

## تلفن همراه؛ تهدیدها و تبعات زیستی آن در میان جوانان

\* معصومه محمدی سیف

\*\* محمد عارف

### چکیده

هدف از نگارش مقاله حاضر، بررسی پدیده اعتیاد به تلفن همراه و پیامدهای آن بر کاربران می‌باشد. روش مطالعه، اسنادی و تکنیک جمع‌آوری داده‌ها، فیش‌برداری می‌باشد. با توجه به یافته‌های پژوهش، مسأله اساسی پژوهش حاضر، آسیب‌شناسی تلفن همراه به عنوان پدیده رسانه‌ای نوین بوده و پیامدهای نامناسب اجتماعی و راهکارهای اصلاح و بازنگری آن مطرح می‌باشد. در این نوشتار، ضمن بررسی منابع گوناگون، ابتدا ویژگی‌های رسانه‌ای تلفن همراه - به عنوان رسانه‌ای جدید - بررسی و سپس ضمن تبیین دقیق پیامدهای نامناسب اجتماعی، راهکارهای اصلی به بحث گذاشته شده است. یافته‌ها حاکی از آن بوده که استفاده مفرط از تلفن همراه، تهدیدات جدی برای کاربران وابسته به تلفن همراه در پی داشته و علاوه بر عوارض جسمانی، آسیب‌های اجتماعی فراوانی برجای می‌گذارد که باعث کاهش معاشرت و در نتیجه از دست دادن دوستان؛ غفلت از خانواده و انزوای عاطفی و... در میان جوانان می‌شود.

### کلیدواژه‌ها

تلفن همراه، آسیب‌ها، کاربران جوان، تبعات زیستی.

\* پژوهشگر و کارشناسی ارشد جامعه‌شناسی، دانشگاه آزاد اراک، (نویسنده مسئول)

Iranian\_researcher1@yahoo.com

tangechogan@yahoo.com

\*\* عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اراک

## مقدمه و طرح مسئله

امروزه تلفن همراه به عنوان یک وسیله ارتباطی مهم در دسترس همه قرار دارد و نقش آن در زندگی انسان‌ها بسیار قابل توجه است. قبل از این که موبایل پا به عرصه وجود گذارد، تلفن‌های ثابت پیروز میدان بودند و از آن زمان تا کنون نیز دستخوش تغییرات زیادی شده‌اند. با ورود موبایل نیز در مدل‌های گوناگون، نه تنها از اهمیت این وسیله کمتر نشد، بلکه روزبه‌روز نیز کارایی‌های گسترده‌تری را به خدمت گرفته است، اما این وسیله مفید و کارآمد تأثیرات منفی بسیار زیادی بر سلامت انسان‌ها دارد (حسین‌زاده، ۱۳۹۱: ۱۲۸). تلفن همراه در چند دهه اخیر به عنوان یک وسیله ارتباط جمعی، جایگاه ویژه‌ای در میان مردم به ویژه جوانان پیدا کرده است که پیامدهای استفاده نادرست آن و هم‌چنین معضلات اجتماعی ناشی از آن در این مقاله مورد بررسی قرار می‌گیرد (سبحانی نژاد و همکاران، ۱۳۸۸: ۱۸). در ابتدا ارائه توصیفی اجمالی از چگونگی ورود تلفن همراه، به بررسی آسیب‌ها و تبعات زیستی و اجتماعی آن بر روی کاربران در دو بخش پرداخته شده و در پایان نیز به ارائه راه‌کارهایی در جهت حل این آسیب اجتماعی پرداخته خواهد شد. اهمیت این موضوع از آن رو است که تلفن همراه در کنار اینترنت، از اصلی‌ترین نشانه‌های این عصر جدید می‌باشد. گرچه غالب پژوهش‌های اجتماعی، تلفن همراه را نادیده گرفته یا کمتر به آن پرداخته‌اند، اما به تازگی شاهد افزایش مطالعات جامعه‌شناختی در این حوزه هستیم (محمدیان و یاسمی‌نژاد، ۱۳۹۰: ۳۹)؛ چراکه مقوله پناه‌بردن به فضای مجازی، حکایت از رفتار جوانانی دارد که به دلیل دشواری یافتن تنفس در فضای جامعه، با پناه‌بردن به فضاهای مجازی مانند چت کردن و... می‌کوشند دمی فارغ از تلخ‌کامی‌هایی که در محیط با آن‌ها روبه‌رو هستند، بیاسایند (منطقی، ۱۳۸۷: ب: ۲۸). در واقع، همان‌طور که به سن جوانان افزوده می‌شود، الگوهای ارتباطاتی شروع به تغییر می‌کند و فرایند مستقل شدن، تغییراتی در ارتباطات ایجاد می‌کند. براین اساس، تلفن همراه نه تنها خود فرهنگی را به وجود آورده است، چنان‌که برخی از نویسندگان<sup>۱</sup> آن را «فرهنگ تلفن همراه» نامیده‌اند، بلکه در فرهنگ جوانان نیز تأثیر گذاشته است (کوثری و دیگران، ۱۳۹۱: ۲). فناوری اطلاعاتی و ارتباطی به‌طور کلی و

1. Kim and Mitommo, 2006.

تلفن همراه به طور خاص، از زمان رشد سریع آن (اواخر دهه ۱۹۹۰)، در زندگی فردی و اجتماعی بشر، جایگاهی قدرتمند پیدا کرده و به فناوری جوانان تبدیل شده است. جوانان، مصرف کنندگان عمده فناوری تلفن همراه هستند و اغلب به عنوان پیشگامان اقتباس و تکامل آن محسوب می شوند. تلفن همراه از نظر جوانان، مهم ترین وسیله ارتباطی در زندگی روزمره محسوب شده و امروزه به وسیله ارتباطی خصوصی تبدیل شده است. جوانان از طریق تلفن همراه می توانند امور خود را مدیریت کرده و به حلقه بلافصل خانواده و دوستان متصل شوند. تلفن همراه، بخش عظیمی از عناصر هویتی جوانان را تشکیل می دهد به طوری که می توان از طریق رنگ گوشی، تصاویر، موسیقی و یا فایل هایی که در گوشی تلفن همراه خود دارند، به شخصیت و هویت آنها پی برد (عطادخت و همکاران، ۱۳۹۳: ۱۲۳). اما با تمام ویژگی های مثبت، موبایل در طی یک دهه ای که از عمرش می گذرد، چنان آثار فرهنگی و اجتماعی گسترده و عمیق در جوامع بشری به جا گذاشته است که این امر خود موجب پیدایش تحولات شگرف در رفتار بشر شده است (رحیمیان، ۱۳۹۱: ۳۲).

در واقع، رسانه ها، هم می توانند از نظر حرفه ای ماهیت انحرافی داشته باشند و هم عاملی در زمینه توسعه انحرافات اجتماعی باشند (محسنی، ۱۳۹۰: ۲۸۶). بدین ترتیب، رواج تلفن همراه در جامعه بر هنجارهای اجتماعی تأثیر می گذارد. چگونگی این تأثیرات، از دغدغه های مهم کارشناسان مسائل اجتماعی است. در زمان گسترش تلفن های ثابت نیز این دغدغه ها وجود داشته اند. در سال ۱۹۲۶، یک کمیته تخصصی که به تأثیر اختراعات جدید بر زندگی مردم می پرداخت، تلفن را موضوع کار خود قرار داد. این کمیته، سؤالاتی را مطرح کرد و کوشید به آن ها پردازد؛ از جمله این که: آیا تلفن، انسان ها را تنبل تر می کند یا فعال تر؟ آیا تلفن، به زندگی خانوادگی و دید و بازدیدهای دوستانه لطمه خواهد زد؟ همین دغدغه ها و یا نظایر آن، امروزه در مورد تلفن همراه مطرح است (ذکایی، ولی زاده، ۱۳۸۶: ۲۶) بدین منظور اهمیت آثار نامطلوب استفاده از تلفن همراه و ضرورت توجه به این مسئله به جهت اهمیت روزافزون استفاده از تلفن همراه و دسترسی به آن برای انجام امور زندگی در دنیای مدرن سبب گردید تا در این نوشتار از میان آثار نامطلوب استفاده نامناسب از تلفن همراه، اعتیاد به تلفن همراه و آسیب های زیستی و اجتماعی آن بر کاربران جوان مورد

بررسی قرار گیرد تا تبعات تلفن همراه را بهتر شناخته و در پی کنترل آن برآمد و یا از شکل‌گیری آن پیشگیری کرد؟

## ۲) چارچوب نظری پژوهش

در تبیین تأثیرگذاری پدیده اینترنت در مورد این که علل گرایش به اینترنت چیست و چرا برخی از افراد بهره‌مند از آن، دچار مشکل می‌شوند و در معرض خطر از هم‌گسیختگی روابط اجتماعی، اضطراب، افسردگی و... قرار می‌گیرند، دیدگاه‌های مختلفی مطرح شده که در این نوشتار به برخی از آن‌ها مانند: گافمن<sup>۱</sup>، گیدنز<sup>۲</sup> و گسر<sup>۳</sup> اشاره می‌شود. گافمن، یکی از نظریه‌پردازان اجتماعی نیمه دوم قرن بیستم و از دانشمندان مشهور و به نام مکتب شیکاگوست. او با نوآوری و پژوهش در نظریه کنش متقابل نمادین، این نظریه را برای سال‌ها به نظریه مسلط در جامعه‌شناسی آمریکا تبدیل کرد. «گافمن، عبارتی به نام «استیگما»<sup>۴</sup> و یا «داغ» دارد که این اصطلاح را از یونانی‌ها برگرفته است و اولین بار توسط آنها، داغ ننگ به علائم بدنی‌ای اشاره داشت که برای اشاره به نکته‌ای غیرعادی و ناپسند در خصوص وضعیت اخلاقی فرد مطرح می‌شد (گافمن، ۱۳۸۶: ۲۹). توصیف مجازی که کاربران از ویژگی‌های رفتاری و شخصیتی خود در فضای «چت روم» به عمل می‌آورند را می‌توان با توجه به این گزاره‌ها تبیین کرد. تلاش برای پیش‌دستی در گرفتن اطلاعات، شناسایی اولیه از مخاطب گفتگو، توصیف انتخابی و گاه مبالغه‌آمیز و یا نادرست از برخی ویژگی‌های رفتاری و شخصیتی و نشان دادن همدردی و هم‌سوئی برای جلب پشتیبانی و حمایت عاطفی مخاطب از جمله زمینه‌های نشان‌دهنده تدارکات و آمادگی‌های «پشت‌صحنه‌ای» افراد، برای نمایش «روی‌صحنه» خود هستند. ماهیت غیر رو در روی ارتباطات الکترونیکی اینترنتی، هم‌چنین می‌تواند انگیزه بیشتری را برای کاربران آن در بازی هویت، رفتارهای آزمایشی و ارایه تصویری غیرواقعی فراهم سازد که ریسک

1. Erving Goffman (۱۹۸۲) مرگ ۱۹ نوامبر ۱۹۲۲-۱۹۸۲).

2. Anthony Giddens.

3. Hans Geser.

4. Stigma.

«شرمندگی» در آن کمتر است» (ذکایی، ۱۳۸۶: ۲۷-۲۶). موضوع جامعه‌شناسی نمایشنامه‌ای گافمن، خلق، نگهداری و ابداع معانی‌ای است که فهم مشترک از واقعیتی به ما می‌دهد که به وسیله مردم (چه فردی و چه جمعی) برای ارایه تصویری مشترک و واحد از واقعیت ایجاد شده است (کیوستو، ۲۰۰۸). در بازی، بازیگران سعی دارند تا نقش خاصی را از جهان اطراف به تماشاگران منتقل کنند. لذا، در تمام مدت بازی از گفتگو، اشارات و حرکات، نگاه‌داشتن و مناسک دیگر استفاده می‌کنند تا واقعیت جدیدی را برای حضار ترتیب دهند که مورد توجه آنها باشد (ایمان و مرادی، ۱۳۹۰: ۶۱-۶۲). در واقع، کنش متقابل نزد گافمن، تحت فرمان معنایی است که افراد به کنش‌ها و واکنش‌های یکدیگر نسبت می‌دهند و این معناها، همان نمادها یعنی ژست‌ها، تعریف‌ها و تفسیرها و انگ‌هایی است که مردم به یک کنش نسبت می‌دهند و این انگ‌ها (معناها) از خود کنش به مراتب مهم‌تر هستند (صدیق سروستانی، ۱۳۸۷: ۵۷). نقش، تصویری ویژه است که یک بازیگر می‌خواهد از خود نشان دهد (کیوستو، ۲۰۰۸). گافمن، بر این باور است که انسان‌ها، کنشگرانی هستند که نوعی اجرا به خود می‌گیرند که برخی مواقع برای آنها فریب‌کارانه است. چون هر کسی به دنبال دستکاری نقش، زمینه، اجرای خود برای رسیدن به اهدافش می‌باشد. وی باور دارد که در نمایشنامه تأکید بر این است که چگونه افراد به مدیریت احساس و ایفای نقش خود می‌پردازند (ترنر، ۲۰۰۳ به نقل از ایمان و مرادی، ۱۳۹۰: ۶۶). هم‌چنین گیدنز نیز در این باره نظر مشابهی دارد؛ او معتقد است که رسانه‌های جدید مانند ماهواره، تلویزیون و اینترنت در جوامع پیشرفته، نقش بسیار مهمی در فرآیند اجتماعی کردن افراد دارند و افراد وقت بسیار زیادی را برای این رسانه‌ها اختصاص می‌دهند. رسانه‌ها با القای این احساس که آنچه انتقال می‌دهند، همان بازتاب راستین جامعه است؛ هم می‌توانند هنجارهای اجتماعی را تقویت کنند و هم می‌توانند آنها را مخدوش سازند. در واقع، رسانه‌ها یکی از سرچشمه‌های گوناگون تعیین هنجارهای اجتماعی برای افراد به شمار می‌آیند (معدفر، صبوری خسروشاهی، ۱۳۹۰: ۷۵).

