



علن‌محمدی/ایران

در گفت‌وگو با «ایران» بر لزوم بازگشت به تعاملات اجتماعی در فضای مدرسه و دانشگاه تأکید شد

بیرون آمدن از پستوهای فضای مجازی

◀ **اکرم رضایی‌فانی**
 خبرنگار

ورود اینترنت‌ب‌به زندگی انسان علاوه بر اینکه محاسن زیادی داشت اما نگرانی‌هایی را هم به وجود آورد. این نگرانی بویژه برای خانواده‌هایی که دارای فرزند کودک و نوجوان هستند، بیشتر بود. این مسأله به تمام جوامع نیز مبرومی‌می‌شود و صرفاً مختص جامعه ما نیست. مبرهن است که فضای مجازی مجموعه‌ای از نکات مثبت و منفی است، اما توجه به مزایای استفاده از فضای مجازی نباید ما را از تهدیدهای آن غافل کند.

یکی از نکات و مسائلی که در پی استفاده از بستر مجازی و امکانات آن باید به آن توجه کرد، نقش فضای مجازی در رشد، گسترش و پیاپی‌گیری از آسیب‌های اجتماعی است. برخی از آسیب‌های اجتماعی، در فضای حقیقی کم و بیش وجود داشته‌اند و فضای مجازی نقشی تسهیل‌کننده، مکمل و یا سرریز را در رابطه با آنها ایجاد می‌کند.

این آسیب‌ها چه فضای مجازی باشد چه نباشد در جامعه وجود دارند اما برخی آسیب‌ها در فضای مجازی شرایط رشد بیشتری دارند و چون اغلب افراد در خلوت خود با آن قرار دارند، بیشتر در معرض آن قرار می‌گیرند. یعنی حتی اگر پیام‌های ردوبدل شده در فضای مجازی امور مثبت و متعالی باشند، باز در درازمدت مشکلاتی را برای کاربران خود به وجود می‌آورند. ویژگی این آسیب‌ها این است که چون به ماهیت فضای مجازی مربوط می‌شوند، با حذف فضای مجازی از بین می‌روند. آسیب‌های روانی و شخصیتی، از میان بردن خوشبختنداری روانشناختی و اخلاقی، بحران هویت و اختلال در شکل‌گیری شخصیت، اعتیاد به اینترنت، اتلاف وقت، خشونت رفتاری و کاهش ارتباط‌خانوادگی از جمله آسیب‌های استفاده زیاد از اینترنت و فضای مجازی است. «ایران» در خصوص موارد عنوان شده بویژه آسیب‌هایی که وابستگی به بستر اینترنت می‌تواند برانزوا و در پی آن براختلال شخصیتی جوانان اثر بگذارد، گفت‌وگویی با ابراهیم نعیمی مدیر کل دفتر مشاوره و سلامت سازمان امور دانشجویان وزارت علوم داشته که در ادامه می‌خوانید:

■ **با شیوع کرونا در پی استفاده مستمر از بستر فضای مجازی جهت آموزش‌های آنلاین، بروز اختلالات هویتی و شخصیتی چندر مشهود بوده و چطور می‌توان آنزوا یا اختلال‌های به وجود آمده را مرتفع کرد؟**

