌شود. به بچه‌ها اصول اولیه امنیت اینترنتی را آموزش دهید.	
۳	اپلیکیشن‌های مخصوص والدین را در موبایل خود نصب کنید، از نرم‌افزار کنترل والدین که توسط تولیدکننده تلفن همراه تهیه شده است استفاده کنید.	
<b>قوانین</b>		
۳	برای استفاده از اینترنت و وسایل شخصی دیجیتال قوانینی در منزل وضع کنید، به موضوعاتی مانند حریم خصوصی، سایت‌های نامناسب از لحاظ سنی، زورگویی اینترنتی و	به مجرد آنکه بچه‌ها به تنهایی از اینترنت استفاده کردند، درباره وضع قوانین با آنها گفتگو کرده و به توافق برسید. این قوانین باید زمان استفاده از اینترنت و چگونگی استفاده از آن را نیز شامل شود.

	خطرهای عجیب توجه ویژه داشته باشید.	
۴	برای استفاده از موبایل، تبلت و وسایل دیجیتال قابل حمل، قوانینی وضع کنید.	به مجرد آنکه بچه‌ها از تلفن همراه استفاده کردند، درباره وضع قوانین با آنها گفتگو کرده و به توافق برسید. این قوانین باید مشخص کند که آیا فرزندان شما می‌توانند از طریق تلفن همراه به اینترنت متصل شوند یا نه و اینکه آنها چه اندازه می‌توانند از تلفن همراه استفاده کنند و اینکه چه نوع مطالبی را می‌توانند خریداری یا دانلود کنند، و اینکه اگر با موارد نامناسب مواجه شدند چگونه باید برخورد کنند و اینکه سطح هزینه‌ها در چه حد است.
<b>راهنمای والدین و مربیان</b>		
۵	والدین، پرستاران و معلمان باید با سایت‌های اینترنتی که از سوی فرزندان مورد استفاده قرار می‌گیرند آشنا بوده و متوجه باشند که بچه‌ها چگونه وقت خود را در زمان آنلاین می‌گذرانند.	سایت‌هایی را که بچه‌ها استفاده می‌کنند مورد ارزیابی قرار دهید و به دقت سیاست حریم خصوصی ذکر شده در سایت، اصطلاحات مربوط به قوانین رفتاری و همچنین صفحه اختصاصی مربوط به والدین را مطالعه کنید. همچنین بررسی کنید که آیا سایت به‌طور مرتب، محتواهای ارسالی از سوی کودکان یا یادداشتهای کودک شما در صفحه خودش را کنترل می‌کند.
۶	برای کسب اطلاعات بیشتر منابع اینترنتی را جستجو کنید تا درباره ایمنی آنلاین و راه‌های استفاده مثبت از اینترنت بیشتر بدانید.	ارزش استفاده مثبت و ایمن از اینترنت هر ساله در سراسر جهان تحت عنوان جشنواره‌های مختلف مورد توجه قرار می‌گیرد. در این مهم، کودکان، مدارس محلی، صنایع و مراجع ذیصلاح، با هم همکاری می‌کنند تا به آگاهی بیشتری نسبت به فرصت‌هایی که می‌تواند تجارب مثبت استفاده از اینترنت را ارتقاء دهد دست یابند. برای اینکه در این زمینه به اطلاعات روزآمدی دست پیدا کنید، اصطلاحات زیر را در اینترنت جستجو کنید: جشنواره اینترنت امن + نام کشور.
۷	والدین، پرستاران و معلمان باید بدانند که بچه‌ها چگونه از دیگر وسایل شخصی مانند تلفن همراه، کنسول‌های بازی، ام پی تری پلیر (MP3)، پدها (PDA) و غیره استفاده می‌کنند.	امروزه اینترنت از طرق مختلف و از طریق وسایل شخصی (موبایل/تبلت) در دسترس است، مسائل مربوط به ایمنی و امنیت در این گونه محیط‌ها نیز مطرح است.
<b>مرور مشخصات سایت‌های اینترنتی</b>		
۸	دقت داشته باشید که آیا فیلترینگ و بلاکینگ یا برنامه‌های کنترل	

	می‌توانند از استفاده ایمن کودکان از اینترنت و وسایل شخصی (مثل تبلت) پشتیبانی کنند. اگر از چنین نرم‌افزاری استفاده می‌کنید توضیح دهید که این نرم‌افزار چه می‌کند و اینکه چرا برای کودک خود استفاده می‌کنید. گذرواژه مربوط به این برنامه را محرمانه نگه دارید.	
۹	رضایت والدین	برخی از کشورها مانند اسپانیا و آمریکا قوانینی دارند که بر اساس آنها شرکت‌ها و سایت‌ها موظفند که سن کاربران را در هنگام ثبت اطلاعات شخصی سوال کنند و در صورت نیاز رضایت نامه والدین را مطالبه کنند. در اسپانیا این سن ۱۴ سال است و در آمریکا ۱۳ سال.
۱۰	استفاده از کارت بانکی و دیگر شیوه‌های پرداخت الکترونیکی را کنترل کنید.	وقتی بچه‌ها از تلفن ثابت یا تلفن همراه برای خرید مجازی استفاده می‌کنند مراقب باشید. کارت اعتباری خود را و رمز آن را در جای مطمئنی قرار دهید.
۱۱	اطمینان حاصل کنید که هنگام خرید کالا و خدمات آنلاین، سیستم شناسایی سن بکار گرفته شده است.	معمولا هنگام خرید کالا سن اهمیتی ندارد، با وجود این، سیستم‌هایی در دسترس هستند که هنگام خرید، سن را شناسایی می‌کنند. در هر حال، هزینه‌کردهای اینترنتی کودک خود را دنبال کنید.
۱۲	چک کنید که آیا سایت اینترنتی از میانجی استفاده می‌کند.	اطمینان حاصل کنید که سایت از گفتگوهای میانجی استفاده می‌کند، در حالت ایده‌آل هم از فیلترهای خودکار و هم از کنترل‌گرهای انسانی استفاده می‌کند. آیا سایت تمام عکس‌ها و ویدئوهایی که ارسال می‌شود را چک می‌کند؟
۱۳	دسترسی به محتوا یا خدمات نامطلوب را بلاک کنید.	ابزارهای فنی می‌توانند به شما کمک کنند که دسترسی به وبسایت‌های نامطلوب از جمله آنها که بر محتواها و گفتگوها نظارتی نمی‌شود را بلاک کنید یا دسترسی به خدمات یا محتواهای نامناسب از طریق تلفن همراه را بلاک کنید.
۱۴	انعطاف‌پذیری سایت را کنترل کنید.	بررسی کنید که چگونه می‌توان یک حساب کاربری را حذف کرد، حتی اگر پرداخت‌های قبلی شما از بین برود. اگر شما اجازه حذف حساب کاربری را نداشته باشید از این خدمات یا سایت استفاده نکنید یا آن را بلاک کنید. چنین مواردی را می‌توانید به مراجع ذیصلاح اطلاع دهید.
۱۵	به مجموعه خدمات نگاه کنید.	
۱۶	به تبلیغات نگاه کنید و موارد	چشمی به تبلیغات داشته باشید و موارد زیر را به مراجع ذیصلاح اطلاع

<p>دهید:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>۱. ساده‌سازی بیش از حد موضوعات پیچیده که باعث سوء برداشت کودکان می‌شود.</li> <li>۲. تشویق کودکان که با افراد غریبه صحبت کنند یا به مکان‌های خطرناک بروند.</li> <li>۳. نمایش افراد یا بچه‌هایی که چیزهای خطرناک انجام می‌دهند یا به چیزهای خطرناک نزدیک شده‌اند.</li> <li>۴. تشویق تقلید نایمن یا اعمال خطرناک.</li> <li>۵. تشویق به زورگویی.</li> <li>۶. ایجاد آسیب‌های اخلاقی و ترس در بچه‌ها.</li> <li>۷. تشویق به استفاده از غذاها یا عادات غذایی بد.</li> <li>۸. بهره‌برداری از اعتماد کودکان.</li> </ol>	نامناسب را گزارش دهید.	
<b>تربیت کودکان</b>		
<p>تربیت و سواد رسانه‌ای بسیار مهم است. قوانین و اصول جهان مجازی را برای بچه‌ها توضیح دهید. معمولاً بچه‌ها به این قوانین و راهنمایی‌ها پایبند هستند و به دیگران نیز آنها را یادآوری می‌کنند. به بچه بگویید که به پیام‌های بی‌ادبانه پاسخ ندهند و از صحبت‌های جنسی به‌صورت آنلاین اجتناب کنند. به آنها آموزش دهید که هیچ فایل پیوستی را باز نکنند و روی لینک‌هایی که هنگام گفتگو با دیگران دریافت می‌کنند کلیک نکنند؛ چراکه ممکن است مطالب مضر داشته باشد.</p>	به بچه‌ها آموزش دهید.	۱۷
<p>کودکانی که برای اولین بار از طریق آنلاین با کسی آشنا شده‌اند اگر بخواهند قرار ملاقات حضوری با فرد مورد نظر بگذارند، واقعاً در خطر هستند. والدین باید بچه‌ها را تشویق کنند که از طریق اینترنت تنها با دوستان و آشنایان در تماس باشند نه غریبه‌هایی که هیچگاه ندیده‌اند. غریبه‌ها ممکن است، کسی که می‌گویند یا نشان می‌دهند نباشند. با وجود این اگر دوستی آنلاین قوت گرفت و فرزند شما می‌خواست که ملاقات حضوری داشته باشد، حتماً با او همراه شوید و قرار ملاقات را در یک مکان عمومی که افراد دیگری هم حضور دارند بگذارید.</p>	برای بچه‌ها توضیح دهید که هیچگاه برای دیدن کسی که برای اولین بار در اینترنت با او آشنا شده‌اند، بیرون نروند.	۱۸
<p>به بچه‌ها کمک کنید تا یاد بگیرند که چه نوع اطلاعاتی باید خصوصی بماند. به بچه‌ها توضیح دهید که آنها فقط می‌توانند اطلاعاتی را ارسال کنند که اگر دیگران ببینند باعث ناراحتی نمی‌شود. یادآوری کنید که اگر اطلاعاتی را ارسال کنند، دیگر قابل بازگشت نیست.</p>	جلوی اشتراک‌گذاری اطلاعات خصوصی را بگیرید.	۱۹