گیدنز معتقد است انواع جدیدی از بحران به‌عنوان شرایط ناشناخته و پیامدهای ناهدفمند در فرایند ارتباطات محلی و جهانی از سوی ابزارهای فناورانه جدید ارتباطی بروز کرده است (اسلوین، ۱۳۸۰: ۱۴) که تا پیش از این وجود نداشت. رسانه‌هایی همچون

تلویزیون، سینما، ماهواره و اینترنت، انسان را درگیر یک تجربه باواسطه می‌کنند. به اعتقاد گیدنز، این مسئله با دگرگونی در مفاهیم زمان و مکان، با تغییر در اشکال جدید ارتباطی و با ایجاد مراجع جدید هویت، موجب پیدایش ذهنیت‌های ناپایدار و هویت‌های جدید شده است. بر این اساس، گروه‌های اجتماعی و سیاسی متفاوتی در عرصه اینترنت ظهور یافته‌اند که با زبان خاص خود، تعلقات اجتماعی، اعتقادات فرهنگی هویت‌های فردی و روابط قدرتی را ایجاد می‌کنند (Lam, 2004: 4). گیدنز در بحث هویت شخصی بر نقش رسانه‌ها تاکید می‌ورزد. رسانه‌ها نقش مهمی در تبلیغ سبک‌های زندگی گوناگون را دارند. طیف سبک‌های زندگی یا گونه‌ای آرمانی سبک‌های زندگی که در رسانه‌ها طرح می‌شوند، شاید محدود باشند ولی باز هم گسترده‌تر از سبک‌های زندگی‌ای هستند که افراد قاعدتاً در زندگی روزمره خود، در قالب آن‌ها می‌افتند. رسانه‌ها، درک فرد از روابطش را تغییر می‌دهند. اطلاعات و افکاری که رسانه‌ها در جامعه منتشر می‌کنند فقط بازتابی از جهان اجتماعی نیست، بلکه یکی از عوامل و نیروهای موثر در شکل‌دادن جهان اجتماعی است. این رسانه‌ها در بازاندیشی مدرن، نقشی محوری دارند و گزینه‌های انتخاب ما را مشخص کرده و سبک‌های زندگی را به ما معرفی می‌کنند (گیدنز، ۱۳۸۴: ۲۵ به نقل از معیدفر، صبوری خسروشاهی، ۱۳۹۰: ۷۵-۷۶).

درواقع، اینترنت سبب می‌شود تا میزان روابط اجتماعی فرد با دیگران خاص و عام کمتر گردد و چارچوب زندگی اجتماعی را سست کرده، باعث ایجاد فردگرایی مفرط و انزوای اجتماعی می‌شود که این مسئله در صورت تداوم، نوعی ناامنی را نیز شکل می‌دهد (گیدنز، ۱۳۸۶: ۶۸۲). گروهی از جامعه‌شناسان مانند «گسر» نیز چندان به پیامدهای تلفن همراه بر زندگی جوانان خوشبین نیستند. نگرانی عمده گسر و هم‌فکرانش آن است که ورود آن به زندگی جوانان باعث تضعیف روابط آن‌ها در خانواده، هم به لحاظ هنجاری و هم به لحاظ شناختی، ادراکی شده است. بدین صورت که تلفن همراه در بین جوانان وضعیتی به وجود می‌آورد که در آن تفاهم متقابل، درک متقابل، و رسیدن به یک «زبان مشترک» میان اعضای خانواده دشوارتر خواهد شد؛ زیرا هر عضو خانواده، الگوهای خاص خود را به دور از چشم و مشاهده دیگران به وجود آورده و پرورش می‌دهد. تلفن همراه به هر کاربری این امکان را می‌دهد که ارتباطات خاص خود را داشته باشد، ایده‌ها و

برداشت‌هایش را تنها با دوستان و شبکه ارتباطی خود در میان بگذارد، الگوهای رفتاری را از شبکه ارتباطاتش اخذ کند و....

بنابراین قدرت والدین در جامعه‌پذیری فرزندان و ارائه تجارب و هنجارهای مناسب بدان‌ها بیش از گذشته مختل می‌شود. در مجموع، گسر، پیامدهای منفی تلفن همراه بر زندگی کاربران را چنین برمی‌شمرد: کاهش اطلاع والدین از شبکه‌های ارتباطی بیرونی هر یک از اعضای خانواده خود، کاهش روابط جمعی و تبادل اطلاعات و تجربیات میان جوانان، شخصی و دو نفره شدن روابط اعضای خانواده در ارتباط با موضوعات خاصی که پیش می‌آید، کاهش تصمیم‌گیری‌های جمعی و... (گسر، ۲۰۰۴: ۱۹). گسر معتقد است که با پیدایش تلفن همراه، حجم کلی ارتباطات بشری افزایش یافته، ولی کیفیت این ارتباطات چندان افزایش نیافته است. به عنوان مثال، نوشتن یک پیامک ممکن است در ظاهر بیانگر وجود ارتباطات قوی میان افراد جامعه باشد، اما باید توجه داشت که این نوع ارتباطات، فاقد برخی از مؤلفه‌های اصلی کنش متقابل انسانی است؛ فاقد صدا و مکالمه صوتی است، فاقد زبان بدن و زبان چهره و زبان حرکتی است، فاقد تماس مستقیم و نمایش عواطف و احساسات است. در این زمینه، جامعه‌شناسانی چون «ولمن» و «گسر» تأکید می‌کنند که رواج نگارش پیامک کوتاه در نوجوانان و جوانان به تدریج توانایی آنها را در کنش متقابل و حضوری و نیز در ارتباطات کلامی و شفاهی کاهش می‌دهد. به عبارتی با پیامک، مهارت ارتباطات مستقیم و کلامی، نسل آینده در معرض خطر قرار می‌گیرد (گسر، ۲۰۰۲: ۵۴).

### ۳) چگونگی ورود تلفن همراه

ارتباطات از راه دور، از زمان اختراع تلفن توسط «گراهام بل» در سال ۱۸۷۶ وجود داشته است. با وجود تلفن، ارتباط زنده و مستقیم میان مردم از مکان‌های متفاوت و فاصله‌های دور، امکان‌پذیر شد. تلفن همراه، دومین گام در تغییر بنیادین شیوه ارتباط انسانها با یکدیگر است. تلفن همراه، جهشی کیفی و گامی مجزاست (هاو کینک، ۱۹۸۸: ۳۵۷-۶۰، به نقل از محمدیان، یاسمی‌نژاد، ۱۳۹۰: ۳۹). اگر بپذیریم که هر نسلی از رسانه‌ها، یک نقطه اوج دارد، تلفن همراه را می‌توان نقطه اوج نسل سوم پیام‌رسانی دانست. تلفن همراه در ابتدا وسیله

ساده‌ای بود که در ارتش به کار گرفته شد؛ ابزار ساده‌ی ارتباطی برای ماجراجویی‌های کوچک بین سربازان. اولین تلفن در ایالات متحده آمریکا در سال ۱۹۴۶ توسط «آزمایشگاه‌های بل» عرضه و اولین نسل از خدمات تجاری آن در سال ۱۹۸۱ در اسکاندایناوی ارائه شد و سپس به سرعت در تمام دنیا گسترش یافت. به مرور برای آن، خدماتی هم‌چون پیام‌رسانی متنی و پیام صوتی طراحی شد (دارنلی و فدر، ۱۳۸۴ به نقل از سبحانی نژاد و همکاران، ۱۳۸۸: ۱۹). در حال حاضر، در جهان حدود ۲ میلیارد نفر از تلفن همراه استفاده می‌کنند. این آمار در آمریکا بسیار بیشتر از جاهای دیگر دنیاست. تصورش را بکنید ما در چه دنیایی از امواج زندگی می‌کنیم (حسین زاده، ۱۳۹۱: ۱۳۵). این پژوهش‌ها این واقعیت را نادیده می‌گیرند که در مقایسه با کامپیوترهای شخصی و شبکه‌ای اینترنت، انسان‌های بیش‌تری در زندگی روزمره خود با تلفن همراه مرتبط‌اند و از آن بهره می‌گیرند؛ به‌طوری که برای مثال در برخی از کشورها تعداد خطوط تلفن‌های همراه از جمعیت کشور پیشی گرفته است و یا حتی برای نخستین بار در سال ۲۰۰۱، تعداد تلفن‌های همراه در دنیا از تعداد تلویزیون‌ها بیش‌تر شد. هم‌چنین می‌توان مشاهده کرد که هزینه‌ای که افراد ماهانه برای تلفن همراه پرداخت می‌کنند، از هزینه‌ای که برای مثال به‌منظور استفاده از اینترنت پرداخت می‌کنند، بسیار بالاتر است و این امر بی‌شک جایگاه قابل توجه ارتباطات از طریق تلفن همراه را نشان می‌دهد (کوثری و دیگران، ۱۳۹۱: ۶).

در سال ۱۹۸۵ که «ارنی وایز»<sup>۱</sup> اولین مکالمه را با تلفن همراه در بریتانیا انجام داد، کسی فکر نمی‌کند که این پدیده چه قدر بر زندگی و سبک رفتار ما بعد از دو دهه تأثیر بگذارد. در حال حاضر، در دنیا از هر شش نفر یک نفر تلفن همراه دارد (سبحانی‌نژاد و همکاران، ۱۳۸۸: ۱۹). در ایران، اولین شبکه تلفن همراه در مرداد ۱۳۷۳ در شهر تهران با استفاده از ۱۷۶ فرستنده و گیرنده در ۲۴ ایستگاه رادیویی مورد بهره‌برداری قرار گرفت. در حال حاضر در ایران تقریباً روزانه ۲۵ میلیارد ریال برای استفاده از تلفن همراه پرداخت می‌شود که سالانه بالغ بر ۹۰۰۰ میلیارد ریال می‌شود و سرمایه‌گذاری کلانی در این رابطه انجام شده است (ذکابی، والی‌زاده، ۱۳۸۸: ۱۲۰).

1. Ernie Wise (27 November 1925 – 21 March 1999).



#### ۴) اثرات تلفن همراه بر کاربران

تلفن همراه با وجود تمام قابلیت‌های ارزشمندی که دارد در نوع خود، مضرات فراوانی نیز دارد که استفاده افراطی از آن برای کاربر و اطرافیانش مشکلاتی را به وجود می‌آورد. از این رو، همواره دانشمندان دربارهٔ خطرات ناشی از امواج تلفن همراه و شبکه‌های بی‌سیم هشدار می‌دهند و روزنامه بلژیکی «لوسوار» می‌نویسد: دانشمندان در اظهارنظری اعلام کردند؛ امواج تلفن همراه و شبکه‌های بی‌سیم خطراتی هم‌چون سرطان‌های مغزی، آلزایمر، اختلالات شنوایی، عصبی، آشفتگی و پریشانی در خواب را در پی دارند. این روزنامه بلژیکی، به نتایج صدها تحقیق متخصصان پزشکی آمریکا و اروپا در این زمینه استناد کرده است (حسین‌زاده، ۱۳۹۱: ۱۰۶).

مهم‌ترین آسیب‌های این فناوری پرخطر، در دو بخش مورد بررسی قرار می‌گیرد؛ در بخش اول به آسیب‌ها و تهدیدهای جسمانی وابستگی به تلفن همراه و در بخش دوم، آسیب‌ها و تهدیدهای اجتماعی - خانوادگی تلفن همراه در بین کاربران جوان ارائه خواهد شد.

#### ۴-۱) پیامدها و آسیب‌های جسمانی وابستگی به تلفن همراه

##### ۴-۱-۱) اثرات منفی بر مردمک چشم

به دلیل استفاده از گوشی تلفن همراه، بیش از ۹۷٪ اشعه‌های ساطع از این وسیله، بیشتر بر روی نواحی مرتبط با حافظهٔ طولانی‌مدت و تحلیل گفتاری و شنوایی مغز تأثیر می‌گذارد، به همین دلیل نمی‌توان به‌سادگی از آن گذشت. حتی اگر گوشی تلفن همراه را در دست بگیرید و با همدست صحبت کنید، تشعشعات تلفن همراه روی لایهٔ نازک عضلانی و اعصاب مچ دست، اثر می‌گذارد. فرکانس‌های رادیویی پس از جذب در بدن، موجب جنبش بیشتر مولکولی در سلول‌های نواحی خاص می‌گردد که کمترین اثر این جنبش، بالا رفتن حرارت آن ناحیهٔ خاص است که در طولانی‌مدت شاید موجب اختلال در کارکرد سلول‌ها به‌ویژه در اعضای حساسی مانند قرنیه چشم می‌شود (حسین‌زاده، ۱۳۹۱: ۱۱۳-۱۱۴). در واقع، نور تلفن همراه و سایر وسایل الکترونیکی مثل کامپیوتر، تبلت و موبایل

تخت، می تواند به آسیب درازمدت چشم منجر شود. وقتی به صفحه تلفن نگاه می شود، نوری که به چشم می تابد، آبی بنفش است. نور آبی بنفش به طور بالقوه خطرناک و برای پشت چشم به اصطلاح سمی است. بنابراین در طول یک دوره طولانی به طور بالقوه می تواند به چشم آسیب بزند. آزمایش ها نشان داده که قرار گرفتن در معرض این نوع نور - اگر زیاد باشد - خطر «دژنراسیون ماکولا»،<sup>۱</sup> از عوامل اصلی نابینایی را بالا می برد. هر چند نور آبی «خوب» (آبی فیروزه‌ای)، برای تنظیم ساعت بیولوژیکی بدن لازم است، اما تصور می شود که آبی بنفش می تواند نظم خواب را به هم بزند و بر حال روحی اثر بگذارد. اگر چه نمی توان گفت که آیا رابطه‌ای مستقیم بین این نوع نور با مشکلات چشم وجود دارد یا خیر، اما شواهد قوی آزمایشگاهی نشان می دهد به طور بالقوه چنین رابطه‌ای وجود دارد. در واقع، ترکیبی از پلک نزدن و نزدیک نگه داشتن تلفن به چشم است که به بینایی فشار می آورد. در واقع، نتایج تحقیقات پزشکی که به تناوب درباره تأثیرات جسمی تلفن همراه صورت می گیرد به نفع این وسیله ارتباطی نیست (محمدیان و یاسمی‌نژاد، ۱۳۹۰: ۳۸). خیره شدن به صفحه گوشی، دید انسان را در آینده با مشکل مواجه می کند. اندازه کوچک فونت‌ها، نور صفحه و عدم تناسب نور صفحه گوشی با نور محیط اطراف، باعث می شود کاربران موقع استفاده با دقت بیشتری به صفحه گوشی نگاه کنند یا آن را بیش از حد به چشم نزدیک کنند. سرخی، خشکی و تاری دید چشم از عواقب استفاده زیاد از گوشی‌های همراه است. استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه، وضعیتی است که با استفاده فراوان

۱. دژنراسیون ماکولا (به انگلیسی: AMD or ARMD) (Macular degeneration)، یا تباهی لکه زرد، شایعترین علت کوری در افراد مسن است. در این بیماری ماکولا یا لکه زرد تخریب می شود. ماکولا قسمت حساس به نور شبکیه و مسئول دید مستقیم و واضح است که برای کارهای دقیق مثل خواندن و رانندگی لازم است. دژنراسیون ماکولا بر دو نوع است: خشک (Dry) و تر (Wet). نوع خشک شایعتر بوده و حدود ۹۰٪ بیماران به این نوع مبتلا می شوند. نوع تر معمولاً با کاهش دید شدیدتر و جدی تری همراه است. دژنراسیون ماکولا در افراد بالای ۶۵ سال شایعتر بوده و زنان بیشتر به این بیماری مبتلا می شوند. اکثر موارد این بیماری با افزایش سن بوجود می آیند. علت دقیق این بیماری هنوز شناخته نشده است. نوع خشک ممکن است بر اثر پیر و نازک شدن بافت ماکولا، رسوب رنگدانه‌ها در ماکولا، و یا ترکیبی از این دو ایجاد شود. در نوع تر عروق خونی جدید در زیر شبکیه رشد کرده و خون و مایع از آنها نشت می کند. این نشت سبب مرگ سلول‌های شبکیه شده و باعث ایجاد نقاط کور در دید مرکزی می شود (سایت بیمارستان چشم پزشکی نور، بازبینی شده در ۱۰ سپتامبر ۲۰۱۳).

