بسمه تعالی

جمهوری اسلامی ایران

اموزش و پرورش استان تهران

**چگونه توانستیم آسیب های روانی وارد شده به دانش آموزان در کلاس مجازی را کاهش و بهبود ببخشیم؟**

**نام و نام خانوادگی مولف اول / مجری اصلی :**

**مریم السادات طباطبایی حصنی**

**رشته تحصیلی:فلسفه تعلیم وتربیت**

**آخرین مدرک تحصیلی :فوق لیسانس**

**دوره تحصیلی:متوسطه**

**سمت فعلی: دبیر و معاون آموزشگاه دبیرستان آرین**

شماره پرسنلی: ۹۴۰۲۲۴۷۲

سال۱۴۰۰-۱۳۹۹

**چکیده:**

در دنیای امروزی که فضای مجازی گسترش یافته است؛ علی الرغم که این دنیا مبهم و بسیار جذاب اما روز به روز اهمیت فضای مجازی گسترده‌تر می شود؛ دنیای پیرامون ما برای رشد و گسترش به زمان بیشتری نیاز دارد. فضاهای مجازی در ابعاد مختلف زندگی انسان تاثیرگذارند. در شکل دهی به هویت نقش دارند و حتی روی ابعاد اقتصادی, اجتماعی و سیاسی جامعه هم اثر دارند. فضاهای مجازی با آن که عمر خیلی زیادی ندارند. اما توانسته اند در زندگی مردم جا باز کنند و شکل روابط میان افراد را تغییر دهند. با توجه به این که افزایش سرعت تکنولوژی و ارتباطات استفاده از فناوری نوین و ارتباطی و مجازی را امری ضروری می کند؛ در حال حاضر نیز به دلیل قرار گرفتن در شرایط کرونا و شروع کلاس های مجازی اهمیت شناخت جهت بهبود و کاهش تاثیرات مخرب آن هستیم. در این اقدام پژوهی درصدد است با توجه به اهمیت فضای مجازی در دنیای کنونی آسیب های روانی وارد شده به دانش آموزان در کلاس مجازی را در مرحله‌ی اول شناسایی و سپس چگونه توانستیم آسیب‌ها کلاس‌های مجازی را کاهش و بهبود بدهیم؟

**واژگان کلیدی:** آسیب های روانی، دانش آموزان، کلاس مجازی

**مقدمه:**

امروزه استفاده از رایانه، زندگی بشر را در تمامی وجوه دگرگون ساخته است. مطالعات انجام شده در ارتباط با برنامه های توسعه اغلب کشورها، نشان دهنده محوری بودن نقش فناوری اطلاعات و ارتباطات در این گونه برنامه هاست. فناوری اطلاعات و ارتباطات را می توان به عنوان ابزاری نیرومند برای ارتقای کیفیت و کارایی آموزش مورد استفاده قرار داد به گونه‌ای که شیوه سنتی آموزش را دستخوش تغییر قرار داده و دیگر نیازی به حضور فیزیکی در کلاسهای درس نباشد.

انفورماتیک، تله ماتیک ارتباط راه دور به کمک رایانه و مخابرات، مجموعه ای را پدید آورده که منشا انقلاب سوم بر پایه صنعت اطلاع رسانی شده است انقلابی که محور آن دسترسی به اطلاعات، جست وجو و بازیابی اطلاعات در مدت زمان محدود و هزینه معقول است و نهایتا موجبات تحقق دهکده جهانی و جامعه اطلاعاتی را پدید می آورد. تعاریف متعددی از جامعه اطلاعاتی ارائه شده است ولی محوریت چنین جامعه‌ای، اطلاعات وتولید ارزشهای اطلاعاتی نه تولید ارزشهای مادی است.

فناوری اطلاعات، زیست شناسی و ژنتیک ملکولی و فناوری نانو، امروزه به عنوان موِلفه های انقلاب علمی صنعتی سوم محسوب میشوند. فناوری اطلاعات شاخه ای از فناوری است که با استفاده ازسخت افزار، نرم افزار و شبکه افزار، مطالعه وکاربرد داده و پردازش آن درزمینه های ذخیره، ویرایش، انتقال، مدیریت، جابه جایی، مبادله و کنترل را امکان پذیر می سازد. فناوری اطلاعات وارتباطات خود به تنهایی نقش مهمی را درتوسعه جوامع ایفا می کند.

