



# سواد رسانه‌ای را جدی بگیریم!

**امام حسن مجتبی (علیه السلام):**

عجیب است کار کسی که مراقب خوراک بدن خویش است اما مواظب خوراک عقلی نیست. شکمش را از چیزهایی که برای او مضر است نگه می‌دارد، اما سینه اش را از آن چه برایش مضر است مراقبت نمی‌کند!

هرچند بسترهای ارتباطی از جمله فضای مجازی و شبکه های اجتماعی جذابیت و محاسن غیر قابل انکاری دارند، اما اگر شما نسبت به حضور و استفاده خود دقت نظر کافی را نداشته باشید و باید ها و نباید ها را رعایت نکنید، ممکن است آسیب هایی متوجه شما شود که گاهی غیر قابل جبران است. ما در این بروشور سعی کرده ایم به مهم ترین آسیب ها اشاره نموده و تکنیک های استفاده صحیح از فضای مجازی را به شما آموزش دهیم.

تهیه کننده : میرعلمی - معاون فناوری

## گستره فضای مجازی در جهان

پیش بینی می‌شود آمار کاربران فضای مجازی تا سال ۲۰۲۰ به حدود ۷۰ درصد جمعیت جهان برسد و این حتی از آمار مجموع کسانی که در جهان به برق و آب آشامیدنی سالم دسترسی دارند، بیشتر است!



### برخی از آسیب های فضای مجازی:

**عدم رشد هوش اخلاقی:** فضای مجازی از آنجا که خودمحوری را در افراد تقویت می‌کند، باعث می‌شود افراد در مؤلفه هایی مانند صبر، گذشت، انصاف و همدلی نتوانند به رشد کامل برسند. **عدم رشد مناسب هوش هیجانی:** توانایی افراد در ارزیابی صحیح عواطف و احساسات خود و دیگران و کنترل احساسات خود در فضای مجازی کاهش می‌یابد.

**اعتیاد اینترنتی:** علاقه شدید به هر چیزی و صرف زمان، اعتیاد به آن را برای فرد به بار می‌آورد. فضای مجازی دنیای تودرتو و بی‌نهایتی است که هر کس گرفتار آن شد و به آن علاقه مندی بیش از حد نشان داد، در دام آن گرفتار خواهد شد.

از جمله پیامدهای اعتیاد اینترنتی می‌توان به موارد زیر اشاره کرد: **استرس** گوشه گیری و افسردگی **کاهش تمرکز فکری** بالرفتن فشار خون **ضعیف شدن بینایی** **دردهای مفاصل**

**اعتیاد، اعتیاد است**



صفحه دوم

### زود باور نباشیم!

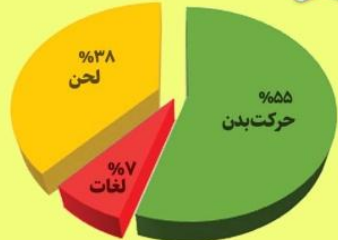
زودباوری یعنی اینکه مطالب و اخبار را بدون داشتن مستندات کافی، قراین و دلایل منطقی بپذیریم. در قاب دنیای مجازی بسیاری از حقایق واژگونه به تصویر کشیده می‌شوند. بسیاری از نوشته ها با دقتی فراتر از صداقت و بسیاری از تصاویر با ویرایشی ماورای انصاف به اشتراک گذاشته می‌شوند.

سعی کنید در هنگام توجه به قاب تصویر مجازی از حقیقت بیرون آن غافل نشوید!



### عوامل موثر در انتقال پیام

نمودار روبرو مربوط به تاثیر سه عامل حرکت بدن، لحن و لغات در انتقال یک پیام است!



نمودار بالا مشخص می‌کند که عمده سوتفاهم های روزانه ما در فضای مجازی در ارتباط با دیگران به این دلیل است که بهره مندی از ابزارهایی مانند حرکات بدن و لحن در فضای مجازی بسیار کاهش می‌یابد، **ابزارهایی که در انتقال صحیح یک پیام بسیار موثر هستند!**

حال با این نکته تحلیل کنید با کاهش میزان این ابزارها در فضای مجازی امکان ایجاد **سوتفاهم** و همچنین **تولید شایعات** چگونه افزایش می‌یابد؟

- راهکارهای مبارزه:**
- ۱ برای کارهای لازم و ضروری سراغ فضای مجازی بروید. ۲ برای مدت زمان استفاده حتماً زمان بندی داشته باشید. ۳ از وبگردی های بی هدف پرهیز کنید ۴ مواظب باشید از مسیر هدفی که برای آن به فضای مجازی رفته‌اید، خارج نشوید.

صفحه سوم

صفحه اول