و اشتغال ذهنی از تلفن همراه مشخص می‌شود. به این ترتیب، آسیب‌زدن به غدد مترشحه ملتحمة چشم نیز می‌تواند باعث خشکی چشم و احساس وجود جسم خارجی در چشم شود. اگر آسیب به ملتحمة آن‌قدر باشد که آسیب دائمی به غدد مرطوب‌کننده چشم واقع در ملتحمة بزند، می‌تواند باعث کوری در اثر خشکی بیش از حد چشم شود. آب‌مروراید از دیگر آسیب‌های چشمی ناشی از امواج رادیویی و میکروویو است. حرارت ناشی از جذب آن‌ها در عدسی چشم می‌تواند باعث کدورت عدسی و ایجاد آب‌مروراید شود. بنابراین بهتر است گوشی در فاصله مناسبی از چشم قرار گرفته، نور اطراف را تنظیم و اندازه فونت را افزایش داد. در ضمن اگر زمان زیادی را در روز با رایانه و گوشی می‌گذرانید، قانون ۲۰-۲۰-۲۰ را رعایت کنید. به ازای هر ۲۰ دقیقه کار، ۲۰ ثانیه به چشم استراحت داده شود. سپس به چیزهایی که در فاصله ۲۰ فوتی (حدود ۶ متری) شما قرار دارند، نگاه کنید.

#### ۴-۱-۲) تأثیر نامطلوب امواج الکترومغناطیسی بر غشاء سلول‌ها و بروز سرطان

همان‌طور که تولید گازهای گلخانه‌ای و نازک‌شدن لایه اُزون و تابش امواج فرابنفش، آثار سوء و زیان‌باری بر جسم انسان می‌گذارد، تابش تشعشعات تلفن‌های همراه نیز از سوی دیگر، بستر مناسبی برای ابتلای بسیاری از افراد، به انواع سرطان‌ها ایجاد کرده است. احتمال ارتباط بین سرطان و تلفن‌های همراه، موضوع بحث برانگیزی است. از سوی دیگر، بررسی‌هایی هم در مراکز معتبری مانند آژانس بین‌المللی سرطان انجام شده که نشان داده‌اند شواهد محکمی مبنی بر سرطان‌زایی تلفن‌های همراه وجود دارد. «نور مرئی از امواج الکترومغناطیسی با طول موج بین ۴/۰ تا ۸/۰ میکرومتر تشکیل شده است. دستگاه‌های تلفن همراه در محدوده‌های فرکانسی خاصی از امواج رادیویی فعالیت می‌کنند که عبارتند از ۸۷۲ تا ۹۶۰، ۱۷۱۰ تا ۱۸۷۵ و ۱۹۲۰ تا ۲۱۷۰ مگاهرتز. امواج الکترومغناطیسی به دو دسته یونیزان<sup>۱</sup> و نایونیزان تقسیم می‌شوند. در واقع خطر موجود در

۱. امواج یونیزان عبارتند از پرتوهای فوق بنفش، ایکس و گاما و به دلیل انرژی زیادی که دارند می‌توانند اتم‌های موجود در مسیر را یونیزه کنند. سایر امواج از جمله امواج رادیویی چنین خاصیتی را ندارند. به همین دلیل تا مدت‌ها تصور می‌شد امواج رادیویی بی‌خطر هستند.

امواج یونیزان به دلیل اثرات بیولوژیکی است که ایجاد می‌کنند. این آسیب، در اثر برهم کنش پرتو یونیزان با DNA سلول‌ها رخ می‌دهد و در نتیجه سلول‌ها از نظر ژنتیکی آسیب می‌بینند که ممکن است آنها را از بین ببرد یا در بدترین حالت به سلول‌های سرطانی تبدیل کند و این آثار یک قرن است که شناخته شده‌اند (منطقی، ۱۳۸۷ الف: ۵۱-۵۲). مطالعات نسبتاً قابل توجهی در مورد اثرات سرطان‌زایی این دسته امواج صورت گرفته است. این مطالعات شامل مطالعات اپیدمیولوژیک در مورد رابطه استفاده تلفن‌های موبایل، اجاق‌های میکروویو خانگی و غیره با انواع سرطان‌ها و نیز بررسی شیوع انواع سرطان‌ها (به خصوص تومور مغزی و سرطان خون)، در پرسنل نظامی در معرض اشعه MW و رادیویی یا پرسنل مراکز مخابراتی و اپراتورهای رادارها و فرستنده‌های رادیویی و تلویزیونی بوده است. به علاوه، مطالعات متعددی در سطح سلولی و حیوانی نیز در این رابطه انجام شده است. تنها چند دهه است که آثار مخرب پرتوهای نایونیزان نیز شناسایی شده است. مهم‌ترین تأثیری که این نوع امواج دارند، ایجاد گرما است. اجاق‌های مایکروویو که در زندگی خانگی بسیاری از انسان‌ها وارد شده‌اند، از امواج مایکروویو که از نظر طول موج بین امواج رادیویی و فرو سرخ قرار دارند، برای گرم کردن غذا به همین شیوه استفاده می‌کنند. امواج رادیویی که از تلفن همراه منتشر می‌شوند نیز طول موج نزدیک به مایکروویو داشته و قابلیت ایجاد حرارت در محیط اطراف خود را دارند. این موضوع باعث می‌شود وقتی از این تلفن‌ها استفاده شود، درجه حرارت بخشی از مغز که در مجاورت آنها قرار دارد، اندکی بالا رود. این امواج آثاری از نوع مغناطیسی نیز دارند. وقتی سلول‌های بدن انسان در معرض امواج الکترومغناطیسی قرار بگیرند، در غشاء آنها تغییراتی رخ می‌دهد (روزنامه ابرار اقتصادی به نقل از مجله الکترونیکی ویستا، ۱۳۹۴). که برای بدن بسیار مضر است. در واقع امروزه نیز برخی از پژوهش‌های انجام شده، تأثیر منفی امواج الکترومغناطیسی بر بدن را مورد بررسی قرار داده‌اند و با تأکید بر احتمال آسیب‌زایی پرتوهای یونیزان در سطح سلول‌های بدن، فرضیه رشد بی‌قاعده سلول‌های آسیب‌خورده و به تعبیر دیگر سرطانی شدن آنها را مطرح کرده‌اند. آثار پرتوهای نایونیزان امواج الکترومغناطیسی نیز به تازگی مورد توجه قرار گرفته‌اند. با عنایت به این که پرتوهای نایونیزان، توان افزایش حرکت را دارند، برخی از پژوهشگران، فرضیه آسیب‌خوردن سلول‌های مغزی در اثر حرارتی که در اثر استفاده از

تلفن همراه در مغز پدید می‌آید را مطرح کرده‌اند. البته گرچه آزمایش‌های اخیر، تأثیر منفی پرتوهای نایونیزان را بر روی موجودات آزمایشگاهی (مانند کرم‌ها) تأیید کرده‌اند، اما تأثیر منفی قطعی امواج تلفن همراه روی مغز انسان، تاکنون مورد تأیید قرار نگرفته‌اند (منطقی، ۱۳۸۷ الف: ۵۱).

#### ۴-۱-۳) اثرات منفی امواج الکترومغناطیسی بر ناباروری

کیزیلی<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۰۳) عنوان نمودند که گوش استفاده‌کنندگان در ضمن صحبت با تلفن همراه در نزدیکی منبع میدان الکترومغناطیسی قرار دارد و مقدار فاصله آنتن تا گوش داخلی فقط چند سانتی متر است. از طرف دیگر می‌توان به القاء پروتئین‌های استرس، تحت امواج تلفن همراه (فريتز، ویسنر و کاستر<sup>۲</sup> و همکاران، ۱۹۹۷) و نیز اثر این امواج روی فعالیت‌های مغز (هامبلین و وود<sup>۳</sup>، ۲۰۰۲) اشاره کرد (محمدیان و یاسمی‌نژاد، ۱۳۹۰: ۴۲). از این‌رو، یکی از بزرگ‌ترین مضرات استفاده از تلفن همراه، آسیب‌هایی است که بر اثر امواج با طول موج کوتاه به وجود می‌آید. همان‌طور که می‌دانید تلفن همراه، امواج با طول موج کوتاه تولید می‌کند. در بسیاری از موارد، امواج ساطع شده از تلفن همراه مانند امواجی است که از ماکروویو برای پخت و گرم کردن غذا ایجاد می‌شود. لذا اگر همین امواج موبایل، غلظت کافی داشته باشد و قدرت آن بسیار بیشتر باشد، می‌تواند بافت بدن انسان را همانند غذای داخل ماکروویو طبخ کند! دانشمندان می‌گویند که تشعشعات حاصل از تلفن همراه بر زنان باردار اثر کرده و ممکن است منجر به سقط جنین و یا نواقص جنینی در آنها شود. به عبارت دیگر، استفاده از تلفن همراه چون اضطراب و استرس را زیاد می‌کند و فکر را مشغول می‌سازد، به‌طور غیرمستقیم روی تخمک‌گذاری اثر می‌گذارد. درواقع، کسانی که برنامه کاری فشرده دارند و مدام با تلفن همراه حرف می‌زنند به‌دلیل اینکه عصبی می‌شوند، محور مغزی و هورمونی‌شان تحت تأثیر قرار می‌گیرد. هم‌چنین در مورد کاربران آقایی که تلفن همراه خود را روی کمر بندشان که در نزدیکی سیستم تولید

1. Kizilay.

2. Fritze, Wiessner & Kuster.

3. Wood & Hamblin.

مثل آنها می‌باشد قرار می‌دهند، باید از این کار خودداری کنند، زیرا اثرات سوء تلفن همراه بر اسپرم‌ها مشخص شده است. تلفن همراه می‌تواند تأثیرهای منفی روی افراد بگذارد که باعث نازایی شود؛ به‌ویژه اگر داخل جیب گذاشته شود. تلفن همراه، روی تخمدان نیز اثرهای بدی دارد. یکی از اعضای حساس به حرارت، بیضه‌ها هستند. سلول‌های ژرمینال تولیدکننده اسپرم در درجه حرارت خاصی که معمولاً کمتر از درجه حرارت معمولی بدن است، می‌توانند کار کنند و در درجه حرارت‌های بالاتر صدمه خواهند دید. جذب انرژی ناشی از امواج میکروویو یا رادیویی در بیضه‌ها، می‌تواند باعث عقیمی موقت شود که اگر جذب انرژی کافی باشد، می‌تواند عقیمی دائم را ایجاد کند. محققان ایرانی طی پژوهشی به بررسی پاسخ شدید سلول‌های زنده به میدان الکتریکی پرداختند که نتایج حاکی از تأثیرات مخرب الکترومغناطیس بر غشاء نانومتری سلول‌های زنده است. دانشمندان می‌گویند: گذاشتن لپ تاپ روی پاها و گذاشتن موبایل در جیب جلو شلوار، عامل ضعف اسپرم‌های<sup>۱</sup> مردان، تورم بیضه‌ها و ضعف قوای جنسی و ایجاد روماتیسم در پاها می‌گردد. برای اثبات این موضوع یک دانه تخم‌مرغ خام را بین دو گوشی موبایل که در فاصله ۳۰ سانتی‌متری هم قرار دارند، بگذارید و از یکی از موبایل‌ها با موبایل دیگر تماس بگیرید و اجازه دهید ۲۰ دقیقه این تماس برقرار باشد و تخم‌مرغ هم بین این دو بماند بعد از ۲۰ دقیقه تخم‌مرغ شما کاملاً پخته می‌شود (حسین‌زاده، ۱۳۹۱: ۱۰۸).

در مجموع، برخی از پژوهش‌ها احتمال ایجاد تومورهای خوش خیم در اعصاب شنوایی، اختلال در گردش خون، فعالیت‌های گوارشی، ناباروری، خواب و آرامش روانی افراد را از تبعات احتمالی تلفن‌های همراه برشمرده‌اند. برخی از محققان، با قراردادن موش‌ها در معرض امواج الکترومغناطیسی، نتیجه گرفتند که تنها یک سوم این موش‌ها،

۱. تشعشعات ساطع شده از امواج رادیو فرکانس حاصل از تلفن همراه بر روی بدن انسان موجب تأثیر بر باروری مردان می‌گردد. یکی از متخصصان ایرانی (دکتر محمد مهدی مظهري، متخصص طب کار و بیماری‌های شغل) می‌گوید: اثرات امواج گرمایی حاصل از تلفن همراه بر روی انسان مستقیماً بر دستگاه تناسلی مردان اثر گذاشته و موجب اختلال در وضعیت فیزیولوژیکی آنان می‌گردد. البته ادامه می‌دهد عقیمی مردان بر اثر امواج تلفن همراه دائمی نبوده و با فاصله گرفتن از امواج رادیویی این مشکل رفع شدنی است (حسین‌زاده، ۱۳۹۱: ۱۲۳-۱۲۲).