آموزش، تجربه ای است مبتنی بر یادگیری که به منظور ایجاد تغییرات نسبتا ماندگار در فرد صورت می گیرد. یادگیری، به عنوان یکی از نیازمندی‌های اساسی انسان، تحت تاثیر روش های نوین ناشی از کاربرد فناوری اطلاعات قرار گرفته است. کلاس مجازی یکی از محصولات فناوری اطلاعات و ارتباطات در زمینه آموزش است. در این روش، آموزشهای مورد نظر درمکانی مشخص ارائه و سپس با بهره برداری از روشهای انتقال همزمان یا ناهمزمان به مکان دیگر منتقل می‌شود.

**توصیف وضعیت موجود:**

اینجانب مریم السادات طباطبایی شاغل در آموزش و پرورش و مدرس دانشگاه علمی و کاربردی در حال خدمت به دانش‌آموزان می‌باشم. که تقریبا اکثر آنها با با رسانه‌های امور جمعی و شبکه‌های ماهواره‌ای و گوشی‌های همراه و رایانه در ارتباط هستند. با گذشت چند هفته اول تحصیلی سال۱۴۰۰-۱۳۹۹ و گسترش یافتن سیر صعودی تدریس های مجازی در مدرسه مراجعات زیادی از والدین داشتیم و اعتراض آنان را در این مورد شنیدیم که فرزندان آنها مشغول به تحصیل هستند که تا قبل از شیوع کرونا و غیر حضوری شدن آموزش مدارس حتی برای بازی کردن حق استفاده از گوشی همره را نداشتند. اغلب آنها با اشاره به اینکه به رغم تمکن مالی تا پیش از شیوع کرونا حتی فکر تهیه دستگاه گوشی برای فرزندشان را درذهن تصور نکرده بودند، قبل از غیرحضوری شدن کلاس های درس همواره سعی می کردم تا فرزندان مون را قانع کنیم که استفاده از فضای مجازی شرایط سنی و پختگی دارد اما امروز استفاده از تلفن همراه حتی برای دانش آموزان در هر خانه ای مجاز شده است.

و در مواردی والدین دیگر اظهار نظر می‌کردند که امروز به دلیل اجباری که در بخش آموزش‌ها از طریق فضای مجازی وجود دارد، دیگر نشانی از گذراندن دوران کودکی و نوجوانی با بازی وجود ندارد و یا بسیارکم رنگ شده است .و برخی از والدین دیگر اظهار نظر می‌کردند. گاهی اوقات شبکه آموزشی شاد قطع است. و دانش آموزان از پیام رسان های دیگری چون تلگرام و یا واتساپ برای حضور درکلاس درس معلم استفاده می کنند. که بلافاصله با وصل شدن به اینترنت با تصاویر و یا مطالبی روبرو می شوند که برای گروه سنی آنها بسیار زود است. فضای مجازی برای دانش آموزان امن نیست واین نا امن بودن به خاطرعدم بلوغ فکری آنان بسیار خطرناک است و این موضوع به یکی از دغدغه های والدین درکنار سایر مشکلات تبدیل شده است. و برخی دیگر از والدین اعتراض داشتند برخی از همکلاسی‌های فرزندشان به صحفه شخصی فرزندشان می‌آیند و از الفاظ رکیک و زننده استفاده می‌کنند.

همچنین برخی از والدین مخالف استفاده دانش آموزان از فضای مجازی بیان داشتند: اگرچه آموزش به روش مجازی دارای فایده هایی چون استفاده از روش های نوین آموزشی درزمان بحران است اما استفاده و اینترنت در سنین پایین آسیب هایی را برای آنها به همراه دارد. برخی از والدین مخالف حضور و استفاده دانش آموزان از فضای مجازی هستند چون هیچگونه کنترل و نظارتی دراین زمینه وجود ندارد .مجازی شدن آموزش به علت شیوع ویروس کرونا، زمینه وابستگی دانش‌آموزان به گوشی همراه برای وصل شدن به شبکه های اجتماعی وحتی بازی های رایانه ای که بیشتر جنگی است را افزایش داده است که امروزه به یک دغدغه دربین خانواده ها تبدیل شده است. و در نهایت بزرگترین ناراحتی که این والدین داشتند خبرهایی مبتنی بر خودکشی دسته جمعی برخی از نوجوانان به گوش می‌رسد که ناشی از تاثیرات مخرب فضای مجازی روی نوجوانان می‌باشد.

