

چگونه فرزندان و نوجوانان خود را از آسیب‌های فضای مجازی مصون بداریم؟ - بخش پایانی

سواد اینترنتی والدین ضامن حضور امن فرزندان در فضای مجازی

گالیا توانگر



این فضای مجازی امروز از فضای حقیقی زندگی ما چند برابر بزرگ‌تر شده؛ بعضی‌ها اصلاً در فضای مجازی تنفس می‌کنند؛ بعضی‌ها اصلاً آنجا تنفس می‌کنند، زندگی‌شان در فضای مجازی است. جوانان هم سروکار دارند با فضای مجازی، با انواع و اقسام چیزها و کارها. با برنامه‌های علمی‌اش، با اینترنت‌نش، با شبکه‌های اجتماعی‌اش، با مبادلات و امثال اینها سروکار دارند؛ خوب، اینجا لغزشگاه است. هیچ کس نمی‌گوید آقا جاده نکش. اگر شما در یک منطقه‌ای جاده‌های لازم دارید، خیلی خوب، جاده بکش، جاده اتوبان هم بکش اما مواظب باش! آنجایی که ریزش کوه محتمل است، آنجا محاسبه لازم را بکنید. ما به دستگاه‌های ارتباطی خودمان، به مجموعه وزارت ارتباطات و شورای عالی مجازی - که بنده از آن هم گله دارم - سفارش‌مان این است. ما نمی‌گوییم این راه را ببندید؛ نه، اینکه بی‌عقلی است. یک کسانی نشستند، فکر کرده‌اند، یک راهی باز کرده‌اند به‌عنوان این فضای مجازی و به قول خودشان سایبری؛ خیلی خوب. از این استفاده کنید منتها استفاده درست بکنید؛ دیگران دارند استفاده درست می‌کنند؛ بعضی از کشورها طبق فرهنگ خودشان این دستگاه‌ها را قبضه کرده‌اند. ما چرا نمی‌کنیم؟ چرا حواسمان نیست؟ چرا هر ای می‌کنیم این فضای قابل کنترل و غیرمنضبط را؟! (بیانات مقام معظم رهبری در دیدار معلمان و فرهنگیان با رهبر معظم انقلاب - ۹۵/۱۲/۹۵)

حرکت گام به گام و نظارت بر فعالیت‌های فرزندان در فضای مجازی می‌تواند وظیفه‌ای چالش برانگیز محسوب شود. این مسئله زمانی که کودکان و نوجوانان دارای رایانه شخصی، تلفن همراه هوشمند، تبلت و... هستند، شرایط جدی‌تری نیز به خود می‌گیرد. با این وجود، استفاده از اینترنت در کنار فرزندان می‌تواند به تجربه‌ای لذتبخش هم برای شما و هم برای آنها مبدل شود.

وب سایت‌های دوست‌داشتنی بسیاری در اینترنت وجود دارند که ارائه خدمات به افراد نوابی که برای نخستین بار جستجو و کاوش در دنیای پهناور اینترنت آغاز کرده‌اند را در دستور کار خود قرار داده‌اند. استفاده از این خدمات می‌تواند فرصت‌های آموزشی مفیدی را برای فرزندان فراهم کند. در نظر گرفتن فرزندان در فضای مجازی از اهمیت ویژه‌ای برخوردار بوده و از این طریق والدین می‌توانند در بهترین موقعیت ممکن هدایت دقیق و مسئولانه فرزندان خود در فضای مجازی را بر عهده بگیرند.

از این ره، آگاهی و شناخت از خطرات موجود در این زمینه و برنامه‌ریزی مناسب پیش از فراهم کردن دسترسی به اینترنت برای فرزندان در دنیای امروز که شاهد آهنگ سریع پیشرفت فناوری است ضرورت دارد. وی ادامه می‌دهد: «پسر بزرگم نیز در این گونه فضاها وارد شده، اصلاً درس نمی‌خواند و این گوشی‌ها آفتی شده و به جان ما افتاده، چندین بار گوشی همراهش را از او گرفته‌ام اما فایده‌ای نداشته و داد و فریاد راه نداشته است. خانه را قطع کردم تا شاید آنها از این فضا دور شوند؛ اما

