

## فضای مجازی ممنوع؛ از واقعیت تا تخیل

جانان هایت، مولف کتاب «نسل مضطرب» که در حوزه تأثیرات فناوری بر نوجوانان و کودکان تدوین شده و در سطح بین المللی نیز به آمار بالایی در چاپ و فروش رسیده، با روزنامه گاردین گفتگو نموده و ضمن این گفتگو برخی از مواضع و نظراتش در حوزه نسبت فضای مجازی و نوجوانان و کودکان را بیان نموده. در این خطوط ابتدا به امر خلاصه آن گفتگو که کاملش را می‌توانید از [اینجا](#) مطالعه کنید، آورده می‌شود و سپس یادداشتی در مرور و نقد نظرات هایت از راقم این یادداشت با تمرکز بر گفتگوی منتشر شده در گاردین تقدیم می‌گردد. توجه داشته باشید که این مرور و نقد نه از موضع یک متخصص این حوزه بلکه از موضع یک علاقه‌مند به حوزه مطالعات اجتماعی و روانشناسی انجام شده است.

### خلاصه گفتگو

به گفته هایت، گوشی‌های هوشمند عامل اصلی سقوط سلامت روانی نوجوانان از سال ۲۰۱۰ به بعد بوده‌اند. تصویر ترسناکی که ترسیم می‌کند، شامل افزایش اضطراب، افسردگی، حتی خودآزاری و خودکشی است (با شاخص‌هایی عینی مانند رشد مراجعه به اورژانس به دلیل جراحات‌های خودخواسته، که نشان می‌دهد مسئله فقط افزایش آگاهی یا تشخیص بیشتر نیست).

هایت می‌گوید راه‌هایی برای خروج از این وضعیت وجود دارد، اما زمان محدود است — به‌ویژه اگر بخواهیم از تهدیدی حتی بزرگ‌تر به نام هوش مصنوعی جلوگیری کنیم.

کتاب او بیش از ۱.۷ میلیون نسخه در ۴۴ زبان فروخته و توجه نسلی متفاوت از مضطربان را جلب کرده — پدر و مادرهایی که خدا را شکر می‌کنند خودشان در دوران کودکی موبایل نداشتند، اما حالا در تربیت فرزندانشان دنبال راهنما هستند. بیان روشن او از مشکل، و توصیه‌های مستقیمش درباره راهکارها، سیاست‌گذاران را نیز متقاعد کرده. در استرالیا، جایی که قانون ممنوعیت استفاده از شبکه‌های اجتماعی برای زیر ۱۶ ساله‌ها از امسال اجرا می‌شود، کتاب او قانون را تغییر داده. همسر یکی از سیاست‌مدارانی که در طراحی این قانون نقش داشته، در رختخواب مشغول خواندن نسل مضطرب بوده و، به گفته هایت، به شوهرش گفته: «باید این کتاب رو بخونی، و بعدش یه کاری بکنی.»

نسخه درمانی او برای بازگرداندن، یا حداقل بهبود، چیزی که خودش آن را «سیم‌کشی مجدد بزرگ» زندگی کودکان می‌نامد چیست؟ او چهار قاعده‌ی کلیدی را پیشنهاد می‌دهد که والدین و جامعه باید به آن پایبند باشند:

1. بدون گوشی هوشمند تا ۱۴ سالگی؛
2. بدون شبکه اجتماعی تا ۱۶ سالگی؛
3. مدارس بدون گوشی؛
4. بازی آزاد و استقلال بیشتر برای کودکان.

هرچند کتاب نسل مضطرب بیشتر به عنوان کتابی درباره‌ی دستگاه‌های دیجیتال دیده می‌شود، اما بسیار روی مورد چهارم تأکید دارد. نسل‌های بومر، ایکس و حتی هزاره‌ها (میلنیال‌ها) در زمان‌هایی بازی آزاد زیادی در فضای بیرون داشتند حتی وقتی که نرخ جرم‌وجنایت از حالا بالاتر بود. والدین امروزی، که پیوسته در معرض اخبار منفی‌اند، دچار ترس و بدبینی شدیدتری شده‌اند. این نگرانی‌های افراطی باعث می‌شود رشد کودک محدود شود، فرصت یادگیری مهارت‌هایی مانند همکاری، حل تعارض، غلبه بر ترس و حتی لذت بردن را از آن‌ها می‌گیرد.