علن‌محمدی/ایران

در گفت‌وگو با «ایران» هنر سازگاری با معلولیت بررسی شد

تاب آوری عامل مؤثر در پذیرش معلولیت

◀ **اسمیه افشین‌فر**
 خبرنگار

گوش‌هایش مدتی بود دیگر مثل سابق نمی‌شنید، دنیایش ساکت‌تر شده بود، بچه‌ها که با دکترش صحبت کرده بودند خواسته بود که از سمعک استفاده کند، سمعک هم خریده بودند ولی نمی‌توانست از سمعک استفاده کند، حس خوبی به آن نداشت، چند روز پیش در خیابان نزدیک بود تصادف کند چون صدای بوق ممتد ماشین را نشنیده بود ولی باز هم حاضر نبود به سراع سمعکی که گوشه کمد اتاق خاک می‌خورد برود، مدتی از تار شدن چشم‌هایش هم می‌گذشت و دیدش به اشیاء، براحتی و شگافی گذشته نبود هر چه شبیه عینک را هم تمیز می‌کرد فایده‌ای نداشت. دکتر گفته بود به احتمال زیاد دیابت به چشم‌مانش آسیب زده و همین روزها اگر هر چه زودتر برای اقدامات درمانی مراجعه نکند یا ناینیایی فاصله چندانی ندارد ولی به روی خودش نمی‌آورد و سعی می‌کند کارهای روزانه‌اش را به نحو احسن انجام دهد تا مبادا کسی شک کند و بخواهد او را به دکتر ببرد.

همه ما حتماً با سالمندانی در میان نزدیکانمان مواجه شده‌ایم که به‌دلیل کپولت سن برخی از توانایی‌های گذشته را از دست می‌دهند و کم‌کم دچار معلولیت می‌شوند. معلولیتی که متأسفانه پذیرش آن از سوی این افراد همواره با مقاومت روبه‌رو می‌شود. البته این‌نوع مقاومت معمولاً در میان کسانی که از نظر جسمی سالم هستند و به‌مرور ی‌بر اثر حادثه‌ای

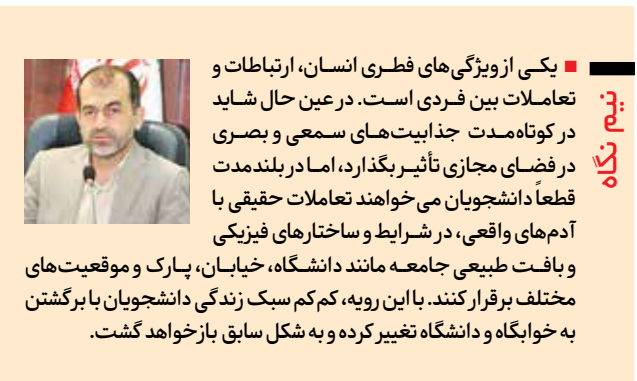
خود را آغاز کرده‌اند. تقریباً می‌توان گفت حدود ۷۰درصد دانشجویان کارشناسی به دانشگاه آمده‌اند، بنابراین نمی‌توان ارزیابی با دقتی درباره این اختلالات داشت اما در این زمینه یک طرح خیرمقدم داریم که طبق آن اعلام شده؛ مراکز مشاوره و مددکاری مانند قبل رفتار نکنند و به گونه‌ای نباشند که دانشجو خود به آنها مراجعه کند بلکه با شیوه و پیشنهاد جدید، فعلا‌نه رفتار کنند یعنی به دانشگاه وخصوصاً به خوابگاه‌ها بروند و با دانشجویان گفت‌وگو و دیدار داشته باشند. در اینجا دیدار با دانشجویانی که در خوابگاه‌ها هستند خیلی اولویت دارد. مشاورین می‌توانند به دیدار دانشجویان بروند و وضعیت روانشناختی و بین فردی آنان را بسنجند و با آنها گفت‌وگو کنند.

■ **اگر دانشجویی دارای نشانه‌ای از اختلالات روانشناختی داشت، چه کمکی به آن خواهد شد؟**

اگر علائمی در فردی مشاهده شود و بر حسب نیاز، آنها یک فرم کوچک و مختصر را پر می‌کنند؛ در غیر این صورت همان‌جا گفت‌وگویی انجام می‌دهند که هم می‌تواند دانشجویان را با خدمات مرکز مشاوره آشنا کند و هم یک سنجشی می‌شود تا وضعیت سازگاری

کند. کسانی که دچار بحران هویت شده باشند گویی فلسفه وجودی‌شان هماهنگی و انطباق‌پذیری‌هایی که باید با جامعه داشته باشد را ندارد. آنها تصور می‌کنند به‌عنوان یک تافته جدا بافته؛ هر کار، رفتار و تمایلاتی که داشته باشند را می‌توانند انجام دهند. لذا با کلیت جامعه، انحراف معیار پیدا کرده و در نهایت باعث برخورد از طرف نزدیکان، خانواده و دیگران می‌شود و ممکن است دچار آنزوا شوند. برخی افراد نیز در این زمینه دچار افسردگی خواهند شد و چالش‌های مختلفی در مسیر زندگی برای آنها به وجود می‌آید. به هر حال کسانی که با این‌نوع افراد زندگی

