

## پیشگیری از آسیبهای فضای مجازی



اداره کل تعاون ، کار و رفاه اجتماعی استان تهران

مدیریت اجتماعی

۹۷

مطالب پیش رو می تواند به عنوان  
”قوانین“ استفاده از فضای مجازی در خانه شما  
 مطرح شود که متناسب با شرایط و مقاطع زمانی  
 و خانواده قابل استفاده است.

۱- به یاد داشته باشیم لزوماً تمام اطلاعات فضای مجازی صادقانه و  
درست نیست.

۲- بهتر است اطلاعات شخصی ، خانوادگی محرمانه اعم از آدرس، تلفن  
منزل، شماره پلاک واحد را در شبکه های مجازی منتشر نکنیم.

۳- کلمه عبور و کاربری خود را به افراد ناآشنا و خارج از دایره خانواده خود  
(حتی دوستان قدیمی) ندهیم.

۴- زمان های استفاده از فضاهای مجازی را به گونه ای مدیریت کنیم که  
سایر فعالیت های شخصی ، اجتماعی و خانوادگی تداخل نداشته و لطمه  
وارد نکند.

۵- مراقب داند عکس ها ، فایل ها و ... باشیم ، ممکن است برخی از آنها  
و ویروس های خطرناکی باشند.

۶- در هنگام خریدهای اینترنتی به معتبر بودن فروشگاه ، تجربیات آشنایان  
و رعایت کلیه مسایل امنیتی دقت زیادی داشته باشیم.

۷- به یاد داشته باشیم هیچ چیز در اینترنت محرمانه نیست و نخواهد ماند.

۸- اطلاعات محرمانه از قبیل عکس ها ، و اطلاعات مالی و ... را در گوشی  
های خود نگه نداریم چون به راحتی در شبکه های مجازی مورد سوء  
استفاده قرار می گیرند.

۹- جهت تعمیر خرابی های گوشی ، حتی الامکان ابتدا تمام اطلاعات آن را  
تخلیه کرده و سپس آن را برای تعمیر به مراکز معتبر و قابل اعتماد تحویل  
دهید چون فرصت را برای سودجویان فراهم می کنید.

## شبکه های اجتماعی چیست؟

هر بستری که قابلیت به اشتراک گذاشتن عکس/ویدئو/  
اطلاعات/موسیقی / و غیره را داشته باشد ” شبکه  
اجتماعی ” می نامیم.

با استفاده بیش از حد از شبکه های اجتماعی نه تنها وقت کمتری  
برای گذراندن وقت ( به صورت حقیقی و فیزیکی ) با خانواده و  
دوستان خواهیم داشت، بلکه کم کم از ” شبکه روابط و حمایت  
های عاطفی و اجتماعی “ هم فاصله خواهیم گرفت و افراد به مرور  
زمان تمایل کمتری برای صرف وقت کنار شما خواهند داشت  
همچنین گفت و گوهای بین فردی کم و کم تر می شود.

همین امر منجر به افت اخلاقی ، پرخاشگری ، افزایش  
سوءتفاهم و کاهش صمیمیت و اعتماد می شود.

شبکه های اجتماعی متشکل از افراد، گروه ها و ارتباطات بین  
آنهاست . افرادی که درحقیقت ” اهداف واقعی “ آنها هرگز مشخص  
نیست

# پیشگیری از آسیبهای

## فضای مجازی

اداره کل تعاون کار و رفاه اجتماعی

استان تهران

مدیریت اجتماعی



### والدین بخوانند و بدانند!!

۱- برای استفاده از اینترنت و فضاهای مجازی دستورالعمل ها و قوانین منطقی وضع کنید و در اجرای آنها جدی باشید ولی سخت گیرانه و غیر منطقی نباشید.

۲- زمان و مکان را کنترل کنید یعنی فضای استفاده از اینترنت و کامپیوتر باید در محلی در معرض دید و در زمانهای متعارف باشد.

۳- فعالیتهای خانوادگی، مشارکتی با هیجان و متفاوت را در اولویت قرار دهید و به نظر فرزندان نیز اهمیت بدهید.

۴- همیشه یک قدم جلوتر از فرزندانتان باشید و خودتان را با پیشرفت فضای مجازی به روز کنید تا همیشه آگاهانه بر آنها نظارت بالغانه داشته باشید.

۵- از برنامه ها و سرویس های ناظر بر سایت ها استفاده کنید تا متوجه جستجوی فرزندانتان باشید.

۶- زمینه فعالیت های فیزیکی، هنری، ورزشی و تفریحی، همراه با خانواده را بیشتر فراهم کنید، حتی دورهمی های ساده ولی شاد.

۷- به گوشه گیری، کم خوابی، تغییر نوع خلق، ساعت های بیداری در شب، تلفن های بدموقع و مشکوک، دریافت هدایای نقدی و غیر نقدی ناگهانی و هر علامت مشکوک دیگر در فرزندانتان دقت کرده و بالغانه با او صحبت کنید تا مشکل او را یافته و آن را حل کنید.

۸- سعی کنید اول خودتان یک الگو و سرمشق مناسب باشید

### برخی آسیب ها و پیامدهای شبکه های

#### اجتماعی:

۱- انتشار عکس های شخصی و خانوادگی با کمترین میزان رعایت اصول اخلاقی، عرفی و امنیتی.

۲- فروپاشی خانوادگی و افزایش طلاق

۳- وابستگی شدید به شبکه های مجازی و اعتیاد به اینترنت

۴- ایجاد فضای غیر متعارف که باعث افزایش گرایش به خودنمایی روز افزون در پسران و دختران می شود.

۵- افزایش سوء استفاده از دختران و زنان

۶- ترویج ضد ارزش ها، بی بند و باری، مصرف گرایی، مدگرایی، مارک گرایی در جوامع مختلف دنیا

۷- ترویج فرهنگ تقلید کورکورانه و جلوگیری از تفکر و رشد عقلانی

۸- ترویج بی مسئولیتی و عدم پاسخگویی به وظایف

