



موضوع: تاثیر فضای مجازی بر دانش آموزان و راهکار های کنترل آن

مقداد پور محمد نسب، محمد علی نجفی

مشاور مدرسه متوسطه اول شهید کرامتی

اداره آموزش و پرورش بخش رودخانه

mqdadpwrhmhmdnsb@gmail.com

۰۹۳۳۷۷۵۹۸۸۲

معلم ادبیات فارسی متوسطه اول امام حسین (ع)

اداره آموزش و پرورش بخش رودخانه

Mhmdlynjfy531@gmail.com

۰۹۹۰۳۴۸۹۴۸۱

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی تأثیر شبکه های اجتماعی مجازی در عملکرد تحصیلی دانش آموزان مقطع متوسطه اول شهرستان رودان بخش رودخانه مدرسه شهید کرامتی صورت گرفته است. روش پژوهش از لحاظ دستیابی به هدف از نوع کاربردی و از لحاظ شیوه گردآوری اطلاعات از نوع کتابخانه ای و میدانی می باشد. جامعه آماری پژوهش، شامل کلیه دانش آموزان مشغول به تحصیل در دوره متوسطه اول بخش رودخانه مدرسه شهید کرامتی هرمزگان در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ می باشد. نتایج پژوهش نشان داد که بین میزان استفاده از شبکه های اجتماعی مجازی با عملکرد تحصیلی رابطه منفی و معنادار وجود دارد. همچنین بین شدت استفاده از شبکه های اجتماعی مجازی با عملکرد تحصیلی رابطه منفی و معنادار وجود دارد. رابطه بین زمان استفاده از شبکه های اجتماعی مجازی با عملکرد تحصیلی نیز معنادار بود. نتایج آزمون رتبه بندی فریدمن نشان داد که اینستاگرام بیشترین و فیسبوک کمترین تأثیر را بر عملکرد تحصیلی دانش آموزان داشته است.

واژه های کلیدی: اینستاگرام، تلگرام، دانش آموزان، شبکه های اجتماعی مجازی، عملکرد تحصیلی

مقدمه

امروزه یکی از موضوعاتی که می توان آن را به لیست دغدغه های والدین اضافه کرد میزان حضور دانش آموزان در فضای مجازی و پرسه زدن آنها در شبکه های اجتماعی است چرا که کمتر مادری را میتوان سراغ داشت که از وقت تلف کردن های فراوان فرزندش در فضای مجازی شکایت نداشته باشد (لطف آبادی، ۱۳۸۰). استفاده دانش آموزان و دانشجویان از شبکه های اجتماعی در کلاس درس نوعی بی نظمی ایجاد کرده و از سوی دیگر در جریان یادگیری اختلال ایجاد می کند و موجب فروریختگی آموزش می شود. بیش از ۷۰ درصد دانش آموزان در امتحانات این سال نمره پایینی کسب کردند و غالب دانش آموزان پایه نهم که امتحان نهایی داشتند نمره ای پایین ۱۴ کسب کرده اند. برخی از کارشناسان آموزشی افت تحصیلی را پایین بودن کیفیت در آموزش و پرورش می دانند اما برخی دیگر جدا از این مسئله ورود دانش آموزان به فضای مجازی و سرگرم شدن در شبکه های اجتماعی و بازی های اینترنتی را هم بی تأثیر بر افت تحصیلی نمی دانند. طبق پژوهش بنیاد علوم رفتاری که از ابتدای سال ۹۲ تا پایان سال ۹۳ بین ۴ هزار و ۶۵۰ نوجوان ۸ تا ۱۴ ساله در تهران، اصفهان،