در اصل، هایت می‌گوید که ما دچار نوعی عدم توازن در محافظت شده‌ایم: بیش‌محافظتی در دنیای واقعی و کم‌محافظتی در فضای آنلاین. او می‌گوید: «فکر می‌کنم این یکی از نکات مهم سریال Adolescence بود» — اشاره‌اش به برنامه‌ای در نتفلیکس است که تأثیر "مانوسفر" (جهان‌بینی مردسالارانه‌ی افراطی) بر پسران نوجوان را به تصویر کشیده است. «ما در دهه ۹۰ از دنیای بیرون وحشت کردیم. فکر کردیم اگر بچه‌ها جلوی چشم‌مان نباشند، در معرض خطرند. بنابراین، دیگر اجازه ندادیم بیرون بروند. در عوض گفتیم: خب، تا وقتی پای کامپیوترند، خوبه. برنامه‌نویسی یاد می‌گیرن. شرکت راه می‌اندازن در امنیت هستند. یکی از لحظات تأثیرگذار اون سریال، زمانی بود که والدین گفتند: «ما فکر کردیم که امنه. فقط توی اتاقش بود.»

این چهار قاعده‌ای که او مطرح می‌کند روی کاغذ ساده به نظر می‌رسند. اما در واقعیت، اجرای آن‌ها کار سختی

است — مخصوصاً اگر بچه‌ها بتان قبلاً به شدت درگیر دنیای آنلاین شده‌اند. هایت می‌گوید: «در سالی که از انتشار کتاب گذشته، فهمیدم که والدین بچه‌های کوچک کتاب رو دوست دارند. اون‌ها هیجان‌زده‌ان، می‌گن: آره، ما این کارو انجام می‌دیم. اما والدین نوجوان‌ها واکنش‌های متنوع‌تری دارن، دقیقاً به این خاطر که همه‌مون خیلی عمیق در این فضا فرو رفته‌ایم.»

هایت خودش دو فرزند دارد از همسرش، جین ریو، هنرمند و عکاس. یک دختر ۱۵ ساله و یک پسر ۱۸ ساله. می‌گوید: «توصیه‌ام به والدین نوجوان‌ها اینه که اگر به‌تازگی برای فرزندتون گوشی هوشمند یا شبکه اجتماعی گرفتید، می‌تونید پسیش بگیرید. براش یه گوشی ساده بگیرید؛ یه گوشی فلیپ‌دار، یا اصطلاحاً آجر، یا همون گوشی احمق. نکته اینه که باید بتونه با دوستاش ارتباط داشته باشه، اما شما نباید فرزندتون رو دو دستی تحویل شرکت‌هایی بدید که هدفشون معتاد کردن بچه‌هاست.»

او اضافه می‌کند: «حالا اگه بچه‌هاتون ۱۵ یا ۱۶ ساله‌ان و کل زندگی اجتماعی‌شون تو اینستاگرام و اسنپ‌چت، بریدن ناگهانی از اون دنیا براشون خیلی دردناکه — چون تجربه‌اش مثل مرگ اجتماعی می‌مونه. پس راهبرد کلیدی اینه که کمک‌شون کنید توجه‌شون رو پس بگیرن، با ساختن بخش‌هایی از روز که در اون‌ها خبری از گوشی نباشه.»

گوشی در اتاق خواب رو ممنوع کنید، برای مدارس بدون گوشی بجنگید، و هر کاری می‌تونید بکنید تا زمان دوری از فناوری اعتیادآور رو بیشتر کنید.

