

جای دیگر است

بهار - یکی مدرسه فضای مجازی (در خانواده)

بهار - سیری، منه، اختیاری، مرضیه طاهری

12:03 PM ✓



نشر چشمات



سرشناسه: نصیری، بهاره، ۱۳۵۸ -

عنوان و نام پدیدآور: دلم جای دیگرست: مهارت‌های مدیریت فضای مجازی در خانواده/

نویسندگان بهاره نصیری، آمنه بختیاری، مرضیه طاهری.

مشخصات نشر: اصفهان: انتشارات قیسات، ۱۳۹۶.

مشخصات ظاهری: ۱۷۶ ص، ۱۴×۲۱ س.م.

فروست: مهرستان، ۱۹.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۴۴۱-۰۶-۹

وضعیت فهرست نویسی: فیپا

یادداشت: کتابنامه: ص. ۸۰.

Cyberspace -- Social aspects: جنبه‌های اجتماعی موضوع: موضوع

Internet and families: اینترنت و خانواده‌ها موضوع: موضوع

Internet and families -- Social aspects: جنبه‌های اجتماعی موضوع: موضوع

شناسه افزوده: بختیاری، آمنه، ۱۳۵۵ -

شناسه افزوده: طاهری، مرضیه، ۱۳۶۰ -

رده بندی کنگره: ۸۱۳۹۶/۵۶۸۵۱

رده بندی دیویی: ۳۰۳/۴۸۳۳

شماره کتابشناسی ملی: ۲۹۹۵۸۳۷

دلم جای دیگرست: مهارت‌های مدیریت فضای مجازی در خانواده

نویسندگان: بهاره نصیری، آمنه بختیاری، مرضیه طاهری

ویراستار: محمد کاظمی

مدیر هنری: حامد مغروری

طراح جلد و صفحه آرا: زینب ربانی خواه

ناشر: قیسات

چاپ: اول، ۱۳۹۷

شمارگان: ۲۰۰۰ جلد

قیمت: ۱۷۰۰۰ تومان

تارنما: www.mehrestan.ir

رایانامه: mehr@mehrestan.ir

سامانه: ۰۷۹۶۲۱۰۱۰۰-۳

نشانی: اصفهان، خیابان مسجد سید، خیابان آیت الله زاهد، کوچه ۱۵، پلاک ۳۹

کد پستی: ۸۱۳۶۹۵۵۱۳۷

شماره تماس: ۰۳۱-۳۲۳۶۸۷۵۵، ۰۹۳۷۰۰۱۲۹۰۰

تمامی حقوق چاپ و نشر این اثر برای نشر قیسات محفوظ است.

سخن‌آغازین

با همۀ دشوارها و ظرافت‌هایش، شیرین‌ترین کار عالم «تربیت» است و مهم‌ترین به‌خیرت است. «خانواده». خانواده اگر «خانواده» باشد، تربیت شیرین می‌شود و طبعاً، همان‌طور که ما نفس می‌کشیم، در خانواده هم تربیت می‌شویم؛ بی‌آنکه به آن فکر کنیم و بدانیم چه می‌شود.

مرکز «احیاء اندیشه و سواد علمی» مجموعه‌ای است مردم‌نهاد و خدمتگزار در کارهای خیر. تمرکز این مرکز بر تربیت و تعلیم است، آن‌هم با رویکرد اسلامی و عقلانی و با محوریت زیربنایی‌ترین نهاد تربیت، یعنی خانواده.

وجهت همت ما مهارت‌آموزی به خانواده‌هاست و مایه حرکت ما استفاده هوشمندانه از ابزارهای حمایتی؛ از این رو، طرح «مهرستان» را بایه‌ریزی کردیم تا در پیمودن این مسیر مقدس، بتوانیم منظم و هدفمند و برنامه‌دار بیش برویم. «مهرستان» فقط مخفف «محصولات هنری رسانه‌ای» نیست، بلکه اسم مکانی است برای آموختن مهرورزی در خانه و گرمابخشی به کانون خانواده.

ابزار ما در این راه پرفراز و بی‌نشیب چیست؟ از بین همه راه‌های ممکن، با «یار مهربان» به یاری خانواده‌ها آمده‌ایم؛ با همان آشنای پرسخاوتی که صدها نسل بشر را معلم وار پرورده و فروتنانه با ذهن و ضمیرشان در هم تنیده است.