مشکل بسیاری از والدین است و بسیاری از والدین نیز در این زمینه مستاصل شده‌اند.» حراست از فرزندان در مقابل کلاهبرداران و سواستفاده کنندگان در فضای اینترنت، امری منطقی و در عین حال ضروری است که می‌توان در قالب چند توصیه آن را عملی کرد. بسیاری از کارشناسان امور تربیتی بر این باورند که باید والدین روش استفاده از فضای مجازی را آموخته و بیاموزند چگونه برخی کاربردها را مسدود کنند؟ زیرا این گونه فضاها، فضای تردد بسیاری از افراد است و از سوی دیگر زمانی را صرف آموزش رفتار صحیح در فضای مجازی برای فرزندان قرار دهند.

برای استفاده فرزندان از اینترنت زمان تعیین کنید

روش‌های مختلفی برای این‌نگه داشتن فرزندان هنگام حضور آنها در فضای مجازی وجود دارد. بی‌تردید، یکی از موثرترین روش‌ها در این زمینه آموزش آنها از سنین پایین و آشنایی و افزایش آگاهی فرزندان درباره خطراتی است که امکان مواجه شدن با آنها در فضای مجازی وجود دارد. همچنین، فرزندان باید چگونگی شناسایی این تهدیدها و خطرات و اقدام‌های ضروری برای مقابله با آنها آرا بگیرند.

گویا از برنامه‌ای که نمی‌دانم چیست؟ استفاده می‌کنند تا وارد اینترنت شوند.

وی ادامه می‌دهد: «در هر میهمانی، زمان خوردن شام و ناهار و در هر شرایطی گوشی‌های همراه در دستشان است، از طرفی نمی‌دانم در چه فضاهایی وارد می‌شوند؟ که این مسئله بیشتر ما را نگران کرده است.»

فاطمه نیرزاده مادر سه فرزند ۱۲، ۱۶ و ۲۲ ساله است

که او نیز چنین نگرانی دارد؛ وی می‌گوید: «یک بار دخترم در فضای مجازی با مردی آشنا شده بود که این آشنایی عواقب عاطفی بدی برای او بوجود آورد، به گونایی که مدتی دچار افسردگی شده بود. دخترم را نزد روانشناس بردم که پزشک، من را در این زمینه بسیار مقصر می‌دانست در حالی که پاره و پاره دخترم را به انواع مختلف، از فضای مجازی دور می‌کردم، اما فایده‌ای نداشت.»

وی ادامه می‌دهد: «پسر بزرگم نیز در این گونه فضاها

وارد شده، اصلاً درس نمی‌خواند و این گوشی‌ها آفتی شده و به جان ما افتاده، چندین بار گوشی همراهش را از او گرفته‌ام اما فایده‌ای نداشته و داد و فریاد راه نداشته است. خانه را قطع کردم تا شاید آنها از این فضا دور شوند؛ اما

یک مشاور: فرزندان را تشویق کنید تا تجربه حضور خود در اینترنت را با شما به‌اشتراک گذاشته و آن را به یک تجربه خانوادگی مبدل کنند.

از فرزندان بخواهید تا هر گونه زورگویی‌های سایبری را به سرعت و از طریق گفت‌وگوی حضوری و یا تلفنی به شما اطلاع دهند.

فرزندانتان شده و برای آنها آرامش بیشتری ایجاد خواهد کرد تا فعالیت‌ها و تجربیاتشان در فضای مجازی را با شما به‌اشتراک بگذارند. حمید طاهریان یک کارشناس امور رایانه‌ای توصیه می‌کند: «رایانه و لپ‌تاپ را در محل‌های شلوغ خانه نگهداری کنید و به کودکان اجازه استفاده از آنها را در اتاق و محل‌های خصوصی شان ندهید. بهتر است رایانه، لپ‌تاپ و سایر دستگاه‌هایی که قابلیت اتصال به اینترنت دارند را در محل‌های عمومی خانه همچون پذیرایی و آشپزخانه که محل رفت و آمد اعضای خانواده است، قرار دهید. این کار سبب نظارت شما و دیگران بر فعالیت‌های مجازی کودکان