بسیاری از والدین تسلط بر فناوری ندارند و دانش آموزان با دانستن این موضوع به فضای مجازی سفر می کنند تا به قول خودشان از شگفتی های آن عقب نمانند یکی از والدین می‌گفت: اکثر اوقات فرزندم در تبلت می‌گذرد. یا درس می خواند و یا بازی می کند. مدام یک گوشه نشسته و سرش توی تبلت است و این موضوع نگران کننده است. اصلا نمی دانم این روزها فرزندانم چگونه درس می خوانند و وضعیت درسی شان درچه سطحی قراردارد .تنها چیزی که دراین مدت متوجه شده ام این موضوع خطرناک است که بیشتر اوقات آنها درگوشی یا تبلت سپری می شود و حتی میان وعده یا غذای خود را هنگام دردست داشتن این وسایل آسیب زا مصرف می‌کنند و زمانی هم که اعتراض می کنم می گویند معلم ما کلاس را دراین ساعت برگزارمی کند. اکنون بسیاری از والدین همانند من نه متوجه می‌شویم که بچه ها کدام سایت را باز می‌کنند چطور باید وسیله ای در اختیار فرزندم باشد که من به عنوان پدرش نتوانم او را رصد کنم. درحالی که این روزها بحث‌هایی چون چالش نیز مطرح است لذا نگرانی ما والدین نسبت به حضور دانش آموزان در این فضای مخرب گر دو چندان شده است.

**اهداف**

**هدف کلی**

- بررسی آسیب های روانی وارد شده به دانش آموزان در کلاس مجازی و کاهش و بهبود آسیب‌های مورد نظر

**اهداف جزیی**

- آموزش سواد رسانه‌ای به دانش‌آموزان

-آموزش مزایا و معایب فضای مجازی

- بهبود آسیب‌های ناشی از کلاس‌های مجازی

**گردآوری اطلاعات اولیه (شواهد 1):**

برای ایجاد تصویر روشنی از وضع موجود با استفاده از روش های زیر اطلاعات لازم را جمع آوری کردیم.

**گام اول مشاهده مستقیم:**

با مشاهده مستقیم شیوه پاسخ دادن دانش آموزان در کلاس‌های مجازی و همچنین مشاهده شیوه پاسخ دادن آنان توسط معلمانشان در سایر کلاس درس و شیوه مشارکت در برنامه های پرورشی آموزشگاه سعی در پی بردن به علل بروز این رفتارها شدیم و در صدد بررسی و ارائه راه حل برای حل این مشکل برآمدیم.

**گام دوم یادداشت های روزانه:**

در طی این مدت با ثبت موارد ناسازگاری دانش آموزان آموزشگاه و همچنین درخواست از همکاران جهت ثبت این نوع رفتارها دست به جمع آوری یادداشت های روزانه زدیم.

**گام سوم مشورت با صاحبنظران:**

در این پژوهش راهنمایی های مدیران محترم مدارس شهرستان، استادان محترم دانشکده علوم تربیتی دانشگاه دانشگاه علمی کاربردی، و دیگر صاحبنظران حوزه علوم تربیتی و روانشناسی، چراغ راهمان بودند.(به عنوان نمونه، مدیر دبیرستان آرین و سایر آموزشگاه‌ها که همجوار آموزشگاه ما بودند و از اهالی این شهر می باشند در مورد اخلاقیات و رفتار نوجوانان نسبت به قبل از شیوع کرونا و بعد از شیوع در بیرون از آموزشگاه ودر سطح شهر وچگونگی برخورد والدین با نوجوانان ورسم ورسومات آن ها اطلاعات ارزنده ای در اختیار ما قرار دادند)

**گام چهارم مصاحبه با آموزگاران و مربی پرورشی آموزشگاه:**

در مصاحبه ای نیمه ساختار یافته که با همکاران به عمل آمد متوجه شدیم آن ها نیز با این مسأله مواجه هستند و درصدد یافتن راه حل برای این مشکل می باشند. (فایل ضمیمه شماره1)

**گام پنجم مطالعه منابع علمی (مشابه با این پژوهش)**

نغمه برزگر (139۷) در تحقیق خود تحت عنوان (( آسیب‌های فضای مجازی)) به این نتایج دست یافته است که برای جلوگیری از آسیب‌های فضای مجازی باید در فضای مجازی گام اول شناخت و ریشه یابی علت یا علل آن است. وقتی یادگیری فرد را تحت تاثیر قرار می‌دهد. همچنین رفتاری ناسازگارانه از خود نشان می‌دهد باید در جستجوی شناخت علل آن باشیم.