بله، با کتاب آمده‌ایم و بر این باوریم که با همه تنوع ابزارهای دیجیتال و گرایش جنون‌آمیز انسان امروز به آن‌ها، هیچ چیز جای کتاب را نمی‌گیرد! اثبات ساده این مدعا را در رشد کتاب‌های کاغذی، در همین سال‌ها و حتی در کشورهای صنعتی، می‌توان سراغ گرفت. خوشبختانه این یار مهربان، هنوز هم به آدم‌ها وفادار مانده و هم‌چنان گنجینه سرشاری به شمار می‌رود که پاسخ‌گوی نیازهای رنگارنگ مخاطبان‌ش، است؛ بماند که مدتی است با این یار مهربان نامهربانی می‌کنیم!

به دنبال کار زیرزمین مانده‌ای بوده‌ایم که حضورمان را در این عرصه معنا ببخشد و جریانی را جاری‌مانا به جای گذارد. سرانجام صدها نفر ساعت پایش و پویش، به معمار، طراح خانه «مهرستان» انجامید که یکی از میوه‌هایش اکنون در دستان شماست.

با وسواسی خاص، اصول، کنش کار را تعیین کردیم تا شاخص ارزیابی باشند و بازتاب دغدغه‌مندی ما:

۱. تلاش فعالان این طرح و همه تولیدات آن، تمام وقت و تمام قد، در خدمت خانواده‌هاست و تمام آثار در قالب بر محور نیازهای اعضای خانواده شکل می‌گیرد.

۲. گام‌های اجرایی را کاملاً علمی و منطقی طراحی کرده‌ایم تا این خانواده‌های محکم بهره‌مند باشد؛ برای نمونه، نرم‌افزار قدرتمند و جامع مدیریت سیستمی را در مسیر تصمیم‌سازی، تصمیم‌گیران و آماده‌سازی آثار، به کار گرفته‌ایم.

۳. آثاری باید تولید و ترویج شوند که حقیقتاً مورد نیاز باشند و نوآورانه و مشکل‌گشایانه به طرح مسائل بپردازند؛ از این رو، هم به درون‌مایه‌هایی عالمانه و مبتنی بر آموزه‌های دین اسلام توجه داریم و هم به قالب‌هایی شیوا و جذاب

در انتقال آن‌ها. انتظارمان تا بدان حد است که معادل و مشابهی برای آن آثار، براساس رویکرد انتخاب شده، برای انسان عصر حاضر به ویژه نسل جوان وجود نداشته باشد. در این راستا و برای دستیابی به گنجینه اطلاعات جامع در این موضوع، طرح «اطلس سواد خانواده» در دست تدوین است.

۴. خارج از شهرت اسمی افراد، از نویسندگانی دعوت به همکاری کردیم که نه تنها استانداردهای تعریف شده در طرح برخوردار باشند، بلکه توصیه‌های نکته‌سنجی و موشکافانه درباره موضوع مدنظر را در انبان دانش و تجربه خویش، بیافزایند. البته از قلم جوان‌ترهای خوش‌آیینه نیز غافل نماندیم.

۵. غنای زیربنای کیفیت «مهرستان» چنین اقتضا می‌کرد که متخصصان ممتاز در حوزه‌های مختلف، در زنجیره تولید مشارکت دهیم: بهره‌مندی از اطلاعات طرح جامع اسناد خانواده و هفت علمی بصیر برای انتخاب موضوع و نویسندگان، ارزیابان کاربرد و انتخاب افراد زیادی از میان جامعه مخاطب هر یک از کتاب‌ها برای ارزیابی آثار رسیده به بازار. شاخص‌های تعریف شده، هنرمندان طبع‌شناس برای یافتن نام کتاب‌ها، و استادان فعال‌ترین نهاد ویرایشی ایران، طراحان و صفحه‌آرهای خوش‌قربه، نه خوانی چندباره آثار به منظور اصلاح ایرادهای احتمالی در مراحل پایانی. همچنین متخصصان در صنعت چاپ، چاپخانه‌های کارگشته و مجهز، فعالان حوزه‌های ارتباطی و اطلاع‌رسانی و مدیریت فروش، متفکران دلسوز برای انگیزه‌آفرینی و امکان‌سازی برای مطالعه کتاب و....