قدرت باروری خود را حفظ کرده‌اند. بر مبنای پژوهش‌های اخیر، برخی از پژوهشگران احتمال ناباروری کاربران تلفن همراه را مطرح کرده‌اند. نتایج یک پژوهش انجام گرفته در سنگاپور نیز نشان داده است احتمال ناباروری افرادی که در معرض امواج قرار دارند، بیشتر از افراد مشابه آن‌هاست که در معرض امواج قرار ندارند (منطقی، ۱۳۸۷ الف: ۵۳).

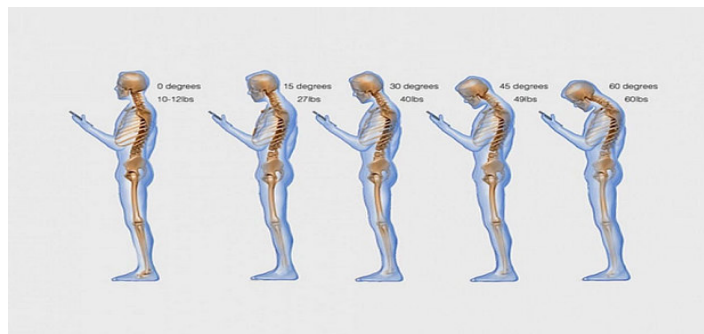
#### ۴-۱-۴) مشکلات عضلانی

مشکل عضلانی، یکی دیگر از آسیب‌های استفاده زیاد از تلفن همراه می‌باشد. یکی از این مشکلات عضلانی، بروز پدیده «گردن پیامکی»<sup>۱</sup> می‌باشد که امروزه بسیار بین جوانان متداول گشته است.

با توجه به این که سر انسان حدود ۵/۵ کیلوگرم وزن دارد، اما هنگامی که گردن به سمت جلو و پایین خم می‌شود، وزن وارده بر مهره‌های گردن افزایش می‌یابد. در زاویه ۱۵ درجه، این وزن حدود ۱۲ کیلوگرم، در ۳۰ درجه ۱۸ کیلوگرم، در ۴۵ درجه ۲۲ کیلوگرم، و در ۶۰ درجه ۲۷ کیلوگرم است. این باری است که با خیره شدن به گوشی هوشمند که امروزه اکثر جوانان در هر روز، ساعت‌ها این کار را انجام می‌دهند، وارد می‌شود و در طول زمان محققان گفته‌اند: این وضعیت نامناسب در مراحل اولیه، می‌تواند منجر به سایش و پارگی ستون فقرات، انحطاط و حتی عمل جراحی شود. در این باره، کارشناسان پزشکی هشدار می‌دهند هر اینچی که سر به جلو خم شود، فشار بر ستون مهره‌ها دو برابر می‌شود. در واقع، اثر این عارضه، مثل این است که انسان انگشتان خود را به طور کامل به پشت خم کند و آن را برای یک ساعت نگه دارد. وقتی بافت، زمان زیادی تحت کشش قرار بگیرد، دچار درد و التهاب می‌شود. این امر حتی می‌تواند باعث کشش ماهیچه، فشار شدید بر اعصاب، فتق دیسک، به مرور زمان حتی باعث حذف انحنای طبیعی گردن شود. این خطر برای ۵۸ درصد از بزرگسالان که گوشی هوشمند دارند. وجود دارد (مظفری، ۱۳۹۳). افزایش مشکلات عصبی و بعضاً رفتاری و نیز اختلال در سیستم شنوایی از دیگر مضرات استفاده از تلفن همراه و تأثیرات سوء امواج فرکانس بر بدن است (حسین‌زاده، ۱۳۹۱: ۱۲۳).

1. Text nacke.

کمردرد هم یکی از دردهای شایع کاربرانی است که طولانی مدت گوشی را بین گردن و شانه خود نگه می‌دارند تا همزمان به جز گفت و گو کار دیگری هم انجام دهند. در مجموع، حرف زدن با تلفن همراه و همزمان راه رفتن، نیز دردهای کمتری را به دنبال دارد. در این حالت بهتر است با چشم به تلفن نگاه شود، نیازی به خم کردن گردن نیست. دیگر این که سر چندین بار به سمت چپ و راست حرکت داده شود. از دست برای ایجاد مقاومت استفاده شود و سر در خلاف جهت آن فشار داده شود؛ اول رو به جلو و سپس رو به عقب. بهتر است برای تقویت وضعیت مناسب عضلات در داخل چهارچوب دریا یک راهرو ایستاده و دستان باز شود و سینه به طرف جلو بیاید و از خم کردن گردن جلوگیری شود (مطابق تصویر زیر).



#### ۴-۱-۵) آلزایمر

یافته‌های علمی نشان می‌دهد که تلفن همراه در کوتاه مدت بر عملکرد مغز، اثر می‌گذارد. نتایج اخیر در ارتباط با بی‌خطر بودن تلفن‌های همراه در طولانی مدت، نشان می‌دهد که استفاده از موبایل، باعث افت حافظه، تغییرات در حواس و نوسان فشار خون می‌شود. به‌ویژه نواحی از مغز که به گوش نزدیک‌ترند بیشتر تحت تشعشع قرار می‌گیرند. تلفن همراه می‌تواند به طور بالقوه بر سلامت مغز و بدن تأثیر بگذارد، اما نکته مهم، مدت زمان صحبت کردن است؛ هرچه این زمان طولانی‌تر باشد، عوارض آن نیز بیشتر خواهد بود. از آن جا که گوش کاربران موقع صحبت کردن با تلفن همراه در نزدیکی منبع میدان الکترومغناطیسی قرار دارد و فاصله آنتن تا گوش داخلی، فقط چند سانتی‌متر است، این



فاصله می‌تواند بسیار خطرناک باشد. از طرف دیگر، القاء پروتئین‌های استرس تحت امواج تلفن همراه (فريتز، وایسنر، کوستر، سومر، گاس، هرمن<sup>۱</sup> و همکاران، ۱۹۹۹) و نیز اثر این امواج روی فعالیت‌های مغز از دیگر مضرات جسمانی تلفن همراه گزارش شده است. نتایج حاصل از برخی مطالعات نشان می‌دهد که امواج تلفن همراه می‌تواند باعث بروز علائمی مانند خستگی، سردرد، ضعف حافظه و احساس گرما در گوش گردد (عطادخت و همکاران، ۱۳۹۳: ۱۲۵). پرتوهای الکترومغناطیس به تدریج باعث از میان رفتن نوعی از پروتئین موسوم به «بتا امیلوید»<sup>۲</sup> در مغز انسان می‌شوند که پیدایش آن در مغز، عامل اصلی بروز بیماری آلزایمر شناخته شده است. پژوهشگران می‌گویند تابش پرتوها از تراکم این پروتئین بدخیم جلوگیری می‌کند. این دستاورد از آن جهت جذابیت دارد که به گمان ما گشایش حوزه کاملاً تازه‌ای در زمینه دانش عصب‌شناسی محسوب می‌گردد؛ یعنی، شناسایی تأثیرات درازمدت حوزه‌های الکترومغناطیسی روی حافظه انسان (حسین‌زاده، ۱۳۹۱: ۱۱۰). از این‌رو، بهتر است زمانی که از تلفن همراه استفاده نمی‌شود، آن را از خود دور کرده، در جیب خود قرار ندهید و به دور گردن‌تان نیندازید. عوارض تلفن همراه در حالت خاموش کمتر است و اگر باتری آن در آورده شود، تقریباً بی‌عارضه می‌شود.

#### ۴-۱-۶) مشکلات عصب گوش

محققان در یکی از تحقیقاتی که اثر مستقیم ارتباط با امواج رادیویی و الکترومغناطیسی بر سیستم عصبی را نشان می‌دهد، به این نتیجه رسیده‌اند؛ افرادی که بیش از اندازه از گوشی تلفن همراه استفاده می‌کنند، در معرض ابتلا به تومور عصب گوش هستند<sup>۳</sup> (حقی آشتیانی، ۱۳۹۴: ۸). در هنگام صحبت کردن با تلفن همراه، گوش انسان بیشترین تماس را با امواج ساطع شده دارد که در درازمدت می‌تواند آسیب‌های جدی را به وجود آورد و باعث انبساط بافت‌های مغز شود که ناشی از تغییرات حرارت کوچک اما سریع بافت‌ها است. این امر باعث ایجاد امواج فشاری می‌شود که از طریق جمجمه به گوش درونی

1. Fritze, Wiessner, Kuster, Sommer, Gass & Hermann.

2. Amyloid-B.

۳. دکتر بهرام حق‌آشتیانی، متخصص مغز و اعصاب و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران.

فرستاده می‌شود؛ جایی که گیرنده‌های حساس صوتی در آنجا قرار دارند. بر اساس تحقیقات انجام شده، در صورت استفاده از گوش چپ در هنگام صحبت با تلفن همراه، آسیب کمتری به دستگاه شنوایی وارد می‌آید. افرادی که به صورت مکرر از تلفن همراه استفاده می‌کنند، بهتر است به صورت متناوب از هر دو گوش خود استفاده کنند و سهم گوش چپ نیز در این تناوب بیشتر باشد (صفران، ۱۳۹۴).

با اشاره به اثرات سوء گوشی‌های تلفن همراه می‌توان گفت، به طور کلی استفاده‌کنندگان از تلفن همراه تحت تأثیر دو نوع امواج هستند؛ یکی در زمانی است که مخابره‌ای انجام نمی‌شود. در این حالت، یک حوزه موجی با نفوذ محدود ایجاد می‌شود که چنانچه در نزدیکی نقاطی از بدن مانند سیستم عصب گوش قرار گیرند، آثار سوء خود را بر جای می‌گذارند. در حالت دوم، زمانی که مخابره انجام می‌شود، میدان وسیع‌تر و فعال‌تری ایجاد می‌شود که در این صورت نقاطی از بدن که در معرض عبور امواج هستند، آسیب‌های شدیدتری می‌بینند. تمام این تشعشعات اگر در فاصله نزدیک بدن قرار گیرند، قلب یا سیستم اعصاب مرکزی یا گوش و چشم را تحت تأثیر قرار می‌دهند و باعث ایجاد اختلالاتی در این اعضا یا بروز بیماری‌هایی می‌شوند. البته باید این موضوع را مورد توجه قرار داد که در دوره جنینی و هم‌چنین دو سال نخست زندگی، حداکثر رشد و تکثیر مغز انجام می‌شود و تا دو سالگی ۹۰ درصد مغز به حداکثر رشد خود می‌رسد. عوامل محیطی مانند امواج الکترومغناطیس بر سیستم عصبی در این دوره، بیشترین اثرگذاری را دارد. عوامل محیطی می‌توانند ژن‌ها را تحت تأثیر خود قرار دهد یا با تغییراتی در سطح سلولی همراه باشد. بیشترین تغییر و تکثیر سلولی و تکامل در دو سال نخست زندگی اتفاق می‌افتد؛ بنابراین تردیدی نیست، امواج الکترومغناطیس یا به‌طور کلی عوامل محیطی در این دوره، بیشترین عوارض احتمالی را به همراه داشته باشد (حقی آشتیانی، ۱۳۹۴: ۸).

#### ۴-۲) آسیب‌ها و تهدیدهای اخلاقی وابستگی به تلفن همراه

بی‌تردید تکنولوژی و رشد صنعت بر ابعاد سلامت انسان مؤثر است. امروزه رشد چشم‌گیری در استفاده مفرط از تلفن همراه وجود دارد و این رشد گسترده، توجه

پژوهش گران را بیشتر به آثار زیستی ناشی از تلفن‌های همراه معطوف داشته است و به اثرات جامعه‌شناختی و اجتماعی استفاده طولانی مدت از این وسیله ارتباطی توجه کافی نشده است. درباره استفاده غیرانطباقی از اینترنت نشان داده شده است که اینترنت رابطه مثبت و معناداری با مشکلات خانوادگی متعدد دارد.

«دگرگونی‌های عمده‌ای که فناوری‌های نوین و از آن جمله تلفن همراه در زیست اجتماعی انسان‌ها بر جای می‌گذارند، امری پذیرفته شده است. رواج چنین فناوری‌هایی، بسیاری از نظریه پردازان را واداشته است تا سخن از عصری جدید در حیات بشری به میان آورند؛ عصر اطلاعات و ارتباطات. تلفن همراه در کنار اینترنت، شاید از اصلی‌ترین نشانه‌های این عصر جدید باشد؛ گرچه اغلب، پژوهش‌های اجتماعی تلفن همراه را نادیده گرفته و کمتر به آن پرداخته‌اند، اما در سال‌های اخیر شاهد افزایش مطالعات جامعه‌شناختی در این حوزه بوده‌ایم» (ذکایی، ولی‌زاده، ۱۳۸۶: ۲۴). چنان‌که منطقی (۱۳۸۹: ۱۰۲) نیز در پژوهشی اشاره می‌کند، اکثر پژوهش گران در بررسی آسیب‌های احتمالی تلفن همراه، در درجه اول اهمیت، به تبعات روانی، اجتماعی، فرهنگی، سیاسی، و عقیدتی آن توجه نشان داده‌اند. در این بخش، به برخی از این تهدیدها اشاره و در ادامه به ارائه راهکارهایی در این زمینه پرداخته خواهد شد.