و فرزندانتان شده و برای آنها آرامش بیشتری ایجاد خواهد کرد تا فعالیت‌ها و تجربیاتشان در فضای مجازی را با شما به‌اشتراک بگذارند. حمید طاهریان یک کارشناس امور رایانه‌ای توصیه می‌کند: «رایانه و لپ‌تاپ را در محل‌های شلوغ خانه نگهداری کنید و به کودکان اجازه استفاده از آنها را در اتاق و محل‌های خصوصی شان ندهید. بهتر است رایانه، لپ‌تاپ و سایر دستگاه‌هایی که قابلیت اتصال به اینترنت دارند را در محل‌های عمومی خانه همچون پذیرایی و آشپزخانه که محل رفت و آمد اعضای خانواده است، قرار دهید. این کار سبب نظارت شما و دیگران بر فعالیت‌های مجازی کودکان

و فرزندانتان شده و برای آنها آرامش بیشتری ایجاد خواهد کرد تا فعالیت‌ها و تجربیاتشان در فضای مجازی را با شما به‌اشتراک بگذارند. حمید طاهریان یک کارشناس امور رایانه‌ای توصیه می‌کند: «رایانه و لپ‌تاپ را در محل‌های شلوغ خانه نگهداری کنید و به کودکان اجازه استفاده از آنها را در اتاق و محل‌های خصوصی شان ندهید. بهتر است رایانه، لپ‌تاپ و سایر دستگاه‌هایی که قابلیت اتصال به اینترنت دارند را در محل‌های عمومی خانه همچون پذیرایی و آشپزخانه که محل رفت و آمد اعضای خانواده است، قرار دهید. این کار سبب نظارت شما و دیگران بر فعالیت‌های مجازی کودکان

خود را در اینترنت را با شما به‌اشتراک گذاشته و آن را به یک تجربه خانوادگی مبدل کنند. از فرزندان بخواهید تا هر گونه زورگویی‌های سایبری را به سرعت و از طریق گفت‌وگوی حضوری و یا تلفنی به شما اطلاع دهند.» این مشاور می‌گوید: «در تنظیمات کنترل امنیت در مرورگرها، موتورهای جستجو و بسته‌های امنیت اینترنتی برای حضور ایمن فرزندان در فضای مجازی و در صورت امکان از نرم‌افزارهای ویژه کنترل والدین استفاده کنید. پیام‌های اینترنتی ناشناس و متفرقه را مسدود کرده و امکان دسترسی بچه‌ها به اینترنت تنها از طریق یک رایانه خانوادگی که در اتاقی مشترک قرار دارد، برای نظارت هرچه بهتر بر فعالیت‌های اینترنتی فرزندان فراهم آورید. همواره فرزندان را نسبت به این مسئله آگاه کنید که مخاطبان آنلاین آنها در فضای مجازی لزوماً همان افرادی نیستند که بیان می‌کنند. محرمانه نگه داشتن اطلاعات و جزئیات شخصی در فضای مجازی و عدم دسترسی عمومی به آنها، اقدام دیگری است که باید به فرزندان پیش و حین استفاده از اینترنت آموزش داده شود.»

وی ادامه می‌دهد: «فرزندان هرگز نباید بدون نظارت

فردی بالغ با فردی که در دنیای مجازی ارتباط داشته‌اند، در دنیای واقعی نیز ملاقات داشته باشند. ارتباط نزدیکی با کودکان برقرار کرده و با افزایش حس اعتمادی با آن‌ها، این امکان را فراهم کنید تا درباره نگرانی‌های خود پیرامون مکالمات، پیام‌ها و یا رفتارهایی که در فضای مجازی داشته است، صحبت کنند. فرزندان را تشویق کنید تا تجربه

مطمئن باشید فرزندان شما خیلی سریع با فناوری‌های

جدید خو گرفته و با تمامی جنبه‌های آن آشنا می‌شوند. شما باید سریع‌تر از آنها (یا حداقل هم‌گام با آنها) این فناوری‌ها را فرا بگیرید. این کار دو مزیت اساسی دارد. اول اینکه باعث می‌شود راحت‌تر بتوانید فعالیت‌های فرزند خود در شبکه‌های اجتماعی و فضای مجازی را دنبال کرده و بر آن نظارت کنید. دوم اینکه این کار باعث ارتباط نزدیک‌تر شما

خواهد شد. بهتر است خودتان نیز از بردن این گونه دستگاه‌ها

به اتاق و محیط خصوصی خودداری کنید و در محل‌های عمومی خانه از این وسایل استفاده کنید تا به کودکان احساس تبعیض القا نشود.»