۶. گوشه چشمی هم داریم به میراث مکتوب گران‌بهای گذشتگان با موضوع خانواده، از راه بازآفرینی و بازنویسی آن‌ها متناسب با نیازها و اقتضائات انسان



معاصر، تا عطر نام و یادشان و خوشه چینی از خرمن معرفتشان، ذائقه مشتاقان را پرحلاوت کند.

۷. درست است که این طرح برای امکان تداوم بلندمدتش، باید از نظر منابع مالی مستقل و خودگردان باشد، اما به پشتوانه خیراندیشانی که چراغ این راه را روشن کرده‌اند، کاملاً غیرانتفاعی خواهد ماند و عوایدی را که احتمالاً به دست می‌آید، در فرایند تولید و ترویج آثار فاخر فرهنگی بازهزینه می‌کنیم. به این موضوع، در طرح مصوب و تمامی قراردادها تصریح شده است.

۸. بزرگ‌ترین مشکل ما در حوزه کتاب و کتاب‌خوانی، نبودن آثار فاخرو مناسب نیست؛ بلکه ضعف بودن فرهنگ مطالعه در بین اقشار جامعه به‌ویژه خانواده‌هاست. پیکان تمرکز ما، الیت‌هایمان تنها به این سمت نشانه می‌رود که این آثار خواننده شوند. مهارت‌های خانوارها را در زندگی افزایش دهند. به همین منظور، طرح «مطالعه‌اند» با توجه به راهبردهای عملی در بستر خانواده، تهیه شده و در حال پیگیری است.

۹. توجه داریم که بی‌اعتنایی به ابزارهای غیرکتابی راهبدرستی نیست؛ تولید کتاب‌های صوتی، محصولات تصویری، نرم‌سراهای رایانه‌ای و تلفن‌همراه، حضور در شبکه‌های مجازی و اینترنتی، ترجمه آثار و... نیز مدنظر خواهد بود.

۱۰. برای تنومندشدن این نهال نوپا، نظارت مستمر و ارزیابی همه‌جانبه نیاز است. از ابتدا تا انتهای این طرح، بازخوردگیری و اصلاح مناسب و به‌موقع مدنظر است. احتمالاً در دستور کار خواهد بود.

۱۱. طرح‌ها و برنامه‌های موفق دیگر فعالان در این عرصه‌ها را برای الگوگیری و مقایسه، رصد کرده و می‌کنیم. خود نیز یافته‌ها و بر ساخته‌هایمان را حاضریم

به رایگان پیشکش رهروان این وادی کرانه نابردار کنیم تا ضمن هم افزایی در
بینش ها و دانش ها، بتوانیم با موج آفرینی، خیراندیشان فرهنگی را متقاعد کنیم
که پا به این عرصه بگذارند.

آنچه خواندید، همه حرف هایی نبود که گفتنی بود؛ به قدر دقیقه های چندین
سال، حرف و تجربه و خاطره و نکته هست؛ اما نباید و نشاید که سخن آغازین
را به درازا بکشیم. فقط اینکه حساسیت موضوع و فرهیختگی خواننده، به ما
انگیزه می دهد که بارها و بارها درون مایه، قالب، مراحل تولید و توزیع را بازبینی
کنیم تا اثری فایده آفرین را تقدیم نگاه و نگرشی بلند شما گرامیان نماییم
و مشتاقانه منتظریم تا با دریافت دیدگاه های شما سروران عزیز به آدرس
mehrestan@mehr.ir پیسر از پیش مرهون مهربانی هایتان گردیم.

بر آستان جانانی سرسپاس سرودن آوایم که توفیق، رفیق طریقمان کرد تا
دوره امانت داده شده در مزرعه دنیا را خوشه چینی از خرمن ارباب و اصحاب
فرهنگ و اندیشه بگذارانیم و آنگاه بالطف دوچاندان، ما را و امدا ر فضل بی کرانش
کرد تا در طرح پربرکت «مهرستان» بتوانیم بابت تولید و توزیع محصولات فرهنگی
و تربیتی، مدال افتخار بر گردن بیاویزیم. آری، «تربیت و تعالیم» هدف اصلی
آمدن پیامبران و جان مایه کتاب های آسمانی بوده است: «وَعَلِّمُهُم» و
ما نیز به راه پیمایی و نفس کشیدن در این وادی مفتخریم. از تک به تک سروران
ارجمندی که ذره پروری کردند و گام به گام مسیر را هم شانه ما شدیم سپاس
ادب، خاضعانه سپاسگزاریم.