<p>برای بچه‌ها توضیح دهید که عکس‌ها می‌توانند اطلاعات زیادی را منتقل کنند. کودکان نباید اجازه داشته باشند از وبکم یا دوربین تلفن همراه استفاده کنند یا بدون اجازه والدین، پرستاران یا یک بزرگتر عکسی را بارگذاری کنند. به کودکان توضیح دهید که تصاویر خودشان یا دوستانشان را که شامل جزئیاتی درباره خیابان محل زندگی، شماره پلاک خودرو، یا پیراهنی با نام مدرسه است خودداری کنند.</p>	<p>۲۰ مطمئن شوید که بچه‌ها وقتی عکس‌هایی را ارسال می‌کنند مثلاً از طریق وبکم یا تلفن همراه، آنها معنی این کار را می‌دانند.</p>
<p>بچه‌ها نباید به‌طور مستقیم با غریبه‌ها به شکل آنلاین صحبت کنند. توضیح دهید که آنچه آنها می‌نویسند می‌تواند توسط هرکسی در همان سایت یا شبکه خوانده شود، از جمله توسط شکارچیان یا کودک آزاران که اغلب به دنبال کودکانی می‌گردند که می‌خواهند دوستان جدید اینترنتی پیدا کنند.</p>	<p>۲۱ به بچه‌ها هشدار دهید که احساسات خود را به غریبه‌ها نگویند.</p>
<p><b>مرور چگونگی استفاده امن از سایت‌های اینترنتی</b></p>	
<p>به‌طور منظم صفحه یا پروفایل کودک را چک کنید. وارد حساب کارگری کودک شوید و اگر نیاز شد تاریخچه آن را نگاه کنید. حالت چت (گفتگوی کودک را در سطحی قرار دهید که می‌خواهید. برخی سایت‌هایی که خوب طراحی شده‌اند، به شما اجازه می‌دهند که عمیقاً درگیر تجارب کودک شوید. اگر کودک شما از رعایت قوانین سایت خودداری می‌کند، با مدیران سایت تماس بگیرید و از آنها بخواهید حساب کاربری فرزند شما را ببندند. در بین دیگر چیزها این کار شما به کودک خواهد فهماند که رعایت قوانین و عواقب شکستن آنها چقدر مهم است.</p>	<p>۲۲ صفحه یا پروفایل کودک را چک کنید.</p>
<p>اگر در مواردی کودک زیر سن قانونی هستند، مانع استفاده آنها شوید. پدر و مادر نباید به سایت‌ها از این جهت که می‌خواهند یا می‌توانند شرایط سنی را اعمال کرده و مانع ورود بچه‌ها شوند، اطمینان کنند.</p>	<p>۲۳ اطمینان حاصل کنید که بچه‌ها در ورود به سایت‌ها محدودیت‌های سنی را رعایت می‌کنند</p>
<p>هرجا که ممکن است، بچه‌ها باید از اسم مستعاری خود یا اسم مخفف خود استفاده کنند. انتخاب اسم استعاری یا مخفف نباید به گونه‌ای باشد که توجه‌ها را به خود جلب کند. به بچه‌ها اجازه ندهید که در فضای مجازی اسم کامل خود یا دوستان خود را بنویسند یا اطلاعات دیگری مثل اسم خیابان محل زندگی، مدرسه یا شماره تلفن، باشگاه ورزشی و مانند آن را منتشر کنند یا در اختیار دیگران قرار دهند.</p>	<p>۲۴ اطمینان حاصل کنید که بچه‌ها از نام کامل یا درست خود استفاده نمی‌کنند.</p>
<p><b>ارتباط</b></p>	
<p>به‌طور منظم با بچه‌ها درباره اینکه در فضای مجازی کجا رفتند و با چه</p>	<p>۲۵ درباره تجارب بچه‌ها با آنها صحبت</p>

<p>کسی صحبت کردند گفتگو کنید. بچه‌ها را تشویق کنید که اگر در اینترنت یا فضای مجازی با مورد ناخوشایند یا تهدیدکننده‌ای روبرو شده‌اند، آن را با شما درمیان بگذارند. به آنها یادآور شوید که هرگاه با چنین مواردی برخورد کردند بلافاصله از آن فضا خارج شوند. به آنها اطمینان دهید که وقتی چنین مواردی را به شما گزارش می‌دهند، از سوی شما به دردمس نمی‌افتند. شما به عنوان والدین نیز در اینگونه موقعیت‌ها نباید واکنش تندی داشته باشید. آرامش خود را حفظ کنید و اجازه دهید بچه‌ها همه چیز را بگویند و سپس آنچه را که لازم است انجام دهید. به خاطر اعتماد بچه‌ها به شما، آنها را تشویق کنید و پاداش دهید. اطمینان حاصل کنید که بچه‌ها گزارش‌ها را به شما ارائه خواهند کرد.</p>	<p>کنید.</p>
--	--------------

## پیشنهادات به مربیان

### الف) راهنمای مربیان (ایمنی و امنیت)

- ❖ این نکته مهم است که حتی اگر مدارس به دانش‌آموزان اجازه ندهند که دانش‌آموزان از یک فناوری خاص در مدرسه استفاده کنند، بدین معنی نیست که در قبال آن مسئولیتی ندارند. ضروری است که مدارس استفاده صحیح از فناوری و خطرات و تأثیرات رسانه‌ها را به شاگردان آموزش دهند.
- ❖ در این خصوص مدارس باری به هر جهت و صرفاً بر اساس ذهنیات مدیران و معلمان نمی‌توانند کار کنند، لازم است که در این خصوص، دستورالعمل‌ها، قوانین، سیاست‌ها یا خط‌مشی‌هایی را با همراه اولیاء تدوین کنند.
- ❖ نکته مهم این که دستورالعمل‌ها یا قوانین فوق باید با شرایط و زمینه مدرسه هماهنگ باشد.
- ❖ در تهیه دستورالعمل‌ها و خط‌مشی‌ها می‌توان با دیگر مدارس هماهنگ شد.
- ❖ تا آنجا که مقدور است، در فضای مجازی باید با دانش‌آموزان همراه بود. همان‌طور که در کلاس و اردو نمی‌توان بچه‌ها را برای مدت طولانی به حال خود رها کرد، در فضای مجازی نیز باید آنها را همراهی کرد تا در جریان رفتارها و فعالیت‌های آنها باشید.
- ❖ اطمینان حاصل کنید که نوجوانانی که مسئولیت‌شان با شماست از خطرات بالقوه آگاهند و هر زمان و هر جا که آنلاین هستند، می‌دانند که چگونه ایمن بمانند و رفتار مسئولانه داشته باشند.

- ❖ به نوجوانان اجازه دهید زمانی که نظارت بزرگترها وجود ندارد و یا محافظت فناورانه وجود ندارد، راهبردهای محافظتی خود را بکارگیرند.
- ❖ مسئولیت‌پذیری و افشاگری درباره آسیب‌ها را تشویق کنید.
- ❖ به نوجوانان کمک کنید تا بفهمند که آنها مسئول اعمال دیگران که آنها را تحت فشار قرار می‌دهد نیستند اما اگر در فضای مجازی خود مرتکب عمل نامناسبی شوند، باید مسئولیت آن را بپذیرند و ممکن است پیامدهایی برای آنها داشته باشد.
- ❖ اطمینان حاصل کنید که سنجش‌ها و راه‌حل‌های فناورانه به‌طور منظم مورد بازبینی قرار می‌گیرند و روزآمد می‌شوند تا اثربخشی برنامه ایمنی-الکترونیکی تضمین شود.
- ❖ خود معلمان نیز همانند والدین در خصوص خطرات و آسیب‌های فضای مجازی نیازمند آموزش هستند.
- ❖ معلمان باید در رابطه با ایمنی و امنیت اینترنتی دارای دانش و مهارت لازم باشند، از این طریق می‌توان امیدوار بود که آنها می‌توانند به دانش‌آموزان کمک کنند.
- ❖ به دانش‌آموزان بگویید که اطلاعات شخصی (مثل نام کامل، نشانی، نشانی الکترونیکی، شماره تلفن، مدرسه و غیره) نباید در ارتباطات آنلاین در اختیار غریبه‌ها قرار گیرد.
- ❖ از دانش‌آموزان بخواهید که در جستجوها، فقط به دنبال اطلاعات خاص باشند، برعکس حالتی که الله بختکی در اینترنت چرخ می‌زند. آنها باید از نشانی‌های سایت‌ها استفاده کنند (URL).
- ❖ اگر می‌خواهید لینکی را برای شاگردان ارسال کنید، قبل از ارسال، وبسایت، یا کانال مورد نظر را ببینید و محتویات کلی آن را بررسی کنید.
- ❖ در موارد مختلف از کارشناسان پلیس فتا یا کارشناسان دادگستری که در این زمینه تجربه دارند، کمک بگیرید.

## ب) آموزش و ارتقاء هوش دیجیتال

یکی از کارهای مهمی که نظام‌های آموزشی دنیا به دنبال آن هستند، ارتقاء سواد رسانه‌ای و یا هوش دیجیتال است. صرف نظر از بازی‌های زبانی و مفهومی که در این خصوص در جریان است، آنچه مهم و روشن است، این است که دانش‌آموزان در قبال فناوری باید از دانش و مهارت لازم برخوردار باشند. شاید در این زمینه با مفاهیم متعدد و بعضاً مبهم روبرو باشیم اما تکلیف نظام‌های آموزشی روشن



است. مفهوم هوش دیجیتال که نسبت به سواد رسانه‌ای جدیدتر است، یکی از مفاهیم مورد توجه در سال‌های اخیر است. در ادامه به معرفی مؤلفه‌های این هوش می‌پردازیم. آنچه در ادامه آمده است، می‌تواند راهنمای کلی برای برنامه‌ریزی‌های آموزشی و درسی در این زمینه باشد.

هوش دیجیتال (DQ) مجموعه‌ای جامع از شایستگی‌های فنی، شناختی، فراشناختی و اجتماعی - عاطفی است که ریشه در ارزشهای اخلاق جهانی دارد و افراد را قادر می‌سازد با چالش‌های زندگی دیجیتال روبرو شده و مقتضیات آن سازگار شوند (Park, 2019, 14). ساختار کلی و طبقه‌بندی هوش دیجیتال در شکل ۲-۵ آمده است. جدول ۳-۵ نیز توضیحات مربوط به هر یک از مؤلفه‌های هوش دیجیتال همراه با اصل هادی آن را ارائه کرده است.



شکل ۲-۵: ساختار و طبقه‌بندی هوش دیجیتال

جدول ۵-۳: مؤلفه‌های هوش دیجیتال (Park,2019,14)

توانایی ساختن یک هویت سالم آنلاین و آفلاین.	هویت دیجیتال
اصل هادی: احترام به خود.	
توانایی استفاده از فناوری به شیوه‌ای متعادل، سالم و مدنی.	کاربری دیجیتال
اصل هادی: احترام به زمان و محیط.	
توانایی شناخت، کاهش و مدیریت انواع خطرات سایبری از طریق کاربرد ایمن، مسئولانه و اخلاقی از فناوری.	ایمنی دیجیتال
اصل هادی: احترام به زندگی.	
توانایی شناسایی، اجتناب و مدیریت سطوح مختلف تهدیدات سایبری برای حفاظت از داده‌ها، وسایل دیجیتال، شبکه‌ها و سیستم‌ها.	امنیت دیجیتال
اصل هادی: احترام به اموال.	
توانایی تشخیص، هدایت کردن، و بیان عواطف در تعاملات دیجیتالی درون فردی و بین فردی.	هوش عاطفی دیجیتالی
اصل هادی: احترام به دیگران.	
توانایی برقراری ارتباط و همکاری با دیگران با استفاده از فناوری.	ارتباطات دیجیتال
اصل هادی: احترام به اعتبار و روابط با دیگران.	
توانایی خواندن، ارزیابی کردن، تحلیل کردن، خلق کردن، روزآمد کردن و به اشتراک گذاری اطلاعات، رسانه‌ها و فناوری.	سواد دیجیتال
اصل هادی: احترام به دانش	
توانایی شناخت و حمایت از حقوق بشر و حقوق قانونی هنگام استفاده از فناوری.	حقوق دیجیتال
اصل هادی: احترام به حقوق	

برای مولفه‌های هوش دیجیتال سطوحی نیز در نظر گرفته شده است. سطح یک به نوعی پایین‌ترین سطح، و سطح عمومی محسوب می‌شود. سطح ۲ و سطح ۳ به ترتیب سطوح بالاتر و موضوعات پیچیده تری را شامل می‌شوند. آن چیزی که برای مربیان و نظام آموزشی بیشتر از بقیه

حائز اهمیت بوده و می‌تواند در برنامه درسی و دیگر فعالیت‌های یاددهی-یادگیری ظهور و بروز داشته باشد، همان سطح ۱ است؛ یعنی شهروندی دیجیتال.