در سال ۲۰۱۹، زمانی که داشت برای بچه‌های خودش قانون می‌گذاشت، شواهد نشان می‌داد که شبکه‌های اجتماعی به‌ویژه برای دخترها خطرناک‌تر از خود گوشی هستند. بنابراین، او استفاده از شبکه‌های اجتماعی را ممنوع کرد، نه خود گوشی را. می‌گوید: «دخترم می‌گه تنها کسی تو دبیرستانشه که اسنپ‌چت نداره.»

نمی‌ترسد که دخترش منزوی شود؟ «دوستاش جبران کردن. می‌گن وقتی چیزی مهمی پیش بیاد که لازمه بدونه، بهش پیام می‌دن تا از قافله عقب نمونه. و این فوق‌العاده بوده، چون واقعاً در دنیای واقعی فعاله. دو میدانی کار می‌کنه، خیاطی می‌کنه و لباس می‌دوزه.»

با این حال، خودش اعتراف می‌کند که شاید بعضی چیزها را کمی متفاوت انجام می‌داد: «قانونی که کاش از همون اول اجرا می‌کردم این بود: هیچ‌وقت هیچ صفحه‌نمایشی توی اتاق خواب نباشه. الان بچه‌هام به لپ‌تاپ و گوشی‌شون بیشتر وابسته‌ان، چون من سیاست بهتری نداشتم.»

هایت مشخصاً عاشق کارش است و نقش پژوهش دانشگاهی را نوعی گفتن حقیقت می‌داند. اما حالا که کتابش چنین موفق شده، آیا نگران نیست که تبدیل به یک فعال اجتماعی شود؟ خودش هم قبول دارد که این خطر وجود دارد هرچند از آن ناراضی به نظر نمی‌رسد. می‌گوید: «وقتی به وسعت کامل چیزی که در حال وقوعه پی بردم اینکه صدها میلیون کودک تحت تأثیر قرار گرفته‌ان، اینکه خودآگاهی انسانی در مقیاسی صنعتی داره تغییر می‌کنه و اینکه هنوز پای هوش مصنوعی به دنیا باز نشده ولی تا دو سال دیگه دیگه کاری از دست‌مون برنمیاد، نوعی شور و اشتیاق کمپینی در من بیدار شد؛ باید این کار رو تموم کنم. باید همین امسال این هنجارها رو تغییر بدیم.»

وقتی از همکارم یاد می‌کنم که بچه‌هایش به او می‌گویند «همه تکالیف‌شان را با چت‌جی‌پی‌تی انجام می‌دهند»، هایت با سر تأیید می‌کند و می‌گوید: «این احتمالاً یک مشکل غیرقابل‌حل برای نظام آموزش است. مثل همه‌ی معلم‌ها، ما هم داریم سعی می‌کنیم بفهمیم چه کار باید بکنیم. این ابزار انجام تکلیف را برای همه آسان کرده، ولی دانش‌آموزها باید یاد بگیرند که کارهای سخت را خودشان انجام دهند.»

هایت به همراه پژوهشگر همکارش زک راویش، در وب‌سایت [com.afterbabel](http://com.afterbabel) گفت‌وگویی مداوم در مورد شواهد پشت «بازسیم‌کنشی بزرگ» راه انداخته‌اند. آنجا، او به منتقدانی که ارتباط بین استفاده از صفحه‌نمایش و افت سلامت روانی را زیر سؤال می‌برند، پاسخ می‌دهد.

برخی می‌گویند دلایل بهتری برای این افت وجود دارد — مثلاً پاندمی کووید (هرچند شاخص‌های سلامت روان از سال ۲۰۱۰ شروع به کاهش کردند، نه از دوران کرونا) یا بحران اقلیمی (اما بچه‌های کم‌سن و سال‌تر، نه نوجوانان آگاه‌تر از نظر سیاسی، بیشترین آسیب را دیده‌اند — دقیقاً بر خلاف چیزی که انتظار می‌رود اگر نگرانی‌های اقلیمی

عامل اصلی باشند).