ابهر، رودبار، رشت و کاشان انجام شده است ۳۰ درصد نوجوانان به بازی‌های رایانه‌ای اعتیاد دارند و وضعیت مالی خانوادگی با بازی‌های پیشرفته ارتباط مستقیم داشته و کودکان خانواده‌هایی که پدر و مادر هر دو شاغل هستند ۴ برابر بیشتر از کودکان دیگر برای بازی‌های یاد شده وقت مصرف می‌کنند (فتحی و مختارپور، ۱۳۹۳). برخی پژوهشگران دلیل پایین بودن میانگین نمرات دانش‌آموزان را نمی‌توان صرفاً بی‌کیفیتی آموزش دانست. دانش‌آموزان خیلی درگیر فضای مجازی هستند کیفیت کتاب‌ها نسبت به گذشته افزایش یافته اما دانش‌آموزان درگیر مسائلی هستند که به کیفیت درس دادن معلم مربوط نمی‌شود (شکرشکن، حقیقی و پولادی، ۱۳۷۹). استفاده از شبکه‌های اجتماعی انگیزه اجتماعی و امید به آینده در دانش‌آموزان را هم تحت تأثیر قرار می‌دهد. زمانی بود که دانش‌آموزان صرفاً پیشرفت در آینده را علم آموزی می‌دانستند و تمام هدفشان درس خواندن بود اما اکنون این نگرش تغییر کرده و دانش‌آموزان درگیر مسائل جانبی هستند. آنها خیلی وقت صرف شبکه‌های مجازی می‌کنند و خانواده‌ها به دلیل مشغله‌های زیاد از فرزندان خود غافل هستند و مسوولیت تربیت را بیشتر بر عهده مدرسه و آموزش و پرورش می‌دانند. پژوهشگران عقیده دارند که همه آگاهی‌ها را نمی‌توان در مدرسه یاد داد و نیاز به توجه خانواده‌ها هم وجود دارد. همچنین استفاده بیش از حد از این رسانه‌های نوین سبب برخوردهای فیزیکی و خشن و تیک‌های عصبی در دانش‌آموزان شده است. البته نمی‌توانیم جلوی پیشرفت تکنولوژی را بگیریم اما والدین باید اطلاعات جدید را بیاموزند و با مشاوره در خصوص تأثیرات نرم افزارهای ارتباطی و بازی‌های رایانه‌ای سطح آگاهی خود را بالا ببرند. باید والدین با آموزش‌های لازم، در مواجهه با اینترنت مراقب فرزندان خود باشند و جلوی انحرافات را بگیرند (بیابانگرد، ۱۳۸۷). از طرفی تنها کاری که آموزش و پرورش برای جلوگیری از آسیب‌های اجتماعی در میان دانش‌آموزان می‌تواند انجام دهد آموزش، مهارت آموزی و پیشگیری است. هرچه در توان آموزش و پرورش باشد در زمینه پیشگیری، آموزش و مهارت آموزی دانش‌آموزان تلاش می‌کند تا جلوی گسترش آسیب‌های اجتماعی در بین دانش‌آموزان گرفته شود (علیخانی، ۱۳۸۳). با پیدایش تکنولوژی‌های نوین ارتباطی همچون اینترنت، ماهواره، تلفن همراه، تلویزیون‌های کابلی، کامپیوتر و ویدئو و شبکه‌های اجتماعی در چند دهه واپسین سده بیستم، انقلابی عظیم در عرصه ارتباطات دور برد و الکترونیک با برد جهانی رخ داد. در بین این فناوری‌ها، ماهواره و اینترنت شاخص‌ترین و اصلی‌ترین آنها شناخته شده است. در کل فناوری‌های نوین ارتباطی در چند دهه اخیر تأثیرات بسیار شگرفی بر حیات مدنی، اجتماعی، فرهنگی اقتصادی و دولت‌ها و ملت‌ها به جای گذاشته است و به واسطه همین تأثیر قلمرو و مرزهای دولت – ملت‌ها در سطوح گوناگون مدنی، اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی کمرنگ شده و تا حد زیادی آسیب پذیر گشته‌اند (اسولیوان، هارتلی، ساندز و فیسک، ۲۰۰۹، ترجمه رئیس زاده، ۱۳۸۵). از جدیدترین تکنولوژی‌های ارتباطی می‌توان از شبکه‌های اجتماعی نام برد. شبکه‌های اجتماعی پایگاه‌های جدیدی هستند که در مرکز توجه کاربران قرار گرفته‌اند و هر کدام دسته‌ای از کاربران با ویژگی‌های خاص را گرد هم می‌آورند (آقا بابایی و تاجی، ۱۳۹۱). شبکه‌های اجتماعی ارتباط‌های فردی، ارتباط فرد در خانواده، حوزه‌های اجتماعی و ساختار خانواده را تحت تأثیر قرار می‌دهد که هر کدام از این چهار شاخه آثار منفی و مثبتی به همراه دارد. انتقال سریع داده‌ها، اطلاع‌سانی، دسترسی راحت به کالاهای مورد نیاز از ویژگی‌های مهم شبکه‌های اجتماعی و فضای مجازی است. کمرنگ شدن حیا، اعتیاد اینترنتی، بی‌حوصلگی در بیرون از فضای مجازی، افت تحصیلی، گوشه‌گیری و عدم تمرکز به دلیل سرعت بالای تبادل اطلاعات، کاهش احساسات، کاهش ارتباطات واقعی، متن‌گرایی، کاهش تسلط بر مهارت‌های کلامی و خواندن و نوشتن، بحران هویت، به خطر افتادن سلامت جسمی و دریافت‌های جابگزین از جمله آثار منفی و آسیب‌های ناشی از استفاده از شبکه‌های مجازی و اجتماعی است. شبکه‌های مجازی، فرصتی را برای ارتباط با دوستان و اجتماعی شدن افراد فراهم می‌کند و این نکته‌ای مثبت است؛ اما ظرفیت پذیرش هنجارها را در افراد بالا برده و امکان تغییر سوگیری‌های مختلف را در افراد به وجود می‌آورد تا آنجا که ممکن است فرد خیلی از ارزش‌هایش را در این شبکه‌ها از دست بدهد (حسین آبادی، ۱۳۹۱). شبکه‌های اجتماعی در کشور ما به سرعت در میان نوجوانان و جوانان ایرانی محبوب شده است و ایرانی‌ها رتبه سوم را در این شبکه‌ها کسب کرده‌اند (ستارزاده، ۱۳۸۶).



روش تحقیق

با توجه به تقسیم بندی تحقیقات علمی از نظر هدف، تحقیق حاضر از نوع کاربردی است. از نظر شیوه گرد آوری اطلاعات از نوع کتابخانه ای و میدانی است. جامعه پژوهش حاضر، شامل کلیه دانش آموزان پایه هفتم تا نهم مدرسه شهید کرامتی بخش رودخانه شهرستان رودان در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ می باشد. در این مقاله ما با استفاده از روش کتابخانه ای و کند و کاو های میدانی سعی در آن داریم تا تاثیر فضای مجازی بر دانش آموزان را بررسی کرده و راهکارهایی را برای آن ارائه دهیم.

یافته های تحقیق

مزایای استفاده از اینترنت و فضای مجازی بر دانش آموزان:

فضای مجازی و اینترنت بر خلاف آنچه که در تصور بسیاری از ما هست، تنها موجب تخریب و از بین رفتن زندگی فردی و اجتماعی دانش آموزان نمی شود. بلکه به دلیل مزایای بسیار زیادی که دارند، می توانند مزایای خوبی با خود به همراه دارند.