### سطح ۱: شهروندی دیجیتال

۱. هویت شهروند دیجیتال: توانایی ساخت و مدیریت یک هویت سالم به مثابه یک شهروند دیجیتال صادق.
۲. استفاده متعادل از فناوری: توانایی مدیریت زندگی بصورت آنلاین و آفلاین به روشی متعادل، با اعمال خودکنترلی برای مدیریت زمان صرف شده در نمایشگر، وظایف چندگانه، تعامل شخص با رسانه‌ها و دستگاه‌های دیجیتال.
۳. مدیریت خطر رفتاری در فضای سایبر: توانایی شناسایی، کاهش و مدیریت خطرات سایبری (به عنوان مثال زورگویی سایبری، آزار و اذیت و اذیت) که به رفتار آنلاین فرد مربوط می‌شود.
۴. مدیریت امنیت سایبری به‌طور شخصی: توانایی تشخیص تهدیدات سایبری (به عنوان مثال، هک کردن، کلاهبرداری و بدافزار) در برابر داده‌های شخصی و دستگاه و استفاده از راهبردها و ابزارهای مناسب جهت محافظت از دستگاه‌ها و داده‌های شخصی.
۵. همدلی دیجیتال: توانایی کسب آگاهی، حساس بودن و حمایت از احساسات، نیازها و علائق خود و دیگران به صورت آنلاین.
۶. مدیریت ردپای دیجیتال: توانایی درک ماهیت ردپاهای دیجیتال و پیامدهای آنها در زندگی واقعی، برای مدیریت مسئولانه آنها و کسب اعتبار دیجیتالی مثبت.
۷. سواد رسانه‌ای و اطلاعاتی: توانایی یافتن، سازماندهی، تجزیه و تحلیل و ارزیابی رسانه‌ها و اطلاعات با تفکر انتقادی.
۸. مدیریت حریم خصوصی: توانایی مدیریت شایسته همه اطلاعات شخصی که به صورت آنلاین به اشتراک گذاشته می‌شود، برای محافظت از حریم خصوصی شخص و دیگران.

### سطح ۲. خلاقیت دیجیتال

۹. هویت مشترک دیجیتال: توانایی شناسایی و رشد یک فرد به عنوان همکار در زیست بوم دیجیتال.
۱۰. استفاده سالم از فناوری: توانایی درک فواید و مضرات فناوری بر سلامت روحی و جسمی فرد و استفاده از فناوری در عین اولویت دادن به سلامتی و رفاه.

۱۱. مدیریت خطرات محتوای سایبری: توانایی شناسایی، کاهش و مدیریت خطرات محتوای سایبری به صورت آنلاین (به عنوان مثال، محتواهای مضر که توسط کاربر ایجاد شده، محتوای نژادپرستانه / نفرت انگیز، سوء استفاده مبتنی بر تصویر).
۱۲. مدیریت امنیت شبکه: توانایی شناسایی، جلوگیری و مدیریت تهدیدات سایبری، مربوط به محیطهای دیجیتال مشارکتی مبتنی بر رایانش ابری.
۱۳. خودآگاهی و مدیریت: توانایی تشخیص و مدیریت اینکه چگونه نظام ارزشی فرد با شایستگی‌های دیجیتال او با محیط دیجیتال تطبیق پیدا می‌کند.
۱۴. ارتباط و همکاری آنلاین: توانایی استفاده اثربخش از فناوری برای برقراری ارتباط و همکاری جمعی، از جمله از راه دور.
۱۵. تولید محتوا و سواد محاسباتی: توانایی تحلیل، تولید و خلق اطلاعات، رسانه و فناوری به شیوه‌ای خلاقانه و نوآورانه.
۱۶. مدیریت حقوق مالکیت فکری: توانایی شناخت و مدیریت حقوق مالکیت فکری (برای مثال، حق تالیف، نشان تجاری، و حق اختراع) هنگام استفاده و تولید محتوا و فناوری.

### سطح ۳: رقابت‌پذیری دیجیتال

۱۷. هویت تغییرساز دیجیتال: توانایی شناسایی و توسعه فردی به عنوان یک فرد شایسته تغییرساز در اقتصاد دیجیتال.
۱۸. استفاده مدنی از فناوری: توانایی درگیری در مشارکت‌های مدنی برای رفاه و رشد جوامع محلی، ملی و جهانی برای استفاده از فناوری.
۱۹. مدیریت خطرات تجاری و اجتماعی سایبری: توانایی شناسایی، کاهش و مدیریت خطرات تجاری و اجتماعی سایبری بصورت آنلاین، مانند تلاش‌های سازمان یافته برای بهره برداری مالی یا عقیدتی از افراد (به عنوان مثال، بازاریابی نهفته، تبلیغات آنلاین و قمار).
۲۰. مدیریت امنیت سایبری به لحاظ سازمانی: توانایی شناسایی، برنامه ریزی و بکارگیری دفاع‌های امنیتی سایبری در سطح سازمانی.
۲۱. مدیریت روابط: توانایی مدیریت ماهرانه ارتباطات آنلاین یک فرد از طریق مشارکت، مدیریت تعارض و اقناع.
۲۲. روابط عمومی و جمعی: توانایی برقراری ارتباط موثر با مخاطبان آنلاین برای تبادل پیام‌ها، ایده‌ها، و عقاید که در گفتمان‌های وسیع‌تر تجاری و اجتماعی مطرح هستند.

۲۳. سواد داده و هوش مصنوعی: توانایی ایجاد، پردازش، تحلیل، و ارائه اطلاعات معنادار از داده‌ها و توسعه، استفاده و بکارگیری هوش مصنوعی (AI) و ابزارهای الگوریتمی مربوطه و راهبردها، به منظور هدایت فرایندهای تصمیم‌گیری آگاهانه، بهبود یافته و وابسته به زمینه.

۲۴. مدیریت حقوق مشارکت کنندگان: توانایی درک و بکارگیری نیروهای یک فرد و رعایت حق مشارکت آنلاین (مثلاً حقوق افراد در حفظ داده‌های شخصی، آزادی بیان، یا نادیده گرفته شدن).

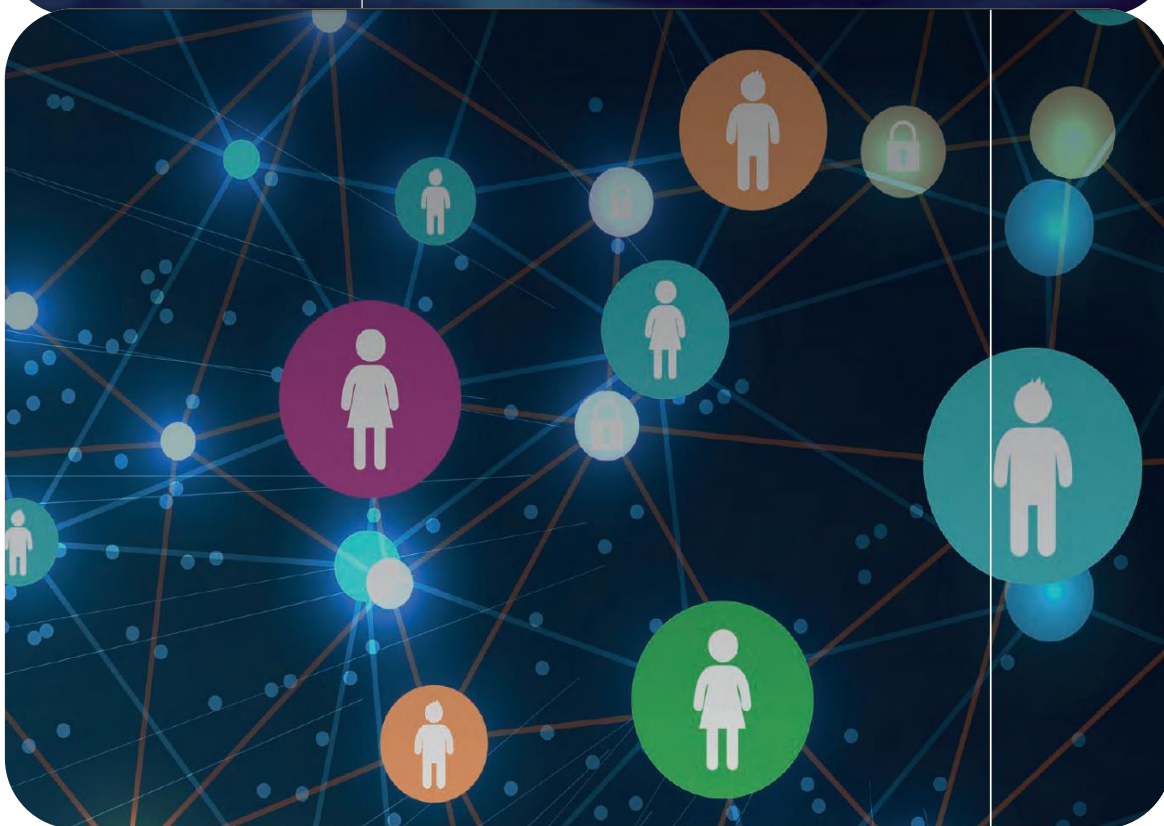
	حقوق دیجیتال	سواد دیجیتال	ارتباطات دیجیتال	هوش عاطفی دیجیتال	امنیت دیجیتال	ایمنی دیجیتال	کاربری دیجیتال	هویت دیجیتال
سطح ۱: شهروندی دیجیتال	۸ مدیریت حریم خصوصی	۷ سواد رسانه‌ای و اطلاعاتی	۶ مدیریت ردهای دیجیتال	۵ همدلی دیجیتال	۴ مدیریت امنیت سایبری به طور شخصی	۳ مدیریت خطر رفتاری در فضای سایبر	۲ استفاده متعادل از فناوری	۱ هویت شهروندی دیجیتال
سطح ۲: خلاقیت دیجیتال	۱۶ مدیریت حقوق مالکیت فکری و سواد محاسباتی و همکاری آنلاین	۱۵ تولید محتوا	۱۴ ارتباط	۱۳ خودآگاهی و مدیریت	۱۲ مدیریت امنیت شبکه	۱۱ مدیریت خطرات محتوای سایبری	۱۰ استفاده سالم از فناوری	۹ هویت مشترک دیجیتال
سطح ۳: رقابت پذیری دیجیتال	۲۴ مدیریت حقوق مشارکت کنندگان هوش مصنوعی	۲۳ سواد داده و هوش مصنوعی	۲۲ روابط عمومی و جمعی	۲۱ مدیریت روابط	۲۰ مدیریت امنیت سایبری به لحاظ تجاری و اجتماعی سازمانی	۱۹ مدیریت خطرات تجاری و اجتماعی سایبری	۱۸ استفاده مدنی از فناوری	۱۷ هویت تغییر ساز دیجیتال

شکل ۵-۳: مولفه‌های هوش دیجیتال در سه شهروندی، خلاقیت و رقابت‌پذیری (Park, 2019, 14)

### محدودیت‌های پژوهش

همانطور که پیش از این اشاره شد، شیوع ویروس کرونا، روند تحقیق را بالاجبار تغییر داد. اگرچه، این رخداد خود یک فرصت بود، اما مانع از آن شد که پژوهشگران بتوانند مستقیماً با والدین، دانش‌آموزان و معلمان، به صورت رو در رو مصاحبه‌های عمیق انجام دهند.