در مارس ۲۰۲۴، روان‌شناس کنديس آدجرز در نشریه Nature نقدي بر کتاب نسل مضطرب نوشت. او گفت: «صدها پژوهشگر — از جمله خود من — به دنبال همان اثرات بزرگی گشته‌اند که هایت از آن‌ها صحبت می‌کند. نتیجه‌ی تلاش‌های ما مجموعه‌ای از ارتباطات کوچک، مختلط یا بی‌اثر بوده»، و افزود که «اکثر داده‌ها فقط هم‌بستگی دارند».

به عبارت دیگر: این مشکل ممکن است همزمان با ورود گوشی‌های هوشمند پیش آمده باشد، اما نمی‌توان گفت بین این دو رابطه‌ی علی وجود دارد. آدجرز بیشتر معتقد است که نوجوانانی که پیش‌زمینه‌ای از مشکلات دارند، بیشتر از شبکه‌های اجتماعی استفاده می‌کنند یا دست‌کم استفاده‌شان آسیب‌زننده‌تر است.

اما هایت دست روی دست نمی‌گذارد؛ او از ده‌ها مقاله‌ی علمی دفاع می‌کند — از جمله متاآنالیزی از ۲۶ مطالعه که نشان می‌داد به ازای هر ساعت اضافه استفاده از شبکه‌های اجتماعی، خطر افسردگی ۱۳٪ افزایش می‌یابد.

او می‌گوید: «اون [آدجرز] منو متهم کرد به اینکه فرق بین هم‌بستگی و علیت رو نمی‌فهمم. و این همون بحثی بود که از اون موقع جهت کل گفتگو رو تعیین کرد. و چیز عجیبی که درباره اون نقد هست که چند وقت پیش دوباره بهش نگاه کردم اینه که متوجه شدم حتی به کلمه هم نشون نمی‌ده که ایشون از فصل اول کتاب جلوتر رفته باشه!».

این حرف شاید سخت‌باور باشد، اما هایت ادامه می‌دهد: «من به بخش مفصل توی فصل شش داشتم که اسمش دقیقاً «هم‌بستگی در برابر علیت» بود».

یکی از بخش‌های کلیدی ماجرا، به گفته‌ی هایت، این است که خود شرکت‌ها (فضای مجازی) در گزارش‌های داخلی‌شان که هرگز قرار نبوده عمومی شوند اعتراف کرده‌اند که کودکان آسیب‌پذیرند.

او مثلاً به گزارشی از تیک‌تاک اشاره می‌کند که در آن آمده بود: این اپ «در میان کاربران کم‌سن‌وسال محبوب است، کسانی که نسبت به پاداش‌های اجتماعی بسیار حساس‌اند و توانایی بسیار کمی برای خودتنظیمی مؤثر دارند». (تیک‌تاک، در پاسخ به سوال روزنامه گاردین، از اظهار نظر خودداری کرد).

#### یادداشت:

#### فضای مجازی ممنوع! از واقعیت تا تخیل

در این گفتگو چند موضوع بین هایت و خبرنگار گاردین مورد بحث قرار می‌گیرد، من جمله بررسی کتاب، مواضع نویسنده درمورد فضای مجازی و فرزندان، مواضع سیاسی او و درگیری او و منتقدانش. بین این موارد، مسئله نظرات نویسنده درمورد فضای مجازی و نوجوانان محل بحث ما است. نویسنده نگاهی تحدیدی به رابطۀ نوجوان و کودکان با فضای مجازی دارد. استدلال وی دارای یک مقدمه اصلی است که این فضا و ارتباط کودک و نوجوان با شبکه‌های اجتماعی به این شدت و حجمی که امروز هست، مجموعه‌ای از اختلالات روانی و شخصیتی را برای فرد به بار می‌آورد و در حوزه علت‌یابی این مسئله هم دلایل متفاوتی را طرح می‌کند که دو عنوان مهمش، ذات این برنامه‌ها از آن جهت که اعتیاد آور ساخته شدند و دوم شیوۀ تربیتی والدین می‌باشد.