جمیله عبدالعزیز (139۷) در اقدام پژوهی خود تحت عنوان ((چگونه توانستم اثرات منفی فضای مجازی از جمله ماهواره و اینترنت را بهبود بخشم؟)) اذعان داشته است که واگذاری مسولیت های کلاسی، توجیه و تبیین خانواده ها و شناسایی دانش آموزانی که در ایجاد اختلال سهم بیشتری دارند و پی بردن به علت بی نظمی آنها می تواند به کاهش مشکلات رفتاری و انضباطی آن ها کمک کند.

متاسفانه با توجه به روز بودن مساله‌ی آموزش حضوری تاکنون در این رابطه اقدام پژوهی مناسب انجام نگرفته است.

**تجزیه و تحلیل و تفسیر داده ها ( اطلاعات و شواهد 1):**

نتایج این تحقیق بر اساس اطلاعات کسب شده از طریق مشاهده مستقیم رفتار، یادداشت های روزانه ،مصاحبه با همکاران آموزشگاه به شرح ذیل ارائه می گردد:

تعدادی از دانش آموزان ( در حدود 15 نفر) در کلاس های مجازی و بیرون از آن رفتارهای ناسازگارانه داشتند که در آموزشگاه و بیرون از آن باعث به وجود آمدن مشکلاتی شده، پس لازم دیدیم برای رفع این مشکل تمهیداتی بیاندیشیم.

به عنوان نمونه:

1-دانش آموزان شکایت داشتند که ص.ی به پی‌وی آنها مراجعه می‌کند با به کار بردن کلمات والفاظ زشت باعث رنجش خاطر دانش آموزان دیگر آموزشگاه را فراهم می آورد.

2-دانش آموز م.ف در کلاس مجازی به هنگام قطع شدن اینترنت معلم به مشاجره با دوستان خود پرداخته ونهایتا با دعواهای لفظی در فضای مجازی جو متشنجی ایجاد می نماید.

با بررسی دفتر ثبت حضور و غیاب مشخص گردید از ۴۰۰ نفر دانش آموز می توان گفت ۴۵ نفر از آن ها تمایلی به شرکت فعال در فعالیت های گروهی مدرسه را نداشتند و امتیاز مربوطه را کسب نمی نمودند.

- تعدادی از دانش آموزان اذعان داشتند که بعضی از دوستان آن ها رفتارهای پرخاشگرانه داشته و باعث اختلال در روند عادی آموزشگاه شده اند. و از مدیر آموزشگاه درخواست ایجاد تغییر و تحول و رسیدگی به این مشکل را داشتند.به عنوان نمونه: دانش آموز ل.م در ساعت‌های غیر درسی به پی‌وی دانش‌آموزان دیگر می‌رود و از الفاظ رکیک و زننده استفاده می‌کند.

- در جلسه مجازی و بعضا مصاحبه‌ تلفنی که با برخی اولیا آموزشگاه به عمل آمد، متوجه شدیم که آن ها نیز در صدد یافتن راه هایی برای حل این معضل می باشند.

بنابراین بعد از انجام کامل تحقیقات و گردآوری اطلاعات با روش های ذکر شده فوق، مشخص گردید که ازمیان ۶۰۰ نفر دانش آموز آموزشگاه 15 نفر از آن ها دارای رفتارهای ناسازگارانه هستند. اسامی این دانش آموزان به طور محرمانه ( وبا علامت گذاری توسط دو حرف (مثلاٌ (ن.م)) برای هر کدام از آنها مشخص گردید و از اولیای آن ها برای همکاری در این اقدام پژوهی رضایت نامه گرفته شد و برای حل این مشکل درخواست همکاری گردید.

**انتخاب و اجرای راه حل ها و نظارت بر آن:**

لوین کورت در سال 1947 اولین کسی بود که بیان داشت ارزش تحقیقات به جنبه عملی آن هاست و به این ترتیب زمینه لازم را برای اقدام پژوهی مشارکتی فراهم ساخت.

کیمز و مک تگارت(1998) در مورد اقدام پژوهی مشارکتی این گونه می نویسند که اقدام پژوهی مشارکتی فرایند جستجوی منظم مشارکت برای مشخص کردن یک موقعیت نامعین و کوشش برای کاهش یا رفع ابهامات آن است.

اقدام پژوهی مشارکتی که گاهی نیز تحقیق عملی مشارکتی خوانده می شود نوعی روش تحقیق کیفی است که افراد را قادر می سازد تا با اجرای آن نقاط ضعف و کاستی های موجود حین کار را رفع کند و باعث خلاقیت و جذابیت بیشتر کار عملی شود. هدف از بکارگیری این روش تعدیل، تغییر و یا اصلاح وضع موجود است. (قاضی زاده، 1388)

اقبال قاسمی (1391) در تعریف اقدام پژوهی مشارکتی بیان می دارد که اقدام پژوهی مشارکتی نوعی تحقیق است که توسط خود افراد درگیر در یک مساله و برای حل یا کاهش آن انجام می گیرد. به عبارت دیگر عمل محور اساسی در این نوع تحقیق است.