# منابع فارسی و انگلیسی



- اسکندری، حسین، کاظم، کاظمی (۱۳۹۳). بررسی جهت‌گیری‌های ارزشی جوانان و عوامل مؤثر بر آن. فصلنامه پژوهش در مسائل تعلیم و تربیت اسلامی، سال بیست و دوم، دوره جدید، شماره ۲۲، ص. ۸۱-۹۸.
- تاجیک، محمدرضا، کاظمی، نازنین (۱۳۹۲). رابطه فضای مجازی (اینترنت) با تغییرات فرهنگی و دینی کاربران، مدیریت فرهنگی، ۷(۴)، ۱۷-۳۰.
- تقی‌زاده، عباس (۱۳۹۱). ارتقای سواد رسانه‌ای زمینه کاهش آسیب‌های اجتماعی نوپدید فضای مجازی. نخستین کنگره ملی فضای مجازی و آسیب‌های اجتماعی نوپدید، تهران، وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی. [http://www.civilica.com/paper-nopadid01-nopadid01\\_030.html](http://www.civilica.com/paper-nopadid01-nopadid01_030.html)
- جوادی‌نیا، سیدعلیرضا و همکاران (۱۳۹۲). الگوی استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، فصلنامه طب و تزکیه، دوره ۲۲، شماره ۲، ص ۴۴-۳۹.
- حاجیانی، ابراهیم، و محمدزاده، حمیدرضا (۱۳۹۴). بررسی تأثیر فضای مجازی (اینترنت) بر هویت ملی دانشجویان، فصلنامه مطالعات ملی، ۶۱، سال شانزدهم، شماره ۱، ص ۸۴-۶۷.
- حبیبی، میترا، بهنامی فرد، فائزه (۱۳۹۵). جایگاه فضای مجازی اینترنت و فضای باز شهری در الگوی فراغتی نوجوانان امروزی (مطالعه موردی: نوجوانان محله رجایی شهر کرج)، مطالعات جامعه‌شناختی شهری، ۶ (۲۰)، ۱۳۰-۹۹.
- خلج آبادی فراهانی، فریده (۱۳۹۸). مواجهه با محتوای خارج عرف جنسی (پورنوگرافی) در اینترنت و فضای مجازی و تأثیر آن بر رفتار جنسی و روابط بین فردی نوجوانان در تهران، فصلنامه خانواده‌پژوهشی، ۱۵ (۵۷)، ۱۵۳-۱۲۷.
- دهقانپور، نورا، مسیحی، فرحناز، ترانس، غزاله (۱۳۹۷). پیش‌بینی میزان استفاده از شبکه‌های مجازی بر اساس سازگاری اجتماعی و کنترل عواطف در نوجوانان، مطالعات رسانه‌ای، سال ۱۳، ص ۴۰-۴۹.
- رازی زاده، علی، موسوی گیلانی، سیدرضی، مینایی، بهروز (۱۳۹۴). فضای مجازی بازی‌های رایانه‌ای و امکان انتخاب گزینه‌های اخلاقی، فصلنامه علمی-پژوهشی پژوهش‌نامه اخلاق، ۷(۲۹)، ۷-۲۰.
- ربیعی، علی و محمدزاده یزد، فرشته (۱۳۹۲). آسیب‌شناسی فضای مجازی؛ بررسی تأثیر استفاده از اینترنت بر انزوای اجتماعی دانشجویان، راهبرد اجتماعی فرهنگی، بهار، شماره ۶، ۴۳-۶۰.
- رسول زاده اقدم، صمد، احیایی، پویان، عدلی پور، صمد، و سهرابی، مریم (۱۳۹۳). تحلیل رابطه حضور در شبکه اجتماعی فیس‌بوک و انزوای اجتماعی در بین جوانان شهر تبریز، فصلنامه توسعه اجتماعی، دوره هشتم، شماره ۴، ص ۱۵۴-۱۳۳.
- رسولی، محمدرضا، و بندگی منفرد، سعیده (۱۳۹۳). تحلیل محتوای مضامین فرهنگی و اجتماعی در شبکه‌های اجتماعی (مورد پژوهش: فیس‌بوک و جوانان شهر تهران). سال پانزدهم، شماره ۵۹، ص ۸۶-۶۷.
- رفیع‌پور، فرامرز (۱۳۷۵). وسایل ارتباط جمعی و تغییر ارزش‌های اجتماعی: پژوهشی در مورد چند فیلم سینمایی و سریال تلویزیونی، ویدئو، روزنامه و تبلیغات، تهران، معاونت پژوهشی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی.
- رکنی، امیرعباس (۱۳۹۹). دسترسی کودکان به اینترنت و چالش‌های آن (مطالعه موردی کشور انگلستان)، گزارش شماره ۲۵، تهران: مرکز ملی فضای مجازی، پژوهشگاه فضای مجازی.

- زندوانیان، احمد، حیدری، مریم، باقری، ریحانه، عطارزاده، فاطمه (۱۳۹۲). آسیبهای فضای مجازی بین دانش‌آموزان دختر، مطالعات فرهنگ ارتباطات، ۴(۲۳)، ۱۹۵-۲۱۶.
- سجادی، سیدمهدی (۱۳۹۵). فضای مجازی و نو مفهوم پردازی در مولفه‌های تربیت دینی: چالش و ضرورتی مغفول در نظریه پردازی‌های تربیتی، فصلنامه پژوهش در یادگیری آموزشگاهی و مجازی، ۴(۲)، ۲۳-۳۲.
- سرمد، زهره، بازرگان، عباس، حجازی، الهه (۱۳۸۹). روش‌های تحقیق در علوم رفتاری، تهران: آگه
- سفیری، خدیجه، و ذاکری هامانه، راضیه (۱۳۹۳). برساخت مفهوم اعتماد به همسر در فضای مجازی: مورد مطالعه زنان ساکن شهر یزد. فصلنامه زن و جامعه، سال پنجم، شماره دوم، ص ۳۰-۱.
- سورین، ورنر؛ جیمز تانکارد. (۱۳۸۸)، نظریه‌های ارتباطات، ترجمه: علیرضا دهقان، تهران: انتشارات دانشگاه تهران، چاپ چهارم.
- شرف‌الدین، سید حسین، علم‌الهدی، سیدعبدالرسول، و نوروزی، محمدجواد (۱۳۹۳). ارتباط عقیفانه در شبکه‌های اجتماعی سایبری، مطالعات فرهنگ-ارتباطات، سال پانزدهم، شماره بیست و هفتم، ص ۳۵-۷.
- شش جوانی، حمیدرضا (۱۳۹۶). کودکان و تلفن همراه، پژوهشی درباره رفتارهای مصرفی کودکان، مرکز پژوهش‌های صنایع فرهنگی و خلاق.
- ضرغامی، سعید (۱۳۸۸). فلسفه فناوری اطلاعات و تعلیم و تربیت، تهران: مینای خرد.
- عاملی، سعیدرضا، و حاجی جعفری، مجتبی (۱۳۹۱). رویکرد دوفضایی به آسیب‌های مجازی و دین: نگرشها و تجربه‌ها، دوفصلنامه دین و ارتباطات، سال نوزدهم، شماره اول (پیاپی ۴۱)، صص ۱۲۷-۹۵.
- عاملی، سیدسعیدرضا (۱۳۸۳). جهانی شدن: مفاهیم و نظریه‌ها، ارغنون، شماره ۲۴، ص ۵۸-۱.
- عبداللهیان، حمید؛ شیخ انصاری، مهین (۱۳۹۳). تحلیل نقش فیس‌بوک در تحول زندگی روزمره در میان کاربران ایرانی، مطالعات ملی، شماره ۶۰، ص ۱۶۰-۱۳۷.
- عدلی پور، صمد، قاسمی، وحید، و کیانپور، مسعود (۱۳۹۲). شبکه اجتماعی فیس‌بوک و هویت ملی جوانان، فصلنامه مطالعات ملی، ۵۶، سال چهاردهم، شماره ۴، ص. ۱۶۴-۱۴۱.
- عدلی پور، صمد، قاسمی، وحید، و میرمحمدتبار، سیداحمد (۱۳۹۳). تأثیر شبکه اجتماعی فیس‌بوک بر هویت فرهنگی جوانان شهر اصفهان، فصلنامه تحقیقات فرهنگی ایران، دوره هفتم، شماره ۱، ص ۲۸-۱.
- قاسمی، وحید، عدلی پور، صمد، کیانپور، مسعود (۱۳۹۲). تعامل در فضای مجازی شبکه‌های اجتماعی اینترنتی و تأثیر آن بر هویت دینی جوانان؛ مطالعه موردی فیس‌بوک و جوانان شهر اصفهان، فصلنامه دین و ارتباطات، ۱۹(۲)، ۵-۳۶.
- قنبری برزیان، علی (۱۳۹۶). تأثیر فراغت مجازی و بازی‌های رایانه‌ای بر هویت دینی نوجوانان، مطالعات فرهنگ-ارتباطات، ۱۸(۳۹)، ۹۷-۱۲۰.
- قنبری برزیان، علی (۱۳۹۶). تأثیر فراغت مجازی و بازی‌های رایانه‌ای بر هویت دینی نوجوانان، مطالعات فرهنگ-ارتباطات، دوره هجدهم، شماره سی و نهم، ۹۷-۱۲۰.



- کیخا مریم، مرتضوی، جمال، کیان، مرجان (۱۳۹۶). ادراکات و تجارب زیسته دانش‌آموزان دوره ابتدایی در زمینه شبکه‌های اجتماعی و فضای مجازی و فرهنگ استفاده از آن، اولین کنفرانس بین‌المللی فرهنگ، آسیب‌شناسی روانی و تربیت، تهران: انجمن روانشناسی ایران، دانشگاه الزهرا
- کیخا، مریم، مرتضوی، جمال، کیان، مرجان (۱۳۹۶). ادراکات و تجارب زیسته دانش‌آموزان دوره ابتدایی در زمینه شبکه‌های اجتماعی و فضای مجازی و فرهنگ استفاده از آن، اولین کنفرانس بین‌المللی فرهنگ، آسیب‌شناسی روانی و تربیت، ۱۳ و ۱۴ اردیبهشت ۱۳۹۶، تهران، دانشگاه الزهراء.
- گل‌محمدی، احمد (۱۳۸۶). گفت و گو دنیای مجازی: تأثیر فناوری‌های ارتباطاتی اطلاعاتی بر گفت و گو میان فرهنگ‌ها. پژوهش علوم سیاسی، شماره در چهارم، صص ۱۷۷-۱۶۵.
- گنجی، محمد (۱۳۹۲). بررسی نقش فناوری‌های نوین (اینترنت و ماهواره) در از هم گسیختگی خانوادگی در استان چهارمحال و بختیاری-شهرستان شهرکرد در سال ۱۳۹۲. پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشگاه کاشان.
- گودرزی، سعید (۱۳۸۹). تغییر ارزش‌های جوانان و عوامل مرتبط بر آن، فصلنامه علمی پژوهشی رفاه اجتماعی، سال دهم، شماره ۳۹.
- لطفی‌ماهر، ناهید، درتاج، فریبرز (۱۳۹۰). میزان توجه به سواد اطلاعاتی در درسنامه‌های بخوانیم و بنویسیم دوره ابتدایی، فصلنامه مطالعات برنامه درسی ایران، ۶(۲۳)، ۱۳۱-۱۱۰.
- محسنی، منوچهر، دوران، بهزاد، و سهرابی، محمدادی (۱۳۸۵). بررسی اثرات استفاده از اینترنت بر انزوای اجتماعی کاربران اینترنت (در میان کاربران کافی‌نت‌های تهران). مجله جامعه‌شناسی ایران، سال هفتم، شماره ۴(پیاپی ۱۶).
- مرادحاصلی، مستانه، منطقی، مرتضی (۱۳۹۶). شناسایی فرایندهای مرتبط با تحول تصویر بدنی در نوجوانان دختر کاربر فضای مجازی در ایران: یک مطالعه کیفی، فصلنامه پژوهش در سلامت روان شناختی، ۱۱(۳)، ۶۲-۸۰.
- معمار، ثریا، عدلی پور، صمد و خاکسار، فائزه (۱۳۹۱). شبکه‌های اجتماعی مجازی و بحران هویت: با تأکید بر بحران هویتی ایران، فصلنامه مطالعات و تحقیقات اجتماعی در ایران، دوره اول، شماره ۴، صص ۱۷۶-۱۵۵.
- مولایی، محمدمهدی، طالبیان، حامد، عابدی، حمید (۱۳۹۶). سناریوهای مسائل فضای مجازی ایران، فصلنامه مطالعات رسانه‌های نوین، سال سوم، شماره ۹، صص ۷۷-۱۱۷.
- مینایی، اصغر (۱۳۸۴). کتابچه راهنمای فرمهای سن مدرسه نظام سنجش مبتنی بر تجربه آخنباخ (ASEBA). تهران: پژوهشکده کودکان استثنایی.
- مینایی، اصغر (۱۳۸۵). انطباق و هنجاریابی سیاه رفتاری کودک آخنباخ، پرسشنامه خود سنجی و فرم گزارش معلم. فصلنامه پژوهش در حیطه کودکان استثنایی، ۶(۱)، ۵۵۸-۵۲۸.
- نجاتی حسینی، سید محمود (۱۳۹۱). بازنمایی خدا در بلاگهای فارسی: تحلیل الهیات مردم‌پسند مجازی اینترنتی در ایران، دو فصلنامه دین و ارتباطات، سال نوزدهم، شماره اول (پیاپی ۴۱)، صص ۱۹۴-۱۵۷.
- نجف‌زاده، مهدی، انتظاری، مهدیه، و فتحی، ابراهیم (۱۳۹۴). بررسی نگره هویتی کاربران ایرانی شبکه اجتماعی فیس‌بوک، دانشجویان دانشگاه فردوسی مشهد. فصلنامه مطالعات ملی، ۶۳، سال شانزدهم، شماره ۳، صص ۸۲-۶۳.