به گفتۀ او از یک مقطعی به بعد والدین ترجیح‌شان بر این بود که فرزندان‌شان به جای حضور در فضای خارج خانه و قرار گرفتن در معرض عوامل خطر بیرونی، بهتر است پای کامپیوتر و موبایل در خانه بمانند. یعنی درمورد حضور فرزندان در محیط بیرونی رویکردی محافظه کارانه در پیش گرفتند و درمورد حضور آن‌ها در فضای مجازی تسامح به خرج دادند که هایت همین موضوع را یکی از علل اصلی غرق شدن فرزندان در باتلاق فضای مجازی می‌داند. در ساحت بررسی مواضع منتقدان هایت، عموماً دو گونه نظر وجود دارد که نظرات غریبی نیز هستند. عده‌ای باور دارند که علت این اختلالات روانی و شخصیتی موجود در نسل‌های جدید فضای مجازی نیست و عده‌ای هم این فضا را مایۀ رشد میدانند.

که البته به نظر راقم این مرقوم مناقشۀ عبثی است. چراکه مسئله اثرات سو شبکه‌های اجتماعی در ابعاد متنوع، تقریباً برای همگان نه تنها به موضوعی روشن بلکه به یک موضوع بدیهی تبدیل شده است. البته که این اثرات تنها محدود به کودک و نوجوان نمی‌شود، استفادۀ افراطی از این فضا، زمینۀ سرایت آن اثرات به افراد بزرگسال را

نیز فراهم می‌آورد. اما مسئله اصلی روش‌ها و شیوه‌هایی است که هایت برای حل این معضل پیشنهاد می‌دهد. او در بخشی از این گفتگو با اشاره به تصویب قانون ممنوعیت حضور افراد زیر شانزده سال در شبکه‌های اجتماعی در کشور استرالیا در راستای احیای نسل جدید یک راهکار چهار مرحله‌ای را پیشنهاد می‌دهد.

در مرحله اول ممنوعیت داشتن گوشی برای افراد زیر چهارده سال، ممنوعیت حضور در شبکه‌های مجازی برای افراد زیر شانزده سال، ممنوعیت گوشی در مدارس و در نهایت نیز بازی آزاد و استقلال بیشتر برای کودکان. او ذیل صحبت‌هایش به تصویب قانون در استرالیا اشاره می‌کند اما وی برای مهم‌ترین چالش نظریه‌اش نمی‌تواند راهکار عملیاتی بدهد. برای مثال در پاسخ به این سوال که چگونه می‌شود که یک نوجوان در دنیای امروز بدون گوشی و اتصال با شبکه‌های اجتماعی زندگی کند؟ او ارجاعاتی به زندگی شخصی و نظریه‌های غربی می‌دهد که طراحی نموده.

می‌گوید که او به دخترش اجازه حضور در شبکه‌های اجتماعی را نداده و او تنها دختری است در مدرسه که در برنامه اسنپ چت حضور ندارد. توصیه می‌کند که برای نوجوانان گوشی‌های ساده تهیه بشود. یا از همدلی همکلاسی‌های دخترش در برابر عدم حضور وی در شبکه‌های اجتماعی تقدیر می‌کند. و یا اینکه این شیوه را پیشنهاد می‌دهد که والدین هم نظر در این حوزه با هم چیزی شبیه به یک انجمن را تشکیل بدهند و در طی یک حرکت هماهنگ و منسجم مسئله ممنوعیت گوشی تلفن همراه در مدرسه را پیش ببرند و همگی اجازه حضور در فضای مجازی را به فرزندانشان ندهند.