اگر از اینترنت و فضای مجازی به خوبی استفاده کنید، از مزایای زیر بهره مند خواهید شد:

- ارتباط مستمر با مدارس و معلمان
- وسیع شدن دامنه و اطلاعات آموزشی
- امکان ارتقاء مهارت های فنی و نوآوری در آموزش
- دسترسی آسان و سریع به منابع آموزشی رایگان و معتبر
- امکان برقراری ارتباط و تعاملات آنلاین با افراد سرشناس

معایب استفاده از فضای مجازی و اینترنت برای دانش آموزان:

در مقابل هر مزیت و نکته قوتی که یک فناوری جدید دارد، معایب و ریسک هایی وجود دارد که می تواند آسیب های جبران ناپذیری را با خود به همراه داشته باشد. از جمله معایبی که استفاده از اینترنت و فضای مجازی می تواند در آموزش دانش آموزان داشته باشد می توان به موارد زیر اشاره کرد:

- کاهش ارتباطات اجتماعی
- از دست دادن تمرکز در مطالعه
- وابستگی افراطی به دنیای مجازی



- افزایش فشارهای روانی بر روی دانش آموزان
- افزایش تمایل به تقلید ناصحیح و غلط از محتواهای آنلاین
- افزایش احتمال دسترسی دانش آموزان به منابع و محتواهای نامناسب
- افزایش احتمال انتشار اطلاعات شخصی یا مواجه شدن با تهدیدات ورود به حریم شخصی

تأثیرات اینترنت و فضای مجازی بر دانش آموزان

کمبود ارتباط رو در رو

وقتی کمبود ارتباط رو در رو به عنوان یکی از اثرات منفی اینترنت ذکر می‌شود کاملاً عجیب و غریب به نظر می‌رسد چون قرار است اینترنت آدم‌ها را به هم نزدیک‌تر کند. اما واقعیت این است که تا حدودی آدم‌ها ارتباط برقرار کردن از طریق اینترنت را از روش مستقیم مرسوم راحت‌تر می‌دانند. آن‌ها ترجیح می‌دهند از طریق پیام‌رسان، وایبر یا سایر اپلیکیشن‌های موجود در اینترنت استفاده کنند. ایده‌ی رو در رو شدن دارد به یک تصمیم سخت تبدیل می‌شود. در پژوهشی که در ژورنال بین‌المللی طراحی و مهندسی سازمانی به چاپ رسیده است بیان شده است که ارتباط رو در رو در کار گروهی به آدم‌ها کمک می‌کند اعتمادسازی دو طرفه ایجاد کنند، خلاق باشند و نتایج بهتری بگیرند.

وقتی نوجوانان و دانش آموزان مایل هستند ارتباط اینترنتی را انتخاب کنند و از صحبت کردن مستقیم اجتناب می‌کنند، روابط شخصی‌شان با دوستان و خانواده در نتیجه‌ی استفاده‌ی بیش از حد از اینترنت آسیب می‌بینند. مطابق نظرسنجی واشینگتن پست و نتیجه‌ی آن، حدود ۶٪ از فعالان در حوزه‌ی اینترنت پاسخ دادند که روابط‌شان در نتیجه‌ی استفاده‌ی بیش از حد از اینترنت آسیب دیده است. باور بر این است بعضی از آدم‌ها گفتگوی آنلاین را ترجیح می‌دهند چون آن‌ها را از جهان واقعی تا حدودی جدا نگه می‌دارد.

کمبود خلاقیت

کمبود خلاقیت در نوجوانان و دانش آموزان نیز یکی دیگر از اثرات منفی اینترنت است که از مزایای آن ناشی می‌شود. یک ویژگی قابل توجه اینترنت آن است که حاوی منابع نامحدودی از اطلاعات است. از مزایای این ویژگی فراهم آوردن دسترسی سریع و آسان اطلاعات مورد نیاز برای کاربران است. اما، وقتی همه چیز فراهم است، نیازی به خلاقیت نیست. دانش آموزان اکنون مجبور نیستند تلاش زیادی در قبال تکالیف یا پروژه‌شان انجام بدهند چون فقط چند دقیقه لازم است تا تمام اطلاعات مورد نیاز را از اینترنت بگیرند و در کار خود کپی کنند.

این مسئله هشدار است برای افزایش سرقت ادبی، که به کمبود خلاقیت منجر می‌شود. وقتی این عادت چندین بار اتفاق بیفتد، این جوان‌ها برای تکمیل مطالعات‌شان به اینترنت وابسته خواهند شد. همین وضعیت نه تنها برای دانش آموزان بلکه برای کاربرانی از هر سن اتفاق می‌افتد. امور به نحوی آسان می‌شوند که این امر به مانعی برای یادگیری و خلاقیت تبدیل می‌شود.



زورگویی سایبری

زورگویی سایبری اساساً اصطلاحی است برای توصیف استفاده‌ی زورگویانه از اینترنت. این اشکال را می‌توان به عنوان یکی از بدترین اثرات منفی اینترنت به حساب آورد. برای آدم‌های پر از کینه و نفرت جهت گفتن الفاظ زشت به یک نفر هرگز راهی آسان‌تر از این وجود ندارد. سلبریتی‌ها یا بعضی از آدم‌های طبقه‌ی محافظت شده اغلب قربانی زورگویی سایبری واقع می‌شوند. این نوع آزار و اذیت راحت‌تر و امن‌تر از زورگویی فیزیکی است چون به ندرت قانون یا مقرراتی برای کنترل این دست از مسائل وجود دارد. قربانیان زورگویی سایبری ممکن است به خاطر نظرات یا عقاید شرورانه احساس کنند مورد اهانت قرار گرفته‌اند یا خجالت زده شوند.