وی ادامه می‌دهد: «مراقب تصاویر و مطالبی که

کودکانتان در شبکه‌های اجتماعی ارسال می‌کنند باشید. در یک فضای مجازی ایده‌آل، کودکان هیچ تصویری از خود یا دوستانتان را بدون آگاهی والدین منتشر نمی‌کنند؛ اما در واقعیت این گونه نیست. کودکان ممکن است خواسته یا ناخواسته اقدام به انتشار محتوا و تصاویر در شبکه‌های اجتماعی و فضای مجازی کنند؛ تصاویری که ممکن است حریم خصوصی وی و حتی حریم خصوصی والدین را نیز به خطر بیندازند. بنابراین لازم است که همواره صفحات فرزندان خود در شبکه‌های اجتماعی را دنبال کرده و مطالبی که منتشر می‌کنند را بپذیرید.»

این کارشناس اهل فن در تکمیل صحبت‌هایش می‌گوید:

«کودکان به صورت ذاتی در بسیاری موارد از شما تقلید می‌کنند. سعی کنید خودتان تا آنجا که می‌توانید ملاحظات امنیتی و حفظ حریم خصوصی را رعایت کنید. خودیبه خود، فرزندان نیز متوجه اهمیت این موضوع شده و در فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی‌ای از خود محافظت خواهند کرد. در مورد خطرات فضای مجازی و تأثیرات فعالیت‌های مجازی کودکان در زندگی و آینده با آنها صحبت کنید. به فرزندانتان یاد آور شوید در فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی همه چیز نیست و نگهداری می‌شوند تمامی تصاویری

مطالعه به میزان ۵۰۰ ساعت شده‌اند.»

و ی با اعلام اینکه نزدیک به ۷۰ درصد این کتاها در یک ماه اخیر فعالیت داشته‌اند و ۳۰ درصد این کتاها در یک ماه اخیر هیچ‌گونه فعالیتی از خود نشان ندادند. کمی‌بود. «مطالعه منتشرشده در کتاها به طور متوسط ۱۱۲۵ بازدید داشته‌اند و در مجموع کل بازدید مطالب کتاها به رقم ۱۱۲ تریلیارد بالغ می‌شود. این آمارها نشان می‌دهد هر کاربر فارسی زبان به طور متوسط ۳۰ هزار مطلب از کتاها ی تلگرام مشاهده کرده است که با فرض صرف حدود یک دقیقه وقت برای هر مطلب، این کتاها منجر به افزایش سرانه مطالعه به میزان ۵۰۰ ساعت شده‌اند.»

جدول شماره ۱۰۹۲۰	
ردیف	ستون
۱	۱۵
۲	۱۴
۳	۱۳
۴	۱۲
۵	۱۱
۶	۱۰
۷	۹
۸	۸
۹	۷
۱۰	۶
۱۱	۵
۱۲	۴
۱۳	۳
۱۴	۲
۱۵	۱

افقی:

۱- مشکلی که در این روزهای گرم آفتاب و پهلوان - فشار روحی که باعث هیجان می‌گردد- امپراتور روم که در جنگ با بزرگوار آتشکده آذرگشسب و ایران کرد ۶- همدان برادر آذری است- ساخته دسد- گوشه‌ای در موسیقی ۷- از اقوام بزرگ ایرانی- از اماکن جمع آوری آب باران در مناطق جنوبی کشورمان- شهری در کشور سوئیس ۸- کلمه توحید و یکی از اشعار دشمن شکن مسلمانان- شماره مخصوص ۹- از اقوام وحشی در تاریخ- دقت و ژرفاندیشی- رمز مقدس عملیات پیروزمنند بیت‌المقدس ۱۰- خوب و پسندیده- تنها غزه‌های که حضرت علی علیه‌السلام در آن شرکت داشت- نام دیگر کتا ۱۱- بیماری نفس تنگی- رهبر انقلاب چین- نویسنده و شاعر ۱۲- یکی را هنگام سفرهای دور از دیگران طلب می‌کنند- مسابقه آتموبیلرانی- رفیق مشهدی ۱۳- صدای کشیده شمشیر که به ناله بعضی از درندگان- اگر به همراه بابا آید اثری است از جین بوستر نویسنده معروف آمریکایی- ضمیر جایگزین ۱۴- آفت و آسیب- واحدی در سطح- تابلو تبلیغاتی که در خیابان‌ها و بزرگراه‌ها نصب می‌کنند ۱۵- مسابقه قبل از فوتبال- شاعر شیعی قرن دهم و صاحب مثنوی شاه و درویش.

۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰
۳۱	۳۲	۳۳	۳۴	۳۵	۳۶	۳۷	۳۸	۳۹	۴۰	۴۱	۴۲	۴۳	۴۴	۴۵
۴۶	۴۷	۴۸	۴۹	۵۰	۵۱	۵۲	۵۳	۵۴	۵۵	۵۶	۵۷	۵۸	۵۹	۶۰

عمودی:

۱- یکی از دوزنه‌بردار طلاسی ایران در المپیک ریودوژانیرو- آنچه خواسته دل است ۲- مثنوی از عبید زاکانی- از میوه‌های مناطق گرمسیر ۳- درس‌نخوانده بی‌سواد- از قهرمانان تیم ملی کشتی- شهری در کشور آلمان ۴- وسیله‌ای برای استراحت و خوابیدن- تروتمندان- حیوان

ادب اهل بیت (ع)
محمد مهدی رشادتی / ۹۵/۲۰۰۰/۳۰ تومان / انتشارات یاس بهشت
۰۹۱۲۳۷۱۸۱۰
کتاب حاضر شامل:
تعداد مقالات: ۱۴۰ مقاله کوتاه، حداکثر ۳ صفحه، از هر معصوم ۱۰ مقاله
موضوع مقالات: درباره مهم‌ترین مسائل اخلاقی و تربیتی و آداب اسلامی به صورت کاربردی
تنوع مطالب: در برارنده حدود ۴۰۰ داستان آموزنده، بیش از ۵۸۰ حدیث و شعرهای مناسب.
خلاصه زندگی (ع) معصوم: در آغاز هر فصل خلاصه‌ای از زندگی آن معصوم (ع) آورده شده است.
مطابح کتاب: عموم طبقات بویژه خانواده‌های محترم. زمان استفاده از کتاب: در همه زمان‌ها و به ویژه شهادت‌ها و ولادت‌ها در طول سال در محضر ۱۴ معصوم خواهیم بود.

نیاز به بیداری
علیرضا گودرزی / جلد اول ۹۵/۱۰۰۰ تومان / بخش گسترش
۷۷۲۵۴۱۰۵
فضای جهان مانند حباب متراکمی است که روز به روز، رو به گسترده می‌گذارد و این انبساط تا زمان ناعلمومی ادامه خواهد داشت. شکل‌گیری جهان، به وجود آمدن فضا و زمان از مباحث مهم کتاب است. ... عشق نیروی برای سرآغاز خلق جهان و ادامه حیات بوده و جهان بر مبنای جاذبه و وجود آمده است. عشق، جاذبه نیروی الکترو استاتیکی بین ذرات است و زمانی که این نیرو کاهش یابد، دیواره جهان دچار ترک خوردگی می‌شود و در نهایت به فروپاشی منجر می‌شود. در این کتاب با هفت مرحله از بیداری - که به شناسایی بهتر جهان کمک می‌کند- آشنا می‌شوید. انعکاس نیمة دوم جهان، عشق، فریب، نقش اثرش‌ها در کنترل جهان و...

حکایت سینما تو گراف
واکاوی تاریخ سینمای ایران جلد اول
نیمه پنجاه جلد شصت و دوم / دکتر پژوهش‌های مؤسسه کیهان / سعید مستغاثی / ۱۸/۰۰۰ تومان /
۳۳۱۱۰۲۰۱
کتاب حاضر به واکاوی تاریخ سینمای ایران تا ابتدا زمان پیروزی انقلاب می‌پردازد. به ریشه‌ها و زمینه‌ها و ماهیت افراد و جریان‌اتی می‌پردازد که در دورانی خاص سینما را به ایران وارد کردند و گسترده و رشد دادند و برایش سالن نمایش و استودیوی فیلمسازی برپا کردند و فیلم ساختند و اکران کردند و...