دراقدام پژوهی مشارکتی، گروهی از افراد شرایطی را سازمان دهی می‌کنند تا تحت آن شرایط، از تجربیات خود چیزی یاد بگیرند واین تجارب را در اختیار دیگران قرار دهند. در راه پژوهش، گروههای زیادی مشارکت می کنند. اما مشارکت جویان چه کسانی هستند؟ تا چه اندازه مشارکت می کنند؟ به طور کلی در پژوهش مشارکتی، چهار گروه بنیادین پژوهش نقش آفرینی دارندکه عبارتند از :پژوهشگران، پژوهش شدگان، افراد ذینفع پژوهش (افرادی که مشکلی دارند و قرار است مشکل آن ها حل شود) و افراد ذینفع در پژوهش (کسانی که از اطلاعات بهتر و بیشتری درباره موقعیت آگاهی دارند، آن ها احتمالاٌ قصد دارند مشکلات افراد مبتلا را حل کنند، یا موارد مشکل آفرین، یا فعالیت یا خدمتی را که مخاطب آن موضوع پژوهش است، مدیریت کنند و از بروز مشکل یا جلوگیری کنند ویا کلاٌ آن را از بین ببرند) بنابراین منظور از کلمه «مشارکت» سهیم بودن چهار گروه مزبور است که جمع آوری داده ها از هر کدام، می تواندتاثیر بسزایی در کسب نتایج بهتر داشته باشد.(قاضی زاده،1388).

اعتماد، اطمینان و همکاری نزدیک محقق با افراد ذینفع پژوهش، زمینه ای پدید می آورد که نه تنها وضعیت موجود تغییر می کند، بلکه افراد را به انسان هایی فعال، پویا، قدرتمند، تصمیم گیرنده و منتقد تبدیل می کند(ایمان،1392).

بنابراین در تعریف اقدام پژوهی مشارکتی می توان گفت: روش تحقیقی است که مبنای آن پی بردن به روابط بین پدیده ها و یا به اصطلاح متغییرها نیست، بلکه حل کردن مشکلاتی است که فرد در محیط کار ودر حیطه شغلی خود یا حتی آموزش مجازی با آن درگیراست و می خواهد مشکل را به صورت عملی با همکاری افرادی که قرار است مشکلشان برطرف شود، حل نماید. پس ایجاد تغییر، تعدیل یا اصلاح در وضعیت موجود، تعریف کلی این پژوهش است.

برای حل مشکل ناسازگاری دانش آموزان این دبیرستان از روش **اقدام پژوهی مشارکتی** استفاده گردید؛ و از آن جایی که این اقدام پژوهی از نوع مشارکتی می باشد، از طرح ها و ایده های خود افراد شرکت کننده در اقدام پژوهی، از جمله دانش آموزان، اولیا آن ها، همکاران آموزشگاه و نظرات صاحبنظران و پژوهشگران این پژوهش، برای رفع این مشکل کمک گرفته می شود و در حین انجام اقدام پژوهی، کاستی های کار مشخص، و به رفع و اصلاح آن ها پرداخته می شود.

اسامی دانش آموزان به شرح ذیل رمز گذاری شد:

ص.ب - ن.م- ه.الف - م.الف - ف.م - ر.الف - ن.ظ - ه.ع -ر.م - س.ی - ل.م - ی.ش - ح.خ - م.ف - ح.ع

-در مرحله اول اجرای راه حل ها، این 15نفردانش آموز به پزشک متخصص تغذیه، روان پزشک و مشاور ارجاع داده شدند تا مشکلات جسمی و روانی از قبیل کم خونی ،افسردگی و بیش فعالی در آن ها تشخیص داده شود و مشکل این دانش آموزان توسط افراد متخصص حل شود واگر تایید شد که مشکل آن ها این موارد نمی باشد و با انجام این اقدام پژوهی تا حدودی قابل حل است، پژوهش ما آغاز می گردد. همچنین بعضی از آن ها، برنامه غذایی از پزشک تغذیه نیز دریافت کردند تا از لحاظ رفع مشکلات سوء تغذیه در آنان مطمئن شویم. زیرا تغذیه نادرست هم می تواند باعث بروز ناسازگاری در کودک شود.