اثرات منفی آن بر روی نوجوانان بدتر خواهد بود، بخصوص بر روی کسانی که در سن بلوغ با تمام آن آسیب‌پذیری‌ها و حساسیت‌های معروف قرار دارند. اثبات شده است رابطه‌ی مستقیمی بین زورگویی سایبری و اقدام به خودکشی توسط قربانیان وجود دارد. به نظر می‌رسد دانش‌آموزان از همه بیشتر مورد زورگویی اینترنتی قرار می‌گیرند. یکی دو مورد انتقاد از سوی معلمان یا خیانت از سوی گروهی از دوستان می‌تواند یک دانش‌آموز را دیوانه کند و نهایتاً او را به سمت خودکشی بکشاند. بنابراین، مهم است که از قبل درباره‌ی اثرات منفی اینترنت آگاهی داشته باشیم.

اتلاف وقت

وقتی از اثرات منفی اینترنت بحث می‌شود فراموش کردن اتلاف وقت اشتباه است. واشینگتن پست اعلام کرد ۹٪ سعی می‌کنند “استفاده‌ی غیرضروری از اینترنت” را مخفی کنند. به علاوه، دانشگاه استنفورد نیز مطالعه‌ای انجام داد که نشان می‌دهد ۱۲,۴ درصد از شرکت‌کنندگان اغلب بیشتر از زمانی که قصد داشتند از اینترنت استفاده کنند آنلاین می‌مانند. مشخص است که اگر بیش از حد زمان صرف اینترنت کنید، مجبور خواهید بود از وقت سایر فعالیت‌های تان بزنید.

به عنوان یک مخزن بی‌پایانی از سرگرمی، اینترنت تا حدودی مشابه حفره‌ای سیاه است که راهی برای گریز باقی نمی‌گذارد. دانش‌آموزان و نوجوانان بسیاری بیشتر زمان خود را فقط صرف تماشای فیلم، فیسبوک گردی و انجام بازی می‌کنند به جای آن که فعالیت‌های معنی‌دار دیگری را یاد بگیرند یا انجام بدهند. اگرچه هدف اصلی اینترنت کمک به دانش‌آموزان و نوجوانان برای عملکرد کارآمدتر بود، اما اکنون عملاً آن‌ها را به انجام هیچ کاری و نمی‌دارد. اکتشافات و پیشرفت اینترنت آن را به خصوص برای دانش‌آموزان به یک عامل حواس پرتی آینده دار تبدیل می‌کند. در نتیجه، در حالی که هزینه‌های صورتحساب‌های الکترونیکی رو به افزایش است نتایج علمی آن‌ها کم کم در حال کاهش هستند.

دوری از خانواده

استفاده‌ی بیش از حد از هر چیزی همیشه عوارض جانبی ایجاد می‌کند. اینترنت نیز از این قاعده مستثنی نیست. وقتی دانش‌آموزان و نوجوانان از اینترنت بیش از اندازه استفاده می‌کنند، دوری از خانواده به عنوان یکی از اثرات منفی اینترنت اتفاق خواهد افتاد. تراژدی یک زوج در کره‌ی جنوبی صحیح‌ترین مثال برای این اثر خواهد بود چون آن‌ها آنقدر مشغول فرزند مجازی‌شان بودند که فرزند واقعی خود را فراموش کردند. نهایتاً، این کودک بیچاره به خاطر گرسنگی و بی‌توجهی والدینش از دنیا رفت.



وقتی آدم‌ها اکثر وقت خود را صرف نت‌گردی می‌کنند، به زندگی واقعی و آدم‌های اطرافشان، من جمله اعضای خانواده‌ی خود، بی‌توجه می‌شوند. بدیهی است، هدف اصلی والدین هنگامی که برای کودکانشان اینترنت فراهم می‌آورند آن است که دری به دنیای جدید باز کنند، نه این که خودشان را در یک سیاره‌ی خیالی بدون خانواده زندانی کنند. برای بسیاری از دانش‌آموزان، اینترنت تنها دوستی است که دارند. زمانی که باید صرف خانواده شود، توسط والدین با ساعات نت‌گردی جایگزین می‌شود. آن‌ها از خانواده غفلت می‌کنند و از صحبت کردن یا تعامل با اعضای دیگر تردید دارند.

مختل شدن حریم خصوصی

تهدید حریم خصوصی که یکی از اثرات منفی اینترنت است و به خاطر جریان اطلاعاتی آزاد اینترنت اتفاق می‌افتد چیزی است که باید از آن آگاهی داشته باشید. نوجوانان عکس، اطلاعات خصوصی یا گفتگوهای شخصی‌شان را هر روز با هم در شبکه‌ی اجتماعی مبادله می‌کنند. بسیاری از دانش‌آموزان حتی شماره‌ی کارت شناسایی‌شان، شماره‌ی کلاس و سایر اطلاعات مربوط به امنیت شخصی را به روز رسانی می‌کنند. آن‌ها از این خطر تهدید حریم خصوصی که ممکن است غریبه‌ها به اطلاعات‌شان دست پیدا و از آن‌ها سوء استفاده کنند به طور کامل آگاهی ندارند.

حریم خصوصی آن‌ها با ریسک مختل و دچار اشکال شدن مواجه است. بنابراین، در ذهن داشته باشید که هر چیزی در اینترنت قابل مبادله نیست. برای سود بردن به نحو احسن و دور ماندن از اثرات منفی اینترنت، مراقب تمام اطلاعات خصوصی که بارگذاری می‌کنید باشید و از این که امکان دارد چه کسانی به اطلاعات شما دسترسی داشته باشند اطمینان حاصل کنید.