- یزد خواستی، فریبا؛ عریضی، حمیدرضا (۱۳۹۰). هنجاریابی سه نسخه کودک، پدر/ مادر و معلم سیاه رفتار کودک در شهر اصفهان. مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران. (۱۷) (۱)، ۶۰-۷۰.
- Achenbach, T. M., & Rescola, L. A. (2001). *Manual for the ASEBA school age: Form & profiles*. Burlington, VT: University of Vermont, Department of Psychiatry.
  - Algtewi, E. E., Owens, J., & Baker, S. R. (2015). Analysing people with head and neck cancers' use of online support groups. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 9(4), article 6.  
<http://dx.doi.org/10.5817/CP2015-4-6>.
  - Ali, S. (2016). *Relationship between Technology Use and Development of Social Skills* (Doctoral dissertation, California State University, Northridge).
  - Alimoradi, Z. & et al. (2019). Internet addiction and sleep problems: A systematic review and meta-analysis, *Sleep Medicine Reviews*, Volume 47, October 2019, Pages 51-61.
  - Allcott, Hunt and Braghieri, Luca and Eichmeyer, Sarah and Gentzkow, Matthew (2019). *The Welfare Effects of Social Media*, Available at SSRN: <https://ssrn.com/abstract=3308640> or <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3308640>.
  - Al-Menayes, J. (2014). The relationship between mobile social media use and academic performance in university students. *New Media and Mass Communication*, 25, 23-29.
  - Anderson, M. & Jiang, J. (2018). *Teens, Social Media & Technology*, retrieved from <https://www.pewresearch.org/internet/2018/05/31/teens-social-media-technology-2018/>
  - Argyris v. karapetsas, Vasilios A. Karapetsas, Nick C. Zygoris, Apostolos I. Fotis. (2015). Internet addiction and loneliness. *Encephalos*, 52 (3), 4-9.
  - Baym, N. K., Zhang, Y. B., Kunkel, A., Ledbetter, A., & Lin, M. C. (2007). Relational quality and media use in interpersonal relationships. *New Media and Society*, 9, 735-752.
  - Bellou, A. (2013) *The Impact of Internet Diffusion on Marriage Rates: Evidence from the Broadband Market*. The Institute for the Study of Labor (IZA), Discussion Paper, No. 7316.
  - Benoliel, Uri and Becher, Shmuel I. (2019). *The Duty to Read the Unreadable*. 60 *Boston College Law Review*, Forthcoming. Available at SSRN: <http://ssrn.com/abstract=3313837> or <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3313837>.
  - Beranuy-Fargues M., Chamarro A., Graner C., Carbonell X. (2009). Validation of two brief scales for Internet addiction and mobile phone problem use. *Psicothema*, 21:480-485.
  - Berdik, (2018). *Dealing with Digital Distraction*, retrieved from <https://hechingerreport.org/dealing-digital-distraction/>.
  - Bergman, S. M., Fearington, M. E., Davenport, S. W., & Bergman, J. Z. (2011). Millennials, narcissism, and social networking: What narcissists do on social

- networking sites and why. *Personality and Individual Differences*, 50(5), 706–711
- Blackwell, D., Leaman, C., Tramposch, R., Osborne, C., & Liss, M. (2017). Extraversion, neuroticism, attachment style and fear of missing out as predictors of social media use and addiction. *Personality and Individual Differences*, 116, 69-72. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.04.039>
  - Burke, M., Marlow, C., & Lento, T. (2010, April). Social network activity and social well-being. In Proceedings of the SIGCHI conference on human factors in computing systems (pp. 1909-1912). ACM.
  - Burrow, A.L. & Rainone, N. (2017). How many likes did I get?: Purpose moderates links between positive social media feedback and self-esteem. *Journal of Experimental Social Psychology*, 69, 232-236. Doi:10.1016/j.jesp.2016.09.005.
  - Bushman, B. J., Gollwitzer, M., & Cruz, C. (2015). There is broad consensus: Media researchers agree that violent media increase aggression in children, and pediatricians and parents concur. *Psychology of Popular Media Culture*, 4(3), 200-214.
  - Calancie, O., Ewing, L., Narducci, L. D., Horgan, S., & Khalid-Khan, S. (2017). Exploring how social networking sites impact youth with anxiety: A qualitative study of Facebook stressors among adolescents with an anxiety disorder diagnosis. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 11(4), article 2. <http://dx.doi.org/10.5817/CP2017-4-2>
  - Caplan SE. (2002). Problematic Internet use and psychosocial well-being: development of a theory-based cognitive-behavioral measurement instrument. *Computers in Human Behavior*, 18(5 ):553–75. [Google Scholar]
  - Carrier, L., Rosen I., Cheever N. & Lim, A. (2015). Cause, effects, and practicalities of everyday multitasking. Special issue: Living in the "Net" Generation: Multitasking, Learning and Development. *Dev Rev*, 35, 64-78.
  - Chassiakos, Y.R., Redesky, J., Christakis, D., Moreno M.A., & Cross, C. (2016). Children and adolescents and digital media. *Pediatrics*, 138(5). Doi:10.1542/peds.2016-2593.
  - Cheng, C., Cheung, M.W.-L. & Wang, H.-y. (2018). Multinational comparison of internet gaming disorder and psychological problems versus well-being: Meta-analysis of 20 countries, *computers in Human behavior*, doi:10.1016/j.chb.2018.06.033.
  - Chih-Hung Ko, et al. (2009). Predictive Values of Psychiatric Symptoms for Internet Addiction in Adolescents, A 2-Year Prospective Study, *ARCH PEDIATR ADOLESC MED*, 163 (10).
  - Chou C., Condrón L., Belland JC. (2005). A review of the research on internet addiction. *Educ psycho Rev*. 17(4):363-88.

- Clayton .R.B., Nagurney A, & Smith J.(2013). Cheating, breakup, and divorce: is Facebook use to blame? *Cyberpsychology, Behavior, & Social Networking*, 16:717–720.
- Clayton, Russell, B. (2014). The Third Wheel:The Impact of Twitter Use on Relationship Infidelity and Divorce.*Cyberpsychology, Behavior, And Social Networking*, Volume 17, Number 7.
- Cohen R, Newton-John T, Slater A. (2017). The relationship between Facebook and Instagram appearance-focused activities and body image concerns in young women. *Body Image*. 23:183-187. doi:10.1016/j.bodyim.2017.10.002
- Comparitech. (2019). Cyberbullying Statistics and Facts for 2016-2019, Compatitech. Availabel at: [http://www. Comparitech.com/internet-providers/cyberbullying-statistics](http://www.Comparitech.com/internet-providers/cyberbullying-statistics).
- Daneels, R., & Vanwynsberghe, H. (2017). Mediating social media use: Connecting parents' mediation strategies and social media literacy. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 11(3), article 5. <http://dx.doi.org/10.5817/CP2017-3-5>.
- Dew, J., & Tulane, S. (2015). The Association Between Time Spent Using Entertainment Media and Marital Quality in a Contemporary Dyadic National Sample. *J Fam Econ Iss*, 36:621–632.
- Domínguez-Hernández, F., Bonell, L., & Martínez-González, A. (2018). A systematic literature review of factors that moderate bystanders' actions in cyberbullying. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 12(4), article 1. <http://dx.doi.org/10.5817/CP2018-4-1>
- Dubicka, B. & Theodosiou, L. (2020). Technology use and the mental health of children and young people, College Report CR225, Royal College of Psychology.
- DQ (2018). Outsmart the Cyber-Pandemic, Empower Every Child with Digital Intelligence by 2020, Available at: [https://www.dqinstitute.org/2018DQ\\_Impact\\_Report/](https://www.dqinstitute.org/2018DQ_Impact_Report/).
- El Asam A., Samara M., Terry P. (2019). Problematic internet use and mental health among British children and adolescents. *Addict. Behav.* 90:428–436. doi: 10.1016/j.addbeh.2018.09.007.
- Farrugia, Rianne C. (2013). Facebook and Relationships: A Study of How Social Media Use is Affecting Long-Term Relationships. (M.S Thesis), Rochester Institute of Technology, College of Liberal Arts.
- Ferguson, E., & Cox, T. (1993). Exploratory factor analysis: A users' guide. *International Journal of Selection and Assessment*, 1 (2), 84-94.
- Fernet, Mylène & Lapierre, Andréanne & Hébert, Martine & Cousineau<sup>1</sup>, Marie-Marthe. (2019). A Systematic Review of Literature on Cyber Intimate Partner

- Victimization in Adolescent Girls and Women. *Computers in Human Behavior*. 100. 10.1016/j.chb.2019.06.005.
- Fuster H., Carbonell X., Pontes H.M., Griffiths M.D. (2016). Spanish validation of the Internet Gaming Disorder-20 (IGD-20) Test. *Comput. Hum. Behav.* 2016;56:215–224. doi: 10.1016/j.chb.2015.11.050.
  - Gámez-Guadix, M., Orue, I., Smith, P. K., & Calvete, E. (2013). Longitudinal and reciprocal relations of Cyber-bullying with depression, substance use, and problematic Internet use among adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 53(4), 446-452.
  - Gentile, D. A., Berch, O. N., Choo, H., Khoo, A., & Walsh, D. A. (2017). Bedroom media: One risk factor for development. *Developmental psychology*, 53(12), 2340.
  - Hardie, E. & Tee, Ming. (2007). Excessive Internet Use: The Role of Personality, Loneliness and Social Support Networks in Internet Addiction. *Australian Journal of Emerging Technologies and Society*. 5(1).
  - Heidegger, M. (1954). *The question concerning technology*. Germany: Garland Science.
  - Herodotou, C. (2018). Young children and tablets: A systematic review of effects on learning and development. *J comut Assist Learn*, 34, 1-9.
  - Hirumi, Atsusi(2009). Transforming Training and Education to meet the needs of 21st Century Learners. 1st International Conference on e-Learning and Teaching (ICeLT), Iran, Tehran, Iran University of Science and Technology, 2009, 9-10 December.
  - Hou, Y., Xiong, D., Jiang, T., Song, L., & Wang, Q. (2019). Social media addiction: Its impact, mediation, and intervention. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 13(1), article 4. <http://dx.doi.org/10.5817/CP2019-1-4>.
  - Huang X-q, Li M-c, Tao R. (2010). Treatment of Internet addiction. *Current Psychiatry Reports*, 12(5 ):462–70. [PubMed] [Google Scholar]
  - International Telecommunication Union (ITU), Second Edition (2016). *Guidelines for Parents, Guardians and Educators on Child Online Protection*. Switzerland, Geneva.
  - Jacobsen, W. & Forste, R. (2011). The Wired generation: academic and social outcomes of electronic media use among university students: *cyberpsychology Behv Soc Net*, 14(5), 257-280.
  - Jung, S. & Sindermann, Cornelia & Li, Mei & Wernicke, Jennifer & Quan, Ling & Ko, Huei-Chen & Montag, Christian. (2019). Anxiety-Related Coping Styles, Social Support, and Internet Use Disorder. *Frontiers in Psychiatry*. 10. 640. 10.3389/fpsy.2019.00640.
  - Kanuka, Heather (2008). *Understanding E-Learning technologies-in-practice through philosophies-in-practice*. In *Theory and Practice of Online Learning*. Terry Andeson