-قرار دادن شعار سال تحصیلی ۱۴۰۰- ۱۳9۹ آموزشگاه با عنوان (احترام متقابل – دوستی پا برجا) و اجرای کارگاه های اموزشی تحت عنوان سواد رسانه‌ای مختلف آموزشگاه حول محور این موضوع در کانال مجازی مدرسه و گروه‌ها(پیوست شماره 1).

طراحی جدولی با عنوان، میزان بروز سوء رفتار قبل از انجام پژوهش (جدول شماره 1) و میزان بروز سوء رفتار بعد از انجام پژوهش (جدول شماره2)، واین جدول به دبیران این دانش آموزان داده شد تا در طول یک هفته میزان بروز رفتارهای سوء که مؤلفه های آن شامل (مشاجره ، به کار بردن کلمات زشت و پرخاشگری) بود را ثبت نمایند، تا به میزان بروزسوءرفتار این دانش آموزان در کلاس درس، قبل از انجام پژوهش و بعد از انجام پژوهش دست یابیم\_ (پیوست شماره2)

جدول میزان بروز سو رفتار **قبل** از انجام پژوهش

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | شنبه | یکشنبه | دوشنبه | سه شنبه | چهارشنبه | پنج شنبه |
| مشاجره |  |  |  |  |  |  |
| بکاربردن کلمات زشت |  |  |  |  |  |  |
| پرخاشگری |  |  |  |  |  |  |
| جمع |  |  |  |  |  |  |

جدول شماره 1

جدول میزان بروز سو رفتار **بعد**از انجام پژوهش

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | شنبه | یکشنبه | دوشنبه |  | سه شنبه | چهارشنبه | پنج شنبه |
| مشاجره |  |  |  |  |  |  |  |
| بکاربردن کلمات زشت |  |  |  |  |  |  |  |
| پرخاشگری |  |  |  |  |  |  |  |
| جمع |  |  |  |  |  |  |  |

جدول شماره2

- گرفتن رضایت نامه از اولیا برای در جریان گذاشتن آن ها و همکاری هر چه بیشتر آن ها با آموزشگاه در این طرح(پیوست شماره3).

قابل ذکر است که با توجه به بررسی های انجام شده در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ مشخص شد که رنگ فرم دانش آموزان آموزشگاه در بروز بعضی از رفتار ها بی تأثیر نمی باشد. بنابراین با توجه به تحقیقات انجام شده در زمینه روان شناسی رنگ ها و تأثیرات آن بر رفتار انسان ها رنگ آبی وسفید انتخاب شدند و فرم این دانش آموزان قبل از شروع سال تحصیلی تغییر یافت .لازم به ذکراست رنگ فرم دانش آموزان در سالهای قبل خاکستری وقرمز بود و در نهایت به شیوه مجازی فرم‌های مورد نظر پر شدند.

**سواد رسانه ای**

در واقع بیشتر کودکان و نوجوانان ۸ تا ۱۸ ساله بیشتر وقت خود را با رسانه های گروهی مانند اینترنت، تلویزیون و رادیو سر می کنند و این مدت زمان حتی بیشتر مدت زمانی است که در مدرسه هستند و یا با والدین خود صحبت می کنند. تحقیقات نشان می دهد که این گروه سنی گاها تا هشت ساعت در طول روز را با رسانه ها می گذرانند.

متاسفانه برخی از رسانه هایی که اهداف خوبی ندارند نیز در میان رسانه هایی که کودکان دنبال می کنند وجود دارند و یک نوجوان باید از سواد رسانه ای برای نوجوانان برای جلوگیری از آسیب دیدن استفاده کند. به طور کلی می توان گفت که سواد رسانه ای برای نوجوانان مانند واکسن عمل می کند و از بروز حوادث ناخوشایند در اینترنت جلوگیری می کند. گاها اخباری داغ از سوژه هایی که دست به دست می شوند و عاقبت دردناک کودکان و نوجوانان در شبکه های مجازی هستند منتشر می شود و بسیاری از والدین را نگران می کند که آیا واقعا استفاده از رسانه می تواند نکته ای مفید برای فرزند ما داشته باشد؟ در جواب باید گفت بله. در صورتی که کودک شما سواد رسانه ای لازم برای برخورد با حوادث، اتفاقات و یا پست ها را داشته باشد.

