



ومارادراین ماه توفیق ده که با خویشاوندان خود، بانیکی و صله رحم ارتباط پیداکنیم؛ و با حسان و بخشش به همسایگان خود رسیدگی نماییم و اموال خود را از آنچه به ستم گرفته ایم، پاک کنیم و با بیرون کردن زکات، ثروت و مال خود را در مدارپاکی قرار دهیم؛ و با کسی که با مارابطه اش را بریده، آشتنی نموده؛ و با آن که به ما است مر روا داشته، به عدالت و انصاف معامله کنیم.

حکمت

صحیفه سجادیه

امام زین العابدین، دعای ۴۴

از نوجوان بخواهید در مواجهه با شرایطی که احتمال قدری می دهد
با شخص هدف گفت و گوی خصوصی انجام دهد و از پرسید آیا از
شرایط پیش آمده ناراضی است؟ آیا نیاز به کمک یا حمایت دارد؟ آیا
حریم او در این رابطه که به ظاهر شوخی یا سرگرمی است، نقض شده؟
و بالاخره آیا تهدیدی از سمت فرد قدر دریافت کرده است؟

بایک گفت و گوی ساده در ابتدا نوجوان توجه خود را نشان می دهد
و در گام دوم متوجه می شود آیا می تواند در این شرایط نقش مثبتی
داشته باشد یانه. گرچه شواهدی وجود دارد که شاهدان آزار و اذیت
اینترنوتی به نسبت شاهدان آزار و اذیت آفلاین از نظر عاطفی کمتر
درگیر می شوند اما تمکن زبراین سازوکارهای روانشناسی نمی تواند
این واقعیت را پنهان کند که ترس های کاملاً منطقی وجود دارد که
ممکن است باعث شود نوجوانی مایل به گزارش یا مداخله در یک
وضعیت قدری نباشد.

ترس از هدف قرار گرفتن. دفاع از یک هدف (به خصوص اگر معلوم
شود که تنها فردی است که مقابل قدری ایستاده) می تواند به راحتی
خود شاهد را تبدیل به هدف کند. بدون این که لزوماً تأثیری مثبت بر
وضعیت داشته باشد. درین دانش آموزانی که اخیراً هدف آزار و اذیت
قرار گرفته اند این ترس پرینگ تراست.

ترس از دست دادن موقعیت اجتماعی. حتی اگر مداخله یا
گزارش دهی منجر به هدف شدن شاهدان نشود، باز هم می تواند
تأثیرات طولانی مدتی بر وضعیت اجتماعی نوجوان داشته باشد.
بسیاری از دانش آموزان که دخالت نمی کنند، گفته اند که این دخالت
باعث می شود که به ازدواج بروند و از سمت همسالان طرد شوند.

ترس از بذرگان اوضاع، هدف و شاهدان قدری اغلب می ترسند که با
ایستادن در مقابل یک قدری یا گزارش قدری به والدین یا معلم، اوضاع
بدتر شود. بیش از نیمی از دانش آموزانی که در نظرسنجی مزاحمت
اینترنوتی شرکت کردند، گفتند مداخله نمی کنند؛ زیرا این کار اوضاع را برای
هدف بدتر می کند. مطالعه دیگری نشان داد دفاع از جانب همسالانی که
 قادر به محافظت یا تسلیک موقوفیت آمیز هدف نبودند در واقع منجر به
اثرات منفی بیشتر و خطرناکی شدن در آینده می شود.

ارزش همدلی

بسیاری از نوجوانانی که شاهد قدری بودند اما واکنشی نشان
نمی دادند در توصیف این تجربه می گویند «اگر باور داشتم آنچه اتفاق
می افتتد غیرمنصفانه یا غیراخلاقی است یا رفتار آسیب زایی است
حتمای مداخله می کردم». این مساله نشان می دهد درین نوجوانان،
به توسعه ارزش همدلی نیاز داریم. پرورش درک احساسات و
شرایط افراد دیگر و میل به گفت و گو و شنیدن احساسات دیگران
به اندازه ای تاثیرگذار و مهم است که حتی می تواند علاوه بر شاهدان
روی شخص قدری نیز تاثیر بگذارد. البته هیچ یک از اینها را نمی توان
به طور مستقیم آموزش داد نوجوانان باید از طریق فعالیت هایی
مانند بررسی شرایط مختلف عاطفی در کارگاه های گفت و گو یا در جمیع
خانوارهای این مهارت را در خود پرورش دهن.