- Kennedy, Katia (2019). Positive and negative effects of social media on adolescent well-being, A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the requirements for the Degree of master of Science in School Health, Minnesota State University, Mankato.
- King, D. L., Delfabbro, P. H., Doh, Y. Y., Wu, A. M., Kuss, D. J., Pallesen, S., ... & Sakuma, H. (2018). Policy and prevention approaches for disordered and hazardous gaming and Internet use: An international perspective. *Prevention Science*, 19(2), 233-249.
- Krejcie, RV., & Morgan, DW. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and psychological measurement*. 30, 607-610.
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). Online social networking and addiction—A review of the psychological literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 8, 3528-3552.  
<https://doi.org/10.3390/ijerph8093528>
- Kvalem, I. L., Træen, B., Lewin, B., & Štulhofer, A. (2014). Self-perceived effects of Internet pornography use, genital appearance satisfaction, and sexual self-esteem among young Scandinavian adults. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 8(4), article 4.
- Laconi S., Kaliszewska-Czeremska K., Gnisci A., Sergi I., Barke A., Jeromin F., Groth J., Gámez-Guadix M., Ozcan N.K., Demetrovics Z., et al. (2018). Cross-cultural study of Problematic Internet Use in nine European countries. *Comput. Hum. Behav.* 2018;84:430–440. doi: 10.1016/j.chb.2018.03.020.
- Lee, S. (2019). Predicting SNS addiction with the Big Five and the Dark Triad. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 13(1), article 3. <http://dx.doi.org/10.5817/CP2019-1-3>.
- Lin, I. & et al. (2016). Association between social media use and depression among U.S. young adults. *Depression and Anxiety*, 33(4), 323-331.
- Livingstone, S. (2014). Developing social media literacy: How children learn to interpret risky opportunities on social network sites. *Communications*, 39(3), 283-303.
- Livingstone, Sonia, Haddon, Leslie, Görzig, Anke and Ólafsson, Kjartan (2011) *Risks and safety on the internet: the perspective of European children: full findings and policy implications from the EU Kids Online survey of 9-16 year olds and their parents in 25 countries..* EU Kids Online, London, UK.
- Lopez-Fernandez O.(2018). Generalised Versus Specific Internet Use-Related Addiction Problems: A Mixed Methods Study on Internet, Gaming, and Social Networking Behaviours. *Int. J. Environ. Res. Public Health*. 2018;15:2913. doi: 10.3390/ijerph15122913 .
- Loritz, M. (2019). UK-based Cyan Forensics partners with major US nonprofit to stop child sexual abuse EU-startups.com. Available at: <http://www.eu->

- startups.com/2019/08/uk-based-cyan-forensices-partners-with-major-us-nonprofit-to-stop-child-sexual-abuse.
- Luna, K. (2018). Dealing with Digital Distraction, American psychological association, <https://www.apa.org/news/press/releases/2018/08/digital-distraction>.
  - Lup, Katerina & Trub, Leora & Rosenthal, Lisa. (2015). Instagram #Instasad?: Exploring Associations Among Instagram Use, Depressive Symptoms, Negative Social Comparison, and Strangers Followed. *Cyberpsychology, behavior and social networking*. 18. 247-252. 10.1089/cyber.2014.0560.
  - Mac Cárthaigh, S., Griffin, C., Perry, J. (2020). The relationship between sleep and problematic smartphone use among adolescents: A systematic review, *Developmental Review*, Volume 55, March 2020, 100897.
  - Machackova, H., Pfetsch, J., & Steffgen, G. (2018). Editorial: Special issue on bystanders of online aggression. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 12(4). <http://dx.doi.org/10.5817/CP2018-4-xx>
  - Machimbarrena, J.M., & et al. (2019). Profiles of Problematic Internet Use and Its Impact on Adolescents' Health-Related Quality of Life, *Int J Environ Res Public Health*, 16(20): 3877.
  - Madigan, Sheri & et al. (2018). The Prevalence of Unwanted Online Sexual Exposure and Solicitation Among Youth: A Meta-Analysis. *Journal of Adolescent Health*. 63. 10.1016/j.jadohealth.2018.03.012.
  - Marengo, Davide & Longobardi, Claudio & Fabris, Matteo Angelo & Settanni, Michele. (2018). Highly-Visual Social Media and Internalizing Symptoms in Adolescence: the Mediating Role of Body image concerns. *Computers in Human Behavior*. 82. 10.1016/j.chb.2018.01.003.
  - *McLuhan, M. (1964) Understanding Media, Routledge, London.*
  - McLuhan, M. (1967). *The medium is the message: An inventory of effects.* Corte Madera, CA: Gingko Press.
  - Modara, F., Rezaee-Nour j., Sayehmiri, N., Maleki, F., Aghakhani, N., Sayehmiri, K., et al. (2017). Prevalence of Internet Addiction on Iran: A Systematic Review and Meta-analysis. *Addict Health*, 9(4): 243-52.
  - Müller K.W., Glaesmer H., Brähler E., Woelfling K., Beutel M.E. (2014). Prevalence of internet addiction in the general population: Results from a German population-based survey. *Behav. Inf. Technol.*
  - Mun, S. Y., & Lee, B. S. (2015). Effects of an Integrated Internet Addiction Prevention Program on Elementary Students' Self-regulation and Internet Addiction. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 45(2).
  - Niemz, K. & Griffiths, M. & Banyard, P. (2006). Prevalence of Pathological Internet Use among University Students and Correlations with Self-Esteem, the General Health Questionnaire (GHQ), and Disinhibition. *Cyberpsychology & behavior : the impact of the Internet, multimedia and virtual reality on behavior and society*. 8. 562-70. 10.1089/cpb.2005.8.562.

- Ofcom (2017). Children and Parents: Media Use and Attitudes Report 2017. Available: [https://www.ofcom.org.uk/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0020/108182/children-parents-media-use-attitudes-2017.pdf](https://www.ofcom.org.uk/__data/assets/pdf_file/0020/108182/children-parents-media-use-attitudes-2017.pdf)
- ÖZTOSUN, Ali (2018). Predictability of Internet Addiction with Adolescent Perception of Social Support and Ostracism Experiences, *The Turkish Online Journal of Educational Technology*, 17, 4, 32-41.
- Park, Yuhyun (2019). Digital Intelligence: DQ Global Standards Report 2019 Common Framework for Digital Literacy, Skills and Readiness. DQ Institute.
- Petrina, Stephen; Dobson, Teresa; Xiaoqing Guo, Null Ruth (2008); "Digital Natives, Digital Immigrants: An Analysis of Age and ICT Competency in Teacher", *educational computing research*, Vol. 38(3), pp.235-254.
- Pompilio, Ersilia (2019). Screen Time And A Childs Brain: How screen time may impact expressive speech development, Available: <https://www.elitecme.com/resource-center/nursing/screen-time-and-a-childs-brain/>
- Postman, Neil (1993). *Technopoly: The Surrender of Culture to Technology*. New York: Vintage Books. ISBN 978-0-679-74540-2.
- Prensky, M. (2001), "Digital Natives, Digital Immigrants", *On the Horizon*, October 2001, 9(5), Lincoln: NCB University Press.
- Pulsen, J., & French, A. (2004). *Discriminate function analysis (DA)*. San Francisco State University.
- Purcell, K. & et al. (2012). *How Teens Do Research in the Digital World*. Available: <https://www.pewresearch.org/internet/2012/11/01/how-teens-do-research-in-the-digital-world/>
- Rohlfsing, S., & Sonnenberg, S. (2016). "Who is really British anyway?": A thematic analysis of responses to online hate materials. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 10(4), article 2. <http://dx.doi.org/10.5817/CP2016-4-2>
- Rollero, C., Daniele, A., & Tartaglia, S. (2019). Do men post and women view? The role of gender, personality and emotions in online social activity. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 13(1), article 1. <http://dx.doi.org/10.5817/CP2019-1-1>.
- Rosen, L. D., Lim, A. F., Felt, J., Carrier, L. M., Cheever, N. A., Lara-Ruiz, J. M., ... & Rökkum, J. (2014). Media and technology use predicts ill-being among children, preteens and teenagers independent of the negative health impacts of exercise and eating habits. *Computers in human behavior*, 35, 364-375.
- Rosen, L. D., Whaling, K., Rab, S., Carrier, L. M., & Cheever, N. A. (2013). Is Facebook creating "iDisorders"? The link between clinical symptoms of



- psychiatric disorders and technology use, attitudes and anxiety. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 1243-1254.
- Rosen, L., Carrier, L. M., Miller, A., Rokkum, J., & Ruiz, A. (2016). Sleeping with technology: cognitive, affective, and technology usage predictors of sleep problems among college students. *Sleep Health: Journal of the National Sleep Foundation*, 2(1), 49-56.
  - Rujoiu, M. (2012). The influence of social network on attitude toward conflict in couple. (PhD Thesis) Babeş-Bolyai University.
  - Saleh, M. and Mukhtar, J. I. (2015). Social Media and Divorce Case Study of Dutse L. G. A. Jigawa State. *IOSR Journal Of Humanities And Social Science (IOSR-JHSS) Volume 20, Issue 5, Ver. II, PP 54-59.*
  - Saunders J, Hao W & Long J., et al. (2017). Gaming disorder: Its delineation as an important condition for diagnosis, management, and prevention. *J Bahv Addict*, 6(3),271-279.
  - Sedaghat, N. & Abdullahi, I. (2015). The impact of media and social networking on the divorce in Bushehr city during the years of 2011 till 2014. *Jurnal UMP Social Sciences and Technology Management*, 3, 3 P. 642-647.
  - Shafer, L. (2017). Social media and teen anxiety. Retrived from <http://www.gse.harvard.edu/news/uk/17/12/social-media-and-teen-anxiety>.
  - Sharalevska, I. (2012). Family and marital satisfaction and the use of social network technologies. (PhD Tesis) university of Illinois at Urbana-Champaign.
  - Sherman, L.E., Payton, A.A., Hernandez, L.M., Greenfield, P.M., Dapretto, M. (2016).The Power of the Like in Adolescence: Effects of Peer Influence on Neural and Behavioral Responses to Social Media, *Psychology Science*, Volume: 27 (7), 1027-1035.
  - Siemens,George; Tittenberger, Peter(2009). *Handbook of Emerging Technologies for Learning*. University of Manitoba.
  - Sohn, Samantha & Rees, Philippa & Wildridge, Bethany & Kalk, Nicola & Carter, Ben. (2019). Prevalence of problematic smartphone usage and associated mental health outcomes amongst children and young people: a systematic review, meta-analysis and GRADE of the evidence. *BMC Psychiatry*. 19. 356. 10.1186/s12888-019-2350-x.
  - Strickland, A. (2014). Exploring the effects of social media use on the mental health of young adults, retrieved from <https://stars.library.ucf.edu/honorstheses1990-2015/1684/>.
  - Takahashi M., Adachi M., Nishimura T., Hirota T., Yasuda S., Kuribayashi M., Nakamura K. (2018). Prevalence of pathological and maladaptive Internet use and the association with depression and health-related quality of life in Japanese elementary and junior high school-aged children. *Soc. Psychiatry Psychiatr. Epidemiol*, 53:1349–1359.