#### ۴-۲-۱) حیازدایی در جوانان

صحبت با تلفن همراه در مکان عمومی، حاوی تضادی در فضای اجتماعی است که فرض می‌شود، مردم در آن چهره‌ای متفاوت دارند» (پالنت و دیگران، ۲۰۰۱). همچون چت کردن، تصاویر برهنه و مستهجن، تهیه و ارسال و ویروس‌های رایانه‌ای برای دیگران، ارسال پیام‌های کوتاه طنزآمیز، سیاسی و خلاف عرف، در صدر استفاده جوانان از امکانات پیشرفته ارتباطی قرار دارند (منطقی، ۱۳۸۷ الف: ۹۲). مهم‌ترین موضوع در ارتباطات تلفن همراه برای جوانان، ایجاد و حفظ شبکه‌های اجتماعی‌شان است. جوانان برای دستیابی به این هدف، از طیف گسترده‌ای از ارتباطات مؤثر (از جمله تلفن همراه و پیام کوتاه) استفاده می‌کنند. کیم و میتومو، بر این نظرند که جوانان، به‌ویژه هنگام شکل‌گیری اولین روابطشان با جنس مخالف، پیام کوتاه را به‌منزله رسانایی عالی برای ارتباطات می‌دانند (کوثری و

دیگران، ۱۳۹۱: ۸). از این رو، همان طور که شاهدیم در بررسی های نظری و تجربی دیده می شود که یکی از تبعات روان شناختی تلفن همراه و امکانات جانبی آن، کاهش تدریجی شرم و حیا، در کاربران این فن آوری ارتباطی، می باشد. جوینسون (۲۰۰۳)، درباره استفاده هرزه نگاران از فن آوری های ارتباطی، در جهت اهداف و مقاصد خودشان، خاطر نشان می سازد که هرزه نگاران، در استفاده از فن آوری های جدید، همواره به سرعت عمل کرده اند. به این معنا که دیرزمانی از اختراع عکاسی، تلفن، سینما، فیلم های ۸ میلیمتری و وی، اچ، اس<sup>۱</sup> نگذشته بود که این فن آوری ها، برای تولید و مصرف فراورده های هرزه نگارانه، مورد استفاده قرار گرفتند. علاوه بر این، با ظهور فن آوری های جدیدتر، مصرف هرزه نگاری به طور فزاینده ای به یک رفتار خصوصی تبدیل شده است؛ به این معنا که هزینه تولید و توزیع فیلم های سینمایی سبب شده بود تا قبل از ظهور ویدئو، مردم بیشتر به صورت دسته جمعی به تماشای هرزه نگاری پردازند (منطقی، ۱۳۸۷: ۱۵۰). این ارائه می تواند در قالب برنامه ورزشی، نمایشی، فرهنگی، فیلم ها و... باشد. به طور مثال در برنامه های ورزشی، بیش از ورزش، تکیه بر جنبه های نمایشی است و به تدریج الگوهای لباس، وسایل ورزشی و رقص و آواز تبلیغ می شود، زنان ورزشکار به طور برهنه در صحنه آشکار می شوند یا در فیلم ها، برهنگی زنان و شهوت گرایی مردان محور قرار داده شده، روابط زن و شوهر به مسئله لذت جنسی خلاصه می شود، به تدریج فحشا و منکرات و زشت ترین نوع آن در قالب داستان های جذاب و با کمک توجه هایی روان شناسانه پرداخته می شود (صابری، ۱۳۸۴: ۱۱۵). از این رو، رقابت دختران ایرانی در به روز کردن آلبوم های شخصی خود از عکس های متنوع برهنه و نیمه برهنه شبکه های اجتماعی به ویژه فیس بوک را به محلی برای تبلیغ مدهای خیابانی و آرایش های جدید در میان ایرانیان تبدیل کرده است که با توجه به عادی شدن این امر در میان زنان و دختران، دیگر بحثی از حیا در میان این کاربران به میان نمی آید و دردآورتر از همه این است که کاربران با کمال افتخار از تیپ و وضعیت ظاهری خود حرف می زنند و عکس های نیمه عریان خود را با دیگر کاربران به اشتراک می گذارند! به این ترتیب، دختران و پسران، در سطح کلی تر، زنان و مردان تمایل به این

---

1. VHS.

دارند که خود را به صورت تصاویری که در شبکه‌های مجازی از دیگران می‌بینند، به نمایش گذارند و جذابیت‌های ظاهری خود را به رخ دیگران بکشند.

#### ۴-۲-۲) تنزل ارزش‌ها

تغییرات تکنولوژی، ارزش‌ها و هنجارهای اجتماعی را تحت تأثیر خود قرار داده و یکی از چالش‌های فراروی فرهنگ‌ها برخورد با این پدیده است. چرا که ورود اینترنت همراه با ارزش‌های غربی، چالش‌های جدیدی را در کشورهای دیگر به وجود آورده است. از آنجایی که برخی از عناصر ارزشی موجود در این پدیده مغایر با فرهنگ خودی (ارزش‌های اسلامی - ایرانی) است، پس می‌توان گفت اینترنت می‌تواند آسیب‌های زیادی را به همراه داشته باشد. مثلاً ورود اینترنت در حوزه خانواده، موجب تغییر نظام ارزشی در آن می‌شود. فردگرایی، در مقابل جمع‌گرایی، اهمیت قائل شدن به نظرات والدین، ارزش‌های دوست‌یابی، همسرگزینی، صرف اوقات فراغت همراه با خانواده از جمله اثرات این پدیده است. مثلاً در یک مطالعه به روش تجربی نشان داده شده که استفاده جوانان از اینترنت موجب کاهش ارزش‌های خانواده شده است<sup>۱</sup> (اکبری و اکبری، ۱۳۹۰: ۱۶۱-۱۶۲). و تغییر ارزش‌ها و هنجارهای اجتماعی به نوبه خود بنیان‌های خانوادگی را در معرض تهدید قرار داده است (همان: ۱۶۲). در واقع تفاوت بین آنچه از طریق رسانه‌ها دریافت می‌شود و آنچه در زندگی واقعی وجود دارد، خانواده را دچار تضاد می‌کند. ارزش‌های خانواده مخدوش می‌شود و در نتیجه تمایلات متعارض شکل می‌گیرد. تا جایی که لنسکی معتقد است که نفوذ رسانه‌های جمعی بر نوجوانان تأثیر خانواده را تحت الشعاع قرار داده است و بسیاری از کشمکش‌های خانوادگی از همین امر برمی‌خیزد (لنسکی<sup>۲</sup> و نولان: ۱۳۸۳: ۴۵۶ به نقل از معیدفر و همکاران، ۱۳۹۰: ۷۶). از این رو، شاید همین عدم شفافیت است که باعث شده هیچ ایده منسجم و یکنواختی درباره تلفن همراه وجود نداشته باشد؛ ولی با این حال، اندیشمندان، علی‌رغم تأثیرات مثبت، معضلات و مشکلات زیادی برای جامعه انسانی ایجاد

۱. ر.ک: زنجانی‌زاده، ه؛ محمد جوادی، ع؛ «بررسی تأثیر اینترنت بر ارزش‌های خانواده در بین دانش‌آموزان»، در: مجله انجمن جامعه‌شناسی ایران، دوره ششم، سال ۱۳۸۴، ش ۲.

2. Lenski.

کرده‌اند. در اثر ارتباط‌های بی‌مورد، پیام‌های غیراخلاقی مکرر، نظام اخلاقی و نظام اندیشه جامعه منحرف شده و ارزش‌های انسانی و باورهای مذهبی و ملی رنگ باخته است و پیام‌های کوتاه در حال حاضر نیز جایگزین فرهنگ مخفی یا شوخی و مزاح شده است» (سبحانی نژاد و همکاران، ۱۳۸۸: ۲۶). در واقع، با اختراع و پدیدآیی تلفن، بعضی از منتقدان، از این وسیله به عنوان ابزاری مزاحم و خطرناک یاد کردند که تنها به کار اموری مانند برقراری روابط عاشقانه و نامزدبازی، می‌آید» (منطقی، ۱۳۸۷ الف: ۸). برای مثال زنان جوانی که در بانکوک زندگی می‌کنند، به شدت مجذوب زنان شیک‌پوش، جوان، مستقل و زیبا می‌شوند و این نوع زندگی که در رسانه‌های جمعی به تصویر کشیده می‌شود، معیاری برای زندگی آنان محسوب می‌گردد. پوشیدن لباس‌های مد روز و استفاده از لوازم آرایش و پول خرج کردن برای تفریح و خوشگذرانی به بخشی از زندگی جدید آنان بدل شده که با ارزش‌های والدین‌شان متفاوت است. سبک جدید زندگی آنان در تقابل با ارزش‌های سنتی زندگی خانواده‌محور است. در واقع کالاشدن زنان که با زندگی در بانکوک شکل گرفته، به شدت در تقابل با معیارهای زنانه خانواده‌محور قرار دارد (چیل، ۱۳۸۸: ۱۰۷). پستمن<sup>۱</sup> نیز معتقد است که رسانه در شکل کنونی، ممکن است به حل بعضی از مسائل شخصی کمک کند، ولی ارزش‌های اخلاقی - اجتماعی را سست کرده و به حاشیه براند (عطاران، ۱۳۸۳).

#### ۴-۲-۳) تلفن همراه وسیله‌ای برای مزاحمت

در حال حاضر استفاده از تلفن همراه، امری فردی است که به شدت تحت تأثیر عوامل و فرایندهای اجتماعی قرار دارند. بررسی‌ها نشان‌دهنده رویه رو به رشدی در نهادینه شدن تلفن همراه، به عنوان عاملی مؤثر در فرایندهای اجتماعی شدن افراد است و آنها را در حضور دائمی و مزاحمت‌ها و دردسرها قرار می‌دهد (عاملی، ۱۳۸۵: ۵). طبق تحقیقات انجام شده، لذت‌گرایی، خصیصه اصلی نسل جوان در تعامل با تلفن همراه است. از دیگر مواردی که باید به آن پرداخت، بحث حریم خصوصی و از جمله حقوقی است که انسان‌ها به دلیل نیازهای شخصی به آن وابسته‌اند (رحیمیان، ۱۳۹۱: ۳۶). حریم خصوصی،

1. Postman.

قلمرویی از زندگی اشخاص است که متعارف با درک نیازهای جامعه، در هیچ وضعیتی، تجاوز به آن مجاز شناخته نمی‌شود. به عبارت دیگر، این که چه موقع، چگونه و چه اندازه اطلاعات در مورد افراد، گروه‌ها و یا مؤسسات به دیگران منتقل شود، حق حریم خصوصی نام دارد. مالکیت افراد بر شرافت و حیثیت خود، مهم‌ترین معرف حریم خصوصی محسوب می‌شود (اکبری و اکبری، ۱۳۹۰: ۱۶۳). با ظهور تلفن‌های همراه، امکاناتی به وجود آمده است که علیرغم ایجاد تحولات بسیار در ارتباطات میان افراد، در بسیاری از موارد نیز اسباب نقض حقوق افراد را در گستره‌ای بسیار وسیع فراهم کرده است. در فضای رسانه، امکان تفکیک حوزه خصوصی و حوزه عمومی وجود ندارد و با توجه به جهانی شدن باید انتظار داشت که در زندگی مجازی با عمومی شدن حریم خصوصی مواجه شد! استفاده مفراط از تلفن همراه در حوزه اجتماعی نیز مشکلاتی به وجود آمده است. این مشکلات از آزار و اذیت صوتی اطرافیان در برخی اماکن رسمی و غیررسمی، تا ارتباط بین بزهکاری و استفاده از تلفن همراه و حتی افزایش احتمال قربانی جرایم شدن دامنه دارد (عطادخت و همکاران، ۱۳۹۳: ۱۲۵). در جامعه‌ای نظیر ایران که هنوز بخش قابل توجهی از جوانان از الگوهای نسبتاً سنتی تر ارتباط، استفاده می‌کنند، این مطالعه، امری ضروری است. بدیهی است، تلفن همراه و پیام کوتاه، الگوهای ارتباطی را تغییر داده است. این که در آینده تب‌وتاب استفاده از تلفن همراه یا پیام‌های کوتاه فرو خواهد نشست یا نه، موضوعی است که باید آن را به آینده واگذار کرد، اما در حال حاضر می‌توان تغییرات در الگوهای ارتباطی جوانان براساس استفاده از تلفن همراه را با مطالعه نقش این وسیله دید (کوثری و دیگران، ۱۳۹۱: ۵). همان طور که تلفن همراه، از طریق تبادل پیام متنی، تصاویر، کلیپ‌ها و... می‌تواند نقش مهمی در نگهداری و مدیریت دوستی در بین جوانان داشته باشد، از طرفی می‌تواند ابزار قدرتمند منفی برای قلدری و اذیت دیگران توسط جوانان نیز شود (بوند، ۲۰۱۰: ۴۳). علاوه بر این‌ها، تماس مکتوب غیرصریح نیز، هیجان خاصی ایجاد می‌کند. از این رو، برخی کاربران به‌ویژه خانم‌ها، گزارش کرده‌اند که آن‌ها در برخورد با پیام‌ها و تصاویر «ضد‌دین»، «خارج از عرف و نامناسب»، «رکیک»، «موهن» و «مستهجن» که بعضاً برای آن‌ها از سوی افراد آشنا و ناآشنا ارسال می‌گردد، دچار ناراحتی، عصبی شدن و شوکه شدن گردیده‌اند (منطقی، ۱۳۸۷: ۹۸).

#### ۴-۲-۴) زوال امنیت شخصی و اجتماعی

او کسامان و روتین<sup>۱</sup> نیز بنابر تحقیقی که با عنوان «من تمام زندگی‌ام را در دست‌انم گرفته‌ام»<sup>۲</sup> انجام داده‌اند بر این نظرند که برای بسیاری از کاربران، تلفن همراه به بخشی ثابت و دائمی از زندگی روزمره، مدیریت زندگی، و حفظ ارتباطات اجتماعی آن‌ها تبدیل شده است. در طی چند سال گذشته، سواد عمومی کاربرد تلفن همراه در میان جوانان گسترش پیدا کرده است (کوثری و دیگران، ۱۳۹۱: ۲۵). در موارد متعددی از گزارش‌های نیروهای انتظامی، استفاده از تلفن همراه جهت هماهنگی سرقت‌ها و بزه‌کاری‌های پیچیده‌ای که در سطح جامعه رخ داده است، اشاره شده است (منطقی، ۱۳۸۷ الف: ۱۷۷). کاربران متعددی، با اشاره به امکانات ضبط، عکس‌برداری و فیلم‌برداری تلفن همراه، یادآور شده‌اند، امکانات مزبور می‌تواند به ضبط صدای افراد، بدون اجازه آن‌ها یا عکس‌برداری و فیلم‌برداری در محیط‌های ممنوعه یا از افراد، بدون رضایت آن‌ها، بیانجامد و همین مسئله به سهم خود، اسباب سوءاستفاده و باج‌خواهی بعدی از افراد مورد نظر را فراهم آورد. در واقع، امکانات عکس‌برداری و فیلم‌برداری تلفن همراه، سبب شده است که حریم خصوصی افراد به خطر بیفتد و شکارچیان لحظه‌ها و کسانی که مترصد گرفتن عکس و فیلم از بانوان هستند، با سوژه قرارداد آن‌ها، در شرایطی که آن‌ها راضی به تهیه عکس یا فیلمشان نیستند، عکس و فیلم آن‌ها را تهیه کرده، مورد سوءاستفاده قرار دهند (همان، ۱۷۸).<sup>۳</sup> هم‌چنین سرقت اطلاعات شخصی و محرمانه و اخذ تصاویر بدون اطلاع افراد در حوزه‌های عمومی و یا تهدید به انتشار این تصاویر و باج‌گیری از طریق آن، انتشار

1. Oksman and Rautiainen, 2003.

2. I've Got My Whole Life in My Hand.

۳. نمونه‌هایی از اظهارات تنی چند از کاربران در این زمینه بدین شرح است: «با موبال می‌توان صدای افراد را بدون آن که متوجه شوند، ضبط کرد، در حالی که آن‌ها رضایتی به این کار ندارند»، «بعضی از افراد با موبایل، از پارتی‌ها، مهمانی‌ها یا استخرهای زنان، فیلم می‌گیرند و بعد آن را در اختیار دیگران قرار داده، یا در جامعه پخش می‌کنند»، «با توجه به این که افراد، اطلاعات زیادی وارد حافظه تلفن همراهشان می‌کنند، در صورت دستبردزدن به تلفن همراه آدم، تمامی اطلاعات ما در اختیار افراد ناباب قرار می‌گیرد و همین مسئله ممکن است بهانه‌ای برای رشوه گرفتن و باج‌خواستن از ما شود؛ یکی از اضطراب‌های من، دلهره گم کردن یا سرقت موبایلم است».