کنند. کسانی که دچار بحران هویت شده باشند گویی فلسفه وجودی‌شان هماهنگی و انطباق‌پذیری‌هایی که باید با جامعه داشته باشد را ندارد. آنها تصور می‌کنند به‌عنوان یک تافته جدا بافته؛ من برعکس خیلی از افرادی که اعتقاد دارند باید کارهای زیادی انجام دهیم تا این‌جسبندگی دانشجو به فضای مجازی را کم کنیم، معتقدم حضور دانشجویان در کلاس درس و این تعاملات، به اینک‌ه جسبندگی کم شود کمک می‌کند تا آنها بتوانند دوباره سبک زندگی جدید خود را از سر بگیرند. بالاخره ما دو سال درگیر کرونا بوده‌ایم، دانشجویان جدید از قبل فضای مدرسه



■ **یکی از ویژگی‌های فطری انسان، ارتباطات و تعاملات بین فردی است. در عین حال شاید در کوتاه‌مدت جذابیت‌های سمعی و بصری در فضای مجازی تأثیر بگذارد، اما در بلندمدت قطعاً دانشجویان می‌خواهند تعاملات حقیقی با آدم‌های واقعی، در شرایط و ساختارهای فیزیکی و بافت طبیعی جامعه مانند دانشگاه، خیابان، پارک و موقعیت‌های مختلف برقرار کنند. با این رویه، کم‌کم سبک زندگی دانشجویان با بر گشتن به خوابگاه و دانشگاه تغییر کرده و به شکل سابق باز خواهد گشت.**

علن‌محمدی/ایران

می‌کنند، نمی‌توانند اخلاق‌ها، رفتارها و نوع تعامل آنها را بپذیرند و همین باعث می‌شود بر حسب نوع رفتارهایی که دیگران با آنها دارند، فرد دچار اختلال شده و کنش‌هایی از خود بروز دهد.

■ **گفته می‌شود طی دو سال اخیر که با کرونا درگیر بودیم، روی آوردن به آموزش مجازی موجب شده جوانان تمایل بیشتری به آنزوا و تنهایی داشته باشند؛ این ویژگی اگر ادامه یابد، چه مضراتی خواهد داشت؟**

واقعییت این است که یکی از دانشکده‌های ما یک نگرش‌سنجی انجام داده بود و طبق آن بیش از ۶۵درصد دانشجویان به حضور شدن دانشگاه تمایل داشتند. یعنی یکی از ویژگی‌های فطری انسان، ارتباطات و تعاملات بین فردی است. در عین حال شاید در کوتاه‌مدت جذابیت‌های سمعی و بصری در فضای مجازی تأثیر بگذارد، اما در بلندمدت قطعاً دانشجویان می‌خواهند تعاملات حقیقی با آدم‌های واقعی، در شرایط و ساختارهای فیزیکی و بافت طبیعی جامعه مانند دانشگاه، خیابان، پارک و موقعیت‌های مختلف برقرار کنند.

■ **نشانه‌های رفتاری دانشجویانی که در این مدت دچار اختلال یا بحرانی در اجتماع، خانواده و دوستان شده باشند، چیست؟**

این اختلالات در هر فردی متفاوت است اما دانشجویانی که اوقات زیادی در فضای مجازی بوده‌اند، نسبت به جامعه فاصله بیشتری می‌گیرند . طبیعت انسان، مدنی‌الطبع بوده یعنی اجتماعی است و ضرورت دارد مناسبات اجتماعی خود را به نحو مطلوب با دیگران تنظیم