عیشتان مدام، ایام به کام، عزت مستدام
مرکز احیاء اندیشه و سیره علوی

درآمد	۲۰
فصل اول: فضای مجازی و جایگاه آن در زندگی امروز	۲۱
مقدمه	۲۷
سبک زندگی مجازی	۲۸
تغییر در سبک ایران	۳۰
رسانه های جمعی و مشارکت مخاطبان	۳۲
مخاطبانی با تابعیت اراملی	۳۵
ویژگی های رسانه های جدید	۳۶
۱. بی مکانی و بی زمانی	۳۶
۲. نزدیک بودن و بی واسطگی	۳۸
۳. تعاملی بودن	۳۸
۴. دسترسی به اطلاعات فراتر از متن	۳۹
۵. پایان ناپذیری اطلاعات	۴۰
۶. شخصی شدن	۴۰
۷. ارتباط افقی و بدون سلسله مراتب	۴۱
۸. شفاف سازی	۴۲
نوجوانان و فضای مجازی	۴۲
نسل اینترنت	۴۵
دلایل گرایش نوجوانان به فضای مجازی	۴۶
۱. بهره مندی از مزیت گمنامی	۴۶
۲. دسترسی به دانش و اطلاعات	۴۷

۳. جبران بی توجهی والدین	۴۸
۴. بررسی دنیای پیرامونی	۵۰
۵. سرگرم شدن	۵۰
۶. گرایش به سرعت	۵۱
۷. کسب تجربه‌های جدید	۵۱
تلفن همراه و سبک زندگی نوجوانان	۵۱
زنان و فضای مجازی	۵۲
خانواده و فضای مجازی	۵۶
خانواده و تغییر در سبک زندگی	۵۷
فصل دوم فضای مجازی؛ فرصت‌ها و تهدیدها	۶۳
مقدمه	۶۵
محاسن و فرصت‌های فضای مجازی	۶۶
۱. جهانی و حرام‌ریزی بدن	۶۶
۲. دسترسی آسان به اطلاعات	۶۷
۳. ایجاد جذابیت و تنوع در زندگی	۶۸
۴. کاهش هزینه‌ها	۶۸
۵. گسترش عدالت رسانه‌ای	۶۹
۶. گسترش ارتباطات	۶۹
۷. تبلیغ و توسعه ارزش‌های انسانی	۷۱
۸. شکل‌گیری حافظه خانوادگی	۷۱
۹. تمرین گفت‌وگو	۷۱
۱۰. افزایش مهارت خواندن و نوشتن	۷۲
۱۱. تنوع در ابزارهای ارتباطی	۷۴
آسیب‌ها و تهدیدهای فضای مجازی	۷۵
آسیب‌های عمومی فضای مجازی	۷۵
۱. کاهش ارتباطات چهره‌به‌چهره	۷۶
۲. از دست دادن توانایی برقرار کردن ارتباط شخصی	۷۸

اختلال در هویت‌یابی	۸۰
دریافت اضافه‌بار اطلاعاتی	۸۲
اضطراب ناشی از بی‌خبری	۸۳
سوءاستفاده از پروفایل‌ها	۸۳
آسیب‌های فضای مجازی برای نوجوانان و جوانان	۸۴
۱. قرارگرفتن در معرض اطلاعات نامناسب	۸۱
۲. آسیب‌های جسمی و روانی	۸۶
۳. تغییر در الگوی اوقات فراغت	۸۸
۱. اعتیاد اینترنتی	۹۰
۲. ارزش‌های دینی و فکری	۹۱
انحرافات اخلاقی و جنسی	۹۳
۷. شویو - بشارشکنی اجتماعی	۹۵
۸. بست‌یابی‌های اینترنتی	۹۶
۹. بی‌ارتبالی‌ها	۹۷
آسیب‌های فضای مجازی برای خانواده	۹۸
۱. نارضایتی از زندگی مشترک	۹۸
۲. ترویج فرهنگ غربی در میان خانواده	۱۰۰
۳. شکاف بین نسل‌ها	۱۰۲
۴. کاهش اقتدار والدین	۱۰۴
۵. رؤیت‌پذیری خانواده	۱۰۶
۶. ترویج تفکر قالبی در خانواده	۱۰۶
فرصت‌ها و تهدیدهای بازی‌های موبایلی	۱۰۸
فرصت‌های بازی‌های موبایلی	۱۰۸
تهدیدهای بازی‌های موبایلی	۱۰۹
فصل سوم: مدیریت فضای مجازی در خانواده	۱۱۳
مقدمه	۱۱۵
مصرف هوشمندانه	۱۱۷