بی‌خوابی

جهت توضیح به کسانی که نمی‌دانند بی‌خوابی چیست، باید بگویم که اختلال بی‌خوابی زمانی رخ می‌دهد که آدم‌ها قادر به استراحت یا خوابیدن نباشند. و یک سیستم جهانی قدرتمند، اینترنت، تا حدودی یکی از دلایل بی‌خوابی است. نمی‌توان نادیده گرفت که نوجوانان و دانش‌آموزان تمام روز به اینترنت می‌چسبند. آن‌ها از هر زمان ممکن برای جستجوی اینترنت استفاده می‌کنند، حتی از زمان خواب. درست بعد از چند روز که برای چک کردن فیسبوک یا اینستاگرام خود تا دیروقت بیدار می‌مانند، این کار برای‌شان به یک عادت تبدیل می‌شود و باور کنید، رها شدن از آن آسان نیست. به علاوه، نور سبز صفحه‌ی رایانه یا سایر انواع وسایل الکترونیکی می‌تواند مانع خوابیدن شما بشود.

همه‌ی ما می‌دانیم که تا دیر وقت بیدار ماندن برای سلامتی مان خوب نیست. وقتی بدن نتواند زمان کافی برای استراحت داشته باشد، بسیاری از مشکلات مربوط به سلامتی ظاهر خواهند شد.



در مورد دانش آموزان و نوجوانان، که در سن رشد هستند، بی‌خوابی نه تنها بر سلامت ذهنی‌شان بلکه بر رشد جسمی آن‌ها نیز تاثیر خواهد گذاشت. بعد از مدت زمان طولانی نگاه کردن به صفحه‌ی نمایش خستگی چشم اتفاق خواهد افتاد. بنابراین، امشب با خاموش کردن اینترنت‌تان و به وجود آوردن عادت خوب زود خوابیدن خودتان را نجات دهید و از بسیاری از بیماری‌ها در امان بمانید.

کم‌تحرکی فیزیکی

هنگام صحبت از اثرات منفی اینترنت، نمی‌توانیم کم‌تحرکی فیزیکی را نادیده بگیریم. همان‌طور که همه‌ی ما در مدرسه یاد می‌گیریم، یک آموزش تمام و کمال شامل رشد ذهنی و فیزیکی است. به همین خاطر است که بین کلاس‌ها زنگ تفریح وجود دارد تا دانش آموزان بتوانند استراحت کنند و بدن‌شان را حرکت بدهند. اینترنت فقط جنبه‌ی ذهنی را حمایت می‌کند. هیچ ورزشی برای دانش آموزان و نوجوانان در این سیستم جهانی وجود ندارد. وقتی آدم‌ها از اینترنت زیاد استفاده می‌کنند، برای فعالیت‌های فیزیکی مانند ورزش کردن وقت کم خواهند آورد. به علاوه، چون با اینترنت دسترسی به همه چیز ممکن می‌شود، نیاز به این فعالیت‌ها کاهش پیدا می‌کند. دانش آموزان می‌توانند پروژه‌های‌شان را بدون رفتن به مدرسه تحویل بدهند.

نوجوانان می‌توانند بدون شدن از رختخواب با دوستان‌شان صحبت کنند. هرچه اینترنت راحت‌تر باشد، فعالیت‌های فیزیکی کمتری برای دانش آموزان و نوجوانان وجود خواهد داشت. این گرایش بر رشد جوانان تاثیر زیادی خواهد گذاشت. به آن‌ها توصیه می‌شود بیرون بروند، ورزش‌های منظم انجام بدهند و در این سنین فعال‌تر باشند. تاکید بر استفاده‌ی از اینترنت باید کاهش بیابد و گرنه، دیر یا زود، این اثرات منفی اینترنت به مشکلات ذهنی در دانش آموزان و نوجوانان منجر خواهد شد.

اعتیاد به اینترنت

اعتیاد به اینترنت از سایر انواع اعتیاد کم‌خطرتر نیست. از روزی که انفجار اینترنت رخ داد، این اشکال به وجود آمده است و در سرتاسر جهان بدون هیچ علامتی گسترش پیدا کرده است. ویژگی آدم‌هایی که با اعتیاد به اینترنت مشکل دارند آن است به نظر می‌رسد با گوشی تلفن یا کامپیوترهای خود ازدواج کرده‌اند. هر وقت که آن‌ها را می‌بینید، چشمانشان به صفحه‌ی نمایش خیره شده است. برای دانش آموزان و نوجوانان، بازی‌های آنلاین یا این وبسایت‌های شبکه‌ی اجتماعی جذابیت زیادی دارند.

بر اساس آمار ارائه شده توسط دانشگاه استنفورد ۱۳٫۷ درصد از آدم‌ها دور شدن از اینترنت به مدت چند روز را غیر ممکن می‌دانند. واقعیت جالب آن که بر اساس پژوهش صورت گرفته توسط دانشگاه لوا مردها بیشتر احتمال دارد به اینترنت معتاد شوند. نه تنها جذب عوامل فوق‌الذکر می‌شوند، بلکه بسیاری از دانش آموزان و نوجوانان به عنوان راهی برای پنهان شدن از دنیای واقعی به اینترنت پناه می‌آورند. آن‌ها وقتی در جهانی خیالی که در اینترنت ساخته‌اند زندگی می‌کنند احساس راحتی و امنیت بیشتری دارند. مشکل خطرناک اعتیاد به اینترنت نه تنها بر روند زندگی بلکه بر سلامت‌شان نیز تاثیر می‌گذارد. مطالعه‌ای که در ۱۲ مارس ۲۰۱۰ منتشر شد نشان داد که بین استفاده از اینترنت و افسردگی رابطه‌ای مستقیم وجود دارد.