یوسف‌نصالح‌شاهی/ایران

بر محدودیت‌های موجود مسیر توانمندی را بیپیمایند و در عرصه مناسبات اجتماعی، نقش آفرین باشند. این روانشناس در ادامه بر مداخله بهنگام تأکید می‌کند و می‌گوید: مداخله بهنگام یعنی ارائه خدمات مشاوره و توانبخشی به افراد دارای معلولیت و خانواده‌های آنان در کوتاه‌ترین زمان پس از بروز معلولیت. مداخله بهنگام اصلی‌ترین عاملی است که پذیرش و سازگاری با معلولیت را برای این افراد و سایر اقوام خانواده آنان امکان‌پذیر می‌کند. در فرایند مداخله بهنگام، روانشناسان و متخصصان آموزش و توانبخشی معلولان به فرد معلول و خانواده وی کمک می‌کنند تا

در این زمینه باید چه اقدامی انجام داد؟

بله همین‌طور است، چراکه در این دو سال دانش‌آموزان در کنار خانواده بوده‌اند و اکنون دچار اضطراب جدایی شده‌اند. اضطراب جدایی یعنی کودکان به فضایی که بودند تعامل بسیار زیادی با اعضاء درجه یک خانواده خود داشتند و اکنون که می‌خواهند از آنها جدا شوند و به مدرسه بروند، تصور می‌کنند قرار است آنها را از دست بدهند زیرا شدیداً به فضای در کنار خانواده بودن و برگزاری کلاس‌ها در تخت‌خواب‌ها عادت کرده‌اند که حل این مسأله زمان می‌برد و به هیچ‌وجه نباید عجله کرد، زیرا قطعاً حل خواهد شد و مشاوران فردی می‌توانند کمک زیادی در این زمینه انجام دهند. به‌عنوان مثال توصیه می‌شود خانواده‌ها برای فرزندان‌ی که اضطراب بالایی دارند، سرویس مدرسه تهیه نکنند و خودشان دانش‌آموزان را به مدرسه ببرند و بیاورند. حتی آنهایی که استرس بالاتری دارند و الدین‌شان می‌توانند مدت کوتاهی را در حیاط یا بیرون از مدرسه بمانند تا دانش‌آموز آنها را ببیند. این موضوع شاید در دانش‌آموزان اول، دوم و سوم بیشتر باشد اما دانش‌آموزان بزرگ‌تر خیلی زود از این فضا خارج خواهند شد.

■ **آیا آموزش در فضای مجازی شاخصه بخصوصی دارد؟**

بله، ما آماده ورود به فضای مجازی نبودیم و سبک درست زیستن در فضای مجازی در قالب‌های مختلف را به فرزندان خود آموزش ندادیم و ناگهان در شرایطی قرار گرفتیم که مجبور شدیم براحتی و بدون هیچ حد و مرزی گوشی و تبلت را در اختیار دانش‌آموزان و دانشجویان قرار دهیم. لذا یکی از سواد رسانه‌ای یا حضور در فضای مجازی بوده است. شاید بهتر بود آموزش و پرورش ما از همان ابتدا به دانش‌آموزان این موضوع را آموزش می‌داد که اگر می‌خواهید سر کلاس مجازی حضور داشته باشید، لطفاً نیم ساعت زودتر بیدار شوید، صبحانه بخورید، لباس رسمی مدرسه بپوشید و یک گوشه از اتاق بنشینید. به‌طور کلی باید یک مختصات رسمی از فعالیت در فضای مجازی به دانش‌آموزان می‌آموختند. از طرفی کودکان باید در فضای خانواده به کارهای دیگری هم گماشته شوند و هرگز به حال خود رها نشوند. بعضاً نه آموزش و پرورش کاری انجام می‌دهد و نه خانواده؛ دارند بچه‌ها یک گوشه ساکت بنشینند و کاری به آنها نداشته باشند از این‌رو با سرگرمی دانش‌آموزان با گوشی موبایل، جسبندگی آنها به فضای مجازی بیشتر می‌شود. اکنون کودکان باید از فضای خلوتی که انواع بازی‌ها و جذابیت‌های سمعی و بصری دارد، دل بکنند. این دل‌کندن به یک‌باره و در بازه زمانی کوتاه، سخت‌است و زمان می‌برد تا مسأله مرتفع شود.