تصاویر مربوط به روابط جنسی نامتعارف و مواردی از این قبیل نمونه‌هایی از این معضل یاد شده هستند. و یا این که همگی شنیده‌ایم که وقتی پلیس، کسی را که مدت‌ها تحت تعقیب بود، دستگیر می‌کرد، وی سیم کارت تلفن موبایلش را بین دندان‌هایش گذاشت و جوید تا اطلاعات آن را از بین برود (سبحانی‌نژاد و همکاران، ۱۳۸۸: ۲۴).

#### ۴-۲-۵) مشکلات روانی متعدد

نگرانی دیگر در مورد استفاده از تلفن، آثار روانی آن است. تلفن با خود اضطراب و تشویش به همراه آورد؛ زیرا ممکن بود هر لحظه، حامل خبری ناخوشایند یا وحشتناک باشد. در واقع، حضور تلفن با فشار روانی همراه بود. از سوی دیگر، تلفن انسان‌ها را از مکان‌های عمومی جدا و خانه‌نشین می‌کرد. روابطی که در حوزه عمومی شکل می‌گرفت و شخص را در پیوند با جمع نگاه می‌داشت، اکنون به واسطه تلفن، دگرگون شده بود و شخص را در انزوای از جامعه قرار می‌داد. چنین نگرانی‌هایی امروزه درباره استفاده‌کنندگان از تلفن همراه وجود دارد. شخص در هر مکانی اضطراب دارد؛ با این تفاوت که تلفن همراه مانعی برای حضور در مکان‌های عمومی نیست (ذکایی، والی‌زاده، ۱۳۸۸: ۱۲۴). موبایل، ارتباط بسیار نزدیکی با هویت پیدا کرده است و بسیاری از افرادی که تلفن همراه دارند، تا اندازه‌ای به آن وابسته شده‌اند که آن را بخش ضروری از خود تلقی می‌کنند و معتقدند موبایل بخشی از من است؛ هیچ وسیله دیگری تا این میزان وسیع و سریع، مانند موبایل، به جامعه نفوذ نکرده است که بتواند به اندازه موبایل سبک‌های زندگی را تغییر دهد و هیچ وسیله دیگری، به جز موبایل، را نمی‌توان دائماً استفاده کرد. اما همین وابستگی به موبایل، نوعی اعتیاد است که کاربران بدون این که خود بخواهند و یا بدانند، وابسته آن می‌شوند. اگر به ما گفته شود که درست فردا صبح، ما تلفن همراه شما را از شما می‌گیریم، ممکن است احساس کنیم که دست راست خود را از دست می‌دهیم. گم کردن هیچ وسیله شخصی دیگری مانند موبایل، سراسیمگی ایجاد نمی‌کند؛ گم شدن موبایل، مردم را به تعبیری عزادار می‌کند. از این نظر، از دست دادن موبایل، مشابه متلاشی شدن فیزیکی است. آیا امکان دارد همین اظهار نظر در مورد کامپیوتر نیز بیان شود؟ گویی که تلفن موبایل، نیازی بیولوژیک را برطرف می‌کند، موبایل، در حال تبدیل شدن به بخشی از

بدن ماست و بنابراین از خود ما می شود (هولم و پیترز، ۲۰۰۱: ۱ نقل از جوادی یگانه و همکاران، ۱۳۹۱: ۳۳). خاموش کردن آن نیز می تواند به خستگی، انتظار و یا تنش های روحی طالب تماس بیانجامد و به نوعی موجب تضعیف کارآمدی فرد شود (عاملی، ۱۳۸۵: ۵).

برخی از کاربران، برای رد و بدل کردن پیام کوتاه به تعداد دلخواه، خود را مجبور می بینند که از خوابشان نیز بزنند تا به این ترتیب به احساس ترضیه خاطر روانی لازم، دست یابند<sup>۱</sup> (منطقی، ۱۳۸۷ الف: ۱۱۵). در واقع، استفاده مفراط از تلفن همراه، وابستگی روانی در پی داشته و حتی تلاش برای کاهش استفاده از آن نیز ناراحتی های روانی متعددی در پی دارد؛ چراکه افراد قابل تأملی از کاربران مصاحبه شده، در جریان مصاحبه خویش، یادآور می شدند که تصمیم به کاهش ارسال پیام کوتاه هایشان گرفته اند، اما در پی عملی کردن این تصمیم، با مواردی مانند: احساس خستگی، بی حوصلگی، ناآرامی، احساس سردرگمی، کلافگی، ناآرامی، بدخلقی، زودرنجی، عصبی شدن و پرخاشگری مواجه شده اند<sup>۲</sup> (همان، ۱۱۷). لازم به یادآوری است در مواردی که پیام های کوتاه ارسالی بین جنس های مخالف رد و بدل شده، رنگی عاطفی هم به خود گرفته، کم کردن از میزان پیام ها، ناراحتی روانی مضاعفی را بر طرفین تحمیل می سازد. هم چنین بازی های الکتریکی، مانند هر پدیده اجتماعی دیگر، برخی از تبعات روانی اجتماعی را در پی دارد. القای خشونت و پرخاشگری، القای برخی از ارزش های فرهنگی، سیاسی و عقیدتی و به همین ترتیب اعتیادی که به بازی پدید می آید، با استناد به تعدادی از پژوهش های انجام

۱. نمونه هایی از اظهارات افراد مصاحبه شده در این زمینه بدین شرح است: «گاهی من از ۱۱-۱۲ شب تا موقع زدن آفتاب صبح مشغول اس. ام. اس زدن هستم». «خود من مدتی از ۱۱ شب تا ۲-۳ صبح بیدار می ماندم و برای این و آن پیام کوتاه ارسال می کردم».

۲. نمونه هایی از بیانات کاربران اخیر بدین شرح می باشد: «اگر روزی آدم نتواند به تعداد هر روزه، پیام بفرستد، یا کمتر از آن میزان، پیام بفرستد، کلافه و سردرگم می شود، مثل این که چیزی را گم کرده و یا مانند خماری است که مواد به او نرسیده است»، «وقتی من تلاش می کنم پیام کوتاه روزانه ام را کم کنم، آشکارا ناآرامی، بدخلقی و زودرنجی را در خودم احساس می کنم»، «من وقتی سعی در کاهش پیام کوتاه هایم کردم، احساس خستگی زیادی به سراغم آمد و دوست داشتم زودتر گوشی خود را بردارم و برای دوستانم، پیام بفرستم». «من وقتی نت ندارم، کلافه ام و همه اش می خواهم در گروه پست های جدید بگذارم و چون نمی توانم اعصابم خرد می شود». «وقتی نت ندارم، می خواهم اصلاً گوشی را ببندازم دور، چون همه اش حس می کنم خبرهایی الان هست (اتفاقات مهمی رخ داده) که من ازش بی اطلاعم» (بروز احساس وابستگی، کلافگی و سردرگمی).

گرفته، عادی شدن پرخاشگری در اذهان نوجوانان و جوانان، الگوگیری افراد از بازیگران پرخاشگر، افزایش جرم و بزهکاری و در نهایت شخصیت کینه‌جو یادشده است (منطقی، ۱۳۸۰: ۱۱۱). که همگی از عواقب وابستگی به تلفن همراه می‌باشد.

#### ۴-۲-۶) کاهش تعامل رودر رو بین افراد

وجوه فرهنگ جوانان گسترده است و بررسی تأثیر تلفن همراه در کل این وجوه، کاری دشوار است، اما یکی از وجوهی که کمتر تردیدی درباره آن وجود دارد، تأثیر تلفن همراه در ارتباطات میان فردی جوانان است. تبادل پیام‌های صوتی (تماسی تلفنی) و متنی (سرویس پیام کوتاه)، درک جوانان از ارتباطات میان فردی را دگرگون کرده است. به علاوه، چنان که کیم و میتومو و تاناکا<sup>۱</sup> مطرح می‌کنند، استفاده از تلفن‌های همراه به طرز ساختاری، مناسبات انسانی و شیوه‌های ارتباط را دگرگون کرده (Kim and Mitommo, 2006) و با پیام‌های متنی، پیام‌های تصویری و سایر فناوری‌های مرتبط، سطح و فراوانی تعاملات شخصی شده را تغییر داده است (کوثری و دیگران، ۱۳۹۱: ۲-۳). علاوه بر این، تحقیقات نشان می‌دهد که تلفن همراه در روابط اجتماعی با اعضای خانواده نیز بسیار مهم است (هجورتو، ۲۰۰۸: ۱۲۸). در واقع، تلفن همراه از میزان دید و بازدید خانوادگی کاسته و آن را در حد یک مکالمه تلفنی کاهش داده است؛ بدین ترتیب، دوستی‌ها رنگ کمتری گرفته و ارتباط انسان‌ها با یکدیگر و دادوستدهای عاطفی و اجتماعی رو به کاهش گذاشته است (سبحانی‌نژاد و همکاران، ۱۳۸۸: ۲۶).<sup>۲</sup> همان‌طور که پیش‌تر در اهمیت مطالعه استفاده از تلفن همراه در بین جوانان گفته شد، جوانان از این فناوری به منزله ابزاری برای فرار از روابط خاص خانوادگی استفاده می‌کنند و بازتعریفی از معنای فضا و جایگاه غریبه‌ها در فضای خانوادگی عرضه می‌کنند (کوثری و دیگران، ۱۳۹۱: ۷). این

1. Tanaka, 2002.

۲. یکی از کاربران با تأکید بر این که وی و برادرش، از یک تلفن همراه مشترک استفاده می‌کنند، خاطرنشان می‌ساخت، گاهی وی از برادرش می‌خواهد تا ضمن ارسال پیام کوتاه برای دوست دختر خودش، برای دوست دختر او نیز «عشقولانه‌ای در و کند» تجربه اخیر، نمود بارز و گویایی از سطحی شدن ابعاد هیجانی، در (برخی از) روابط غیر رودر رو از طریق فن‌آوری‌های ارتباطی است (منطقی، ۱۳۸۷: ۱۷۳).

وسیله ارتباطی می‌تواند این‌گونه پیوندهای ناپایدار و سست را در جامعه هم تسهیل و هم تقویت کند. تلفن همراه حتی در مواردی می‌تواند در جهت تخریب روابط اجتماعی به کار رود. در این زمینه، تحقیقات «کیت فاکس» در سال ۲۰۰۱ نشان داد که تلفن همراه به‌ویژه از طریق پیامک‌ها وسیله مناسبی برای تولید و پخش شایعه است و می‌تواند روابط میان افراد را به شدت تحت تأثیر قرار دهد (گسر، ۲۰۰۴: ۱۸). برخی از کاربران، در جریان مصاحبه‌هایشان، در ارتباط با مسئله اثرات اجتماعی تلفن همراه، از کاهش تعامل‌های اجتماعی، کاهش سطح اجتماعی بودن افراد، کاهش تعامل کاربران برای برقراری ارتباط با دیگران، خارج ساختن انسان‌ها از تعامل‌های انسانی رو در رو، کاهش روابط احساسی و رودررو و مانند آن‌ها یاد کرده‌اند (منطقی، ۱۳۸۷: ۱۷۳). در واقع تلفن همراه، مفهوم «مکان» را به مفهوم «شخصی» و «در یک زمان» تغییر داده است و تمام تصویر جغرافیای ثابت را شکسته است؛ در نتیجه، ابزار ارتباط «مکان به مکان» به «فرد به فرد» تبدیل شده است. به‌علاوه، رابطه میان فردی جدیدی را پرورش داده است (کوثری، ۱۳۸۵: ۲۰۹).