موفقان و ناشران محترم
بازگشتنای صفحه ناز‌های کتاب در روزنامه کیهان نقشه راهی است برای آشنایی که کتاب را بخشی از زندگی می‌دانند و با کتاب زندگی آرامی را سپری می‌کنند.
شماره تماس: ۳۳۱۱۳۰۸۵ - ۳۳۱۹۱۷۵ - ۳۳۱۱۰۵۱
۹ و ۰۶ - ۳۳۱۱۰۵۱ داخلی ۲۴۵۸ - ۲۲۳۹۹ - ۲۲۲۱

مبانی قرآنی اندیشه‌های سیاسی امام خمینی (ره)
سیدرضا فقیهی / ۱۰/۰۰۰ تومان / زمزم هدایت
۰۹۱۲۳۲۳۲۸۸۷ - ۰۲۵ - ۳۷۷۲۰۷۳۵
اندیشه‌های سیاسی امام خمینی (ره) مهم‌ترین موضوع تأثیرگذار در سراسر جهان و مهم‌ترین شاخص تفکر انقلاب اسلامی و سرمشق آزادخواهان بوده و هست. آبخشور اندیشه‌های امام و الهام‌بخش او در شروع نهضت و تداوم انقلاب و رهبری جمهوری اسلامی و جهان اسلام «قرآن» بود و امروزه یکی از ضروری‌ترین مسئولیت‌ها، بررسی و شناخت این منبع جهان‌بینی و اندیشه‌های قرآن است. این کتاب در پی پاسخ به این پرسش است که ریشه و منشأ اندیشه‌های سیاسی امام کدام آیات قرآن کریم است.

بدیع الحکمه یا لطایف حکیمانه
آیت‌الله مجتهدی تهرانی
۲۰/۰۰۰ تومان / بوستان قرآن
۰۹۱۲۵۲۱۵۴۳
۲۶۰ حکایت اخلاقی، عرفانی و پندآموز از مواظظ و کلام حضرت آیت‌الله مجتهدی تهرانی را در این کتاب بخوانید. احادیث روح و تازه می‌کنند. شما هنگامی که این احادیث را می‌شنوید، خستگی تان رفع می‌شود اما کسانی که این احادیث را نمی‌شنوند، همیشه خسته‌اند و متوجه هم نیستند که

اثرات بلندمدت ضعف‌های کلان بخش وزارت نیرو بر خانواده‌ها
عبدالحالی قاضی / انتشارات شیراز / ۵۰۰۰ تومان
هر کدام از کارکردهای خانواده با لایه‌های عمیق‌تر نیازهای فردی شامل نیازهای فیزیولوژیک، ایمنی، تعلق، شایستگی و توانایی پیوند دارند و خانواده‌ها بخش اعظمی از این نیازها را در ارتباط با جامعه برآورده می‌کنند. قوانین نیز قاعداً برای برآوردن این نیازها و ایجاد بستر لازم برای تعالی انسان‌ها طرح و تصویب می‌شوند. بنابراین هر ماده قانونی چه مستقیم و چه غیرمستقیم بر کارکرد خانواده اثر می‌گذارد و بایستی به روشی از احتمال تأثیرات منفی مواد قانونی جلوگیری نمود.

رازهای دهه شصت
نیمه پنجاه جلد چهل و دوم، مرتضی صفارهندي / دفتر پژوهش‌های مؤسسه کیهان ۳۳۱۱۰۲۰۱
کتاب حاضر حاصل ۶ سال تأملات و پژوهش‌های مؤلف است. نویسنده در فرآیند پژوهش و تحریر کتاب رازهای دهه شصت تنها به مطالعات کتابخانه‌ای و اسناد منتشر شده اکتفا نکرده است، بلکه در کسوت یک پژوهشگر حرفه‌ای به عرصه تاریخ شفاهی نیز پا نهاده و ششما با شاهدان عینی و شخصیت‌های مطلع از روند انقلاب اسلامی به گفت‌وگو پرداخته است.