بالاخص، آدم‌هایی به اینترنت اعتیاد دارند از آدم‌های معمولی احتمال افسردگی‌شان بیشتر است. طبق گزارش هیلاری کش، یک روان‌درمانگر آمریکایی، ۱۰-۸٪ از نوجوانان آمریکایی به اینترنت معتاد می‌شوند. این عدد یعنی حدوداً ۲ میلیون نوجوان فقط در سرتاسر



ایالات متحده به این سیستم وابسته می‌شوند. این هشدار واقعی است برای آدم‌ها تا این اثرات منفی اینترنت بر دانش‌آموزان و نوجوانان را شناسایی کنند.

تقلب

این که بگوییم اینترنت شماری از مشکلات را برای معلمان به بار می‌آورد صحت دارد. با منبعی از دانش جهانی تقلب برای دانش‌آموزان ساده‌تر می‌شود. آن‌ها می‌توانند پاسخ تمام تکالیف را بدون تلاش زیاد پیدا کنند، که به افزایش تقلب، کلاهبرداری علمی، و سرقت ادبی منجر می‌شود. آموزگاران این مشکل را درک کرده‌اند و تلاش کردند با ایجاد وبسایت‌هایی که می‌تواند مقالات و تحقیق‌ها را با محتوای قبلاً منتشر شده تطبیق دهند و مطالب سرقتی را مشخص کنند به حل آن پردازند. با وجود این، تقلب همچنان به چندین روش اتفاق خواهد افتاد که خارج از کنترل هستند. بنابراین، تغییر فرهنگ تقلب در بین دانش‌آموزان و افزایش آگاهی‌شان برای جلوگیری از اثرات منفی اینترنت عملی‌تر خواهد بود.

فساد اخلاقی

فساد اخلاقی آخرین مورد از اثرات منفی اینترنت در این فهرست است. علاوه بر بسیاری از چیزهای مفید و موثری که اینترنت فراهم می‌آورد، چیزی وجود دارد که می‌تواند به فساد اخلاقی در نوجوانان یا دانش‌آموزان منجر شود، به عنوان مثال، وبسایت‌های سیاه. برای جوانانی با این سن و سال، شخصیت، و همچنین مفاهیم اخلاقی، در آن‌ها در حال شکل‌گیری و رشد است. اطلاعات ناصحیح به دست آمده می‌تواند به رشد ذهنی غلط منجر شود. بنابراین، لازم است بزرگترهایی مثل والدین و معلمان کنترل نوع اطلاعات موجود برای این نوجوانان را به دست بگیرند.

اینترنت، که به عنوان یکی از متغیرترین ابداعات زندگی به شمار می‌آید موقعیت خود را در هر حوزه‌ای از زندگی تثبیت کرده است از صنعت گرفته تا آموزش یا پزشکی. با وجود این، افزایش اثرات منفی اینترنت پریشانی را درباره‌ی استفاده‌ی از اینترنت در زندگی روزانه مطرح می‌کند. همان‌طور که می‌توانید ببینید، اکثر اثرات منفی اینترنت درباره‌ی تعادل بین مجاز و واقعیت است. برای انجام این کار، مهم است که ماهیت اینترنت را بشناسیم.

اینترنت به عنوان یک سیستم کمکی برای زندگی به وجود آمد، نه به عنوان جایگزینی برای آن. آنچه در فیسبوک‌تان اتفاق می‌افتد ممکن است در دنیای واقعی صدق نکند. روابط‌تان در دنیای واقعی از روابطی که با آدم‌های هرگز ندیده در اینترنت برقرار می‌کنید مهم‌تر هستند. بنابراین، برای دور ماندن از اثرات منفی اینترنت، مهم است که خودتان را از وابسته شدن به این شبکه دور نگه دارید. چند سرگرمی جالب در دنیای واقعی برای خودتان انتخاب کنید مثل کتاب خواندن و در آن صورت فرصت نخواهد شد که به دام اینترنت بیفتید.

آموزش استفاده صحیح از اینترنت و فضای مجازی به دانش‌آموزان:

ما می‌خواهیم به شما به عنوان والدین و یا یک معلم دلسوز آموزش دهیم که چگونه در ۵ قدم ساده و بدون نیاز به هیچ امکانات خاصی، استفاده صحیح از اینترنت و فضای مجازی را به دانش‌آموزان خود یاد دهید.



قدم اول را خودتان بردارید

قدم اول را خودتان بردارید و کودک و نوجوان محصل خود را با اینترنت آشنا کنید. سایت‌ها و برنامه‌هایی که جنبه بازی، سرگرمی و یا آموزشی و علمی دارند را به او نشان دهید. این کار باعث می‌شود که او با بخش‌های مثبت فضای مجازی و اینترنت آشنا شود. در ادامه با توجه به علاقه‌مندی‌های او، سایت‌ها و اپلیکیشن‌های مجاز و مرتبط با سلیقه او را معرفی کنید.

در ضمن در اوایل دوره آموزش استفاده صحیح از اینترنت و فضای مجازی، در کنار کودکان و دانش‌آموزان خود حضور داشته باشید و بر اعمال او نظارت غیر مستقیم داشته باشید. چرا که اگر به صورت مستقیم در گشت و گذار فرزندان در اینترنت دخالت کنید، پنهان کاری و عدم اعتماد را به او آموزش خواهید داد!