#### ۴-۲-۷) سوءاستفاده جنسی، هرزه‌بینی و هرزه‌خوانی

وابستگی به تلفن همراه و اعتیاد به محصولات برهنه (پورنو) که از طریق سرویس‌های جانبی تلفن همراه در اختیار کاربران قرار می‌گیرد، از جمله این تهدیدها است. وابستگی به محصولات هرزه‌نگارانه - در مجموع - موجب شکل‌گیری و پدیدآیی خرده‌فرهنگی جدید و ابعاد هویتی متفاوتی در سطح جامعه و شهروندان آن است. سوق‌یافتن کاربران تلفن همراه به سمت ادبیات و تصاویر و فیلم‌های هرزه‌نگارانه، مسئله مهمی است که در ارتباط با تلفن همراه رخ داده است و کاربرانی که به کاربری از موارد مزبور ادامه دهند، در خطر اعتیاد به محصولات هرزه‌نگارانه قرار می‌گیرند. برخی از مطالعات، بیان می‌کنند که ۷۰ درصد از پیامک‌ها، شامل مطالب هیجانی و مضامین عشقی و شهوانی‌اند. «پرتیرا» در گزارش خویش خاطرنشان می‌سازد که ارسال جوک‌های جنسی در سطح جوانان فیلیپینی، به صورت امری شایع درآمده است و «باک» یادآور می‌شود که برقراری روابط عاشقانه از طریق پیامک، امر رایجی شده است که فرصت مناسبی برای توسعه «زمینه تجارت اروتیک» فراهم می‌آورد. تهیه تصاویر نیمه‌برهنه و برهنه و تهیه فیلم‌های کوتاه (کلیپ)، که غالباً از طریق

سایت‌های هرزه‌نگار اینترنتی تأمین می‌شود، و رد و بدل کردن آن‌ها از طریق بلوتوث در میان کاربران تلفن همراه، فصل بارز و مشخص دیگری است که چهره‌ای تخدیرکننده به این نوع از کاربران تلفن همراه بخشیده است (کوثری و دیگران، ۱۳۹۱: ۱۱). در واقع، هرزه‌بینی و هرزه‌خوانی از دیگر بخش‌های بسیار رایج و پرجاذبه اینترنت برای کاربران جوان است. فراوانی سایت‌های نامناسب با عضویت رایگان مشاهده و ایجاد ارتباط رایانه‌ای در هر زمان و مکان، این موقعیت را به وجود آورده است تا جوانان بتوانند به مسائلی دسترسی داشته باشند که در محیط خانوادگی و اجتماع تقریباً امری غیرممکن و ناپسند است. این موضوع برخلاف ظاهر آن - که تصور می‌شود تنها یک کنجکاوی مطلق است و در هر زمان که کاربران بخواهند می‌توانند از آن دست بکشند - با واقعیت مطابقت ندارد؛ بلکه روز به روز کاربر را به سمت خود می‌کشاند. مشاهده فیلم‌ها و عکس‌های مستهجن و مطالعه مطالب هرزه و تداوم آن، جوانان را به تماشای بیشتر آن سوق می‌دهد به طوری که ساعت‌های متمادی بدون وقفه و استراحت، تمام وقت خود را با تماشای تصاویر هرزه پر کنند و بدون اختیار - از نظر رفتاری - کم‌کم حالت سلطه‌جو و پرخاشگری از خود بروز دهند. به اعتقاد جامعه‌شناسان، بسیاری از افرادی که به طرف هرزه‌بینی و هرزه‌خوانی می‌روند، به مرور زمان به آن وابسته می‌شوند؛ به طوری که این مسئله به عنوان یک محرک قدرتمند جنسی در زندگی این افراد نقش بازی می‌کند. در این زمان برای این افراد نسبت به هرزه‌بینی و هرزه‌خوانی، مشغولیت ذهنی زیادی ایجاد می‌شود؛ دائماً در پی تصاویر و مطالب جدیدتر می‌گردند؛ تعداد دفعاتی که از موارد هرزه‌بینی و هرزه‌خوانی استفاده می‌کنند بیشتر می‌شود؛ نمی‌توانند این نوع رفتار را ترک کنند و در ساعاتی که امکان استفاده از اینترنت را ندارند، دچار دلهره و اضطراب می‌شوند (طالبی، ۱۳۹۲: ۶۰-۶۲). این نوع وابستگی به تدریج سبب انزوا و دوری از اجتماع و کاهش روابط اجتماعی فرد می‌شود و دیگر نیاز و تمایلی برای برقراری ارتباطات اجتماعی در خود نمی‌بیند.

#### ۴-۲-۸) بی‌هویت‌سازی یا ایجاد هویتی جدید

فناوری‌های نوین ارتباطی - اطلاعاتی با فراهم آوردن امکان پیدایی جامعه، شبکه‌ای از افراد و جوامع را در قالب‌های تازه، هویت‌های تازه‌ای بخشیده است (کاستلز، ۱۳۸۰: ۲۰). «لورنت»

معتقد است که موبایل، در درون خانه که فضایی عمومی است، یک تنهایی جدیدی به وجود آورده است؛ در نتیجه در آن، کمتر کسی راه دارد. ایجاد این فضای شخصی و خصوصی در جمع، نقش مهمی در هویت فردی جوان ایفا می‌کند. برای مثال به آنها اجازه می‌دهد تا بدون آگاهی دیگران، پیامی را رد و بدل کنند یا قرار ملاقاتی را تنظیم کنند (نوابخش، ۱۳۸۹: ۱۶۱-۱۶۰). تلفن همراه و اینترنت، فرهنگ ارتباطاتی خاص خود را دارد؛ یعنی منش و گفتار منحصر به فردی را برای خود برگزیده است. البته می‌توان گروه‌هایی را یافت که فرهنگ ارتباطی تقلیدی برای خود برگزیده‌اند. فرد با عضویت در هر گروه اجتماعی، درگیر نوع خاصی از فرهنگ ارتباطی می‌شود که شامل برخورد، تکیه کلام، اصطلاحات خاص، رفتار، تیپ شخصیتی و ظاهری می‌باشد. بدون تردید، میزان تأثیرپذیری فرد از این محیط، صفر مطلق نخواهد بود. پس هر گروه اجتماعی، هویت مطلوب خود را ترویج می‌کند؛ چراکه با امکانات و گزینه‌های فراوانی که اینترنت در اختیار جوانان می‌گذارد، آنان به‌طور دائم با محرک‌های جدید و انواع رفتارها آشنا می‌شوند. این فضا، هویت نامشخص و اغلب متحولی را می‌آفریند. یعنی اینترنت، یک صحنه اجتماعی است که فرد خود را در موقعیت‌های متنوع نقش‌ها و سبک‌های زندگی قرار می‌دهد و از آن تأثیر می‌پذیرد (اکبری و اکبری، ۱۳۹۰: ۱۶۲). هنگامی که کاربر در فضای سایبر قرار می‌گیرد، ترجیحاً شخصیتی مجازی را برای خود برمی‌گزیند. این همسان‌گزینی گاه شبیه به شخصیت و هویت واقعی وی و گاه کاملاً متضاد با آن می‌باشد. می‌توان گفت با توجه به کاربرد وسیع این رسانه در بین جوانان، برخی هویت خود را در گرو این دستگاه می‌دانند. به عبارتی خود را با آن تعریف می‌کنند. جوانان می‌توانند قاب گوشی خود را تعویض کنند، تصویر صفحه را شخصی‌سازی کرده، زنگ موبایل دلخواه خود را انتخاب کنند؛ در نتیجه با دیدن تلفن همراه اشخاص، وضعیت اجتماعی و هویت آنان نیز به نمایش در می‌آید که اکثراً برگرفته از فرهنگ غربی است (سبحانی‌نژاد و همکاران، ۱۳۸۸: ۲۶). درنهایت برخی از سودجویان، به کمک این رسانه و از طریق القائات فرهنگی، زمینه را برای گریز فرهنگی جوانان فراهم می‌کنند و موجب از خودبیگانگی و از دست دادن هویت فرهنگی جوانان می‌شوند. چنان‌که گیدنز تأکید می‌کند «وسایل جدید ارتباطی، با ایجاد مراجع جدید هویت، موجب پیدایش ذهنیت‌های ناپایدار و هویت‌های جدید شده، براین اساس،

گروه‌های اجتماعی، تعلقات اجتماعی و اعتقادات فرهنگی خود را فراموش کرده و هویتی مغایر با فرهنگ خویش می‌یابند» (گیدنز، ۱۳۸۶: ۶۸۰-۶۸۴).

### نتیجه‌گیری

تلفن همراه تا چند سال پیش وسیله‌ای لوکس و تجملی بود و تنها تعداد کمی از آن در دست افراد ثروتمند یافت می‌شد، اما امروزه استفاده از موبایل، نه تنها ثروتمند و فقیر نمی‌شناسد، بلکه محدوده سنی استفاده از آن نیز از کنترل خارج شده و به وفور در اختیار همه نوع قشری، حتی کودکان قرار دارد. از این رو، نمی‌توان از این وسیله ارتباطی استفاده نکرد. پس با تمام معایب گفته شده، تلفن همراه جزء لاینفک زندگی جامعه بشری شده است. و یا حتی می‌توان گفت که با توجه به وابستگی بسیار زیادی که انسان‌ها بدان پیدا کرده‌اند، زندگی بدون آن غیرممکن است (احمدی، ۱۳۸۸: ۴۵). آسیب‌هایی که برشمرده شد، همگی از آسیب‌های زیستی و اجتماعی تلفن همراه می‌باشد. چه بسا که آسیب‌های اجتماعی بسیار مهم‌تر از آسیب‌های جسمانی بوده و مشکلات فراوانی را در خانواده ایجاد خواهد کرد. چنان‌که می‌توان به آسیب بسیار مهم کاهش ارتباط کلامی و ارتباط عاطفی در بستر خانواده اشاره نمود که به راحتی مورد هجوم تلفن همراه قرار گرفته و جوانان بدون توجه به روابط دوستانه و عاطفی با اعضای خانواده خود، تمام وقت خود را در کنار تلفن همراه و دوستان مجازی خود سپری می‌کنند به نحوی که کاربران که به شکل افراطی از پیام کوتاه سود می‌برند، همزمان با بازماندن از وظایف روزمره‌ای که بر عهده آن‌هاست، مجبور به کاهش نسبی تعامل‌های اجتماعی خویش می‌گردند (منطقی، ۱۳۸۷الف: ۱۲۱) و این امر پیامدهای فراوانی را در پی دارد که نباید از آن غافل بود. تلفن همراه، همان‌طور که روابط جوانان در فضای مجازی را افزایش می‌دهد، دامنه روابط آنان در جهان واقعی را کاهش می‌دهد. جوانان با هدف گسترش روابط اجتماعی خویش، از پیام کوتاه سود می‌برند. این افراد که بعضاً در برقرار کردن روابط اجتماعی گسترده، ناتوان می‌نمایند، با گسترش روابط خویش در فضای مجازی، سعی در یافتن دوستان الکترونیکی، برای جایگزین کردن آن‌ها به جای دوستانی که در جهان خارج نداشته یا کم دارند، می‌کنند (همان: ۱۲۰). در این جا با ارائه برخی راهکارهای عملی، می‌توان از میزان

تهدیدهای فن آوری‌های پیش‌گفته، برای جوانان کاسته و بر میزان فرصت‌های مفید در آن‌ها افزوده شود. علاوه بر این، گستره و حجم بینش جامعه‌شناختی نسبت به تلفن همراه، چنان وسیع و فراتر از ظرف این مقاله بوده که موجب شده تا نگارنده در حد اجمال تنها به بخشی از آن پردازد.

### ارائه راهکار و پیشنهاد به مسئولین

#### پیشنهادهایی به کاربران، به منظور کاهش مضرات امواج تلفن همراه

اگرچه عوامل گوناگونی از جمله فاصله تلفن همراه از گوش و میزان فرکانس در جذب امواج موثرند، اما اثر زیان‌بار صحبت بی‌وقفه با تلفن‌های همراه آشکار و بدیهی می‌باشد. با این وجود، چون نمی‌توان استفاده از تلفن همراه را کنار گذاشت، باید در پی چگونگی کاهش آثار زیان‌بار آن، ضمن استفاده از این رسانه بود. بدین منظور به کاربران توصیه می‌شود:

- مدت زمان مکالمه خود را کاهش دهند.
- بهتر است کاربران، تلفن همراه را در جیب شلوار خود قرار ندهند، چون بافت‌های بخش پایینی بدن بیشتر از بافت‌های سر و صورت، اشعه‌های مضر تلفن همراه را جذب کرده و آسیب می‌بینند. نتایج یک مطالعه نشان می‌دهد مردانی که تلفن همراه را در جیب شلوار خود قرار می‌دهند، تعداد اسپرم‌هایشان ۳۰ درصد کاهش پیدا می‌کند.
- امواج بالای تلفن همراه، آسیب جدی به سلول‌های در حال شکل‌گیری و دی‌ان‌ای، وارد می‌کند. بهتر است خانم‌های باردار در طول ایام بارداری، تلفن همراه را از خود دور نگه داشته، خصوصاً در هنگام زنگ خوردن یا برقراردن تماس که تلفن همراه، بیشترین میزان موج را دارا می‌باشد، تلفن همراه در نزدیکی بدن آنها نباشد و در ایام بارداری در مناطق کم‌موج شهری بوده و یا از لباس‌های محافظ ضد امواج برای خانم‌های باردار استفاده شود.
- حتی‌المقدور از ارسال پیامک به جای صحبت کردن با گوشی تلفن همراه استفاده شود، زیرا اشعه‌های کمتری تولید کرده و کمتر آسیب می‌رساند.
- از هدست یا هندزفری استفاده شود؛ برای این که امواج تلفن همراه هنگامی که روی



گوش کاربر قرار می‌گیرد، مغز او را نشانه نرود. بهترین کار این است که به جای قرارداد دادن تلفن همراه روی گوش، از یک رابط استفاده شود. این کار موجب می‌شود امواج تلفن همراه به سمت مغز شما نیاید و فقط بتوان با هندزفری مکالمه را انجام داد.

- پیشنهاد می‌شود تلفن همراه را داخل پوشش‌های فلزی و محفظه‌های دربسته فلزی قرار ندهند؛ این محفظه‌های فلزی مانند یک گیرنده عمل کرده و اثر امواج تلفن همراه را که به سمت بدن کاربر می‌آیند، تشدید می‌کنند.

- بهتر است کاربران، تلفن همراه با میزان ای.ای.آر پایین‌تر خریداری شود. یعنی تلفن همراهی با جذب کمتر اشعه برای بدن خریداری شود. از این‌رو، هنگام خرید تلفن همراه به میزان ای.ای.آر آن توجه شود. این عدد به طور معمول به وسیله شرکت سازنده تلفن همراه روی گوشی و یا راهنمای آن درج می‌شود و نشان می‌دهد که هنگام استفاده از تلفن همراه چه مقدار از امواج جذب بدن کاربر می‌شود. هرچه این عدد در یک گوشی تلفن همراه پایین‌تر باشد، آن گوشی ایمن‌تر است و کاربران را از آثار مخرب اشعه‌های تلفن همراه بیشتر مصون نگه می‌دارد.

- از پخش صدا استفاده شود؛ یک راه آسان دیگر برای کاهش تماس با امواج مضر تلفن همراه این می‌باشد که هنگام صحبت کردن با آن، بهتر است از پخش صدا استفاده شود. در این شرایط تلاش شود تلفن همراه را دورتر از بدن قرار داد. با بیشتر شدن فاصله، میزان امواج الکترومغناطیس به میزان زیادی کاهش می‌یابد.

### پیشنهاد برای رسانه‌ها

- توصیه می‌شود محیط‌های اینترنت هر یک به‌طور جداگانه بر رفتار و نگرش دانشجویان مورد بررسی قرار گیرد.

- گسترش استفاده از تلفن همراه در بین نوجوانان، نگرانی‌های زیادی را برای والدین و کارشناسان اجتماعی و روان‌شناسی به وجود آورده است، از این‌رو، ارائه اطلاعات دقیق و مفید به والدین در زمینه ویژگی‌ها و کاربردهای تلفن همراه و آموزش شیوه‌های نظارت بر فرزندان از طریق رسانه‌های مختلف به‌خصوص رسانه ملی ضرورت می‌یابد.