اما سوال اساسی‌ای که نسبت به نظریات هایت و قانونگذاران استرالیایی وجود دارد این است که خب با چه سازوکاری قرار است این عملیاتی بشود؟ این یک برداشت شهودی است که در سطح بین المللی عموم افراد فارغ از سطح تحصیلی و ... بر مضرات حضور کودکان و نوجوانان در فضای مجازی اتفاق دارند اما مسئله‌ای که همگی در برابر پاسخ آن عاجزند این است که چگونه در مقابل این سونامی باید مقابله کرد؟

دیگر امروز همه با نسل جدید که با عناوینی مثل Z و... خوانده می‌شود آشنایی داریم. به نظر شما چگونه می‌شود این نسل که در منتهی الیه حس خودآگاهی و صاحب اراده بودن ایستاده است را قانع نمود که دیگر در شبکه‌های اجتماعی حضور پیدا نکند و یا از گوشی ساده به جای گوشی هوشمند استفاده کند؟ حتی تصورش هم ترسناک است که بعد از ارائه این درخواست او قرار است چه واکنشی نشان بدهد. بنده نیز قبول دارم که در این حوزه استثنائاتی هم وجود دارد که اندک نیز نیستند. فرزندی که ذیل چتر سلطه و حمایت والدین قرار دارند و همواره مطیع فرمان آن‌ها هستند. اما این نسخه برای تجویز عمومی کارکردی ندارد مگر اینکه در پی مهیا کردن یک جنگ جهانی میان والدین و فرزندانشان باشیم.

حتی در آن گونه از فرزندی که در برابر والدین حس استقلال و اراده کمتری دارند هم اگر موضوع عدم حضور در شبکه‌های مجازی به صورت منطقی و واقعی برای شخص فرزند حل نشود، می‌تواند به خلع یا یک گره وجودی و خاموش در درون او بدل گردد که به محض ضعیف یا کمرنگ شدن دایره سلطه والدین شروع به جوشش و خروش بکند. برخی حتی در سطح قانون گذاری بر این هستند که به لحاظ تقنینی مسئله را برای پلتفرم‌ها الزام کنند که برای دسترسی به خدمات پلتفرم کاربر از فیلتر محدودیت سنی رد شود ولی مگر آیا این الزام تا امروز جواب داده است؟ مگر امروزه دسترسی افراد زیر 18 سال به سایت‌های پورن حتی با وجود این الزام قطع شده و یا دیگر پلتفرم‌هایی که در حین ورود و ثبت نام، کاربر را در معرض پاسخ دادن به این سوال قرار می‌دهند که آیا به سن 18 سال رسیده‌اید؟

مخلص کلام اینکه مسئله نسبت کودکان و نوجوانان با فضای اجتماعی مجازی، مقوله‌ایست بسیار غامض و پیچیده که با این سطح از نظریه‌پردازی به نتیجه‌ای نخواهد رسید و شاید برای اینکه کورسوی امیدی برای پویندگان این حوزه باقی بماند، ارائه این پاسخ تا حدودی راهگشا باشد، که براساس شناختی که خالق از ساختن خودش دارد، راه حل این معضل جز از مرور معارف الهی آن‌هم در آینه علم آل محمد (علیهم السلام) یافت نمی‌شود و اولین سرنخس هم این حجم از تاکید است که اهل بیت علیهم السلام روی تفکر و تبیین دارند. چنان که به وضوح و مکرراً در سیر حضرت حتی در مواجهه با ملحدین و زنادقه این دیده می‌شود که تبیین و دعوت اصلی‌ترین مسیر ایشان برای ایجاد تحول در انسان می‌باشد و طبعاً حل این معضل بشری نیز از مسیری جز این مسیر نمی‌گذرد.

حال اگر از راقم این مرقوم بپرسید که خب بعد از این همه نقد، فرم و قالب پیشنهادی‌ات برای اجرای چنین دعوت و تبیینی در میدان امروز آن‌هم به صورت انبوه و نه موردی چیست؟ باید عرضه کند که نمی‌دانم! چراکه یافتن پاسخ

این سوال، غور بیشتری در معارف اهل بیت (علیهم السلام) را می‌طلبد.

---

نویسنده : سید علی مدد زیدی، تاریخ ارسال : سه شنبه 24 تیر 1404 ساعت 6:00 بعد از ظهر