استفاده از ابزارهای آنلاین و آموزشی

دانش‌آموزان را تشویق کنید تا از ابزارهای آنلاین و اپلیکیشن‌هایی استفاده کنند که متناسب با نیازشان باشد. این کار باعث می‌شود تا آن‌ها سنجیده‌تر فکر کنند، دقت بیشتری در جستجوهای خود به خرج دهند و با هدف آموزش خودشان از اینترنت استفاده کنند.

استفاده از اینترنت و فضای مجازی چه به منظور آموزش و چه به منظور انجام کاری، می‌تواند اعتیاد آور باشد. پس بهتر است با یک برنامه مدیریت شده و محدود کننده، فعالیت دانش‌آموزان خودتان را تحت نظر داشته باشید تا از اعتیاد به رایانه‌ها و فضای مجازی جلوگیری به عمل بیاورید.

ابزارهای آنلاین و اپلیکیشن‌های آموزشی منجر می‌شوند تا دانش‌آموز درگیر یادگیری مجازی شود و به طور پیوسته و قدم به قدم آموزش را تجربه کند. از این طریق است که آن‌ها با استفاده درست و بجا از اینترنت و فضای مجازی، می‌توانند به طرز چشمگیری پیشرفت کنند.

جستجوی مرتبط با نیاز دانش‌آموز را به او آموزش دهید

اینترنت دریای عظیم و عمیقی از اطلاعات و دانش‌هایی رایگان در مورد همه چیز است. از این رو استخراج اطلاعاتی مورد نیاز برای هر هدفی، نیازمند جست‌وجوی صحیح، دقیق و بهینه است تا از اتلاف وقت جلوگیری شود.

به کودکان و دانش‌آموزان نحوه صحیح استخراج منابع و اطلاعات را با جست و جوی صحیح و مرتبط با نیازشان را، آموزش دهید تا به راحتی به آنچه که می‌خواهند برسند. دانش‌آموزان را با سایت‌ها و اپلیکیشن‌هایی آشنا کنید که می‌توانند با استفاده از آن‌ها به مقاله‌ها، کلیپ‌های آموزشی و دوره‌های آموزشی مختلف دسترسی داشته باشند و از آن‌ها استفاده کنند.

ایجاد انجمن دانش‌آموزی برای یادگیری مجازی

اینترنت تنها محلی برای جست‌وجو و استخراج اطلاعات نیست، بلکه می‌توان از آن برای برقراری ارتباط نیز استفاده کرد. می‌توانید در فضای مجازی انجمن‌های دانش‌آموزی تشکیل دهید تا آن‌ها در مورد موضوعات مختلفی مانند تحصیل، تفریح و موضوعات دیگر بحث کنند و از



تجربیات و دانش یکدیگر استفاده کنند. در این میان خودتان هم می‌توانید در جلسات آموزش آنلاین انجمن‌ها شرکت کنید و بر کودکان و دانش‌آموزان خود نظارت داشته باشید.

فضای مجازی و اینترنت فضایی آسیب‌زا و خطرناک نیست. بلکه محلی برای رشد و پیشرفت دانش‌آموزان و کودکان شماست. تنها لازمه رشد و پیشرفت آن‌ها، آموزش استفاده صحیح و درست از اینترنت و فضای مجازی به دانش‌آموزان می‌باشد!

خطرات مجازی را در نظر بگیریم

همانطور که گفته شد اینترنت دریای وسیعی از اطلاعات است و در این میان، خطراتی نیز کاربران را فارغ از سن و جنسیتشان تهدید می‌کند. به کودکان احتمال رخ دادن کلاهبرداری‌ها و ریسک‌های احتمالی، که در اثر استفاده بی‌مورد از اینترنت اتفاق می‌افتد را به طور کامل توضیح دهید. در واقع بهتر است تا با یک دید باز و آگاهی کامل به فرزندان، دسترسی استفاده از فضای مجازی و اینترنت را به او بدهید. مطمئن شوید که آن‌ها درباره خطرات به اشتراک گذاری اطلاعات شخصی‌شان اطلاعات کافی را دارند و از این امر خودداری می‌کنند.

چطور از آسیب‌های فضای مجازی جلوگیری کنیم:

شما به عنوان یک پدر، مادر و یا معلم دانش‌آموزان و کودکان کم سن و سال، وظیفه دارید تا نحوه صحیح یادگیری و آموزش از طریق اینترنت و فضای مجازی را به آن‌ها به خوبی یاد دهید.

اما در برخی موارد مانند دسترسی پیدا کردن به یک سایت با محتوای نامناسب و یا به اشتراک گذاری اطلاعات شخصی، مضراتی از اینترنت است که تنها با مدیریت والدین و معلمان از آن‌ها جلوگیری می‌شود. ۳ اقدامی که در جلوگیری از بروز خطرات ناشی از استفاده ناصحیح از اینترنت و فضای مجازی نقش دارند، عبارتند از:

۱. به فرزندان و دانش‌آموزان خطرات به اشتراک گذاری اطلاعات شخصی را در میان بگذارید.
۲. دسترسی به سایت‌ها و اپلیکیشن‌های نامناسب برای فرزندان و دانش‌آموزان خود را ببندید.
۳. با نظارت درست بر فعالیت مجازی آن‌ها، از انتشار اطلاعات شخصی‌شان جلوگیری کنید.

بحث و نتیجه‌گیری

نتیجه تحقیقات بیانگر این هست که بین میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی با عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان رابطه معناداری وجود دارد. نتایج پژوهش حاضر با نتایج پژوهش‌های کرمی (۱۳۸۴)، ربیعی و محمدزاده یزدی (۱۳۹۲) فتیحی و مختارپور (۱۳۹۳) همخوانی دارد.