با یک مشاور و یا روانشناس در مورد کودک خود صحبت کنید. شاید به دلیل برخی از اتفاقات و روحیات کودک، وی هنوز آماده مواجهه با دنیای مجازی را نداشته باشد و در غیر این صورت، می توانید با آموزش سواد رسانه ای برای نوجوانان، کودک و یا نوجوان خود را آماده حضور در شبکه های اجتماعی و رسانه های دسته جمعی کنید. بیشتر شبکه های اجتماعی که بیشترین علاقمندی کودکان و نوجوانان را تشکیل می دهند، از ثبت نام افراد جوان تر از ۱۳ سال ممانعت به عمل می آورند و از این روی بهتراست که به این قانون احترام گذاشته شود و از ثبت اکانت شخصی برای کودک خود در فضاهای مجازی جلوگیری کنید.

هیچگاه نباید در آموزش سواد رسانه ای برای نوجوانان نظرات خود را تحمیل کنید و باید دقت داشته باشید که استقلال و هویت نوجوان نباید دچار تعرض قرار بگیرد. شما باید در آموزش سواد رسانه ای برای نوجوانان صبر زیادی داشته باشید می توانید سوالات خود را با کارشناسانی که در این زمینه فعالیت می کنند ارتباط برقرار کرده و سوالاتی که در این زمینه دارید را بپرسید. همچنین بهترین روش برای اینکه بدانید از چه روشی برای آموزش سواد رسانه ای برای نوجوانان می تواند مناسب باشد، توصیه می شود که با یک روانشناس یا مشاور مدرسه در این زمینه مشورت کرده و نظرات وی را بپرسید. همچنین باید بدانید که هر کودک و نوجوان دارای روحیات خاصی است و به همین دلیل باید با یک مشاور برای شناخت بهتر و به کارگیری روش های آموزش سواد رسانه ای برای نوجوانان مشورت کنید.

**نتیجه گیری**

هدف پژوهش حاضر چگونه توانستیم آسیب های روانی وارد شده به دانش آموزان در کلاس مجازی را کاهش و بهبود ببخشیم بوده است پژوهش با استفاده از روش مشارکتی انجام شده است. نتایج پژوهش نشان می‌دهد. **ارتباط اجتماعی دانش آموزان ضعیف شد** وی کاهش تحرک جسمی و ورزش در بین دانش‌آموزان را یکی از تهدیدات فضای مجازی برشمرد و گفت: از سویی ارتباط اجتماعی بچه‌ها بسیار ضعیف شده و به  دلیل ارتباط نگرفتن حضوری با گروه همسن و سالان خود، سلامت روان آنها دچار مشکل می‌شود.طاهرزاده، بهم خوردن تعامل و تعادل روانی و به نوعی تهدید بهداشت روانی دانش‌آموزان را به دلیل خانه نشینی و به نوعی عزلت گزینی در خانه برای تحصیل را بدون تحرک جسمی و در دنیایی که برخلاف اسمش بسیار واقعی و پر از خوبی و بدی است را نیازمند مراقبتها و تمهیدات ویژه دانست.   وی با بیان اینکه در عصر فعلی دیگر نمی‌توان بچه‌ها را از حضور در فضای مجازی منع کرد، گفت: زیرا تا اطلاع ثانوی کل آموزش و آینده آنها مبتنی بر همین فضاست که باید تدبیر ویژه ای اندیشید.

با تاکید بر اینکه استفاده از هر ابزار و وسیله جدید نیازمند آموزش قوانین و مقررات، ضوابط، تهدیدات و نظارتهای خاص آن است، گفت: بی‌نظارتی برای انسان مضر است بویژه در فضایی که تمام زوایای رفتاری افراد پنهان است. در حال حاضر فضای حقیقی برخی افراد ظرفیت جرم را دارند ولی چون بر روی آنها نظارت و کنترل اجتماعی صورت می‌گیرد هیچ وقت انگیزه آنها بالفعل و مرتکب جرم نمی‌شوند ولی در فضای مجازی چون نظارت و کنترلی نیست چندین برابر فضای حقیقی ظرفیت جرم افراد بیشتر بالفعل می‌شود. وی وظیفه خانواده و سیستم آموزشی را در این‌باره بسیار مهم و تاثیرگذار برشمرد و گفت: خانواده باید مراقب استفاده فرزندان خود از فضای مجازی به استثنای بخش آموزش باشند و بدانند آنها در چه موضوعاتی در این فضا سیر می‌کنند و با چه کسانی در ارتباط هستند.