اگر ما بتوانیم فرهنگی بسازیم که احترام یک امر عادی باشد،
می توانیم شاهدان را قادر به اقدام کنیم. به همین دلیل است که
مداخلات در مساله زوگویی در صورت اثربخشی بودن، نه فقط در یک
کلاس یا مدرسه، بلکه در کل جامعه نیز اتفاق می افتد. اگر می خواهیم
به شاهدان بگوییم در شرایط قدری نقش فعالی داشته باشند،
باید مطمئن شویم آنها پیام مشابهی را از کارکنان مدرسه، والدین و
رسانه ها دریافت می کنند. ما می توانیم فقط با تغییر فرهنگ خود به
شاهدان این توانایی را بدھیم چطور مسوّلانه عمل کنند.

چطور شریک جرم قدرهای مجازی نباشیم؟

اسلحة ای در دستان ما

قسمت بیست و پنجم



شاهدان در تمام وقایع نقش مهمی دارند و مسؤولیت شهادت دادن نیز مسؤولیت سنگینی است اما این مسؤولیت از یک ارزش درونی می آید، میل به نجات و حمایت از همنوع زمانی که افرادی از این مسؤولیت شانه خالی می کنند در واقع این مساله را به نمایش می گذارند که فاقد ارزش مهم انسانی در خود هستند. بسیاری از ماساهمه داری مجازی یا cyberbullying هستیم، فرزندان مانیز در جمع دوستان و همسالان خود شاهدان هستند. اما آیا باید نسبت به این ماجرا واکنش نشان دهند و اصلاح این واکنش به چه صورت باید باشد؟

زهرا صالحی نیا

کارشناس سواد رسانه

برای موقعیت های مختلف در نظر بگیرند. مثلا:

قدری را مستند کنید. اگر به نظر می رسد آسیب های جدی روحی و جسمی به قربانی، قدر و حتی شاهدان می رسد، سریعاً گزارش دهید.
با هدف قدری به صورت خصوصی گفت و گو کنید.
میان هدف و قدر و اسطه شوید.

در تمام این پیشنهادها ظرفیت روحی و قابلیت گفت و گوی فرزند خود را در نظر بگیرید. برخی نوجوانان قدرت حل مساله یا تفکیک احساسات را به نسبت باقی همسالان خود بیشتر دارند و همین باعث می شود بتوانند شرایط دشوار روانی را مدیریت کنند. اما اگر قرار است فشار روحی مضاعفی به دلیل حل این مساله بر نوجوان و کودک تحمیل شود، بهتر است که او را وارد چنین ماجرا یابد.

در بعضی شرایط، نوجوانان میل به دخالت ندارند؛ چرا که نمی توانند تشخیص دهند این وضعیت، شرایط قدری است. برخی نوجوانان که شاهد قدری مجازی بودند، می گویند فکر می کردند این تنها یک شوخي یا کشمکش میان دو دوست است. نکته مهم این است بی توجهی نسبت به انسان هایی را که اطراف ما زندگی می کنند، نباید در کودک و نوجوان تقویت کرد. نوجوان در سن حق طلبی و آرمان گرایی است و باید برای بهبود شرایط تلاش کند اما بهتر است

نقش شاهدان

تحقیقات نشان داده حضور شاهدان همواره باعث می شود شخص قدر، مخصوصاً در فضای مجازی جی سوئرت رو شود، حس قدرت نمایی و میل به جلب توجه با حضور شاهدان بیشتر تحریک می شود، پس خود حضور شاهدان یکی از عوامل شدت گرفتن قدری است. گرچه ثابت شده و اکنش شاهدان به قدری باعث تغییر روند قدری و رفتار فردی گردیده اند اما بايد این مساله را نیز در نظر گرفت که گاهی این حمایت یا واکنش نسبت به قدری ممکن است برای خود شخص نیز تبعیت داشته باشد و حتی شاهد را نیز در دسته قربانی قرار دهد. تصمیم برای واکنش نشان دادن به قدری درسته قربانی در این دسته داشته باشد و حتی شاهدان را نیز در دسته قربانی قرار دهد. تصمیم برای این کار و تبعات آن برای هر فردی مهم است. در گام نخست نوجوانان باید بدانند همواره می توانند برای حمایت یا مشورت نزد بزرگ تری بیایند که امنیت آنها را تأمین می کنند. گاهی نوجوانان به دلیل مناسباتی میل به معرفی شخص قدر ندارند و ترجیح می دهند که این مساله را بین دوستان خود حل و فصل کنند، در این موارد بهتر است به نوجوان ابتداء از این بدھید و او را هنمایی کنید و در صورت حاد شدن شرایط بهتر است دوباره به بزرگ تری مراجعت کند و شما همواره پشتیبان او هستید. همچنین به جای این که به نوجوانان بگوییم وقتی شاهد زورگویی هستند گزارش دهند، به آنها بیاموزیم خود را به عنوان یک شرکت کننده فعلی در این شرایط تصویر کنند و روش های مختلفی را