حضور آگاهانه در فضای مجازی	۱۲۰
چه می‌خواهم؟	۱۲۰
چقدر می‌خواهم؟	۱۲۳
از چه منبعی می‌خواهم؟	۱۲۴
مشارکت فعال با فرزندان در فضای مجازی	۱۲۵
سن مناسب برای حضور در فضای مجازی	۱۲۶
۱. دوران نوزادی (بدو تولد تا یک سالگی)	۱۲۷
۲. دوران نوپایی (یک تا سه سالگی)	۱۳۰
۳. دوران پیش‌دبستانی (سه تا شش سالگی)	۱۳۱
۴. دوران دبستان (شش تا دوازده سالگی)	۱۳۶
۵. دوران نوجوانی اول (دوازده تا چهارده سالگی)	۱۳۷
۶. دوران نوجوانی دوم (چهارده تا هجده سالگی)	۱۴۱
مدیریت زمان حضور در فضای مجازی	۱۴۴
اقدامات عملی برای کاهش حضور در فضای مجازی	۱۴۵
مرحله ۱: مسئولیت‌پذیری با فرزندان در اینترنت بگذارید	۱۴۵
مرحله ۲: تلفن همراه یا تبلت را از دسترس خارج کنید	۱۴۶
مرحله ۳: برای استفاده از تلفن همراه یا کامپیوتر برنامه‌ریزی کنید	۱۴۶
مرحله ۴: جلسه تشکیل دهید	۱۴۷
مرحله ۵: برنامه را در جای مناسبی نصب کنید	۱۴۸
مرحله ۶: بر زمان استفاده از تلفن همراه یا کامپیوتر پارت کنید	۱۴۹
مرحله ۷: از تقویت مثبت استفاده کنید	۱۴۹
مرحله ۸: فرزندان را به انجام فعالیت‌های مثبت تشویق کنید	۱۴۹
نقش‌گویی والدین در استفاده از فضای مجازی	۱۵۰
راهنمای‌های ایمنی فضای مجازی در خانواده	۱۵۱
راهنمای ۱: از فضای مجازی شناخت کافی کسب کنید	۱۵۲
راهنمای ۲: در همراهی همدلانه و ایجاد صمیمیت در خانواده بکوشید	۱۵۳
راهنمای ۳: از قراردادن کامپیوتر در اتاق خواب نوجوان خودداری کنید	۱۵۴
راهنمای ۴: از ارتباط فرزند خود با افراد ناشناس جلوگیری کنید	۱۵۵

راهنمای ۵: بر نحوه استفاده فرزندان از تلفن همراه نظارت کنید	۱۵۶
راهنمای ۶: مدیریت هزینه‌های تلفن همراه را بر عهده فرزندان بگذارید	۱۵۷
راهنمای ۷: اجازه استفاده بدون نظارت از اتاق‌های چت را ندهید	۱۵۸
راهنمای ۸: به فرزندان یاد بدهید هیچ‌گاه اطلاعات شخصی خود را فاش نکنند	۱۵۹
راهنمای ۹: پیام‌های دریافتی فرزندان را کنترل کنید	۱۶۰
راهنمای ۱۰: اجازه ندهید فرزندان با افراد ناشناس حضوراً ملاقات کنند	۱۶۱
راهنمای ۱۱: در هنگام بروز خطا، فرزند خود را سرزنش نکنید و او را محروم نسازید	۱۶۲
راهنمای ۱۲: در هنگام اعتیاد به فضای مجازی از مشاور کمک بگیرید	۱۶۳
تعهدنامه حضور در فضای مجازی	۱۶۴
کمیته انضباطی در فضای مجازی	۱۶۵
سخنرانی	۱۷۱
برای مطالب بیشتر	۱۷۳
کتابنامه	۱۷۴