**ضرورت آموزش و آگاهی بخشی به دانش آموزان از آسیبها** وی بهره‌گیری از شبکه آموزشی "شاد" یا هر شبکه مبتنی برای آموزش برای دانش آموزان را با تهیه و انتشار کلیپهای خردمندانه و جذاب به جای فیلمها و تصاویر نابخردانه بسیار مهم و مفید برشمرد و گفت: زیرا در زمان حاضر هیچ رسانه‌ای از جمله شبکه رادیو، تلویزیون و انواع رسانه‌های مکتوب به اندازه شبکه‌های آموزشی به این حد زیاد وسعت و مخاطب ندارد.**لزوم آموزش سواد رسانه‌ای و خودمراقبتی به دانش‌آموزان**یکی از اقداماتی که ویژه فضای کرونایی و آموزش در فضای مجازی است بسته ارتقای خدمات مشاوره و پیشگیری از آسیبهای اجتماعی است که ما در آن چند بسته ترتیب داده شده که یکی از این بسته‌ها، پیام مشاوره است.در راستای آموزش و توانمندسازی دانش آموزان و اولیا و برابر با نیازهای روانشناختی آنها این پیامها هر روزه بارگذاری می شود.درباره شیوه اجرای این طرح گفت: این طرح به این صورت اجرا می‌شود که مدارسی که مشاور دارند در ایام هفته به منظور بررسی تمامی وضعیت رونشناختی، خانوادگی و تحصیلی دانش‌آموزان با اولیاء تماس می‌گیرند و در صورتی که دانش آموزان نیازمند خدمات تخصصی یا مشاوره ای هستند آنها را بتوانند به هسته مراکز مشاور ارجاع دهند.**ارایه آموزشهای تخصصی به دانش آموزان طرح ملی نماد برای مراقبت اجتماعی از دانش آموزان**یکی دیگر از مهمترین طرح‌های در حال اجرا را طرح ملی نماد و نظام مراقبت اجتماعی دانش اموزان از نتایج دیگر این پژوهش بود.

**منابع**

سـلوين، جيمـز(1380). اينترنـت و جامعـه، ترجمـه عبـاس گيلـوري وعلـي رادبـاوه، تهـران:

نشركتابدار.

باومن، زيگموند (1384) . عشق سيال، ترجمه عرفان ثابتي، تهران: نشر ققنوس.

پورشهرياري، مـهسـيما (1386). مقايسـة افسـردگي، انـزواي اجتمـاعي و ارتباطـات خـانوادگي دانش آمـوزان دختـر كـاربر و غيركـاربر اينترنتـي دبيرسـتان هـاي تهـران»، فصـلنامه مطالعـات روانشناختي، سال سوم، شماره 2) تابستان.

جوادي، علي محمد (1383) . بررسي ميزان و نوع استفاده از اينترنـت و تـأثير آن بـر ارزشهـاي خانواده در بين دانش آموزان دبيرستانهاي مـدارس دولتـي ناحيـه 3 مشـهد، پايـاننامـه دوره كارشناسي ارشد، دانشگا فردوسي.

چلبـي، مسـعود و مهـدي اميركـافي (1383) . تحليـل چنـد سـطحي انـزواي اجتمـاعي»، مجلـه

جامعهشناسي ايران، تابستان 1383 ،شماره 18 .

حيدري چروده، مجيد (1389 .(راهنماي سـنجش روايـي و پايـايي در پـژوهشهـاي فرهنگـي و

اجتماعي، مشهد: انتشارات جهاد دانشگاهي.

دريفوس، هربرت (1383) . درباره اينترنـت؛ نگـاهي فلسـفي بـه اينترنـت، ترجمـه علـي ملائكـه،

تهران: نشر گام نو.

دواس، دي .اي (1384) . پيمايش در تحقيقات اجتماعي، ترجمه هوشنگ نايبي، تهران: نشرني.

ذكايي، محمد سعيد و فاخره خطيبـي (1385)« اينترنـت و تغييـرات هـويتي (پژوهشـي در ميـان

كاربران جوان حرفهاي)»، فصلنامه انجمن ايرانـي مطالعـات فرهنگـي و ارتباطـات، سـال دوم،

شماره 7) زمستان.

ربيعي، علي و احسان شاه قاسمي (1388) . بزهكـاري و بـزه ديـدگي: آسـيبشناسـي فـردي و

اجتماعي روابط مجازي در ايران: يك رويكرد كيفي»، مجله رفاه اجتماعي، پاييز، شماره 34 .

ريتزر، جورج (1374) . نظريه جامعه شناسي در دوران معاصر، ترجمه محسن ثلاثي، تهران: نشـر

علمي.

سـاندرز، كريسـتوفر(1382). «اسـتفاده از اينترنـت، افسـردگي وانـزواي اجتمـاعي كودكـان»،

فرهنگ و پژوهش، شماره پياپي 109 .