شبکه‌های اجتماعی موبایلی کاربران نوع خاصی از تعاملات اجتماعی را تجربه می‌کنند که تا حدودی در تقابل با تعاملات اجتماعی سنتی است. در واقع این تجربه متناظر بر تعاملاتی است که بعضاً در راستای هنجارها و قواعد رایج زندگی اجتماعی قرار نمی‌گیرد و کاربران به دلیل چنین ویژگی، ترغیب می‌شوند فارغ از هنجارهای حاکم در جامعه با خیالی آسوده در چنین فضاهایی فعالیت کنند. پژوهش حاضر نشان می‌دهد در شبکه‌های اجتماعی موبایلی کاربران با ساختار شکنی قواعد فضای واقعی، زندگی بی‌قید و محدودیتی را تجربه کنند که پیش از این اگر در دنیای واقعی می‌خواستند چنین رویه‌ای را در پیش بگیرند تبعات رسمی و غیررسمی به عنوان عامل بازدارنده، عمل می‌کرد.

طبق نتایج بدست آمده از تحقیق فوق نشان می‌دهد که اگر خانواده‌ها در کنترل فضای مجازی کوتاهی داشته باشند تبعات آن دامن گیر فرزندان‌شان خواهد شد از جمله معایبی که استفاده از این شبکه‌ها خصوصاً اینستاگرام بر دانش آموزان می‌گذارد شامل: اتلاف وقت آنها و اتلاف سرمایه برای گذاردن اوقات فراغت، گرفتن انرژی انجام کار و فعالیت از دانش آموزان و دیگر اعضای حاضر در این شبکه‌ها و... دانستیم که فضای مجازی هم می‌تواند برای ما سودمند باشد و هم مضر که این به دست خود ما رقم خواهد خورد که از آن در جهت درست و یا غلط استفاده کنیم.

پیشنهادهای

۱: پیشنهاد می‌گردد صدا و سیما و رسانه‌های عمومی جهت تبلیغ و آشنایی هر چه بیشتر مردم با شبکه‌های اجتماعی و مزایا و معایب آن را در برنامه مدون و اجرایی داشته باشند و تبلیغات و معرفی شبکه‌های اجتماعی مجازی و تأثیر آن بر دانش آموزان را در اولویت کار قرار دهند.

۲: مدیران مدارس و خانواده‌ها نسبت به تبلیغات و معرفی مزایا و معایب استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی و همچنین فرهنگ سازی استفاده از شبکه‌های اجتماعی و غیره تلاش کنند.

۳: زمانبندی و برنامه ریزی در خانواده برای استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی پیشنهاد می‌گردد.

منابع

اوسولیون، تام؛ هارتلی، جان؛ ساندز، دانی و فیسک، جان. (۲۰۰۹). مفاهیم کلیدی ارتباطات، ترجمه میرحسن رئیس زاده (۱۳۸۵). تهران: فصل نو.

آقابابایی، عزیز اله و تاجی، محمدرضا. (۱۳۹۱). عوامل مؤثر بر شبکه‌های اجتماعی (مطالعه موردی کاربران کافینت ها در شهرستان شهرکرد)، مجموعه مقالات همایش ملی رسانه و مسائل اجتماعی ایران، اصفهان: دفتر تبلیغات اسلامی.

بیابانگرد، اسماعیل. (۱۳۸۷). روشهای پیشگیری از افت تحصیلی. تهران: انجمن اولیاء و مربیان.



حسین آبادی، مریم. (۱۳۹۱). شبکه‌های اجتماعی معرف سبکی از زندگی (نگاهی به تأثیر شبکه‌های اجتماعی بر سبک زندگی کاربران)، روزنامه رسالت، ۷۶۹۲، ۷-۶.

ستارزاده، داوود. (۱۳۸۶). بررسی عوامل اجتماعی مؤثر بر اعتیاد به اینترنت و پیامدهای آن. فصلنامه تخصصی علوم اجتماعی، ۳(۱۴)، ۱۲۰-۱۴۲.

شکرکن، حسین؛ حقیقی، جمال و پولادی، محمدعلی. (۱۳۷۹). بررسی عوامل مهم افت تحصیلی در دبیرستان‌های پسرانه شهر اهواز. فصلنامه علوم تربیتی و روانشناسی اهواز، ۷(۳)، ۱۱۴-۱۰۳.

علیخانی، حسین. (۱۳۸۳). پیامدهای منفی پنهان محیط اجتماعی متوسطه شهر اصفهان و ارائه راهکارهایی برای کاهش پیامدهای منفی، پایان نامه کارشناسی ارشد برنامه ریزی درسی، دانشگاه تربیت مدرس تهران.

فتحی، سروش و مختارپور، مهدی. (۱۳۹۳). بررسی نقش و تأثیر رسانه‌های نوین تصویری در تغییر سبک زندگی (مورد مطالعه: دانشجویان دانشگاه علوم و تحقیقات تهران). فصلنامه مطالعات توسعه اجتماعی ایران، ۶(۲)، ۱۱۸-۱۰۱.

لطف آبادی، حسین. (۱۳۸۴). روانشناسی تربیتی، تهران: سمت

جعفری، علی و شهابی، بهجت. (۱۳۹۶). تأثیر شبکه‌های اجتماعی مجازی در عملکرد تحصیلی دانش آموزان، ۳(۱۰)، ۱-۱۵.

زهره وند، محمد و یعقوب نژاد، محمد سینا. (۱۴۰۱). آسیب‌های فضای مجازی بر کودکان و نوجوانان، تهران: ناک