- Tamir, d., Mitchell, J. (2012). Disclosing information about the self is intrinsically rewarding. *Proceeding of national academy of science of the United States of America*, 109(21), 8038-8043.
- Turel, O., Mouttapa, M., & Donato, E. (2015). Preventing problematic Internet use through video-based interventions: a theoretical model and empirical test. *Behavior & Information Technology*, 34(4), 349-362.
- Twenge, J.M., Joiner, T.E., Rogers, M.L., Martin, J.N. (2017). Increases in Depressive Symptoms, Suicide-Related Outcomes, and Suicide Rates among U.S. Adolescents After 2010 and Links to Increased New Media Screen Time, *Clinical Psychological Science*, Volume: 6 issue: 1, page(s): 3-17.
- Tyler, T. (2012). Social networking and Globalization, *Mediterranean Journal of Social Sciences*, Vol. 4, No. 6, PP 32- 45.
- UNESCO (2013). Global media and information literacy assessment framework: country readiness and competencies, Retrieved, 12/1/2020, from <http://www.unesco.org/new/en/communication-and-information/resources/publications-and-communication-materials/publications/full-list/global-media-and-information-literacy-assessment-framework>.
- UNESCO (2019). Child online safety: Minimizing the risk of Violence, Abuse and Exploitation online. *Broadband Commision*.
- Valenzuela, S., Halpern, D., & Katz, J.E. (2014). Social network sites, marriage well-being and divorce: Survey and state-level evidence from the United States. *Computers in Human Behavior*, 36 (2014) 94–101.
- Van Geel, M., Vedder, P., & Tanilon, J. (2014). Relationship between peer victimization, Cyber-bullying, and suicide in children and adolescents: a meta-analysis. *JAMA pediatrics*, 168(5), 435-442.
- Van Zalk, N. (2016). Social anxiety moderates the links between excessive chatting and compulsive Internet use. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 10(3), article 3. doi: 10.5817/CP2016-3-3
- Vernon, L., Barber, B. L., & Modecki, K. L. (2015). Adolescent problematic social networking and school experiences: the mediating effects of sleep disruptions and sleep quality. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(7), 386-392.
- Vondráčková, P., & Gabrhelik, R. (2016). Prevention of Internet addiction: A systematic review. *Journal of behavioral addictions*, 5(4), 568-579.
- Walther, B., Hanewinkel, R., & Morgenstern, M. (2014). Effects of a brief school-based media literacy intervention on digital media use in adolescents: Cluster randomized controlled trial. *Cyber psychology, Behavior, and Social Networking*, 17(9), 616-623.
- Weinstein, E. (2017). Adolescent differential responses to social media browsing: Exploring causes and consequences for intervention. *Computers in human behavior*, 76, 3960405. Doi:10.1016/j.chb.2017.07.038.

- Whitty, M.T. & Quigley, L. (2008). Emotional and sexual infidelity offline and in cyberspace. *Journal of Marital and Family Therapy*, 34(4), 461-468.
- World Health Organisation (2019) Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age [Online]. Available: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/311664>.
- Woods, H. C., & Scott, H. (2016). Sleepyteens: social media use in adolescence is associated with poor sleep quality, anxiety, depression and low self-esteem. *Journal of adolescence*, 51, 41-49.
- Woods, H.C. (2016). Social media use in adolescence is associated with poor sleep quality, anxiety, depression and low self-esteem. *Journal of adolescence*, 51, 41-49.
- Wright EJ, White KM, Obst PL. (2018). Facebook False Self-Presentation Behaviors and Negative Mental Health. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*. 21(1):40-49. doi:10.1089/cyber.2016.0647
- Yaffe, Y., & Seroussi, D. (2019). Problematic Internet use in Israeli-Arab adolescent males: Do parenting styles matter?. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 13(4), article 5. <http://dx.doi.org/10.5817/CP2019-4-5>.
- Yang, Jiabin & Fu, Xi & Liao, Xiaoli & Li, Yamin. (2019). Association of problematic smartphone use with poor sleep quality, depression, and anxiety: A systematic review and meta-analysis. *Psychiatry Research*. 284. 112686. 10.1016/j.psychres.2019.112686.

# پیوست‌ها



والدین محترم سلام؛

اداره کل آموزش و پرورش با هدف بررسی تأثیرات فضای مجازی بر دانش‌آموزان پژوهشی را طراحی کرده است. تکمیل پرسشنامه حدود ۲۰ دقیقه زمان می‌برد. خواهش ما این است که با شکیبایی به سوالات پاسخ دهید. پرسشنامه بدون نام و محرمانه است. با آرزوی سلامت و سعادت برای شما و خانواده مکرّم شما.

توجه: این پرسشنامه ویژه فرزند شماست که در کلاس **چهارم، پنجم یا ششم** ابتدایی درس می‌خواند.

۱. سن شما: .....
۲. پاسخ دهنده:  مادر  پدر
۳. فرزند مورد نظر:  دختر  پسر
۴. پایه تحصیلی فرزند مورد نظر:  چهارم  پنجم  ششم
۵. نوع مدرسه:  دولتی  غیرانتفاعی
۶. منطقه:  روستایی  شهری
۷. شهر محل سکونت:  بجنورد  اسفراین  شیروان  جاجرم  گرمه  آبخانه  فاروج
۸. سطح تحصیلات:  زیر دیپلم  دیپلم  کاردانی  کارشناسی  کارشناسی ارشد و بالاتر
۹. شغل مادر:  خانه دار  شغل آزاد  کارمند  بازنشسته  کارگر  بازاری  سایر
۱۰. شغل پدر:  بیکار  شغل آزاد  کارمند  بازنشسته  کارگر  بازاری  سایر
۱۱. تعداد فرزند:  یک فرزند  دو فرزند  سه فرزند  چهار فرزند و بیشتر
۱۲. فرزند مورد نظر، از چه امکاناتی برخوردار است؟
  - (a) موبایل هوشمند یا تبلت شخصی دارد.  خیر  بله
  - (b) موبایل هوشمند یا تبلت شخصی ندارد اما از موبایل یا تبلت پدر و مادرش استفاده می‌کند.  خیر  بله
  - (c) موبایل هوشمند یا تبلت شخصی ندارد اما از موبایل یا تبلت برادر/خواهرش استفاده می‌کند.  خیر  بله
  - (d) موبایل هوشمند یا تبلت مورد استفاده فرزند، دارای سیم کارت فعال است.  خیر  بله
  - (e) در منزل کامپیوتر (یا لپ‌تاپ) برای استفاده او وجود دارد.  خیر  بله
  - (f) در منزل می‌تواند از طریق موبایل/تبلت/کامپیوتر به اینترنت متصل شود.  خیر  بله
  - (g) در منزل دستگاه پلی استیشن یا ایکس باکس برای بازی او وجود دارد.  خیر  بله
۱۳. فرزند شما در دوران قرنطینه کرونا به‌طور تقریبی چند ساعت در روز تلویزیون تماشا می‌کند؟
  - اصلاً تماشا نمی‌کند.
  - یک ساعت
  - دو ساعت
  - سه ساعت
  - چهار ساعت
  - پنج ساعت
  - شش ساعت
  - هفت ساعت

هشت ساعت و بیشتر

۱۴. فرزند شما در دوران قرنطینه کرونا به‌طور تقریبی چند ساعت در روز با موبایل/تبلت/کامپیوتر مشغول کارهایی غیر از بازی کامپیوتری است (مثل تماس صوتی و تصویری با دوستان، جستجو در اینترنت، دیدن فیلم، ...)?

تقریباً صفر

یک ساعت

دو ساعت

سه ساعت

چهار ساعت

پنج ساعت

شش ساعت

هفت ساعت

هشت ساعت و بیشتر

۱۵. فرزند شما در دوران قرنطینه کرونا به‌طور تقریبی چند ساعت در روز با موبایل/تبلت/کامپیوتر مشغول بازی کامپیوتری (گیم) است؟

تقریباً صفر

یک ساعت

دو ساعت

سه ساعت

چهار ساعت

پنج ساعت

شش ساعت

هفت ساعت

هشت ساعت و بیشتر

۱۶. فرزند شما در دوران قرنطینه کرونا به‌طور تقریبی چند ساعت در روز به خاطر درس و تکالیف درسی با موبایل/تبلت/کامپیوتر سروکار دارد؟ (مثلاً کار با اپلیکیشن شاد، دریافت و ارسال تکالیف درسی و ...).

تقریباً صفر

یک ساعت

دو ساعت

سه ساعت

چهار ساعت

پنج ساعت

شش ساعت

هفت ساعت

هشت ساعت و بیشتر

۱۷. فرزند شما در دوران قرنطینه کرونا به‌طور تقریبی چند ساعت در روز با پلی استیشن یا ایکس‌باکس بازی کامپیوتری انجام می‌دهد؟

اصلاً پلی استیشن یا ایکس‌باکس در اختیار ندارد.

تقریباً صفر

یک ساعت

دو ساعت

سه ساعت

چهار ساعت

پنج ساعت

شش ساعت

هفت ساعت

هشت ساعت و بیشتر

۱۸. فرزند شما از چه سنی به بعد از تبلت یا موبایل استفاده می‌کند؟

از قبل از مدرسه

از دوره اول ابتدایی

از دوره دوم ابتدایی

۱۹. فرزند شما به غیر از کارهای درسی، وقتی موبایل یا تبلت را در دست می‌گیرد، بیشتر چه کار می‌کند؟

نمی‌دانم.

بازی می‌کند.

به آهنگ‌ها گوش می‌کند.

فیلم می‌بیند.

توی اینترنت می‌چرخد.

برنامه آموزشی غیردرسی می‌بیند.

به دوستانش یا فامیل زنگ می‌زند.

۲۰. فرزند شما اغلب اوقات در اینترنت چه می‌کند؟

اصلاً اینترنت در اختیار ندارد.

نمی‌دانم.

بازی دانلود می‌کند.

فیلم یا عکس دانلود می‌کند.

دنبال مطالب درسی می‌گردد.

با تلگرام، واتس‌آپ و ... با اقوام و دوستانش صحبت می‌کند.

توی شبکه‌های اجتماعی مثل اینستاگرام و ... عکس می‌گذارد.

فیلم می‌بیند.

به صورت آنلاین با دیگران یا دوستانش بازی می‌کند.

۲۱. فرزند شما بیشتر از کدام نوع بازی‌های کامپیوتری استفاده می‌کند؟

نمی‌دانم

هیجانی بزن بزن و تیراندازی

ماشین بازی

ورزشی مثل فوتبال و ...

- بازی های معمایی
- استراتژی
- امتیازی
- جورچین
- ماجراجویی
- شبیه سازی
- سرگرمی مثل تخته نرد و ..

۲۲. فرزند شما از چه نوع بازی های کامپیوتری بیشتر استفاده می کند؟

- نمی دانم
- بازی ایرانی
- بازی خارجی

۲۳. فرزند شما کدام نوع بازی کامپیوتری را ترجیح می دهد؟

- نمی دانم
- بازی های تک نفره
- بازی های گروهی

۲۴. فرزند شما کدام نوع بازی کامپیوتری را ترجیح می دهد؟

- اصلاً چنین امکاناتی (مثل تبلت، موبایل، کامپیوتر ...) در اختیار ندارد.
- نمی دانم
- بازی های بدون نیاز به اینترنت (آفلاین)
- بازی های اینترنتی (آن لاین)

۲۵. فرزند شما در اغلب موارد چگونه بازی های کامپیوتری را تهیه می کند؟

- نمی دانم.
- ما به عنوان پدر و مادر آنها را تهیه می کنیم.
- خودش آنها را به صورت رایگان دانلود می کند یا از بقیه بچه ها می گیرد.
- سی دی آن را می خرد یا از اینترنت می خرد.
- بعد از آنکه تبلیغ آن را می بیند، دنبال تهیه بازی می رود.