- جامعه‌شناسان عقیده دارند، به جای اقدامات قهری، باید برنامه‌ای برای ارتقاء فرهنگی

داشت. آموزش‌های لازم به نوجوانان از طریق رسانه‌ها، خانواده و نهادهای آموزشی، نقش سازنده‌ای در افزایش مهارت جوانان و کاهش آسیب‌های ناشی از این فن‌آوری‌های ارتباطی را دربر خواهد داشت.

- با توجه به یافته‌های آزمایشی که تأثیر یادگیری مشاهده‌ای را مورد تأکید قرار می‌دهند، رسانه‌ها می‌توانند با آموزش استفاده مثبت و بهینه از تلفن همراه در برنامه‌های آموزشی و سریال‌ها

(مانند استفاده از تلفن همراه به عنوان یک رایانه در دسترس، استفاده به عنوان یک منبع ذخیره اطلاعات، منبع آموزشی، ابزار تحقیقاتی و نظایر آن) در عمل، الگوی مناسبی را فراروی مخاطبان، ترسیم نمایند.

- انجام تحقیقات و پژوهش‌هایی درباره استفاده صحیح تلفن همراه و آگاهی بیشتر در این زمینه به کاربران تلفن همراه، توسط نویسندگان، پژوهش‌گران رسانه و کارشناسان اجتماعی در این حوزه به منظور ارتقاء سطح سواد رسانه‌ای کاربران.

- ساختن مدل‌ها و الگوهای متناسب با فرهنگ ملی و دینی، در جهت مقابله با مدل‌هایی که توسط رسانه‌ها و ماهواره‌های غربی عرضه می‌کنند.

- ساختن مدل‌ها و الگوهای متناسب با فرهنگ ملی و دینی در سریال‌ها و برنامه‌های تلویزیونی از طریق رسانه ملی برای مقابله با مدل‌های ارائه شده توسط رسانه‌های غربی.  
- ساخت و تولید برنامه‌های متنوع و جذاب و انواع مسابقات و سرگرمی مطلوب و ایده‌آل.

### پیشنهادهایی به والدین

اگرچه ضررهای تلفن همراه به عموم مردم گوشزد می‌شود، اما واقعاً نمی‌توان از آن استفاده نکرد. بنابراین می‌توان با رعایت نکات زیر ضررهای آن را به حداقل برسانید:

- بهترین راهکار این است که مدت زمان تماس و مکالمه با تلفن همراه‌تان را کاهش دهید. مطالعات نشان می‌دهد که اگر شما بیش از دو دقیقه با تلفن همراه صحبت کنید، امواج مغزی شما، تحت تأثیر امواج تلفن همراه قرار می‌گیرد.

- این به هیچ وجه درست نیست که کودکان یک تلفن همراه مخصوص به خودشان

داشته باشند؛ چون مغز کودکان در حال رشد بوده و اثر امواج تلفن همراه تأثیر فراوانی بر آن خواهد گذاشت. بهتر است کودکان جز در موارد ضروری با تلفن همراه صحبت نکنند. - ایجاد شرایط لازم برای توسعه مهارت‌ها و تخصص‌ها بین جوانان و رشد خودباوری در آنان.

- ایجاد زمینه برای ارضاء صحیح غرایز و گسترش فرهنگ ازدواج، در جهت پیشگیری از یأس جوانان در تشکیل خانواده و گرایش آنان به دوست‌یابی و تماشای صحنه‌های مستهجن در فضاهای مجازی.

- برنامه‌ریزی برای اشتغال و جلوگیری از معضل بیکاری توسط خود والدین؛ چون فرد بیکار، بهترین طعمه برای اعتیاد به فضاهای مجازی است و در صورت بیکاری، تمام وقت خود را در این فضا سپری خواهد کرد.

- گسترش ارزش‌های اخلاقی به شیوه‌های مطلوب.

- تعمیق باورهای دینی و توجه اساسی به کیفیت‌ها.

## کتابنامه

۱. احمدی، لیلا (۱۳۸۸)، «تلفن همراه در زندگی امروز»، در: ماهنامه مدت، تهران: دانشگاه تهران، ش ۷۰.
۲. اسلوین، جیمز (۱۳۸۰)، اینترنت و جامعه، ترجمه: عباس گیلوری و علی رادباوه، تهران: نشر کتابدار.
۳. اکبری، ابوالقاسم و مینا اکبری (۱۳۹۰)، آسیب‌شناسی اجتماعی، تهران: انتشارات رشد و توسعه، انتشارات ساوالان.
۴. ایمان، محمدتقی و گلمراد مرادی (۱۳۹۰)، «روش‌شناسی نظریه اجتماعی گافمن»، در: فصلنامه علمی، پژوهشی جامعه‌شناسی زنان، سال دوم، ش ۲.
۵. جوادی یگانه، حمدرضا و مسعود کوثری و طاهره خیرخواه (۱۳۹۱)، «تلفن همراه و کارکردهای آن برای کاربران ایرانی با تأکید بر تفاوت‌های جنسیتی»، فصلنامه مطالعات و تحقیقات اجتماعی، دوره اول ش ۲.
۶. چیل، دیوید (۱۳۸۸)، خانواده‌ها در دنیای امروز، مترجم: محمد مهدی لیبی، تهران: نشر افکار.
۷. حسین‌زاده، علی (۱۳۹۱)، موبایل و مضرات: همه چیز در مورد موبایل و مضرات زیان‌بار تلفن همراه قابل توجه تمامی کاربران تلفن همراه، تهران: انتشارت مؤلف (رها ایمن پژوه) با همکاری نشر کوهسار.
۸. حقی آشتیانی، بهرام (۱۳۹۴)، «نگران امواج وای فای نباشید»، در: روزنامه جام جم، یک‌شنبه ۳ آبان، ص ۸.
۹. ذکایی، محمدسعید و وحید ولی‌زاده (۱۳۸۶)، «تأملی در دلایل، کارکردها و مبانی فردی و اجتماعی کاربرد تلفن همراه»، در: رشد علوم اجتماعی، دوره یازدهم، ش ۱.
۱۰. \_\_\_\_\_ (۱۳۸۸)، «فرهنگ جوانان و تلفن همراه»، در: فصلنامه تحقیقات فرهنگی، دوره دوم، ش ۷.

۱۱. رحیمیان، مریم (۱۳۹۱)، «بررسی آثار موبایل در رفتار دختران ۱۶-۳۰ سال استان سمنان»، در: فصلنامه دانش انتظامی سمنان، سال دوم، ش ۶.
۱۲. سبحانی‌نژاد، مهدی و سیاوش پورطهماسبی و آذر تاجور (۱۳۸۸)، «چالش‌ها و کارکردهای فرهنگی و اجتماعی تلفن همراه و راهکارهای اصلاح آن»، در: ماهنامه مهندسی فرهنگی، سال سوم، ش ۳۱-۳۲.
۱۳. صابری، الهام (۱۳۸۴)، «نقش رسانه‌های جمعی در به انحراف کشاندن جوانان (ماهواره)»، در: گنجینه، ش ۵۴.
۱۴. صدیق سروستانی، رحمت الله (۱۳۸۷)، آسیب‌شناسی اجتماعی، تهران: سمت.
۱۵. طالبی، فاطمه (۱۳۹۲)، «پیامدهای هرزه‌نگاری در بزرگسالان»، در: ماهنامه روان‌شناسی سپیده دانایی (بررسی روان‌شناختی علل‌گرایش به سایت‌ها و فیلم‌های هرزه‌نگاری)، شماره ۶۹، سال ششم، ۶۰-۶۲.
۱۶. عاملی، سعید رضا (۱۳۸۵)، «فردگرایی جدید و تلفن همراه، تکنولوژی فردگرایی و هویت»، در: مجله رسانه‌های جهانی دانشگاه تهران، ش ۱.
۱۷. عطادخت، اکبر و ویدا حمیدی فر عیسی محمدی (۱۳۹۳)، «استفاده آسیب‌زا و نوع کاربری تلفن همراه در دانش‌آموزان دبیرستانی و رابطه آن با عملکرد تحصیلی و انگیزش پیشرفت»، در: مجله روان‌شناسی مدرسه، تابستان، دوره ۳، ش ۲.
۱۸. عطاران، محمد (۱۳۸۳)، جهانی شدن فناوری اطلاعات و تعلیم و تربیت، تهران: انتشارات مؤسسه توسعه فن‌آوری آموزشی مدارس هوشمند.
۱۹. کاستلز، مانوئل (۱۳۸۰)، عصر اطلاعات: اقتصاد، جامعه و فرهنگ، مترجم: احد علیقلیان، افشین خاکباز، تهران: طرح نو.
۲۰. کوثری، مسعود و دیگران (۱۳۸۵)، «کاربرد تلفن همراه برای کاربران ایرانی؛ با تأکید بر نظریه استفاده و خشنودی»، در: مطالعات فرهنگی و ارتباطات، سال دوم، شماره ۷.
۲۱. \_\_\_\_\_ (۱۳۹۱)، «تلفن همراه و تأثیر آن در ارتباطات میان فردی جوانان دانشجو (مطالعه دانشجویان دانشگاه‌های تهران)»، در: مطالعات میان‌رشته‌ای در رسانه و فرهنگ، سال دوم، ش ۱.

۲۲. گافمن، اروینگ (۱۳۸۶)، داغ ننگ، مترجم: مسعود کیانپور، تهران: نشر مرکز.
۲۳. گل محمدیان، محسن و پریسا یاسمی نژاد (۱۳۹۰)، «هنجاریابی، روایی و پایایی مقیاس استفاده آسیب زا از تلفن همراه COS در دانشجویان»، در: فصلنامه یافته‌های نو در روان‌شناسی، سال ششم، ش ۱۹.
۲۴. گیدنز، آنتونی (۱۳۸۶)، جامعه‌شناسی، ترجمه: حسن چاوشیان، تهران: نشر نی.
۲۵. محسنی، منوچهر (۱۳۹۰)، جامعه‌شناسی انحرافات اجتماعی، تهران: طهوری، چاپ دوم.
۲۶. معیدفر، سعید و حبیب صبوری خسروشاهی (۱۳۹۰)، «تعارض فرزندان با والدین در سبک زندگی»، در: فصلنامه برنامه‌ریزی رفاه و توسعه اجتماعی، ش ۷.
۲۷. منطقی، مرتضی (۱۳۸۰)، بررسی پیامدهای ویدئویی و رایانه‌ای، تهران: نشر فرهنگ.
۲۸. \_\_\_\_\_ (۱۳۸۷ الف)، تلفن همراه؛ راهنمای والدین در استفاده فرزندان از فن‌آوری‌های ارتباطی جدید، تهران: نشر عابد، چاپ دوم.
۲۹. \_\_\_\_\_ (۱۳۸۷ ب)، «نسل سوم و چهارم، فرصت‌ها و تهدیدها»، برگرفته از مجموعه مقالات امروز و فردای جوان ایرانی، تهران: انتشارات مؤسسه تحقیقات و توسعه علوم انسانی، صص ۲۷-۵۸.
۳۰. \_\_\_\_\_ (۱۳۸۹)، «بررسی چگونگی کاربری دختران و پسران دانشجو از امکانات جانبی تلفن همراه»، در: فصلنامه فن‌آوری اطلاعات و ارتباطات در علوم تربیتی، سال اول، ش ۲.
۳۱. نوابخش، مهرداد؛ فاطمه هاشم‌نژاد و وحید زادشم‌پور (۱۳۸۹)، «بررسی آثار اینترنت و موبایل در تغییر هویت جوانان ۱۵-۲۹ سال استان مازندران»، در: فصلنامه تخصصی جامعه‌شناسی، سال اول، پیش شماره اول.
32. Lam, W.S.E (2004), 'Second language socialization in Bilingual Catrooms: Global and local considerations'. *Language learning and technology*, 8(3), pp. 44-65.
33. Geser, Hans (2004), Towards a Sociological Theory of the Mobile Phone. *Sociology of the Mobile Phone*. [http:// socio.ch/mobile/ t-geser1.htm](http://socio.ch/mobile/t-geser1.htm).

34. Bond A (2010), Managing Mobile Relationships: Children's Perceptions of the Impact online Version of this Article Can be Found at: <http://chd.sagepub.com/content/17/4/514>
35. -Kivisto, P (2008), Classical Contemporary Theory, Sage Publication, United Kingdom.
36. Kim, Ae-Ree and Hitoshi Mitommo (2006), 'Influences of Mobile Phone Text Messaging, on Communications among the Young Generation in Japan, Korea and Taiwan: A Comparative Analysis. Global Information and Telecommunication Studies Waseda University', 1-3-10, Nishi Waseda, Tokyo: Shinjuku-ku.
37. Fritze, K., Wiessner, C., Kuster, N., Sommer, C., Gass, P., Hermann, D. M., & et al. (1999), Effect of global system for mobile communication microwave exposure on the genomic response of the rat brain. *Neuroscience*, 81(3), 627-639.
38. Hjorthol, R (2008), The Mobile Phone as a Tool in Family Life: Impact on Planning of Everyday Activities and Car Use, *Transport Reviews*, Vol. 28, No. 3, 303-320, May 2008 [http://dxdoi.org/10, 1504/14IEM](http://dxdoi.org/10.1504/14IEM), 2006.
39. Palen, Leysia/Salzman, Marilyn/Youngs, Ed (2001), *Going Wireless: Behavior & Practice of New Mobile Phone Users Boulder CO* .[http://www.cs.colorado.edu/%7Epalen/Papers/csw\\_Palen.pdf](http://www.cs.colorado.edu/%7Epalen/Papers/csw_Palen.pdf).
۴۰. مظفری، میلاد (۱۳۹۳)، «بلایی که تلفن همراه بر سر گردن شما می آورد»، برگرفته از سایت خوارزمی، نشریه اینترنتی برترین‌های آی تی، بازیابی در تاریخ ۱۳۹۳/۹/۲۵. (<http://kharazmi.org/read/cagh>)
۴۱. روزنامه ابرار اقتصادی، «آیا تلفن همراه واقعاً مضر است؟»، به نقل از مجله الکترونیکی ویستا، بازیابی در تاریخ یکشنبه ۱۲ مهر ۱۳۹۴

---

(<http://vista.ir/article/259216>، Sunday, 4 October: 2015)

۴۲. صفدران، محمد (۱۳۹۴)، «تأثیر امواج موبایل بر سلامت انسان»، برگرفته از سایت <http://safdaran.blogfa.com/post-1143.aspx> در تاریخ ۹۴/۸/۲۷.