۲۶. اگر فرزند شما از شبکه های اجتماعی استفاده می کند، از چه برنامه هایی استفاده می کند؟

- اصلاً از شبکه های اجتماعی استفاده نمی کند.
- نمی دانم
- تلگرام
- واتس آپ
- اینستاگرام
- سروش
- سایر...

۲۷. خود شما در دوران شیوع ویروس کرونا، به طور تقریبی در طول شبانه روز چند ساعت از فضای مجازی استفاده

می کنید (شبکه های اجتماعی، تلگرام، واتس آپ، اینترنت و ...)?

- تقریباً صفر



یک ساعت

دو ساعت

سه ساعت

چهار ساعت

پنج ساعت

شش ساعت

هفت ساعت

هشت ساعت و بیشتر

۲۸. در دوران شیوع کرونا فرزندانم در فضای مجازی با تصاویر یا فیلم‌های زنان و مردان برهنه برخورد کرد

نمی‌دانم

بله

خیر

۲۹. در دوران شیوع کرونا فرزندانم در فضای مجازی با تصاویر یا فیلم‌های رابطه جنسی برخورد کرد

نمی‌دانم

بله

خیر

۳۰. در دوران شیوع کرونا فرزندانم در فضای مجازی از سوی دیگران مورد تهدید قرار گرفت

نمی‌دانم

بله

خیر

۳۱. در دوران شیوع کرونا فرزندانم در فضای مجازی پیام‌های مضر و زننده دریافت یا ارسال کرد.

نمی‌دانم

بله

خیر

۳۲. در دوران شیوع کرونا فرزندانم در فضای مجازی پیام‌های جنسی دریافت یا ارسال کرد.

نمی‌دانم

بله

خیر

۳۳. در دوران شیوع کرونا فرزندانم در فضای مجازی شاهد تصاویر، فیلم‌ها یا پیام‌های خشونت‌آمیز بود.

نمی‌دانم

بله

خیر

در زیر فهرستی از رفتارها و حالات مختلف آورده شده است چنانچه هر کدام از آنها در مورد فرزند مورد نظر، در حال حاضر یا در طول ۶ ماه گذشته وجود داشته است، آن را با علامت (x) مشخص نمایید.

بله	بعضی مواقع	خیر	سوالات
			۱ بچه گانه تر از سن خود رفتار می کند.
			۲ حساسیت (آلرژی) دارد.
			۳ زیاد جر و بحث می کند.
			۴ آسم یا تنگی نفس دارد.
			۵ مثل جنس مخالف رفتار می کند. (یعنی اگر دختر است مثل پسرها رفتار می کند و بالعکس)
			۶ بیرون از توالت مدفوع می کند. در هر مکانی آب دهانش را می اندازد (تف می کند)
			۷ مغرور است و از خودش تعریف می کند.
			۸ نمی تواند حواسش را جمع کند، نمی تواند توجه اش را برای مدت طولانی نگه دارد.
			۹ بعضی فکرها را نمی تواند از ذهنش خارج کند (فکر وسواسی).
			۱۰ نمی تواند آرام بنشیند، بی قرار است یا زیاد فعال است.
			۱۱ به بزرگسالان می چسبد، یا خیلی به آنها وابسته است.
			۱۲ از تنهایی شکایت می کند.
			۱۳ گیج یا سردرگم به نظر می رسد.
			۱۴ زیاد گریه می کند.
			۱۵ با حیوانات بی رحم است.
			۱۶ نسبت به دیگران بی رحم است، زورگو است و دیگران را آزار می دهد.
			۱۷ خیال پردازی می کند یا در افکار خودش غرق می شود.
			۱۸ عمداً به خودش صدمه می زند یا قصد از بین بردن خود را دارد.
			۱۹ دلش می خواهد به او زیاد توجه کنند.
			۲۰ وسایلش را خراب می کند.
			۲۱ وسایل متعلق به خانواده اش یا وسایل دیگران را خراب می کند.
			۲۲ در خانه نافرمانی می کند (حرف گوش نمی دهد).
			۲۳ در مدرسه نافرمانی می کند (حرف گوش نمی دهد).
			۲۴ خوب غذا نمی خورد.
			۲۵ با بچه های دیگر سازگاری ندارد.
			۲۶ از رفتار بد خود، پشیمان نمی شود.
			۲۷ حسود است.
			۲۸ قوانین و قواعد را در خانه، مدرسه و در جاهای نقض می کند.
			۲۹ از حیوانات، موقعیتها یا بعضی جاهای خاص (غیر از مدرسه) می ترسد.

			از رفتن به مدرسه می‌ترسد.	۳۰
			از این که فکر بدی به سرش بزند یا عمل بدی انجام دهد، می‌ترسد.	۳۱
			احساس می‌کند که باید از هر جهت بی‌عیب و نقص باشد.	۳۲
			احساس می‌کند که هیچ کس او را دوست ندارد.	۳۳
			احساس می‌کند دیگران دست نیافتنی هستند.	۳۴
			احساس بی‌ارزشی می‌کند، خودش را کمتر از آنچه هست می‌پندارد.	۳۵
			زیاد به خود صدمه می‌زند، مستعد آسیب دیدن است.	۳۶
			زیاد جنگ و دعوا می‌کند.	۳۷
			زیاد سر به سر دیگران می‌گذارد.	۳۸
			دور و بر بچه‌هایی می‌گردد که در دسر، درست می‌کنند.	۳۹
			صداهایی می‌شنود که وجود خارجی ندارند (دیگران قادر به شنیدن آنها نیستند)	۴۰
			بدون فکر عمل می‌کند.	۴۱
			تنهایی را دوست دارد.	۴۲
			دروغ می‌گوید، حيله‌گری و تقلب می‌کند، دیگران را گول می‌زند.	۴۳
			عادت به ناخن جویدن دارد.	۴۴
			زیاد حساس است، زود عصبی و هیجان‌زده می‌شود.	۴۵
			حرکات و پرش‌های غیرارادی در اندام بدن خود دارد.	۴۶
			خواب‌های وحشتناک می‌بیند.	۴۷
			بچه‌های دیگر او را دوست ندارند.	۴۸
			پیوست دارد.	۴۹
			بسیار ترسو است و مضطرب می‌شود.	۵۰
			احساس سرگیجه می‌کند.	۵۱
			زیاد احساس گناه می‌کند.	۵۲
			زیاد غذا می‌خورد (پر خور است).	۵۳
			بیش از اندازه احساس خستگی می‌کند.	۵۴
			اضافه وزن دارد.	۵۵
			از مشکلات و ناراحتی‌های جسمی زیر شکایت دارد در حالی که از نظر پزشکان جسمی نبوده و علت عصبی دارد: الف) درد در نقاط مختلف بدن ب) سردرد ج) حالت تهوع، احساس حال به هم خوردن د) ناراحتی چشمی (اگر با عینک برطرف نمی‌شود) ه) جوش یا دیگر مشکلات پوستی و) دل درد یا دل پیچه ز) استفراغ یا بالا آوردن	۵۶

			(ح) سایر ناراحتی‌ها	
۵۷			بی دلیل با دیگران کتک کاری می‌کند.	
۵۸			با بینی، پوست یا دیگر قسمت‌های بدنش ور می‌رود و آنها را زخم می‌کند.	
۵۹			با آلت تناسلی خود در حضور دیگران ور می‌رود و بازی می‌کند.	
۶۰			با آلت تناسلی خود زیاد بازی می‌کند.	
۶۱			در درس خواندن ضعیف است.	
۶۲			دست و پا چلفتی است.	
۶۳			ترجیح می‌دهد با بچه‌های بزرگتر از خودش باشد.	
۶۴			ترجیح می‌دهد با بچه‌های کوچکتر از خود باشد.	
۶۵			از صحبت کردن با افراد غریبه خودداری می‌کند.	
۶۶			خودش را مجبور به بعضی اعمال می‌بیند (اعمال وسواسی).	
۶۷			از منزل فرار می‌کند.	
۶۸			زیاد جیغ می‌کشد.	
۶۹			مرموز و تودار است، مطالب را توی خودش نگه می‌دارد.	
۷۰			چیزهایی را می‌بیند که وجود خارجی ندارند (دیگران قادر به دیدن آنها نیستند).	
۷۱			کمر و خجالتی است.	
۷۲			آتش افروزی می‌کند.	
۷۳			مشکلات جنسی دارد.	
۷۴			خودنمایی یا دلک بازی می‌کند.	
۷۵			بیش از حد ترسوست طوری که زهر ترک می‌شود.	
۷۶			کمتر از بچه‌های دیگر می‌خواهد.	
۷۷			در طول روز و یا شب بیشتر از دیگر بچه‌ها می‌خواهد.	
۷۸			بی‌توجه است یا به راحتی حواسش پرت می‌شود.	
۷۹			در صحبت کردن و در بیان کلمات مشکل دارد (مثلاً لکنت زبان دارد).	
۸۰			بدون هدف به جایی خیره می‌شود.	
۸۱			در منزل بدون اجازه وسایل را برمی‌دارد (دزدی می‌کند).	
۸۲			خارج از منزل بدون اجازه وسایل را برمی‌دارد (دزدی می‌کند).	
۸۳			چیزهایی را که احتیاج ندارد جمع می‌کند.	
۸۴			رفتارهای عجیب و غریب دارد.	
۸۵			ایده‌های عجیب و غریب دارد.	
۸۶			کله شق و یک دنده، عبوس و زودرنج است.	
۸۷			در خلق و یا احساساتش تغییرات ناگهانی دارد.	
۸۸			زیاد قهر می‌کند و اخمو است.	
۸۹			بدگمان و شکاک است.	

			فحش می‌دهد یا در صحبت هایش، کلمات زشت و وقیحانه به کار می‌برد.	۹۰
			می‌گوید از زندگی سیر شده است و حرف‌های مایوس کننده می‌زند.	۹۱
			در خواب راه می‌رود یا صحبت می‌کند.	۹۲
			زیاد صحبت می‌کند.	۹۳
			دیگری را مسخره و اذیت می‌کند.	۹۴
			بدخلق یا تند مزاج است.	۹۵
			راجع به مسائل جنسی زیاد فکر می‌کند.	۹۶
			مردم را تهدید می‌کند.	۹۷
			انگشت شست خود را می‌مکد.	۹۸
			سیگار می‌کشد، یا توتون و تنباکو را می‌جود یا بو می‌کشد.	۹۹
			در خواب رفتن مشکل دارد.	۱۰۰
			از مدرسه گریزان است و فرار می‌کند.	۱۰۱
			کم فعالیت و کم انرژی است.	۱۰۲
			غمگین، ناراحت و دل گرفته (افسرده) است.	۱۰۳
			بیش از حد پر سر و صدا است.	۱۰۴
			برای مقاصد غیردارویی مواد مخدر مصرف می‌کند (به غیر از الکل و تنباکو).	۱۰۵
			از نظر اجتماعی ناهنجار است و دست به تخریب اموال عمومی می‌زند.	۱۰۶
			در روز شلوارش را خیس می‌کند.	۱۰۷
			شب ادرااری دارد.	۱۰۸
			نالاه می‌کند.	۱۰۹
			آرزو می‌کند که جنسیتش این نبود. (یعنی اگر پسر است آرزو می‌کند که دختر بود و بالعکس)	۱۱۰
			با دیگران ارتباط برقرار نمی‌کند و گوشه گیر است.	۱۱۱
			نگران است.	۱۱۲
			چنانچه کودک یا نوجوان مشکلات دیگری دارد که در فهرست بالا نیامده آنها را بنویسید. _____ ۱- _____ ۲- _____ ۳-	۱۱۳